ESE HOSPITAL SAN JOSE

LINEA: SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

ESTRATEGIA: Educación y autoconocimiento: una mirada desde la salud, la diversidad y los derechos.

Nombre del profesional: LAURA PEÑA LOPEZ

Profesión: PSICOLOGA

Fecha de ejecución: 16 DE JULIO DE 2025

Lugar de la capacitación: BARRIO LA POCETA

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:
Taller Liderazgo y Participación: Fortaleciendo la Comunidad
2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:
Fortalecer las habilidades de liderazgo y participación de líderes comunitarios, brindándoles herramientas prácticas, emocionales y estratégicas que permitan empoderar a la comunidad LGBT y fomentar entornos sociales inclusivos, seguros y respetuosos. **Objetivos específicos** 1. Brindar pautas y estrategias sobre liderazgo comunitario con enfoque en diversidad. 2. Reconocer los desafíos físicos, emocionales y sociales que enfrentan líderes en contextos LGBT. 3. Promover el autoconocimiento, la autoaceptación y el empoderamiento como pilares del liderazgo. 4. Fomentar la colaboración entre líderes para construir comunidades más unidas y comprometidas con la inclusión.
3. CURSO DE VIDA
Población adulta, con énfasis en líderes comunitarios, agentes sociales y personas con influencia en redes barriales.
4. METODOLOGIA
La metodología implementada en el taller se construyó desde un enfoque participativo, vivencial y reflexivo, facilitado por una profesional en psicología, quien asumió el rol de guía emocional, formadora y dinamizadora del proceso. El objetivo fue generar un espacio

retador y seguro donde los líderes comunitarios no solo adquirieran herramientas para el liderazgo, sino que también conectaran con sus propios recursos internos, emociones y experiencias.

La jornada inició con una dinámica de apertura diseñada para promover la confianza grupal y el reconocimiento entre pares. Cada participante compartió brevemente su nombre, territorio de acción y motivación para liderar procesos en sus comunidades. Este ejercicio permitió identificar puntos en común, así como crear un ambiente propicio para el trabajo colaborativo.

Posteriormente, la psicóloga introdujo el tema central del taller: el liderazgo con enfoque inclusivo y su impacto en la promoción de derechos de la comunidad LGBT. A través de una breve exposición dialogada, se abordaron conceptos claves sobre liderazgo, tipos de liderazgo y participación ciudadana, destacando el papel del líder como agente de transformación y contención social.

La fase principal del taller consistió en una dinámica grupal tipo “retos por estaciones”. Los participantes se dividieron en equipos para recorrer diferentes estaciones temáticas, cada una con un desafío relacionado con el ejercicio del liderazgo en contextos reales: discriminación, baja participación, sobrecarga emocional, conflictos éticos, entre otros. En cada estación, debían reflexionar, dialogar y tomar decisiones grupales, promoviendo el análisis crítico y la construcción de soluciones desde la experiencia.

Una vez finalizado el recorrido por los retos, se desarrolló un espacio de reflexión emocional facilitado por la psicóloga. En este momento, se abordaron los efectos que tiene el liderazgo comunitario sobre la salud mental y física de quien lo ejerce, especialmente en contextos de alta carga emocional o exposición a la discriminación. Se hablaron abiertamente temas como el agotamiento, la frustración, el aislamiento o la desmotivación, y se brindaron pautas de autocuidado, validación emocional, manejo del estrés y construcción de redes de apoyo entre líderes.

El taller finalizó con un círculo de palabra en el que cada líder compartió un aprendizaje significativo, una emoción vivida durante la jornada y un compromiso concreto para aplicar lo aprendido en su comunidad. Este cierre buscó reforzar el sentido de propósito y responsabilidad social, así como consolidar los vínculos entre los asistentes.

La metodología, centrada en la experiencia, la reflexión crítica y el cuidado emocional, permitió que los participantes no solo fortalecieran sus competencias como líderes, sino que también se sintieran escuchados, valorados y acompañados en su labor cotidiana.

Resultados obtenidos:

1. **Participación activa del 100% de los líderes convocados: L**os 10 líderes comunitarios municipales asistieron y participaron de forma comprometida en todas

las actividades, demostrando interés genuino por fortalecer sus habilidades y reflexionar sobre su rol en la promoción de comunidades inclusivas.

2. **Apropiación de conceptos clave sobre liderazgo y diversidad:** A través de las estaciones de retos y el diálogo reflexivo, los participantes comprendieron la importancia del liderazgo con enfoque diferencial, identificando estilos de liderazgo y estrategias para fomentar la participación activa de la comunidad LGBT en espacios sociales y territoriales.
3. **Visibilización de los desafíos emocionales del liderazgo comunitario:** Gracias al acompañamiento de la psicóloga, se logró abrir un espacio de contención emocional donde los líderes expresaron experiencias personales vinculadas al agotamiento, la desmotivación o el rechazo. Esta apertura permitió reconocer la necesidad de incluir el autocuidado como parte esencial del ejercicio del liderazgo.
4. **Fortalecimiento del empoderamiento y autoconocimiento:** Las actividades promovieron la identificación de habilidades personales, la validación de trayectorias de liderazgo y la conexión con la motivación interna de cada participante. Esto se reflejó en una actitud más segura y empoderada al finalizar la jornada.
5. **Construcción de compromisos comunitarios concretos:** Al cierre del taller, cada participante formuló un compromiso escrito o verbal para implementar acciones en sus comunidades, orientadas a promover la inclusión, el respeto y la participación de personas con orientaciones sexuales e identidades de género diversas.
6. **Conformación de una red espontánea de líderes inclusivos:** Durante la jornada, los participantes manifestaron interés en continuar articulando esfuerzos entre territorios. Algunos compartieron contactos y acordaron futuras colaboraciones, lo cual representa una base importante para el seguimiento y continuidad del proceso.
7. **Alta satisfacción con la metodología empleada:** La mayoría de los asistentes valoraron positivamente el formato vivencial del taller, destacando el uso de retos como una herramienta creativa y eficaz para el aprendizaje, así como el acompañamiento cercano, humano y profesional de la psicóloga facilitadora.



_____

LAURA PEÑA LOPEZ
PSICOLOGA