| Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC | |
|---|---|
| Municipio | Guatavita |
| Lugar | IED PIO XII |
| Fecha | 19 Marzo 2026 |
| Tema | Reparación del vínculo afectivo tras situaciones difíciles, cómo reconstruir la confianza después de gritos, golpes o conflictos - Gestión emocional en familia, reconocer y expresar emociones sin agredir ni reprimir. |
| Entorno | Educativo |
| Objetivo | Realizar procesos de información y educación con padres, madres y cuidadores de niños, niñas y adolescentes, a quienes debe dirigir jornadas de capacitación denominadas "Puentes de Amor: Construyendo vínculos sanos" abordando los siguientes temas: |
| RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos): | Linda Estefania Baron Angel |
| Número Documento de identidad del responsable de la actividad | C.C 1016031163 |
| Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091. | |

**Desarrollo de la Actividad**

1. **Descripción de la población asistente**

La actividad Reparación del vínculo afectivo tras situaciones difíciles se realiza con 15 padres, madres y cuidadores de estudiantes de la institución educativa PIO XII, sedes rurales en el municipio de Guatavita

Entre los asistentes, se encuentran 3 hombres y 12 mujeres entre los 30 y los 50 años, 6 pertenecientes a entorno rural y 9 pertenecientes a entorno urbano o centro. Dentro del espacio no se encontraban personas con enfoque diferencial, discapacidad o población vulnerable.

2. **Metodología de la actividad realizada**

La actividad se desarrolló bajo un enfoque participativo, reflexivo y experiencial, integrando elementos de la educación para la salud mental y la psicología comunitaria.

Se implementaron las siguientes estrategias metodológicas:

- **Psicoeducación:** A través de la socialización de conceptos teóricos de manera clara y accesible.
- **Ejercicios prácticos:** Se realizaron actividades de identificación emocional, técnicas de autorregulación (respiración consciente y pausa emocional) y ejercicios de comunicación asertiva.
- **Role-playing:** Representación de situaciones cotidianas familiares que permitieron a los participantes ensayar respuestas más empáticas y reguladas frente a conflictos.
- **Reflexión grupal:** Espacios de diálogo donde los asistentes compartieron experiencias personales, facilitando el aprendizaje significativo.

**2.1 Actividad lúdica de inicio**

La sesión inició con una actividad rompehielo denominada *"El termómetro emocional"*, en la cual se invitó a los participantes a identificar y expresar cómo se encontraban emocionalmente al inicio del encuentro. Para ello, se dispuso de tarjetas con diferentes emociones (alegría, tristeza, enojo, frustración, calma, entre otras), y cada participante seleccionó aquella que representaba su estado emocional, compartiendo voluntariamente las razones de su elección.

Esta actividad permitió generar un ambiente de confianza, favorecer la apertura emocional y promover la identificación de emociones propias, constituyéndose en un primer acercamiento a la temática central del taller.

**2.2 Explicación del tema**

Posteriormente, se realizó la exposición del tema **"Reparación del vínculo afectivo tras situaciones difíciles"**, abordando la importancia de fortalecer las relaciones familiares a través de la comunicación asertiva, la empatía y la gestión emocional.

Se profundizó en conceptos clave como:

- Vínculo afectivo y su impacto en el desarrollo emocional de los hijos.
- Importancia de la reparación emocional después de conflictos familiares.

- Estrategias para la validación emocional y el restablecimiento de la confianza.
- Rol del adulto como modelo en la regulación emocional.

Asimismo, se enfatizó en la necesidad de reconocer los errores dentro de la crianza como oportunidades de aprendizaje, promoviendo prácticas de disculpa, escucha activa y establecimiento de límites desde el respeto, en coherencia con un enfoque de crianza consciente y no violenta.

**2.3 Descripción del material didáctico utilizado**

Para el desarrollo de la actividad se emplearon diversos recursos pedagógicos y lúdicos que facilitaron la comprensión y apropiación de los contenidos:

- Presentación en **PowerPoint**, utilizada como apoyo visual para la explicación de los conceptos centrales (vínculo afectivo, comunicación asertiva, gestión emocional y reparación emocional).
- Material para dinámicas de role-playing (situaciones escritas).
- Marcadores y elementos de apoyo visual para la facilitación de la actividad.

Estos materiales permitieron dinamizar la sesión, fomentar la participación activa y facilitar el aprendizaje significativo en los asistentes.

**2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.**

Durante el desarrollo de la actividad, los participantes manifestaron interés y realizaron preguntas orientadas a la aplicación práctica del tema, entre las cuales se destacan:

- ¿Cómo puedo conectar con mi hijo si siento que ya no me escucha o me ignora?
- ¿Qué hacer cuando mi hijo reacciona con rabietas o enojo constante?
- ¿Cómo poner límites sin dañar el vínculo con mi hijo?
- ¿Qué hago si no tengo mucho tiempo, pero quiero fortalecer la relación con mi hijo?
- ¿Cómo ayudar a mi hijo a expresar lo que siente sin obligarlo a hablar?

