



ESE DEPARTAMENTAL SAN ANTONIO DE MARMATO

LINEA: Habitante de Calle

ESTRATEGIA: “Calle Digna y Segura: Inclusión y Salud para la Vida”

Nombre del Usuario: YERSOD DAVID ROMERO CASTRO

Documento: 1058230318

Teléfono: 3102708032

Fecha de ejecución: 10/03/2026

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Intervención presencial para el fortalecimiento de habilidades personales, emocionales y sociales mediante acompañamiento psicopedagógico individual en población en situación de vulnerabilidad.

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Realizar intervención presencial orientada al fortalecimiento de habilidades personales, emocionales y sociales del usuario, mediante estrategias psicopedagógicas que favorezcan el autocuidado, la toma de decisiones asertivas y el establecimiento de límites saludables, contribuyendo al mejoramiento de su bienestar integral.

3. CURSO DE VIDA

El usuario se caracteriza por ser una persona empática, colaboradora y con alta disposición para apoyar a los demás, mostrando sensibilidad frente a las necesidades de su entorno. Sin embargo, presenta dificultades para priorizar sus propias necesidades, evidenciando tendencia a postergarse y asumir responsabilidades ajenas.

Desde etapas tempranas de su desarrollo, el usuario fue orientado a mantener conductas de obediencia y sumisión, lo que fortaleció en él la idea de complacer a los demás como forma de mantener la aceptación social. Esta dinámica ha influido en su dificultad para establecer límites claros, especialmente en la capacidad de decir “no” ante situaciones que afectan su bienestar personal.

A lo largo de su vida, estas características han generado sobrecarga emocional, dificultades en la toma de decisiones y una limitada expresión de sus propias necesidades, lo que impacta en su equilibrio personal y en la forma en que se relaciona con su entorno

Durante la intervención, se promovió la reflexión frente a la importancia del autocuidado y la priorización personal, facilitando el reconocimiento de cómo sus patrones de



DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS
SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD
Proceso Gestión de Asistencia Técnica
Plan de Intervenciones Colectivas
Ficha Metodológica Plan de Intervenciones Colectivas – PIC



comportamiento han influido en su bienestar. Se trabajó en la identificación de situaciones en las que le resulta difícil establecer límites, promoviendo alternativas más saludables para su manejo.

Asimismo, se incentivó el fortalecimiento de su autoestima y la construcción de una autoimagen más equilibrada, en la que pueda reconocer su valor personal sin depender exclusivamente de la aprobación de otros. Se promovió el establecimiento de metas orientadas al bienestar propio y al desarrollo de relaciones más equilibradas.

4. METODOLOGIA

La intervención se desarrolló mediante un encuentro presencial individual, bajo un enfoque psicopedagógico centrado en la persona, orientado a fortalecer habilidades emocionales y sociales relacionadas con el autocuidado y el establecimiento de límites.

En una primera fase, se realizó el proceso de acogida y encuadre, generando un ambiente de confianza, respeto y apertura que facilitara la expresión del usuario. Posteriormente, se llevó a cabo una entrevista semiestructurada, orientada a explorar su historia de vida, experiencias familiares y patrones de comportamiento en sus relaciones interpersonales.

Durante la sesión, se emplearon técnicas de escucha activa y reflexión guiada, permitiendo al usuario reconocer sus dificultades para priorizarse y expresar sus necesidades. Se abordaron situaciones concretas de su vida cotidiana, facilitando el análisis de sus respuestas y la identificación de alternativas más adaptativas.

Se trabajó en el fortalecimiento de habilidades relacionadas con la comunicación asertiva, especialmente en el aprendizaje progresivo de establecer límites y expresar desacuerdos de manera respetuosa. Se brindaron herramientas prácticas orientadas a la toma de decisiones más conscientes, evitando la sobrecarga emocional derivada de asumir responsabilidades externas.

Asimismo, se promovió el desarrollo de estrategias de autocuidado, incentivando la importancia de dedicar tiempo a sus propias necesidades, reconocer sus emociones y validar su bienestar como prioridad.

Se fortalecieron sus factores protectores, como su empatía, capacidad de apoyo y sensibilidad social, orientando su uso de manera equilibrada, sin que esto implique descuidar su propio bienestar.

En la fase de cierre, se realizó una retroalimentación del proceso, donde el usuario manifestó comprensión frente a las orientaciones brindadas y disposición para implementar cambios en su comportamiento. Se establecieron compromisos enfocados en el fortalecimiento del autocuidado y el aprendizaje progresivo de establecer límites.

Como resultado de la intervención, se evidenció una actitud receptiva, reflexiva y con



DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS
SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD
Proceso Gestión de Asistencia Técnica
Plan de Intervenciones Colectivas
Ficha Metodológica Plan de Intervenciones Colectivas – PIC



disposición al cambio, reconociendo la importancia de priorizar su bienestar y fortalecer habilidades que le permitan desarrollar relaciones más saludables.

Firma

Wilson Alberto Agudelo George
Psicologo Pic