



**Herbario comunitario:
Reflexiones del acompañamiento al proceso comunitario de la vereda San Miguel, en el
municipio de Alejandría-Antioquia.**

Isabel Cristina Valencia Zapata

Informe de práctica profesional presentado para optar al título de Trabajadora Social

Tutora

Martha Cecilia Arroyave Gómez, Magíster (MSc) en Terapia familiar

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Trabajo Social
Medellín, Antioquia, Colombia
2022

Cita	(Valencia Zapata, 2022)
Referencia	Valencia Zapata, I, C. (2022). <i>Herbario comunitario: Reflexiones del acompañamiento al proceso comunitario de la vereda San Miguel, en el municipio de Alejandría-Antioquia</i> . [Informe de Práctica]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
Estilo APA 7 (2020)	



CRAI María Teresa Uribe (Facultad de Ciencias Sociales y Humanas)

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

Rector: Jhon Jairo Arboleda

Decana: Alba Nelly Gómez García

Jefe departamento: María Edith Morales Mosquera

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Tabla de contenido

Resumen	5
Abstract	6
1 Reconstrucción de la experiencia.....	7
1.1. Proceso en la vereda San Miguel	8
2 Objetivos	10
3 Participantes y características	11
4 Referente teórico.....	12
5 Referentes conceptuales.....	14
6 Consideraciones éticas y políticas	20
7 Referentes metodológicos.....	21
8 Logros y lecciones aprendidas en el proceso.....	23
9 Evaluación del proceso por parte de las y los participantes.....	27
10 Recomendaciones y proyecciones de intervención para el proceso.....	30
11 Aprendizajes personales y profesionales logrados en el proceso.....	31
Referencias	33
Anexos.....	35

Lista de figuras

Figura 1 Trabajo comunitario en el Herbario.....	26
Figura 2 Evaluación del proceso	27
Figura 3 Evaluación del proceso 2	28

Resumen

En este informe se presenta el trabajo realizado en conjunto con la comunidad de la vereda San Miguel y las reflexiones que surgieron a partir del acompañamiento en el marco de la práctica solidaria y profesional realizada en el Programa de Acompañamiento Psicosocial a Víctimas Directas e Indirectas del Conflicto Armado en el municipio de Alejandría, Antioquia. El acompañamiento buscó contribuir al fortalecimiento del tejido social y las habilidades comunitarias necesarias para generar procesos sociales autónomos. En este sentido, como estrategia metodológica y con base en los intereses de las y los participantes, se realizó un herbario comunitario que posibilitó el trabajo colectivo y el diálogo de saberes.

Palabras clave: Acompañamiento psicosocial, empoderamiento, tejido social, diálogo de saberes, enfoque de género, herbario comunitario.

Abstract

This document presents the work carried out together with the community of the San Miguel village and the reflections that arose from the accompaniment within the framework of the solidarity and professional practice carried out in the Psychosocial Accompaniment Program for Direct and Indirect Victims of the Armed Conflict in the municipality of Alejandría, Antioquia. The accompaniment sought to contribute to the strengthening of the social fabric and community skills necessary to generate autonomous social processes. In this sense, as a methodological strategy and based on the interests of the participants, a community herbarium was created to enable collective work and dialogue of knowledge.

Keywords: psychosocial accompaniment, empowerment, social fabric, dialogue of knowledge, gender approach, community herbarium.

1 Reconstrucción de la experiencia

El acompañamiento realizado durante la práctica académica estuvo focalizado en la vereda San Miguel en el municipio de Alejandría, en el marco de acción del Programa de Acompañamiento Psicosocial a las víctimas directas e indirectas del conflicto armado. Allí tuvo lugar la construcción de un proyecto que fue llamado “Herbario Comunitario” durante el año 2021, el cual tuvo como objetivo contribuir al fortalecimiento del tejido social mediante el empoderamiento individual y a nivel comunitario.

Es importante partir desde el reconocimiento de que la historia social, política, cultural y económica del municipio de Alejandría se vio fuertemente marcada por el conflicto armado interno en el país. Esto dado que Alejandría cuenta con una ubicación estratégica, principalmente por sus 5 rutas de acceso y de salida, por lo cual funcionó como corredor para los actores partícipes del conflicto. Según el Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH, 2016) los grupos armados enfrentados en el territorio fueron las Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia (FARC), la fuerza pública, y escuadrones paramilitares (Autodefensas de Colombia-AUC).

