	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO: ESE HOSPITAL SAN JOSE	**FECHA: 05/09/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: LAURA PEÑA LOPEZ	**PROFESION: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: VALERI SOFIA BALLESTEROS MARIN	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1060536501**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: LEIDY MARIN	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 3206314366**
EPS USUARIO: NUEVA EPS	**REGIMEN:SUBSIDIADO**
DIRECCION: EL JARDIN	**TELEFONO DE CONTACTO: 3106452853**
DIMENSION Y LINEA: Convivencia Social y Salud Mental	
RESULTADO TAMIZAJE POSIT	
RIESGO ____ SIN RIESGO __X___	
INTERVENCION BREVE RESULTADO	
PRIMERA INTERVENCION ____ SEGUNDA INTERVENCION __X__ TERCERA INTERVENCION ____ CONTROL Y SEGUIMIENTO ____	
Objetivo de la Visita	
Profundizar en la comprensión y el manejo de la baja autoestima académica y emocional de Valeri, fortaleciendo sus recursos personales y familiares, con el fin de mitigar riesgos biopsicosociales, fomentar una autopercepción positiva y favorecer la construcción de un proyecto de vida con sentido y motivación.	
Impresión diagnostica frente a la situación	
Valeri Sofía Ballesteros es una adolescente de 13 años que ha manifestado en diferentes espacios institucionales dificultades significativas en su autopercepción y en la gestión de su autoestima. Desde la primera intervención, se identificó que su autoconcepto académico y personal se encuentra deteriorado, influenciado por experiencias de bullying en relación con su condición visual y por la manera en que interpreta las exigencias de su entorno social y escolar. Durante la primera sesión, Valeri utilizó expresiones como: *"me dicen que soy bruta porque me demoro más"* o *"quisiera no tener que usar gafas porque todos se burlan"*. Estas frases reflejan el impacto directo de la discriminación vivida en su entorno, que ha derivado en una asociación negativa entre su identidad y sus dificultades visuales. La construcción de su autoconcepto se encuentra permeada por la experiencia del rechazo, lo que refuerza sentimientos de inutilidad, frustración y desmotivación. Un segundo aspecto importante en su perfil es la historia de conflictos físicos con pares, que surge como una respuesta defensiva frente a la agresión verbal recibida. Estos comportamientos actúan como un mecanismo de afrontamiento disfuncional, pues aunque le permiten defenderse en el momento, a largo plazo perpetúan la etiqueta de "conflictiva" y limitan la creación de vínculos sanos. Es decir, su forma de relacionarse está marcada por la hostilidad del entorno y por la ausencia de herramientas emocionales alternativas. A nivel familiar, se describe una relación distante con su madre, lo que constituye una debilidad en términos de red de apoyo emocional primaria. Sin embargo, sí mantiene mayor conexión afectiva con su abuela y su padre, quienes cumplen un rol protector en medio de las dinámicas de conflicto. Este elemento resulta clave, ya que	

ofrece una base desde la cual fortalecer recursos internos. La relación más estrecha con el padre, aunque no exenta de dificultades comunicativas, representa un anclaje para el acompañamiento en su proceso de desarrollo adolescente.

En lo académico, Valeri muestra desmotivación y baja autoestima, expresada en frases como: *"yo no sirvo para estudiar"*. Esta percepción se traduce en bajo compromiso académico, lo que refuerza la espiral de fracaso y autocrítica. El bajo rendimiento, más que un déficit cognitivo, está relacionado con la falta de motivación y con la interferencia emocional que supone el bullying y su baja autovaloración. Según la evidencia en psicología educativa, los estudiantes con experiencias sostenidas de discriminación tienden a desarrollar creencias de incapacidad aprendida, lo cual afecta su rendimiento y su interés por el estudio.

En el plano social, Valeri experimenta aislamiento, pero también muestra resistencia a hablar de sus experiencias de manera abierta. Esto se observó en la primera intervención cuando, frente a preguntas sobre cómo se sentía, respondió: *"no sé, normal"*. Esta evitación emocional es una estrategia de defensa que busca protegerla del dolor asociado a reconocer abiertamente su malestar.

Desde la perspectiva clínica, Valeri presenta un cuadro de **baja autoestima generalizada, afectación emocional derivada de bullying, relaciones familiares ambivalentes y un patrón defensivo de agresividad física en contextos escolares**. Todo ello incrementa el riesgo de que en el futuro recurra a conductas de escape, incluyendo la exposición al consumo de SPA, aunque actualmente no se identifican antecedentes de uso.

La ausencia de habilidades de regulación emocional y el bajo reconocimiento de factores positivos en sí misma también son elementos centrales de su impresión diagnóstica. Se observa un bloqueo en su capacidad de introspección: le cuesta reconocer sus cualidades y proyectar un futuro en el que pueda sentirse competente.

La segunda intervención permitió avanzar en esta línea, indagando más profundamente en la relación entre sus emociones y su autoconcepto, así como trabajando herramientas concretas de regulación emocional y fortalecimiento del proyecto de vida. Valeri, aunque inicialmente se mostró evasiva, logró en esta sesión verbalizar sentimientos de tristeza asociados a su percepción de inferioridad, lo que representa un avance en su capacidad de introspección.

