FICHA DE INTERVENCIÓN FAMILIAR

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Fecha: 13 MAYO

Familia: ARANGO

Responsable: PAULA JULIANA NOREÑA

Asistentes al encuentro:
MARÍA ESPERANZA ARANGO

MOTIVO DE INTERVENCIÓN

CIERRE DE PROCESO DE FORTALECIMIENTO EMOCIONAL ORIENTADO A LA IDENTIFICACIÓN Y MANEJO DE CARGAS EMOCIONALES

OBJETIVO

CONSOLIDAR LAS HERRAMIENTAS ADQUIRIDAS DENTRO DEL PROCESO PARA EL MANEJO SALUDABLE DEL ESTRÉS, LA REGULACIÓN EMOCIONAL Y EL FORTALECIMIENTO DEL BIENESTAR PSICOLÓGICO

EJECUCIÓN DE LA INTERVENCIÓN

DURANTE EL PROCESO SE TRABAJÓ EN LA IDENTIFICACIÓN DE PREOCUPACIONES FAMILIARES Y CARGAS EMOCIONALES QUE GENERABAN AGOTAMIENTO. LA USUARIA RECONOCIÓ COMO LA TENDENCIA A PRIORIZAR CONSTANTEMENTE LAS NECESIDADES DE OTROS HABÍA CONTRIBUIDO AL DETERIORO DE SU BIENESTAR EMOCIONAL. SE FORTALECIERON LA EXPRESIÓN EMOCIONAL, LA IDENTIFICACIÓN DE NECESIDADES PERSONALES, EL RECONOCIMIENTO DE LÍMITES SALUDABLES Y ESTRATEGIAS DE AUTOCUIDADO. SE PROMOVIÓ TAMBIÉN LA IMPORTANCIA DE SOLICITAR AYUDA CUANDO FUERA NECESARIO. MANIFESTÓ SENTIRSE MÁS TRANQUILA AL PODER EXPRESAR PREOCUPACIONES ANTERIORMENTE GUARDADAS Y RECONOCIÓ LA UTILIDAD DE LAS HERRAMIENTAS APRENDIDAS PARA AFRONTAR EL ESTRÉS DE MANERA MÁS SALUDABLE

ESTRATEGIAS Y TÉCNICAS DE INTERVENCIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO FAMILIAR

ESCUCHA ACTIVA - VALIDACIÓN EMOCIONAL - IDENTIFICACIÓN DE CARGAS EMOCIONALES - PSICOEDUCACIÓN EN AUTOCUIDADO - REGULACIÓN EMOCIONAL - ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO SALUDABLE

Paula Noreña
FIRMA DEL PROFESIONAL

Mª Esperanza A
FIRMA DEL USUARUIO

Scanned with CamScanner


13 may. 2026 1:41:22 p.m.
5° 11' 52" N 75° 33' 58" W
Caldas,Neira,Neira,Aguacatal - La Estrella