## 3. Conclusiones y recomendaciones

La actividad facilitó la reflexión en los padres sobre la importancia del tiempo de calidad como un elemento fundamental para el fortalecimiento del vínculo afectivo y el desarrollo emocional de sus hijos.

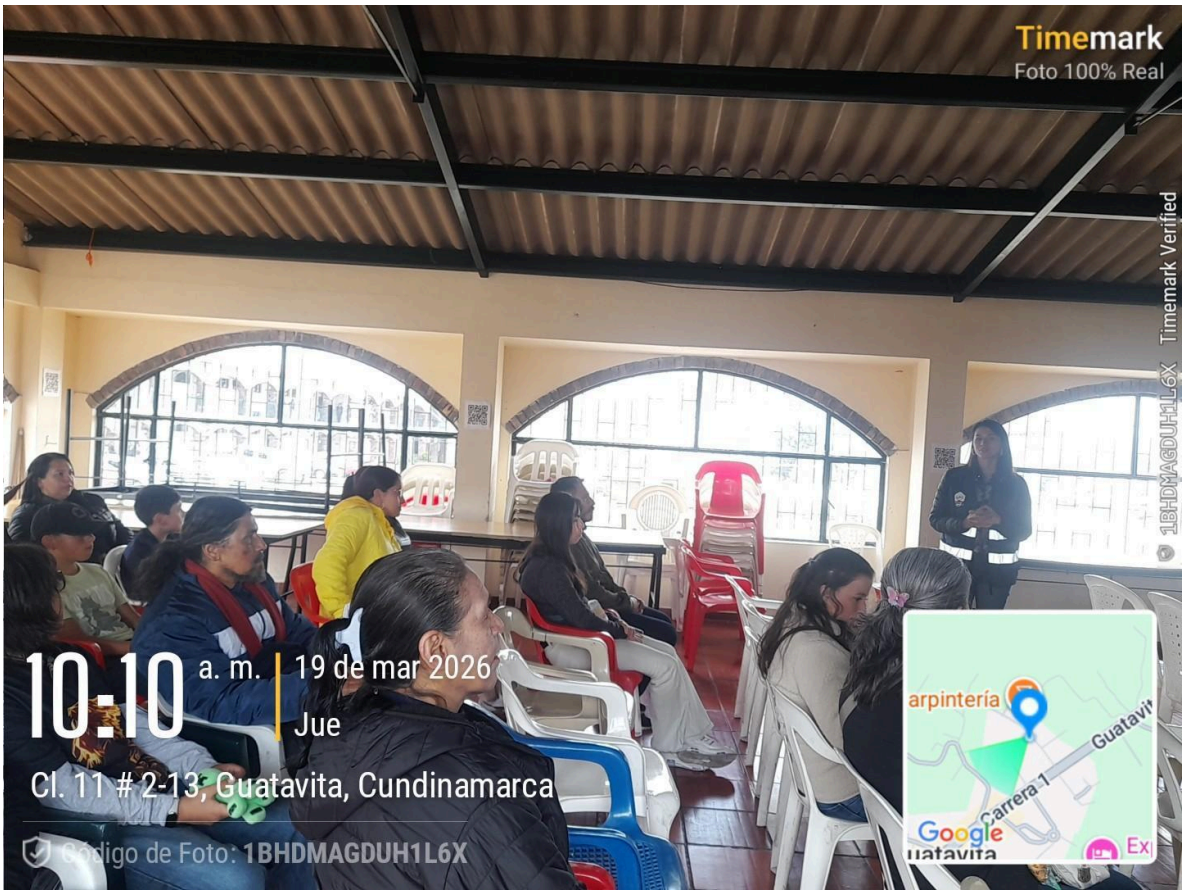
Se promovió la toma de conciencia frente al impacto que tienen las prácticas de crianza en la regulación emocional y el comportamiento infantil, reconociendo la necesidad de priorizar la conexión antes que la corrección.

Los participantes lograron identificar estrategias prácticas para mejorar la comunicación y el vínculo con sus hijos, destacando el juego como una herramienta clave de interacción y expresión emocional.

4. **Registro fotográfico**



| | | |
|---|---|---|
| Gobernación de Cundinamarca | PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD<br>GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA | Código: M-PDS-GSP-FR-029 |
| | | Versión: 02 |
| | Información de Actividades PIC | Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025. |



| | | |
|---|---|---|
| Gobernación de Cundinamarca | PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD<br>GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA | Código: M-PDS-GSP-FR-029 |
| | | Versión: 02 |
| | Información de Actividades PIC | Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025. |



| | | |
|---|---|---|
| Gobernación de Cundinamarca | PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD<br>GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA | Código: M-PDS-GSP-FR-029 |
| | | Versión: 02 |
| | Información de Actividades PIC | Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025. |