

SOCIEDAD BENEFICENCIA CHICLAYO  
Trámite Documentario  
10 SET. 2018  
Hora: 09:48  
Firma: [Firma]

**INFORME N°05-2018- PSCRDRM-GAPS-SBCH**

Lic. VICTORIA PAREDES CERNA.  
Gerente de Asistencia y Promoción Social

SOCIEDAD BENEFICENCIA CHICLAYO  
SECRETARIA - GERENCIA  
10 SEP 2018  
FIRMA:

**ASUNTO :** Remito actividades realizadas en Casa Refugio "Dorita Rivas Martino".  
**FECHA :** Chiclayo, 07 de setiembre de 2018

Mediante el presente me dirijo a Usted para expresarle un cordial saludo y a la vez hacerle llegar a su despacho las actividades realizadas con las albergadas de la Casa Refugio "Dorita Rivas Martino"; la cual detallo a continuación según las siguientes áreas:

**PROCESO DE EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO PSICOLÓGICO:**

- En Casa Refugio "Dorita Rivas Martino"; se ha evaluado a 11 albergadas mediante la entrevista, observación y aplicación de instrumentos psicológicos, con la finalidad de descartar trastornos o psicopatologías; teniendo como resultado en su gran mayoría presentan indicadores psicológicos de afectación emocional compatibles a hechos de violencia familiar, maltrato físico, psicológico y/o sexual.
- Se desarrolló sesiones de intervención psicológica y terapéutica individual y grupal con las albergadas abordando sus problemas y necesidades emocionales; obteniendo una mejoría significativa; logrando restablecer un 70% su estabilidad emocional en los siguientes aspectos:
  - o Adecuado nivel de autoestima.
  - o Conocimiento e importancia de los valores esenciales de la vida.
  - o Seguridad en sí mismas.
  - o Expresan adecuadamente sus pensamientos, sentimientos y emociones.
  - o Adecuada capacidad de empatía.
  - o Adecuado control de sus impulsos.
  - o Conocimiento que sus ideas y pensamientos tienen origen de sí mismo.
  - o Capacidad de relacionarse y comunicarse asertivamente.
  - o Respeto y valoración hacia los demás.
  - o Habilidad para resolver conflictos y problemas cotidianos.
  - o Tolerancia a la frustración.
  - o Manejo adecuado de los niveles de estrés.
  - o Organizar mejor su tiempo.

- Participación activa en el desarrollo de diversas actividades.
  - Comportamiento adecuado en su sistema e identificado con su rol sexual.
- Así mismo; se efectuó técnicas de origami, rutina de gimnasia corporal, apoyo en la supervisión del cumplimiento de deberes de las albergadas y supervisión del bienestar y confort de todas las albergadas dentro del horario de trabajo.
  - Se brindó consejería en salud mental a los familiares de las albergadas en horario de visita; con la finalidad de mejorar los niveles de comunicación, sus relaciones y comportamientos en beneficio de las albergadas.
  - Se elaboró informes psicológicos y evolutivos de su estado emocional y conductual de cada una de las albergadas.

### **ÁREA DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN EN SALUD MENTAL**

Se desarrolló charlas formativas y talleres vivenciales con el objetivo de promover comportamientos y entornos saludables que contribuyan a la mejora de salud mental. Con una duración de 90 minutos por cada sesión aproximadamente. (ver anexo N°1).

### **OTRAS ACTIVIDADES:**

- Se realizó charla formativa "Agotamiento laboral" y "Trabajo en equipo" con la participación del personal de vigilancia que labora en Casa Refugio "Dorita Rivas Martino".
- Entrevista y orientación con cada una de las Sra. Vigilantes.
- Permanente comunicación con las Sra. Vigilantes para el cuidado, prevención y bienestar de las albergadas.
- Se desarrolló charla "Agotamiento laboral" con el personal auxiliar de cocina de los Centros de Programas Sociales y Comedor popular de la Sociedad de Beneficencia Chiclayo.
- Se llevó a cabo la charla por el día del maestro sobre "Agotamiento laboral" dirigido al personal docente de la I.E.P "Vicente de la Vega" y Centro de Programas Sociales.
- Apoyo en la supervisión y desarrollo de tareas escolares de los niños beneficiarios de los Centro de Programas Sociales.
- Supervisión del bienestar y confort de todos los beneficiarios dentro del horario de trabajo.
- Apoyo en jornadas médicas realizadas por la Sociedad de Beneficencia Chiclayo.



