	PLAN INTERVENCIONES COLECTIVAS	Código: 400.30
		Versión: 1
		Fecha: 10/12/2020
		Página: 1 de 1

Acta N.3

1. NOMBRE DE LA CAPACITACIÓN:
ME AMO, ME CUIDO NO ME LASTIMO
2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:
• Promover la salud mental • Brindar información clara, actualizada y pertinente a los adolescentes, direccionada al cuidado de la salud mental, promoviendo el cuidado y el valor frente a decisiones que llevan a la acción de un mal proceder. • Identificar y prevenir acciones como cuttig, sustancias psicoactivas Y conducta suicida
3. METODOLOGIA IMPLEMENTADA:
El día 29 de mayo 2025 en la institución educativa de la vereda la estrella Se da inicio a la tercera intervención denominada **ESCUCHADEROS:** Un espacio para el cuidado de la salud mental, se procedió realizando presentación y saludo indicando la dinámica de la actividad, siempre resaltando la importancia de la participación donde puede intervenir desde sus puntos de vista o aportes de vivencias diarias. Iniciamos la actividad repartiendo unos fichos de block donde cada uno debía colocar una cualidad luego socializamos la cualidad de los que participaron en ese momento inicial, se retoma la dirección de la charla y se les da una corta explicación acerca de las cualidades hablando del valor especial que tiene cada uno y muchas veces no las vemos tanto que al principio no sabían que cualidades tenían. Este momento se abrió un espacio de preguntas donde las enmarcamos hacia la oportunidad de vida que se tiene y no la valoramos, se les resalta que el levantarse esta mañana y respirar es un privilegio que algunos no valoran el sentido de la vida. Entre las preguntas que se ejecutaron se pregunto de que manera nos dañamos a nosotros mismo, donde participaron refiriendo el consumo de drogas, el mal manejo de sus emociones para lo cual se les resalto sus respuestas asertivas y que además existen otras maneras de lastimarnos y son las autolesiones derivadas del silencioso cuttig. ¿Se ahondo en la respuesta que situaciones llevaban a esto? Cada uno dando sus opiniones se quedaron con una fundamental que salió de uno de los adolescentes no gozar de una buena salud mental.

	PLAN INTERVENCIONES COLECTIVAS	Código: 400.30
		Versión: 1
		Fecha: 10/12/2020
		Página: 1 de 1

Que decisiones llevan al consumo sustancias psicoactivas, autolesionarnos y aun pensamiento suicida

Con aportes significativos en estas áreas se construyeron saberes que fundamental la temática ME AMO, ME CUIDO Y NO ME LASTIMO.
cerramos el espacio de participación con la pregunta que te llevas del escuchadero:

- Debemos amarnos y cuidarnos
- El cuido de la salud mental
- Buscar ayuda entre otras…

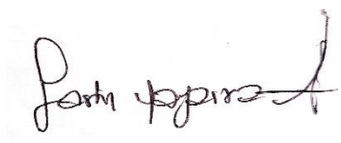
Cerramos la actividad agradeciendo su participación y atención a los directivos , profesores y estudiantes terminando con éxito el tercer “escuchadero” con una asistencia de 19 estudiantes.

4. REGISTRO FOTOGRAFICO





Firma



	PLAN INTERVENCIONES COLECTIVAS	Código: 400.30
		Versión: 1
		Fecha: 10/12/2020
		Página: 1 de 1

Farly Yajaira acosta Pérez
Profesional psicólogo
TP: 286984