Gobierno de ANSERMA | Salud y Desarrollo Social	**ACTA No. 3**	HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL ANSERMA · CALDAS

NOMBRE DE LA REUNIÓN: SEGUIMIENTO

CIUDAD Y FECHA: ANSERMA CALDAS 17 DE ABRIL DE 2026

LUGAR: INSTITUCION EDUCATIVA DE OCCIDENTE

TEMAS:

- Reconociendo mis fortalezas y mi proyecto de vida

NOMBRE DEL USUARIO: VALERY ALEXANDRA VINASCO

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:

- Promover el fortalecimiento de la autoestima mediante el reconocimiento de capacidades personales y la consolidación de metas orientadas al bienestar.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Durante la intervención individual se orientó un espacio de reflexión enfocado en el reconocimiento de fortalezas, intereses y objetivos personales. Inicialmente se invitó a la usuaria a identificar actividades, habilidades y características positivas que considera importantes en su vida, favoreciendo la construcción de una visión más equilibrada sobre sí misma.

Posteriormente, se exploraron sus metas académicas, personales y familiares, promoviendo la reflexión acerca de las decisiones que favorecen el cumplimiento de dichos objetivos. Se trabajó en la identificación de factores protectores que fortalecen su capacidad para mantenerse enfocada en su proyecto de vida y en la importancia de tomar decisiones alineadas con sus valores personales.

Asimismo, se abordó el papel de las emociones en la toma de decisiones, orientándola a reconocer cómo determinados estados emocionales pueden influir en sus comportamientos y promoviendo estrategias de regulación emocional que favorezcan respuestas más adaptativas.

CONCLUSIONES

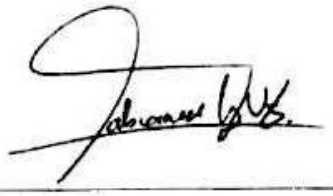
La actividad permitió que la usuaria reflexionara sobre la importancia de construir un proyecto de vida basado en decisiones saludables, fortaleciendo la identificación de metas personales,

intereses y capacidades que representan factores protectores para su bienestar. Asimismo, logró reconocer la importancia de mantener conductas coherentes con sus objetivos y expectativas.

Durante el proceso desarrollado a lo largo de los tres encuentros, se observaron avances significativos en el reconocimiento de fortalezas personales y en la construcción de una percepción más positiva de sí misma. La usuaria mostró una mayor capacidad para identificar emociones, comprender la influencia que estas ejercen sobre sus decisiones y analizar de manera más consciente las situaciones que pueden representar riesgos para su bienestar. Igualmente, fortaleció habilidades relacionadas con la regulación emocional, la reflexión personal y el autocuidado.

Se concluyó que la usuaria presentó avances en autoestima, autoconocimiento y fortalecimiento de factores protectores, evidenciando una mayor capacidad para tomar decisiones responsables y orientadas al cumplimiento de sus metas personales.

ASISTENCIA

NOMBRE	CARGO/DEPENDENCIA/ ENTIDAD	FIRMA
NOMBRE DEL PADRE DE FAMILIA O PERSONA BENEFICIANA YESICA ANDREA VINASCO		
NOMBRE PROFESIONAL EJECUTOR FABIANA LÓPEZ VELÁSQUEZ	**PSICOLOGA**	
NOMBRE COORDINADOR PIC VALENTINA OCAMPO HERRERA	**COORDINADORA PIC**	