	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO: ESE HOSPITAL SAN JOSE	**FECHA: 23/09/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: LAURA PEÑA LOPEZ	**PROFESION: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: DAYANA ISABEL CARDONA	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1120502121**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: SOREY MARIN QUIROGA	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1057757174**
EPS USUARIO: NUEVA EPS	**REGIMEN:SUBSIDIADO**
DIRECCION: EL JARDIN	**TELEFONO DE CONTACTO: 3102066409**
DIMENSION Y LINEA: Convivencia Social y Salud Mental	
RESULTADO TAMIZAJE POSIT	
RIESGO ____ SIN RIESGO __X___	
INTERVENCION BREVE RESULTADO	
PRIMERA INTERVENCION ____ SEGUNDA INTERVENCION ____ TERCERA INTERVENCION __X__ CONTROL Y SEGUIMIENTO ____	
Objetivo de la Visita	
Consolidar en Dayana Isabel la autoconfianza y el fortalecimiento de sus vínculos familiares como factores protectores frente a la presión social y la exposición a riesgos de consumo de SPA. Además, promover el reconocimiento y manejo saludable de sus emociones, incrementando la motivación académica y el desarrollo de habilidades para la resolución de conflictos desde un enfoque psicoeducativo y cognitivo-conductual.	
Impresión diagnostica frente a la situación	
Dayana Isabel ha mostrado en el proceso señales claras de vulnerabilidad emocional asociadas principalmente a la dinámica familiar y al bajo reconocimiento de sí misma como sujeto capaz de tomar decisiones autónomas. Durante la primera intervención compartió: *"a veces siento que no le importo a nadie"*, lo que evidenció una percepción de invisibilidad y carencia de apoyo emocional. En esa etapa se identificó que, si bien contaba con acompañamiento de su madre, la comunicación entre ellas era limitada y en ocasiones poco afectiva. En la segunda intervención se exploró con mayor profundidad su círculo social y académico, encontrando que tiende a aislarse y que mantiene un bajo rendimiento escolar, lo que incrementa la sensación de frustración y la idea de que no es capaz de sostenerse en lo académico. Expresó: *"yo me esfuerzo pero igual siempre me va mal"*. Este tipo de pensamientos reflejan esquemas de indefensión aprendida y baja autoeficacia, que aumentan el riesgo de desmotivación y desconexión con el entorno escolar. En la presente intervención se observa que Dayana Isabel ha empezado a reconocer avances, señalando: *"ya hablo un poco más con mi mamá y siento que me entiende más"*. Esto es un indicador positivo de fortalecimiento en el vínculo familiar, un factor protector crucial. Sin embargo, persiste la baja autoestima y la dificultad para integrarse en actividades con pares, lo que se evidencia en frases como: *"yo prefiero no hablar porque siento que no tengo nada importante que decir"*. Desde una perspectiva psicológica, el caso se puede analizar en los siguientes ejes:	

- **Área afectiva**: presencia de sentimientos de tristeza recurrente, baja autoestima y tendencia a la autoinvalidación.
- **Área social**: aislamiento de pares, dificultades en la comunicación y temor al juicio social.
- **Área académica**: bajo rendimiento, pensamientos de indefensión, necesidad de reforzar motivación intrínseca.
- **Área familiar**: relación con la madre en proceso de mejora, apoyo parcial percibido, necesidad de consolidar comunicación emocional y normas claras.
- **Riesgos**: susceptibilidad frente a pares consumidores, baja autoestima como factor predisponente para conductas de riesgo.
- **Factores protectores**: apertura al acompañamiento psicológico, vínculo en recuperación con la madre, disposición a participar en el proceso.

En conclusión, Dayana Isabel se encuentra en un proceso de fortalecimiento de recursos protectores, pero aún con fragilidad emocional que la hace vulnerable frente a presiones externas. Su caso requiere continuidad en intervenciones de fortalecimiento de autoestima, habilidades sociales y regulación emocional, junto con acompañamiento familiar.

