



FundAnita IPS

Somos parte de la Solución

ACTIVIDAD: PROCESO PSICOTERAPÉUTICO

Nit: 830.110.098-4

FORMATO:
COMPROMISO POR LA VIDA

Versión 1/2018 Página: 1 de 1

410 9944 - 416 8924 / Carrera 70 D No. 48 A - 78 Normandía 1 / www.fundanita.com.co - www.fundanita.com.co / ips@fundanita.com

PROGRAMA	SERVICIOS EN PSICOLOGÍA CLÍNICA	AREA	CLÍNICA
FECHA DE REALIZACIÓN	Día	Mes	Año

COMPROMISO POR LA VIDA

Yo Karen Tatiana Sanchez Rodriguez CON CC: 1.012336499

HAGO UN COMPROMISO POR LA VIDA: EN CASO DE ESTAR EN CRISIS Y/O TENER PENSAMIENTOS SUICIDAS NO VOY A PROVOCARME DAÑO.

En este caso cumpliré los pasos A, B y C:

A. Ejecutar una acción que implique movimiento y necesite mi atención (Ejemplo: dar una vuelta o pasear, hacer ejercicio, etc). Se me ocurre:

1. hacer ejercicio
2. Salir a caminar
3. Orar.
4. Escribir

B. Hacer algo que me gusta o me gustaba (si te parece agradable ahora mismo o si no).

Se me ocurre:

1. Bailar
2. Escuchar música.
3. Leer.
4. Ver Película.

C. Llamar a quien me pueda escuchar, como

NOMBRE	TELÉFONO	¿QUIEN ES?
<u>Adriana Montaña</u>	<u>311 2724087.</u>	<u>Prima</u>
<u>Ange Sanchez</u>	<u>317 2649192</u>	<u>hermana.</u>
<u>Diana Fuerte</u>	<u>316 2972876</u>	<u>Amiga.</u>

Firma 