ACTIVIDADES CON EL ADULTO MAYOR:

- Se desarrolló charlas formativas por el Día del Adulto Mayor denominada "Mitos y Realidades en la Tercera Edad".
- Se realizó dinámicas de integración con los adultos mayores beneficiarios de los Centros de Programas Sociales con motivo de celebrar el Día del Adulto Mayor Sin otro particular, quedo de Usted.

Atentamente;

  
Ψ COLEGIO DE PSICÓLOGOS DEL PERÚ  
Lic. Katya J. Díaz Saldaña  
CPSP 20787



Cc:  
Gerencia  
Archivo

Anexos:  
Resumen de actividades.  
Fotos.

**CUADRO RESUMEN DE SESIONES TERAPEÚTICAS DEL  
PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL**

FASE	Nº DE SESIONES	TITULO	OBJETIVO	O. LOGRADO
<b>I MOTIVACIÓN POR EL CAMBIO</b>	1. Aceptando mi Problema. 2. Valorándome mis talentos (componente intrapersonal). 3. Conviviendo con los demás (componente interpersonal). 4. Mi Autoestima. 5. La Familia.	¿Qué me afecta?  ¡Soy Talentosa! ¡Conviviendo en Grupo!  "Me Amo Mucho"  "Mi Soporte Familiar"	Contribuir a la formación integral de las albergadas desarrollando su concepto y conocimiento de sí mismo.	Se logró desarrollar las sesiones programadas; con la participación activa de las albergadas; por ende, se obtuvo un aprendizaje significativo.
<b>II INTERVENCIÓN PROPIAMENTE DICHA</b>	6. Culpabilidad y vergüenza. 7. Dominando nuestros pensamientos. 8. Conocer la Ansiedad. 9. Aprender a relajarse. 10. Manejo Social y Solución de problemas.	Mis Sentimientos  Yo Me lidero  Conociéndome  Relajándome  El Control Lo Tengo Yo	Generar en las albergadas sentimientos de valoración.	
<b>III RESOLUCIÓN CONDUCTUAL</b>	11. Disfrutar nuestro tiempo. 12. Independencia Económica. 13. Siguiendo Página 14. Algo que contar 15. Afrontamiento Sin Anestesia.	Aprovecho Mi Tiempo  Me doy mi espacio  Mi Presente  Mi Futuro  Me Siento Viva	Vivenciar lo positivo de nuestros pensamientos.	



## RESUMEN DE SESIONES DE TERAPIA GRUPAL

**OBJETIVO:** Disminuir los síntomas de depresión que presentan las albergadas, implementando estrategias para mejorar y manejar adecuadamente sus emociones; y por ende ahondar sobre el tema de la terapia grupal como tratamiento para disminuir los niveles de depresión.

FASE	Nº DE SESIONES	TITULO	OBJETIVO	O. LOGRADO
<b>I GRUPO</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Introducción.</li> <li>2. Violencia familiar.</li> <li>3. Causas de la violencia familiar. Género.</li> <li>4. Porque las mujeres soportan la violencia. Autoestima.</li> </ol>	<p>Saberes . previos.</p> <p>¿Qué es la violencia familiar?</p> <p>Causas y consecuencias.</p> <p>Autoestima.</p>	<p>Identificar los factores y/o causas que generan la Violencia familiar.</p>	<p>Se logró desarrollar las sesiones programadas; con la participación activa de las albergadas; por ende, se obtuvo un aprendizaje significativo.</p>
<b>II GRUPO</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Expresar y manejar emociones y sentimientos.</li> <li>6. Una de las principales causas de la violencia. La depresión.</li> <li>7. Usando sus pensamientos como afectan nuestro estado de ánimo.</li> <li>8. Usando sus pensamientos para cambiar su estado de ánimo.</li> </ol>	<p>Mis sentimientos y emociones</p> <p>Yo me lidero</p> <p>Nuestros pensamientos</p> <p>Desahogo emocional</p> <p>El control lo tengo Yo</p>	<p>Aprender a expresar de manera clara y distinta las ideas centrales de su pensamiento al lidiar con situaciones que generan malestar emocional.</p>	
<b>III GRUPO</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>9. Pensamientos. Método ABCD.</li> <li>10. Como nuestras actividades afectan nuestro estado de ánimo.</li> <li>11. Metas a corto y largo plazo – Metas de la vida.</li> <li>12. Evaluación de mi proceso.</li> </ol>	<p>Trabajo con mis pensamientos.</p> <p>Actividades agradables.</p> <p>Mi presente y mi futuro.</p> <p>Imagen personal.</p>	<p>Describir su situación de su vida actual y concientización del rol de autoconducción.</p>	



