PROYECTO	Esta reconciliación la escribimos juntos
MUNICIPIO	Pueblo bello cesar
CARGO DEL PROFESIONAL	Generación de ingresos
NOMBRE DEL PROFESIONAL	Delia cecilia martinez mestre
LUGAR	Instituto agricola
FECHA	20/03/2026
HORA DE INICIO	07 :00 a.m
HORA DE FINALIZACIÓN	09:00 a.m
MODULO 1	Empleabilidad
	Superación de barreras mentales
OBJETIVO	Sensibilizar a los participantes a cerca de la importancia de identificar y superar las barreras mentales.
TIEMPO DE EJECUCIÓN	2 horas

1. **Descripción metodológica del Taller**

Durante el taller se realizaron diferentes actividades dinámicas y reflexivas que permitieron a los participantes:

A lo largo de esta actividad, se compartió con los participantes algunos conceptos básicos de apoyo sobre la temática los cuales fueron muy claves para que organizaran ideas y relataran sus experiencias. También se trataron temas familiares y barreras que se presentaran en la vida cotidiana de algunos, esos pensamientos negativos que a veces les obstaculizan sus metas y propósitos.

Se dio inicio al encuentro con un saludo cordial a los participantes, destacando la importancia del espacio de reflexión sobre las barreras mentales y su impacto en la vida cotidiana.

Se explicó que el taller fue diseñado especialmente para personas pertenecientes a la unidad de economía popular del municipio de Pueblo Bello, reconociendo su esfuerzo, compromiso y capacidad de trabajo. Asimismo, se recordó que el objetivo principal de la actividad era sensibilizar a los asistentes sobre la importancia de identificar y superar los pensamientos que pueden limitar su crecimiento personal y económico.

Durante el desarrollo del taller, se promovió el intercambio de experiencias, ideas y reflexiones. Se abordaron aquellos pensamientos negativos que suelen manifestarse en expresiones como “no puedo”, “no soy capaz” o “eso no es para mí”, invitando a los participantes a reconocerlos como barreras mentales que pueden ser transformadas.

Se resaltó que cada persona posee capacidades, talentos y sueños, y que muchas veces el cambio inicia al transformar la forma de pensar, lo que permite visualizar nuevas oportunidades y posibilidades de crecimiento.

De igual manera, se destacó la importancia del apoyo mutuo, la escucha activa y el reconocimiento de que todos enfrentan dificultades, pero que es posible superarlas de manera conjunta.

Finalmente, se motivó a los participantes a creer más en sí mismos, a enfrentar los retos con una actitud positiva y a no permitir que el miedo o la duda limiten su avance. Se concluyó resaltando que el primer paso para crecer es creer que sí es posible, agradeciendo a los asistentes por su participación y disposición durante el proceso.

2. Descripción de Logros obtenidos durante la sesión de trabajo

Se alcanzo Mayor participación y confianza entre los asistentes, como también que se logro reconocer la importancia de la actitud mental en el desarrollo de metas propuestas, la Motivación y estrategias para enfrentar dificultades con una perspectiva más positiva. Muchos participantes expresaron sentirse identificados con las situaciones planteadas y manifestaron su deseo de cambiar pensamientos que antes los limitaban.

3. Análisis y Conclusiones

El taller permitió generar conciencia sobre cómo las barreras mentales pueden influir en la vida diaria y en las oportunidades de crecimiento. Asimismo, dejó claro que es posible trabajar en ellas y transformarlas para avanzar. Durante todo el desarrollo se presentaron casos cotidianos identificando barreras mentales, que con el avance de la actividad y la metodología del profesional encargado fueron descartando como obsta-culo para avanzar.

La Reconciliación la escribimos Juntos

www.funprobiensocial.org
@probiensocialdelcaribe
probiensocialdelcaribe@gmail.com
Cra. 60 No. 64-81 Casa Bilbao - Local 102
Barranquilla, Colombia.

FUNDACIÓN
ProBienSocial del Caribe