Según la misma entidad, se reporta que entre 1998 y 2004, unas 200 personas fueron asesinadas, 25 más fueron desaparecidas, hubo masacres, amenazas, extorsiones, retenes ilegales y hasta combates entre los mismos grupos paramilitares, incurriendo en toda clase de violaciones a los derechos humanos, y desplazando hasta al 62% de la población (ya que antes, en 1999 Alejandría contaba con 6.700 habitantes). En términos generales, este panorama deviene en diferentes tipos de violencia que han sido transversales en las relaciones sociales y comunitarias en la cotidianidad. En todo este proceso, la vereda San Miguel es uno de los escenarios afectados de manera directa por el conflicto, generando diversas implicaciones a nivel individual, familiar y, de manera enfática, a nivel comunitario.

El Programa de Acompañamiento Psicosocial surge en Alejandría en el año 2013 teniendo como base la experiencia en el municipio de Granada, el cual es operado por el departamento de Trabajo Social de la Universidad de Antioquia, la Cooperativa Pío X Coogranada y la Administración Municipal. Las funciones de cada entidad son:

- Universidad de Antioquia: vincular a los y las estudiantes en nivel de práctica solidaria y profesional de Trabajo Social, Psicología y Sociología y sus respectivas(os) asesoras(es) académicas que guían el proceso desde la retroalimentación teórica y metodológica.

- Administración Municipal: contribuye en términos de apoyo logístico para el desarrollo de las actividades (materiales y refrigerios) y apoya con los permisos para el uso de los espacios públicos.
- Cooperativa Pio X Coogranada: se vincula mediante el cofinanciamiento de los recursos económicos y apoyo en términos de transportes, materiales, y además, se encarga de revisar informes periódicos que garanticen el buen desarrollo del proceso (Proyecto de Acompañamiento Psicosocial, 2018).

Este programa se plantea con el objetivo de “Contribuir al mejoramiento de las condiciones psicosociales de la población afectada por el conflicto armado del municipio de Alejandría, Antioquia.” (Proyecto de Acompañamiento Psicosocial, 2018, p. 120). Partiendo del *Principio de Acción sin daño*, como una apuesta que busca reconocer que el acompañamiento puede ser revictimizante, por lo que se posiciona desde los mínimos éticos de dignidad, autonomía y libertad. También actúa desde el *enfoque de derechos* y el *enfoque de género* para reconocer las necesidades específicas de las personas y comunidades según su condición de existencia: género, edad, etnia y situaciones de vulnerabilidad como el conflicto armado, entre otras, propiciando el acceso equitativo a los derechos humanos (Proyecto de Acompañamiento Psicosocial, 2018).

1.1. Proceso en la vereda San Miguel

El Programa Psicosocial, empieza a desarrollar un proceso de acompañamiento en la vereda a través de encuentros comunitarios en el año 2014 de acuerdo con las diversas problemáticas observadas en diagnósticos realizados previamente. Entre estas, se ubicó: poco sentido de pertenencia (cuestión directamente vinculada con la identidad y el arraigo al territorio), dificultades para la resolución de conflictos a nivel veredal, la casi inexistencia de espacios de participación comunitaria, entre otros (Proyecto de Acompañamiento Psicosocial, 2013).

El Programa, en sus inicios se proyectó como un espacio de encuentro comunitario, sin embargo, a medida que el proceso avanzó en el tiempo, pudo perfilarse como un escenario de participación propio de las mujeres, que ha logrado fortalecerlas en habilidades como la autoestima, el cuidado de sí, la expresión de sentimientos e ideas, la valoración de las habilidades propias e incluso la visibilización de las violencias de género, que no había sido posible en otros ámbitos cotidianos como la familia u otros espacios de participación, como la JAC.

Desde finales del 2018 hasta la actualidad, las intencionalidades han variado, pues se pudo dar un cierre a la temática de memoria y abordar entonces con más profundidad otras como las ya mencionadas. La intervención empezó a apostarle, sobre todo, al fortalecimiento de las habilidades individuales y sociales de las participantes, tales como el reconocimiento de sí mismas y de los otros, autoestima, sororidad, apoyo mutuo, trabajo cooperativo, comunicación asertiva, respeto para sí mismas(os) y para las otras(os), inteligencia emocional y autoconfianza; lo que a su vez contribuyó a fortalecer los vínculos grupales.

En ese sentido, es importante reconocer que en los ámbitos planteados se han tenido avances significativos que se reflejan a nivel individual dentro del grupo. No obstante, en el diagnóstico rápido realizado al iniciar el año 2021, se pudo identificar asuntos importantes como: las dificultades que tenían para escucharse unas a otras generando obstáculos en la participación de las personas más tímidas, se evidenció un tejido social y una organización comunitaria débil, pocas redes de apoyo intervecinales y dificultades para crear proyectos como vereda.

