	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: JUAN JOSE SANCHEZ	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1053818956**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: MIRIAM SANCHEZ	**NÚMERO DE DOCUMENTO:24527448**
EPS USUARIO: ASMET SALUD	**REGIMEN:SUBSIDIADO**
DIRECCION: CLIMACO PIZARRO	**TELEFONO DE CONTACTO: 3116802936.**
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	
Fortalecer en Juan José las habilidades socioemocionales necesarias para mejorar su autoconfianza, disminuir la inseguridad derivada de experiencias previas de violencia intrafamiliar y de presión social, y consolidar su proyecto de vida académico y personal. Además, reforzar los factores protectores como el vínculo positivo con su hermano y la motivación hacia la educación, desde un enfoque psicoeducativo y cognitivo-conductual.	
Impresión diagnostica frente a la situación	
El caso de Juan José refleja una historia marcada por experiencias de violencia verbal entre sus padres en la infancia, las cuales han dejado huellas emocionales que aún influyen en su seguridad personal y en la forma como se relaciona con los demás. Durante la primera intervención, él compartió: *"cuando ellos peleaban yo sentía que todo era culpa mía"*. Este tipo de interpretaciones evidencian la internalización de la violencia como responsabilidad propia, lo que puede generar sentimientos de culpa y baja autoestima. En la segunda intervención, aunque mostró avances en reconocer que ya no vive directamente esas situaciones, persistió la tristeza al recordar lo sucedido. Expresó: *"a veces todavía me acuerdo y me pongo mal, pero ya no tanto como antes"*. Este comentario mostró que, aunque el malestar ha disminuido, las memorias emocionales continúan activándose en su presente, afectando su capacidad de afrontamiento. En la presente tercera intervención, se observa un Juan José más reflexivo, pero que mantiene ciertos bloqueos emocionales. Señaló: *"no me gusta contar lo que siento porque pienso que se van a burlar"*, lo que refleja una dificultad para confiar plenamente en sus pares y una posible percepción de juicio social que refuerza la evitación emocional. Además, aunque ha tenido acercamientos ocasionales a conductas de riesgo como el uso experimental de vaper, insiste en que no desea repetirlo, afirmando: *"yo no quiero eso para mí"*. De esta manera, la impresión diagnóstica puede describirse en los siguientes puntos: • **Afectación emocional por antecedentes familiares**: la violencia verbal presenciada en la niñez aún re-	

percute en su autoestima y confianza personal.

- **Riesgo psicosocial moderado**: contacto con pares consumidores y presión social para experimentar SPA, aunque mantiene una postura de rechazo consciente.
- **Autoestima vulnerable**: tendencia a dudar de sí mismo y a evitar compartir emociones por miedo al juicio o la burla.
- **Factores protectores**: fuerte vínculo con su hermano, deseo de mejorar académicamente y claridad inicial en su proyecto de vida (estudiar ingeniería de sistemas).
- **Necesidades clínicas**: consolidar un espacio seguro para la expresión emocional, fortalecer la autorregulación y construir narrativas alternativas más positivas sobre sí mismo.

En conclusión, Juan José se encuentra en un punto intermedio donde los riesgos aún están presentes, pero la existencia de recursos internos y externos adecuados le permiten mantener la posibilidad de un desarrollo sano, siempre que exista un acompañamiento consistente.

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

a. La sesión inició con una conversación exploratoria en la que Juan José expresó: *"me está yendo mejor en el colegio, pero todavía me da pereza a veces"*. El profesional reforzó este avance, validando su esfuerzo por mejorar el rendimiento académico y resaltando el impacto positivo que tiene reconocer cambios, por pequeños que sean.

b. Se retomó el tema del consumo experimental de vaper y las presiones sociales. Se aplicó la técnica del **"mapa de decisiones"**, donde debía identificar qué pasa si cede a la presión y qué pasa si no lo hace. Juan José escribió: "si lo hago, me siento mal conmigo mismo y puedo perder la confianza de mi hermano"; "si no lo hago, me siento fuerte y demuestro que no necesito eso". Este ejercicio le permitió reconocer que sus elecciones tienen consecuencias que afectan directamente su autoconcepto y relaciones significativas.

c. Se aplicó un ejercicio de **reestructuración cognitiva** con relación a la frase que expresó: *"me da miedo contar lo que siento porque se burlan"*. A través de preguntas socráticas, se le invitó a pensar si esto siempre sucede o si hay personas con las que sí puede sentirse seguro. Identificó que con su hermano y un amigo de confianza logra expresarse. El profesional reforzó que este reconocimiento derrumba la generalización de "todos se burlan", abriendo la posibilidad de ampliar su círculo de apoyo.

d. Se trabajó con la técnica de **"el espejo positivo"**, en la que Juan José debía mirarse y mencionar cualidades que reconocía en sí mismo. Al principio mostró resistencia y dijo: *"no sé qué decir, no tengo nada especial"*. Tras acompañamiento, mencionó: "soy bueno para el fútbol", "cuando quiero logro las cosas" y "soy inteligente en sistemas". Estos enunciados fueron reforzados con retroalimentación positiva, buscando que se conviertan en afirmaciones ancla para momentos de inseguridad.

e. Para trabajar la confianza y el proyecto de vida, se desarrolló la actividad de **"mi yo del futuro"**. Juan José dibujó una computadora y se dibujó a sí mismo como ingeniero, afirmando: *"me gustaría trabajar en algo con tecnología, porque me gusta mucho eso"*. El profesional aprovechó este momento para conectar su motivación académica con su identidad futura, reforzando que el esfuerzo actual es una inversión hacia su sueño.

f. En el área emocional, se implementó un ejercicio de **identificación corporal de emociones**, en el que debía señalar en una silueta dónde siente la tristeza, la ira o la alegría. Colocó la tristeza en el pecho, la ira en las manos y la alegría en la cabeza. Explicó: *"cuando estoy triste siento que me falta aire, cuando estoy enojado quiero pegar, y cuando estoy feliz pienso cosas buenas"*. Esta descripción permitió relacionar emociones con sensaciones físicas y abrir la puerta a estrategias de regulación como respiración y relajación muscular.

g. Finalmente, se reforzó la importancia del acompañamiento familiar. Se le motivó a conversar con su hermano

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

sobre un tema positivo de su día a día y a practicar el hablar de lo que siente en contextos de confianza. Juan José expresó: *"sí, con él puedo, aunque me da pena"*. Esto se dejó como compromiso, consolidando la idea de que compartir emociones en espacios seguros fortalece su salud mental.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

1. Conversar con su hermano al menos dos veces por semana sobre cómo se siente.
2. Usar el "mapa de decisiones" antes de ceder a presiones sociales negativas.
3. Practicar afirmaciones positivas frente al espejo una vez al día.
4. Elaborar un pequeño plan de estudio en casa para mejorar el rendimiento académico.

Observaciones y recomendaciones

- **Observaciones:**

1. Juan José mostró disposición para explorar sus emociones, aunque aún con bloqueos iniciales.
2. Reconoció con claridad sus metas académicas, lo cual se consolida como un factor protector fuerte.

- **Recomendaciones:**

1. Mantener seguimiento psicológico clínico para fortalecer la expresión emocional y autoestima.
2. Promover la participación en actividades tecnológicas o de sistemas dentro del colegio para reforzar su proyecto de vida.
3. Continuar trabajando en estrategias de regulación emocional y prevención de recaídas frente a consumo experimental.

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

Juan José Sánchez S.
FIRMA O HUELLA DEL USUARIO