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

a. La sesión inició con un espacio de validación emocional. Dayana expresó: *"yo a veces quisiera ser diferente, como más fuerte"*. El profesional reforzó la importancia de reconocer esta necesidad como un primer paso, destacando que el hecho de poder expresarla ya es un avance en su autoconciencia.

b. Se desarrolló un ejercicio de **reestructuración cognitiva**, tomando como base la frase: *"siempre me va mal aunque me esfuerce"*. A través de preguntas socráticas, se le invitó a identificar momentos en los que sí logró resultados positivos. Recordó una experiencia en la que recuperó una materia el año anterior: *"sí, esa vez me fue bien y me sentí orgullosa"*. Se resaltó que los logros existen y que son evidencia de su capacidad, rompiendo la generalización negativa.

c. Para trabajar la autoestima, se implementó la técnica del **"collage de cualidades"**, donde debía recortar o escribir palabras que la describieran positivamente. Al inicio manifestó: *"no sé qué poner"*, pero con acompañamiento escribió "soy buena amiga", "soy responsable con mi hermanita", y "me gusta ayudar en la casa". El ejercicio permitió ampliar la percepción de sí misma más allá del rendimiento académico.

d. En el área socioemocional, se aplicó el ejercicio del **"termómetro de emociones"**, en el que ubicó la tristeza en 7/10, la alegría en 4/10 y la ira en 3/10. Expresó: *"me siento más triste que cualquier otra cosa"*. Se trabajó en identificar detonantes de tristeza y en buscar recursos internos (como escuchar música, escribir) y externos (hablar con su mamá o con un profesor de confianza) para afrontarla.

e. Se implementó un espacio de **psicoeducación sobre resiliencia**, mostrando ejemplos de cómo las experiencias difíciles no definen a la persona, sino que fortalecen. Dayana comentó: *"me gustó eso de que uno no es lo que le pasa, sino lo que hace con lo que le pasa"*. Esto se consolidó como una frase motivacional para ella.

f. En el ámbito familiar, se realizó una actividad de planeación conjunta de diálogo con la madre. Se construyó un guion breve con frases como: "me gusta cuando me escuchas" y "quisiera que me ayudes a estudiar". Este guion se dejó como tarea para practicar en casa, fortaleciendo la comunicación afectiva y práctica.

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

g. En la parte académica, se aplicó la estrategia de **micro metas**, donde debía establecer un objetivo pequeño y alcanzable para la semana, como terminar una tarea de matemáticas. Ella respondió: *"sí, eso sí puedo hacerlo"*. El profesional reforzó que los avances pequeños generan confianza para enfrentar retos más grandes.

h. Finalmente, se cerró la sesión con una dinámica de **visualización guiada**, en la que se imaginó a sí misma dentro de un año, logrando pasar el grado y sintiéndose más segura. Expresó: *"me vi con mi mamá y me sentí bien, como tranquila"*. Esta visualización se trabajó como anclaje positivo para motivarla.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

1. Elaborar el collage de cualidades y ubicarlo en un lugar visible en su habitación.
2. Practicar el guion de conversación con su madre y registrar cómo se siente después de hacerlo.
3. Cumplir con la micro meta académica de la semana (terminar la tarea de matemáticas).
4. Practicar la visualización guiada tres veces por semana antes de dormir.

Observaciones y recomendaciones

- **Observaciones:**

1. Dayana mostró disposición creciente, aunque al inicio de la sesión tuvo bloqueos para identificar cualidades personales.
2. Reconoce avances en la relación con su madre, lo que se consolida como factor protector clave.

- **Recomendaciones:**

1. Continuar el proceso clínico para trabajar autoestima y regulación emocional.
2. Implementar actividades extracurriculares que fortalezcan la interacción social positiva.
3. Reforzar el acompañamiento académico con metas pequeñas y alcanzables.

Canalización Pertinente SI: ___ NO:_X_

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

Ciudad: Belalcázar, Caldas Fecha: D: 23 /M: 09 /A: 2025

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 237298

Dayana Cardona
FIRMA O HUELLA DEL USUARIO