	Ficha Metodológica de la Capacitación	

Fecha de ejecución: 13 mayo 2025

Lugar de la capacitación: INSTITUCIÓN EDUCATIVA VEREDA LA ESTRELLA

1. NOMBRE DE LA CAPACITACIÓN:

ENTRETEJIENDO CONCEPTOS HAREMOS UNA MANTA DE CONOCIMIENTOS "SALUD MENTAL

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Brindar información clara, actualizada y pertinente a los adolescentes, direccionada al cuidado de la salud mental, con el fin de obtener herramientas que permitan identificar intereses y preocupaciones, fortaleciendo de esta manera los conocimientos previos direccionándolos a construir conciencia e importancia de la temática a realizar.

3. METODOLOGIA IMPLEMENTADA:

La actividad de información y escucha sobre la promoción de la salud mental, se desarrolló de forma presencial en la institución educativa vereda la estrella mediante la estrategia ESCUCHADEROS: Un espacio para el cuidado de la salud mental donde se logró mediante la participación activa de los adolescentes.

de Se implementaron las siguientes acciones metodológicas:

1. **Socialización grupal:**

   Se llevó a cabo una charla educativa fuera del aula de clase empleando un lenguaje claro y adaptado al nivel de comprensión del grupo.

2. **Apoyo didáctico:**

Se llevaron 30 fichas de preguntas rompe hielo las cuales estaban enfocadas en conocer sobre que era la salud mental, su importancia y cuidados, en medio del grupo había un carreten o rollo de hilo el cual se iba pasando de lado a lado para realizar preguntas, de esta manera todos los adolescentes iban participando al terminar la ronda de preguntas se fue socializando mediante aporte experiencias, temores, inseguridades todo relacionando a la temática inicial, la idea principal no dejar perder el hilo de la información y el que tenían en sus manos formando así una manta o tejido.

Participaciones adolescentes:

Se promovió la interacción mediante preguntas y respuestas, vivencias propias aportando así a la aclaración de dudas permitiendo de esta manera identificar intereses y preocupaciones entorno a

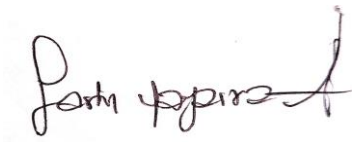
la salud mental.

4. RESULTADOS OBTENIDOS:

Al terminar la actividad se les lleva a reflexionar sobre lo que estábamos viendo un hilo que construyo una manta llevándolos a comprender que de esta manera entretejimos conocimientos, que sin duda alguna nos permitirán disfrutar de nuestra salud mental como un indicador primordial en nuestro bienestar.

A la vez cada uno expreso lo que se llevaba de dicha actividad, lo cual nos permitió observar que disfrutaron y sobre todo se cumplió con el objetivo de la actividad

Firma



Farly Yajaira acosta Pérez
Profesional psicólogo
TP: 286984