Palabra Memoria

CONVENIO DE ASOCIACIÓN No 452-26 SUSCRITO ENTRE EL DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO DE LA PRESIDENCIA DE LA REPÚBLICA Y FUNDACIÓN CON UN FIN SOCIAL

fundación con un fin Social

FICHA DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL INDIVIDUAL

Proyecto: "Tejiendo Palabras, Tejiendo Memorias"

Objetivo general:
Desarrollar procesos de acompañamiento psicosocial individual orientados al fortalecimiento del bienestar emocional, la contención emocional, el fortalecimiento de vínculos familiares y redes de apoyo, y la promoción de estrategias de afrontamiento en población víctima del conflicto armado.

SESIÓN 1 – VALORACIÓN Y EXPLORACIÓN PSICOSOCIAL

1. Información general

Fecha: 9 de Mayo	Lugar/Territorio: Carmen de Bolívar	
Nombre del Participante: Josel ntes Benavidez		Teléfono: 3205247774
Sexo: F ___ M X	Escolaridad: Bachiller	Ocupación: Independiente
Grupo Poblacional: Niño/a ___ Adolescente ___ Adulto X Adulto Mayor ___		
Condición de víctima: SI X No ___	Edad: 49 años	F. Nacimiento: 02/11/1976
Enfoque diferencial (si aplica) ___ Étnico ___ Discapacidad ___ Género ___ Otro: ___		
Profesional que atiende: María Angélica Gómez Díaz		

2. Motivo de atención (Origen del acompañamiento)

Orientación sobre regulación de emociones.

3. Exploración de la historia personal y emocional

¿Cómo se ha sentido últimamente?
He he sentido tranquilo.

¿Qué situaciones difíciles ha vivido que aún le afecten emocionalmente?
Ninguna.

En caso de población víctima, ¿Cómo han impactado las experiencias relacionadas con el conflicto armado en su vida o en su familia?
los cambios de territorio, el fallecimiento de familiares.

4. Dinámica familiar y vínculos

¿Con quién(es) vive actualmente, cómo describe la convivencia y las relaciones familiares?
Esposa, 1 hija, 2 nietos, tenemos buena relación.

¿Existen situaciones de conflicto o distanciamiento familiar? ¿Cuáles?
No.

¿Cómo son sus relaciones con otras personas (vecinos, amigos, comunidad)?
Tengo relaciones cordiales

¿Cómo se siente en su territorio o comunidad?
Me siento bien.

5. Relaciones sociales y entorno

¿Qué situaciones de riesgos identifica en su entorno y cómo le afectan?
la dragueción, puede afectar a las generaciones siguientes como mis nietos.

¿Qué situaciones en su entorno ha enfrentado que le generen preocupación, tristeza, miedo o malestar y afecten su bienestar o el de su familia?
discordias con el esposo de mi hija.

6. Recursos y capacidades

¿Qué cosas le han ayudado a afrontar momentos dificiles?
Le comunico mis situaciones a mi esposo.

¿Cuenta con Redes (Personas instituciones o espacios de apoyo) a nivel personal, familiar y/o comunitario? ¿Cuáles?

Personal: Esposa.

Familiar: Hija - Hermana

Comunitario: Amigos

Observaciones del profesional (Actitud, estado emocional, coherencia del discurso, lenguaje no verbal, factores de riesgo identificados): Tranquilo, discurso coherente lenguaje claro y preciso.

Orientación y acciones realizadas en la sesión (marque con una X)

Contención emocional ( )	Estrategias de afrontamiento ( )
Escucha activa (X)	Activación de redes de apoyo ( )
Orientación psicosocial (X)	Orientación para acceso a servicios ( )
Fortalecimiento de vínculos ( )	

Observaciones finales de la atención (técnicas utilizadas en la sesión):

Firmas

Josè Alexander Mairoe
Firma del participante

Firma del profesional

Tejiendo Palabra, Memoria

Consejería Presidencial para la Reconciliación Nacional

Fundación con un fin Social

SESIÓN 2 – PROFUNDIZACIÓN Y ORIENTACIÓN PSICOSOCIAL

1. Seguimiento emocional y evolución
Desde el último encuentro, ¿cómo se ha sentido? Estabilización en el estado anímico, Refiere mayor Consciencia sobre los momentos de desregulación emocional,
¿En qué ha cambiado algo en su situación o en su forma de ver lo que está viviendo? Muestra apertura para modificar sus respuestas automáticas, y busca alternativas para no dejarse llevar por sus emociones
2. Profundización en experiencias y contención emocional
¿Qué situaciones le generan mayor carga emocional actualmente? Ocasionalmente incertidumbre laboral, la cual actúan como detonante de respuestas de desbordamiento emocional o reactividad.
¿Cómo ha manejado esas emociones o situaciones? A veces me desespero mucho pensando en las situaciones que me pueden generar el no tener empleo estable, ocasionalmente me encierro y no quiero hablar con nadie
¿Siente que ha podido expresar lo que siente? ¿Por qué? No siempre, me cuesta mucho decir las cosas, siento que si hablo de esto en mi casa voy a preocupar más a mi familia entonces me guardo el estrés y frustración
3. Fortalecimiento de vínculos y redes
¿Qué personas han sido importantes en su proceso? Mi familia ha sido mi apoyo porque intentan darme ánimos, pero este espacio de orientación ha sido clave.
¿Qué le gustaría mejorar en sus relaciones familiares o personales? Me gustaría mejorar la comunicación, aprender a decirles que estoy estresado sin necesidad de miedos.
4. Estrategias de afrontamiento
¿Qué podría empezar a hacer para sentirse mejor o manejar las dificultades? Empezar por organizar mi día para no pasar todo el tiempo pensando en lo mismo, también cuando me entre la angustia de pensar en lo que viene.
¿Qué apoyo considera que necesita en este momento a nivel emocional? Necesito seguir utilizando herramientas de autocontrol para la angustia, y tener una guía para mantener la motivación

Tejiendo Palabra Memoria

Consejería Presidencial para la Reconciliación Nacional

Fundación con un fin Social

Orientación y acciones realizadas en la sesión (marque con una X)

Fortalecimiento de vínculos familiares (X)	Estrategias de afrontamiento ( )
Disminución de conductas de riesgo ( )	Fortalecimiento de redes de apoyo (X)
Contención emocional ( )	Resignificación de experiencias ( )
Ejercicio de ciudadanía ( )	

Observaciones del profesional (Evolución, nivel de conciencia emocional, cambios en discurso, disposición, factores de riesgo o protección): Presenta sintomatología ansiosa por factores directamente asociados a factores estresores del entorno, demuestra nivel de conciencia adecuado. Discurso centrado.
Acuerdos del atendido y recomendaciones brindadas Se realiza psicoeducación sobre la ansiedad por incertidumbre Se recomienda aplicar técnicas de respiración diafragmática en crisis de angustia.
Compromisos del participante: Me comprometo a establecer horarios para el manejo de mis pendientes aplicar la pausa respiratoria, cuando esté abrumado.
Remisión o articulación institucional (si aplica):
Valoración final del profesional Sesión focalizada en la regulación emocional frente a estresores socioeconómicos logra canalizar su angustia y estructurar un plan de contingencia emocional inmediato.

Nivel de afectación psicosocial: Bajo X **Medio** ___ **Alto** ___

¿Requiere seguimiento? Sí ___ **No** X

Firmas

José Bermúdez G.

Firma del participante

Firma del profesional