INFORME ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO GRUPAL A MUJERES

SECRETARÍA DE MUJER Y JUVENTUD

ESTRATEGIA DEL CUIDADO

PsicoSoluciones

Servicios de Psicología y Consultoría

Dirigido a

E.S.E HOSPITAL NUESTRA SEÑORA DE LAS MERCEDES DE FUNZA



Desarrollo

El acompañamiento psicológico grupal a mujeres se desarrolló como un espacio seguro, confidencial y de contención emocional, orientado a mujeres con diversas problemáticas personales, familiares, sociales y emocionales. Durante los encuentros se promovió el fortalecimiento del amor propio, la autoestima, el empoderamiento femenino y el reconocimiento del valor personal, permitiendo que cada participante identificara sus capacidades, recursos internos y habilidades para afrontar situaciones de dificultad. A través de actividades guiadas, reflexiones y ejercicios prácticos, se trabajó en soltar cargas emocionales, sanar experiencias dolorosas y reforzar la autovaloración y el autocuidado.

Estos espacios de acompañamiento favorecieron la expresión emocional, el apoyo mutuo y la construcción de redes de apoyo entre mujeres, lo cual impacta positivamente en la prevención de riesgos asociados a la violencia física, psicológica y emocional. Asimismo, el fortalecimiento personal logrado en cada encuentro contribuye al bienestar integral de las participantes, generando efectos positivos en su vida personal, familiar, laboral y social, lo que a su vez impulsa el crecimiento y el desarrollo humano y social del municipio.

Objetivo General

Brindar acompañamiento psicológico grupal a mujeres, fortaleciendo su bienestar emocional, amor propio, autoestima y empoderamiento, con el fin de prevenir situaciones de violencia y promover el crecimiento personal y social.

Objetivos Especificos

1. Fortalecer el amor propio, la autoestima y el valor personal de las participantes.
2. Brindar herramientas emocionales para soltar cargas, gestionar emociones y afrontar situaciones de dificultad.
3. Promover el empoderamiento femenino y el reconocimiento de las capacidades y fortalezas individuales.
4. Contribuir a la prevención de la violencia física, psicológica y emocional mediante espacios de escucha y apoyo grupal.

PsicoSoluciones



Metodología

A continuación se describe la metodología utilizada con el equipo de trabajo:

Fase 1: Bienvenida

Se realizó una acogida cálida y respetuosa, generando un ambiente de confianza y seguridad. Se establecieron acuerdos de confidencialidad y respeto, y se motivó a las participantes a involucrarse activamente en el proceso.

Fase 2: Desarrollo de la actividad guiada

Se llevaron a cabo actividades estructuradas mediante guías psicológicas, ejercicios de reflexión, dinámicas grupales y herramientas prácticas enfocadas en amor propio, autoestima, empoderamiento, manejo emocional y fortalecimiento personal.

Fase 3: Compartir experiencias y reflexión

Las participantes tuvieron un espacio para expresar sus vivencias, emociones y aprendizajes. Se promovió la reflexión grupal, el apoyo mutuo y la retroalimentación, consolidando los aprendizajes adquiridos durante la actividad.

Capacitación	Fecha	Asistentes
Acompañamiento Psicológico grupal a mujeres. Grupo de la Secretaría de mujer y juventud - Estrategia del cuidado	Miércoles 10 de diciembre de 2025	12

Anexo: Listado de asistencia



Analisis y conclusiones

- El acompañamiento psicológico grupal fortalece significativamente el bienestar emocional de las mujeres participantes.
- Los espacios de escucha permiten identificar y liberar cargas emocionales que afectan la salud mental.
- El fortalecimiento del amor propio y la autoestima incrementa la seguridad y la autoconfianza.
- El empoderamiento femenino contribuye a la toma de decisiones más conscientes y saludables.
- Estos encuentros actúan como estrategia preventiva frente a la violencia física y psicológica.
- La construcción de redes de apoyo entre mujeres genera mayor resiliencia y acompañamiento comunitario.
- El impacto positivo del proceso se refleja en el crecimiento personal de las participantes y en el desarrollo social del municipio.

Análisis

El acompañamiento psicológico grupal a mujeres evidenció un impacto significativo en el fortalecimiento emocional y personal de las participantes, al consolidarse como un espacio protector que favoreció la confianza, la escucha activa y la validación de las experiencias individuales. La implementación de herramientas orientadas al amor propio, la autoestima y el empoderamiento permitió que las mujeres reconocieran sus capacidades, resignificaran vivencias difíciles y avanzaran en la liberación de cargas emocionales que limitaban su bienestar. Este proceso grupal facilitó no solo el crecimiento individual, sino también la construcción de vínculos solidarios que reforzaron el sentido de apoyo y comprensión mutua.
Asimismo, el análisis de la experiencia muestra que estos encuentros funcionan como una estrategia preventiva frente a riesgos de violencia física, psicológica y emocional, al fortalecer habilidades de autocuidado, comunicación asertiva y toma de decisiones conscientes. El impacto positivo se extendió a los ámbitos familiar, social y comunitario, promoviendo relaciones más sanas y una mayor participación activa de las mujeres en su entorno. En este sentido, el acompañamiento psicológico grupal se consolida como una acción clave para el desarrollo integral, el bienestar colectivo y la sostenibilidad social del municipio.

Adriana Aguirre Pacheco
Psicóloga (Contratista Secretaría General)
Especialista en Gestión del Desarrollo Humano y Bienestar Empresarial
Especialista en Gerencia de SGSST
Magister Gestión Social Empresarial



Evidencias


PsicoSoluciones
¿Qué haremos hoy?








SECRETARÍA DE
MUJER Y
JUVENTUD


SECRETARÍA DE
MUJER Y
JUVENTUD



Evidencias















Materiales

- Salón
- Silleteria
- Mesas
- Manteles
- Sonido
- Video Bean
- Baños
- Esferos
- Colores
- Marcadores
- guias de trabajo
- lapices
- Dulces
- QR