**RESUMEN DE ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN EN SALUD MENTAL**

TEMA DESARROLLADO	OBJETIVO	LOGRO OBTENIDO
<p>“Conociendo mis derechos y practicando mis deberes” <b>(2 sesiones)</b></p>	<p>Promover el conocimiento y el respeto de los derechos del niño (a) y/o adolescente. Reconocer que los deberes de los niños (as) y/o adolescentes son también importantes para la construcción de la sociedad.</p>	<p>Se logró desarrollar las sesiones educativas programadas; con la participación activa de albergadas; por ende, se obtuvo un aprendizaje significativo.</p>
<p>“Practicando mi comunicación asertiva” <b>(2 sesiones)</b></p>	<p>Fortalecer el conocimiento e importancia de la comunicación asertiva. Proporcionar herramientas de comunicación que ayuden a mejorar y entender mejor a los demás.</p>	
<p>“Identificando y expresando mis emociones” <b>(2 sesiones)</b></p>	<p>Aprender a interiorizar forma de expresarse emocionalmente. Trabajar el vocabulario que permita conocer el nombre de varias emociones, las respuestas emocionales y físicas que conlleva y las situaciones que las provoca.</p>	
<p>“Reconociendo las consecuencias de una conducta agresiva”  <b>(2 sesiones)</b></p>	<p>Concientizar acerca de los comportamientos inadecuados y sus consecuencias. Desarrollar habilidades y competencias para la resolución de conflictos en el entorno en que se desenvuelven.</p>	
<p>“Mensajes internos para calmar la ira”  <b>(2 sesiones)</b></p>	<p>Identificar los diferentes tipos de agresión y las señales que lo caracterizan. Brindar estrategias y/o herramientas para minimizar el coraje ante situaciones que nos provoquen malestar emocional.</p>	
<p>“Identificando situaciones que me producen estrés” <b>(2 sesiones)</b></p>	<p>Identificar pensamientos distorsionados y los diferentes tipos de situaciones que provoquen estrés y como afectan en las emociones y conducta. Brindar técnicas de relajación profunda.</p>	



<p>"Autoinstrucciones" <b>(2 sesiones)</b></p>	<p>Desarrollar una autoconciencia emocional. Entrenar a los niños (as) y/o adolescentes impulsivos a hablarse así mismo para conseguir su autocontrol.</p>	<p>Se logró desarrollar las sesiones educativas programadas; con la participación activa de los beneficiarios; por ende, se obtuvo un aprendizaje significativo.</p>
<p>"Aprendiendo a convivir" <b>(2 sesiones)</b></p>	<p>Desarrollar conocimientos, habilidades, valores y actitudes en los usuarios, que contribuyan, por una parte, a su autoconocimiento y cuidado.</p>	
<p>"Acuerdos para una convivencia sana y pacífica" <b>(2 sesiones)</b></p>	<p>A aprender a descubrir al otro mediante el respeto, la aceptación y la valoración de su diversidad cultural, de opiniones y de estilos de vida.</p>	
<p>"Participando trabajo en equipo" <b>(2 sesiones)</b></p>	<p>Establecer reglas para mejorar la convivencia entre los usuarios.</p>	
<p>"Convivir es aceptar la diversidad" <b>(2 sesiones)</b></p>	<p>Aprender a convivir y aceptar la diversidad, de compartir con personas diferentes, sin distinciones de raza, religión o discapacidad.</p>	



CHARLA CON EL PERSONAL AUXILIAR DE COCINA Y COMEDOR POPULAR





**CHARLA CON PERSONAL DOCENTE DEL I.E.P "VICENTE DE LA VEGA Y CENTROS DE PROGRAMAS SOCIALES.**



## ACTIVIDADES ADULTO MAYOR

