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: 5 de Mayo	Lugar/Territorio: Carmen de Bolivar	
Nombre del Participante: Yamileth Alvarez S.		Teléfono: 3011727081
Sexo: F X M ___	Escolaridad: 11°	Ocupación: Estudiante
Grupo Poblacional: Niño/a ___ Adolescente ___ Adulto X Adulto Mayor ___		
Condición de víctima: SI ___ No ___	Edad: 21	F. Nacimiento: 13/06/2004
Enfoque diferencial (si aplica) ___ Étnico ___ Discapacidad ___ Género ___ Otro: ___		
Profesional que atiende: María Angelica Gomez Diaz		

2. Motivo de atención (Origen del acompañamiento)

Para desahogarme emocionalmente. Por separación con la pareja.

3. Exploración de la historia personal y emocional

¿Cómo se ha sentido últimamente?
Bien

¿Qué situaciones difíciles ha vivido que aún le afecten emocionalmente?
La separación con mi pareja.

En caso de población víctima, ¿Cómo han impactado las experiencias relacionadas con el conflicto armado en su vida o en su familia?
Por el desplazamiento.

4. Dinámica familiar y vínculos

¿Con quién(es) vive actualmente, cómo describe la convivencia y las relaciones familiares?
Abuela, abuelo 42 hijos, buenas relaciones

¿Existen situaciones de conflicto o distanciamiento familiar? ¿Cuáles?
La separación con mi esposo.

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

¿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?
Ninguna.

¿Qué situaciones en su entorno ha enfrentado que le generen preocupación, tristeza, miedo o malestar y afecten su bienestar o el de su familia?
Ninguna

6. Recursos y capacidades

¿Qué cosas le han ayudado a afrontar momentos difíciles?
Tus abuelos y mamá.

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

Personal: Abuelos

Familiar: Mamá

Comunitario:

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

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

Yamileth Alvarez.
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? Siempre días difíciles Por la angustia Por el bienestar de mis hijos. y
¿En qué ha cambiado algo en su situación o en su forma de ver lo que está viviendo? He empezado a entender que la separación y a es Un hecho y que culparme o desgastarme pensando en lo que fue no me ayuda
2. Profundización en experiencias y contención emocional
¿Qué situaciones le generan mayor carga emocional actualmente? En la crianza y el cuidado diario de mis hijos, Sentir toda la carga, también me genera mucha tensión los momentos en que debo interactuar con mi ex pareja.
¿Cómo ha manejado esas emociones o situaciones? Muchas veces lloro y cuando me siento sobre cargada respiro Profundo o intento distraerme unos minutos
¿Siente que ha podido expresar lo que siente? ¿Por qué? No del todo, siento que ante mi familia y mis hijos debo mostrarme fuerte, solo en este espacio psicosocial he podido desahogarme de verdad.
3. Fortalecimiento de vínculos y redes
¿Qué personas han sido importantes en su proceso? Mi abuela, amigas cercanas.
¿Qué le gustaría mejorar en sus relaciones familiares o personales? Me gustaría aprender a pedir ayuda de manera directa sin sentir que soy una carga para los demás
4. Estrategias de afrontamiento
¿Qué podría empezar a hacer para sentirse mejor o manejar las dificultades? Organizar una red de apoyo mutuo con otras madres o familiares, implementar técnicas de autoregulación emocional.
¿Qué apoyo considera que necesita en este momento a nivel emocional? Pautas específicas de crianza positiva para no descargar mis niveles de estrés o frustración en los niños

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

Observaciones del profesional (Evolución, nivel de conciencia emocional, cambios en discurso, disposición, factores de riesgo o protección): Inicia la sesión mostrando alta necesidad de desahogo y movilización afectiva. alta motivación intrinseca de futura monoparental.

Acuerdos del atendido y recomendaciones brindadas

" Me comprometo a no asumir toda la carga yo solo y pedir apoyo a mi red cercana cuando me sienta agotada.

Compromisos del participante:

Utilizar técnicas de externalización del estres destinar por lo menos 15 minutos al día para mi propia calma y respiración.

Remisión o articulación institucional (si aplica):

Valoración final del profesional Muestra recursos reflexivos valiosos para la resignificación de su nueva estructura familiar.

Nivel de afectación psicosocial: Bajo ___ Medio X Alto ___

¿Requiere seguimiento? Sí ___ No ___

Firmas

Yamileth Alvarez

Firma del participante

Firma del profesional