PROYECTO	La Reconciliación la Escribimos juntos
Municipio	Palmira
Cargo del profesional	Profesional formador en reconciliación.
Nombre del Profesional	Juan Fernando Reyes Pérez
Lugar	Carrera 33# 37 -80
Fecha	16 de Marzo de 2026
Hora de Inicio	9:00 am
Hora de finalización	12:00 pm
Ámbito del desarrollo del taller	Personal **x**
	Familiar e Interpersonal
	Sociocultural
Temática	Fortalecimiento de las identidades - Resignificación y resiliencia
Objetivo	Fortalecer las identidades individuales y colectivas a través de procesos de resignificación de las experiencias de vida, promoviendo la resiliencia, el sentido de pertenencia y el reconocimiento de los recursos personales y comunitarios. Reconocer los elementos que conforman la identidad personal y comunitaria. Resignificar las experiencias difíciles como fuente de aprendizaje y fortaleza.
Tiempo de Ejecución	3 horas

1. **Descripción metodológica del Taller**

El taller **"Fortalecer mi identidad"** se desarrolló bajo una metodología participativa orientada a reconocer las raíces, valores y experiencias que conforman la identidad personal y colectiva, fomentando la reflexión, el trabajo en grupo y la construcción de aprendizajes significativos.

En el primer momento, correspondiente a la actividad rompehielos, se propuso la dinámica denominada *"¿Quién soy yo?"*. Se invitó a cada participante a compartir una cualidad y un valor que lo identifica, respondiendo a preguntas reflexivas como: ¿qué me hace ser quien soy? y ¿qué heredé de mi familia y mi comunidad? El objetivo fue evidenciar que la identidad se construye a partir de la historia, la cultura y el sentido de pertenencia. Durante el ejercicio, una participante compartió con orgullo sus orígenes y tradiciones, lo cual fortaleció el ambiente de confianza y apertura para todos los asistentes.

En la actividad principal, los participantes se organizaron en grupos de cuatro a cinco personas para desarrollar el ejercicio del *"árbol de la identidad"*. Mediante preguntas orientadoras como ¿cuáles son mis raíces? y ¿qué frutos he construido a lo largo de mi vida?, reconocieron sus raíces (familia y origen), su tronco (valores que los sostienen) y sus frutos (logros y aprendizajes). Los participantes destacaron como principales fuentes de identidad la familia, las tradiciones, el territorio y el sentido de comunidad.

Seguidamente, se desarrolló el **mapa de los recursos personales**, una actividad individual en la que cada participante identificó las fortalezas y apoyos que le han permitido mantenerse firme frente a las dificultades. Entre los aspectos más destacados se encontraron:

Fortalezas personales: la persistencia, la constancia y la capacidad de adaptación.

Personas y redes de apoyo: la familia, los amigos y la comunidad.

Actividades que generan bienestar: las tradiciones, el trabajo y el compartir con los seres queridos.

En el taller **"Resignificación y resiliencia"**, se inició con la actividad rompehielos *"Lo que nos sostiene"*, reflexionando sobre la pregunta: ¿qué nos ayuda a seguir adelante? A partir del relato "Huevo, zanahoria, café", los participantes, organizados en grupos, reflexionaron sobre su capacidad de transformar las adversidades en aprendizajes, identificándose en distintos momentos con cada uno de los tres elementos. Reconocieron que la familia, los hijos y la motivación por sus proyectos de vida son factores que les ayudan a no endurecerse ni rendirse.

Posteriormente, en la actividad individual *"Mi compromiso conmigo mismo"*, cada participante identificó un recurso personal para fortalecer su resiliencia y la manera en que podía aportar a su comunidad. Algunas reflexiones fueron: "Quiero seguir adelante por mis hijos y por mí misma" y "Como tejedora, mi trabajo me sostiene y también sana a quienes me rodean".

Finalmente, en el cierre simbólico, cada participante compartió una palabra que resumió su aprendizaje o compromiso personal. Entre las palabras mencionadas se incluyeron:

"Identidad" "Fortaleza" "Raíces" "Esperanza"

Estas reflexiones evidencian que los participantes lograron reconocer los elementos que conforman su identidad, resignificar sus experiencias de vida y fortalecer su capacidad de resiliencia tanto a nivel personal como colectivo. Posteriormente los participantes recibieron el refrigerio.

2. Descripción de Logros obtenidos durante la sesión de trabajo

Durante la sesión de trabajo, los participantes demostraron un alto nivel de participación, compromiso y disposición para el aprendizaje, lo que permitió alcanzar los objetivos planteados en ambos talleres.

En el taller **Fortalecer mi identidad** se logró que los participantes reconocieran los elementos que conforman su identidad personal y colectiva (raíces, valores y sentido de pertenencia), valoraran sus tradiciones y su territorio como parte esencial de su historia, e identificaran las fortalezas y redes de apoyo que sostienen su identidad.

En el taller **Resignificación y resiliencia** se logró que los participantes resignificaran experiencias difíciles como fuente de aprendizaje, identificaran sus recursos internos y externos, y fortalecieran su capacidad de resiliencia personal y colectiva. También se logró integrar los aprendizajes individuales y comunitarios, evidenciando la relación entre identidad, resiliencia y reconciliación en la vida cotidiana.

Análisis y conclusiones

La sesión de trabajo evidenció un grupo comprometido y reflexivo, capaz de reconocer su identidad, valorar sus raíces y resignificar sus experiencias de vida para fortalecer su resiliencia.

Aspectos significativos:

La combinación de dinámicas individuales y grupales favoreció la participación activa y la construcción de aprendizajes significativos. La utilización de metáforas y relatos (el “árbol de la identidad” y “Huevo, zanahoria, café”) permitió que los participantes reconocieran los elementos de su identidad y resignificaran sus experiencias difíciles. El reconocimiento de las raíces, los valores y las redes de apoyo evidenció el sentido de pertenencia y la capacidad del grupo para sostenerse frente a las adversidades.

Observaciones metodológicas:

Las estrategias lúdicas, participativas y reflexivas promovieron la comprensión de conceptos complejos y el desarrollo de habilidades personales y colectivas, fortaleciendo la identidad y la resiliencia, y evidenciando el potencial del grupo para contribuir a la reconstrucción del tejido social.

Conclusión general: Los talleres lograron fortalecer las identidades individuales y colectivas, promover la resignificación de las experiencias de vida y consolidar la resiliencia. Los participantes demostraron apropiación de los conceptos, capacidad de reconocer sus raíces y recursos, y disposición para aplicar lo aprendido en sus entornos personales y comunitarios.