PROYECTO	Esta Reconciliación la Escribimos juntos
Municipio	Florida valle
Nombre del profesional	Edwin Alexis Monroy Montoya
Cargo del profesional	Profesional en Reconciliación
Lugar	Casa lúdica
fecha	17 de marzo 2026
Hora de Inicio	9:00 a.m.
hora de finalización	12:00 a.m.
Ámbito del desarrollo del taller	Personal
Temática	Estrategias de afrontamiento – Proyecto de vida con enfoque transformador.
objetivo	Fortalecer estrategias de afrontamiento personales y colectivas que promuevan la reconciliación, la inclusión y la reconstrucción del tejido social. Reflexionar en torno a la importancia de un proyecto de vida que incorpore valores de reconciliación y transformación
Tiempo de Ejecución	3 horas

1. Descripción metodológica del Taller

Se inició la actividad con la presencia de todos los beneficiarios, donde se creó un ambiente de confianza e interacción al ser su segundo día de encuentro. Por solicitud de los participantes luego del saludo de bienvenida se inició con una oración a cargo del docente. A continuación se propició un espacio de reflexión colectiva en el que se invitó a los participantes a generar ambientes de respeto, convivencia armónica y eliminación de cualquier forma de violencia.

Estando todos o la mayoría iniciamos con una actividad rompehielos de la anterior clase sobre la resiliencia para hacer el empalme sobre el tema tratado el día anterior. Se realiza una mímica o un imaginario sobre que llevan una mochila invisible en sus hombros y espalda el cual ésta llena de cosas pesadas de su pasado o situaciones vividas y lo hacen en un círculo caminando luego van soltando todo para que se haga mas ligero y dejan la experiencia más significativa. Todos opinan al respecto.

Luego seguimos con una lectura (huevos, zanahoria y café) y se abre nuevamente el debate de la resiliencia para proseguir con las estrategias de afrontamiento para la reconciliación según sus diarios de vida de acuerdo a sus emociones, conciencia y salud emocional.

El docente orientador dicta una serie de estrategias que se deben de utilizar de acuerdo a la conceptualización dela caja de herramientas enfatizando en la salud emocional de los individuos presentes. Las estrategias favorables como la expresión emocional el ejercicio, la búsqueda de apoyo social entre otras se les da como herramienta para responder cuatro preguntas en dos grupos.

¿Qué situaciones difíciles enfrentamos en nuestros contextos? y ¿qué estrategias de afrontamiento se pueden utilizar de acuerdo con la intervención? Se abre el debate y todos responden las preguntas orientadas.

Se finaliza realizando como construir un proyecto de vida con enfoque transformador con dos textos en formas de diario personal (Diario emocional) (mi plan de acción personal) se realiza en hojas de blog impresas para cada uno.

2. **Descripción de Logros obtenidos durante la sesión de trabajo**

Se reconoció las situaciones de adversidad y conflicto o exclusión en los contextos cotidianos expresando las situaciones de vida vividas por cada uno, se identificaron las estrategias de afrontamiento saludables donde cada uno respondió las preguntas del tallerista de manera ordenada y grupal en un enfoque social.

Cada persona en el recinto promovió el diálogo la reconciliación y el reconocimiento del otro como persona a partir de los proyectos de vida que se enfocan en las prácticas comunitarias inclusivas por medio del debate y el dialogo entre grupos.

3. **Análisis y Conclusiones**

Todos los participantes estuvieron enganchados con el tema por el cual la participación en rompehielos y los grupos fortalecieron el dialogo entre ellos mismos. Cada participante detallo sus proyectos de vida y realizo la encuesta de manera personal y reflexiva para comprender que debo mejorar como persona y ayudar a la problemática social del entorno. Nuevamente se pone en reflexión la dignidad humana y los derechos humanos como fundamento en la práctica del fortalecimiento del tejido social