En conclusión, la impresión diagnóstica de Valeri Sofía se centra en **baja autoestima con origen en experiencias de bullying por su dificultad visual, desmotivación académica asociada a creencias de incapacidad, dificultades en regulación emocional y relaciones sociales conflictivas**, con la necesidad de fortalecer factores protectores familiares y personales para mitigar riesgos de mayor afectación biopsicosocial.

Intervención del profesional frente a la situación (planes y acciones desarrolladas)

La segunda intervención con Valeri se orientó a consolidar el vínculo terapéutico, fomentar la introspección emocional, trabajar en estrategias de regulación emocional y construir bases iniciales de un proyecto de vida que pueda darle sentido y motivación.

a. **Reconstrucción del vínculo y validación emocional**.

Se inició con un espacio de diálogo en el que se le recordó que este es un lugar seguro donde puede expresar lo que siente. Se utilizó una técnica de validación empática, señalando: *"no es fácil que te hagan sentir menos, y aquí lo importante es que puedas hablar de lo que vives sin que nadie te juzgue"*. Valeri respondió con un *"sí, porque en el colegio siempre se burlan"*, lo que abrió la posibilidad de profundizar en su experiencia.

b. Ejercicio de autorretrato emocional.

Se le pidió realizar un dibujo de sí misma en un día bueno y en un día malo. En el primero se dibujó con una sonrisa, junto a su abuela y escuchando música; en el segundo, se dibujó sola en el salón de clases, con frases como *"bruta"* alrededor. Al verbalizar su dibujo dijo: *"así me siento cuando todos me dicen cosas"*. Este ejercicio permitió exteriorizar cómo internaliza el bullying y cómo afecta su autoconcepto.

c. Estrategias de regulación emocional.

Se introdujo la técnica del "semáforo emocional", en la cual debe identificar momentos en que siente enojo (rojo), tristeza (amarillo) o calma (verde). Se practicaron ejercicios de respiración y conteo para usar en momentos de enojo. Valeri expresó: *"nunca había pensado en parar antes de contestar o pegar"*. Esto representó un primer acercamiento a estrategias de autorregulación distintas a la agresividad.

d. Reestructuración cognitiva sobre autoestima.

Se trabajó con una lista de cualidades, pidiéndole seleccionar las que creía que tenía. Inicialmente eligió solo dos: "soy buena persona" y "me gusta ayudar". Después de un proceso guiado, aceptó también que es responsable con algunas tareas en casa y creativa en los dibujos. Esta dinámica permitió comenzar a ampliar su autopercepción positiva, contrarrestando la visión limitada y negativa que tenía de sí misma.

e. Psicoeducación sobre bullying y resiliencia.

Se realizó una explicación sobre qué es el bullying y cómo no define a la persona que lo recibe. Se enfatizó en la diferencia entre lo que otros dicen y la identidad propia. Se le explicó cómo desarrollar resiliencia implica no dejar que las palabras de los demás dicten quién es. Valeri respondió: *"entonces yo no soy bruta, aunque ellos lo digan"*. Este momento fue clave, pues representó un cambio en su narrativa interna.

f. Proyecto de vida: "Mi futuro en colores".

Se le entregó una hoja con círculos donde debía dibujar o escribir cómo se imagina en cinco años en relación con la familia, los estudios, las amistades y los hobbies. En la parte de estudios escribió: *"quiero terminar bien el colegio"*. En familia puso: *"quiero seguir con mi abuela"*. Este ejercicio permitió conectar aspiraciones con metas concretas, dando inicio a la construcción de un proyecto de vida con sentido.

g. Cierre y retroalimentación.

Al final de la sesión se reforzó el reconocimiento de sus cualidades y la importancia de aplicar estrategias de regulación emocional. Se concluyó con una frase de retroalimentación positiva: *"lo que otros dicen no define lo que eres, eres más de lo que crees"*. Valeri respondió con una sonrisa y un "gracias", mostrando apertura al acompañamiento.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

1. Aplicar el semáforo emocional cuando experimente enojo o tristeza antes de reaccionar físicamente.
2. Escribir cada noche una cualidad positiva de sí misma en un cuaderno.
3. Compartir con su abuela una situación difícil de la semana para no quedarse callada.
4. Continuar con el dibujo de su proyecto de vida, agregando nuevas metas.

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

Observaciones y recomendaciones

Observaciones:

1. Valeri logró verbalizar emociones de tristeza asociadas al bullying, lo que representa un avance frente a la evasión mostrada en la primera intervención.
2. Mostró disposición para reconocer cualidades positivas en sí misma, aunque aún con dificultad.

Recomendaciones:

1. Involucrar al padre y a la abuela en espacios de fortalecimiento comunicacional para reforzar el apoyo afectivo.
2. Implementar talleres grupales sobre bullying y resiliencia en el entorno escolar.
3. Fortalecer seguimiento desde psicología clínica para continuar el proceso de regulación emocional y auto-estima.

Canalización Pertinente **SI: ___** **NO:__X_**

RIA de Promoción y Mantenimiento: _____ **Atención por Morbilidad: _____.**

Ciudad: Belalcazar, Caldas Fecha: D: 05 /M: 09 /A: 2025

Laura Peña López
Psicologa
TP 237298

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 237298

Valeri Sofia B.

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO