ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Página: 1 de 1

Fecha de ejecución:	03	04	2024		
Unidad Operativa:	Cuidado Transitorio Samper Mendoza				
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable				
Línea de Atención:	Participación		Profesional a cargo:	Diana Pineda - Psicóloga	
Nombre de la actividad:	Las emociones no justifican las conductas.				

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Fortalecer prácticas de estilo de vida saludable desde las actitudes, valores y comportamientos de las personas mayores que participen en el CCT Samper Mendoza, para transformar imaginarios y así mejorar su calidad de vida en todas las dimensiones biológicas, cognitivas, afectivas, mentales y de esta manera obtener una vejez activa.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Desarrollar la capacidad para relacionarse con uno mismo y con los otros de forma satisfactoria para uno mismo y para los demás.
2. Desarrollar el control de la impulsividad.
3. Adquirir estrategias de relajación y bienestar, esto con el fin de favorecer el clima afectivo al interior de la unidad operativa.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se dará inicio a la actividad con un cordial saludo a las personas mayores y se les realizara la invitación voluntaria a participar en la actividad que tiene como nombre: Las emociones no justifican las conductas, se ubicaran sillas y se dispondrá el espacio ampliamente para estar cómodos.
MOMENTO CENTRAL	Se desarrollará la actividad de acuerdo a la dimensión vivir como se quiere en la vejez de la política pública, se brindará una breve contextualización sobre el objetivo de la actividad, y se les indicará que las emociones tienen un papel esencial sobre nuestra conducta y son inherentes al ser humano ya que cumplen una función vital para la adaptación, la supervivencia y las relaciones sociales. En psicología, se define la conducta como “el conjunto de respuestas, bien por presencia o por ausencia, que mostramos a nuestro entorno o mundo de estímulos. Esa conducta puede ser consciente o inconsciente, voluntaria o involuntaria, según las circunstancias que la rodeen.” (José Bleger, 1977). Las emociones son muy importantes en nuestras vidas, ya que nos ayudan a conocernos interiormente. Nos informan de cómo vivimos en nuestro interior y lo que sucede a nuestro alrededor, lo cual nos permite conocernos mejor y satisfacer nuestros deseos y necesidades y entender por qué nos sentimos cada día de manera diferente.
MOMENTO FINAL	Seguido a esto se desarrollara una actividad, la cual se desenvolverá por medio de las emociones: 1. En una cartelera encontraran las siguientes emociones: Me enoja…; me causa tristeza…, me causa miedo… y me preocupa… 2. La persona mayor pasara voluntariamente y escogerá alguna o todas las emociones mencionadas anteriormente, esto con el fin que nos puedan nombrar un poco sobre qué situación es la que más lo enoja y de qué manera está permitido actuar ante dicha emoción y de qué manera no está permitido actuar. 3. Los profesionales que están de turno también tendrán el espacio para compartirnos su experiencia frente a las emociones, dado se identifica que las personas mayores muestran agrado por las actividades donde se involucran las personas del talento humano.

RECURSOS

* Personas mayores	Computador
* Personas del talento humano	Sillas

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Antes de iniciar la dinámica se da un espacio para preguntar a las personas mayores que entienden por emociones, donde se identifica que a través de los diferentes encuentros relacionado con esta temática las personas mayores lograr adquirir conocimiento sobre este término. Como resultados tenemos que del 100% de las personas mayores que asistieron al servicio del Centro Cuidado transitorio Samper Mendoza, en la actividad participó el 38%, lo que corresponde a 19 personas de 50 asistentes al servicio, los cuales lograron disfrutar de un espacio de esparcimiento y un ambiente nutrido de saberes, identificando que las emociones son estados de ánimo caracterizados por sentimientos, sensaciones o pensamientos, reconociendo que las emociones nos sirven para comunicarnos con los demás y que no hay emoción que justifique una mala acción. Se usa el medio de evaluación donde se observa que el 100% de las personas mayores participantes refieren agrado, interés y motivación por el desarrollo de la actividad.

Logros: Se logra generar un espacio de dialogo y de experiencias a través de las emociones.

Dificultades: No se evidencian dificultades en el desarrollo de la actividad.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: Diana Pineda Fecha: 03/04/2024	Las emociones no justifican las conductas.
	
	