	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Plan de Intervención	

Fecha: 19/07/2025

Nombre del usuario: YULIANA GARCIA QUIROZ

Documento de identidad del Usuario: 1055832668

Teléfono de contacto: 3105203839

Dirección completa: CRA 3 CASA N 4

Nombre del profesional: JULIANA ANDREA HENAO MEDINA

Profesión: PSICOLOGA

Dimensión y línea de intervención: SALUD MENTAL-ESCUCHADEROS

Objetivo:
Fortalecer la autoestima del adolescente mediante el reconocimiento de sus logros personales, la valoración de sus capacidades y el desarrollo de un diálogo interno más positivo.

Técnicas a utilizar:
Reestructuración cognitiva y dinámicas de autoafirmación.

Actividades a desarrollar

1. "Mi línea de logros"

- **Descripción:** El adolescente dibuja una línea del tiempo con hitos personales (académicos, sociales, familiares, emocionales).
- **Preguntas guía:**
  - ¿De qué momentos de tu vida te sientes más orgulloso?
  - ¿Qué retos has superado que pensabas imposibles?

2. "El cofre de cualidades"

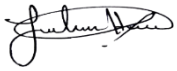
- **Descripción:** Se entrega al adolescente una hoja con la silueta de un cofre o caja. Dentro debe escribir o dibujar al menos 5 cualidades, talentos o aspectos positivos que forman parte de "su tesoro interno".
- **Reflexión:** "A veces olvidamos lo que tenemos dentro, ¿cómo puedes abrir más seguido tu cofre en la vida diaria?"

3. "Mi mural de autoafirmaciones"

- **Descripción:** El adolescente crea un mural pequeño (en una hoja) con frases que refuercen su autoestima, ejemplo:
  - "Soy capaz de…"
  - "Me gusta de mí…"
  - "Me esfuerzo y eso me hace valioso/a."
- Puede decorarlo con colores o imágenes que lo representen.

Canalización: Si_X_ No_____

Área a la que se canalizó: medicina general



_____
FIRMA DEL PROFESIONAL
T.P 258591