Teniendo esta lectura del contexto, junto con algunas propuestas de temas de interés para el grupo se decidió proponer un proyecto que pudiera vincularse con el hacer y que, en esa misma medida, pudiera contribuir a la reflexión sobre las situaciones planteadas y a un plazo más largo mejorarlas mediante el trabajo autónomo. Es así como surgió la iniciativa de desarrollar un Herbario Comunitario, teniendo como centro el diálogo, el reconocimiento del otro y la otra.

El plan de trabajo propuesto para el presente año partió de la necesidad identificada por las practicantes y las participantes, después de un sondeo de intereses y de apuestas realizado, se definió que los encuentros estarían enfocados en el fortalecimiento de las habilidades sociales y comunitarias, y debido a que la mayoría de las personas participantes son mujeres, se le dio un lugar transversal y fundamental al reconocimiento de la violencia y estereotipos de género. Para esto se realizaron conversaciones sobre la construcción de algunas estrategias para lograr este objetivo, en las cuales surgieron la siembra y el conocimiento de las plantas tanto para preparaciones alimenticias como medicinales.

A partir de esto, se construyó un proyecto comunitario basado en la siembra conjunta como estrategia para fortalecer los vínculos vecinales y contribuir a la cohesión de la comunidad. En concordancia, los objetivos que se trazaron fueron los siguientes:

2 Objetivos

2.1 Objetivo general:

Contribuir al fortalecimiento individual y del tejido social de la vereda San Miguel a través de la construcción de un herbario comunitario.

2.2 Objetivos específicos:

- Promover la autovaloración en las mujeres de la vereda San Miguel, apostándole a un relacionamiento sano con sí mismas y con su entorno.
- Promover la práctica de habilidades comunitarias tales como la organización comunitaria, para la consecución de objetivos comunes.
- Construir un herbario comunitario que permita compartir y realizar un diálogo de saberes entre las participantes del proceso para fortalecer los vínculos vecinales.

Estos objetivos se plantearon de acuerdo con lo identificado como importante por parte de las participantes y de la practicante, por otra parte, es de resaltar que el Programa de Acompañamiento Psicosocial lleva alrededor de 7 años de trabajo en la vereda San Miguel y es fundamental apuntar a dejar capacidades instaladas a nivel socio-comunitario para que las personas habitantes de la vereda puedan trabajar de manera autónoma en el futuro. Además, como se puede evidenciar en los objetivos, también se hizo énfasis en la contribución al empoderamiento y al reconocimiento de habilidades y capacidades individuales.

3 Participantes y características

El grupo está conformado entre 17 y 25 personas, en su mayoría mujeres adultas entre los 36 y 70 años, la cantidad de hombres varía, pero al menos 4 asisten con constancia. Todos y todas fueron afectadas directa o indirectamente por el conflicto armado, y como se ha evidenciado a lo largo de lo desarrollado, este tuvo fuertes impactos a nivel individual y comunitario dentro de los cuales se resaltan la desarticulación del tejido social, la violencia de género y las afecciones psicosociales en el ámbito subjetivo y familiar.

En general los aportes que se realizan durante el encuentro son muy potentes y logran reflexiones profundas respecto al tema que se esté trabajando. En el ámbito grupal, se han podido ubicar algunas dificultades que están relacionadas con la escucha a las otras personas y en esa medida hay algunas que se sienten tímidas en el momento de expresar sus ideas y sentimientos, pero cuando se logra interactuar con ellas, se comparten aportes muy valiosos.

4 Referente teórico

Defendemos el proceso revolucionario como una acción cultural dialogada conjuntamente con el acceso al poder en el esfuerzo serio y profundo de concientización.

Paulo Freire.

Tener bases teóricas que fundamenten el hacer es fundamental para los procesos sociales. La articulación teoría-práctica implica el reconocimiento de que la realidad es cambiante y compleja. De acuerdo con esto, el referente teórico que orientó el accionar fue la educación popular; se partió de este enfoque ya que se considera importante construir desde las propias experiencias latinoamericanas un proyecto que nos permita comprender e incidir en la realidad política, social, económica y cultural en los contextos locales en los que se desenvuelve la vida cotidiana.

La educación popular como apuesta teórica se presenta como una alternativa de transformar la intervención en una acción contextualizada, que se construye en conjunto y que genera un aprendizaje en doble (o múltiples) dirección(es). Por otra parte, la educación popular busca tejer relaciones sociales en la cotidianidad que demuestren que construir otra forma de poder es posible; es por esto que propone consolidar formas organizadas de participación social y comunitaria para generar empoderamiento, satisfacer las diversas necesidades y pugnar por la transformación social desde el reconocimiento del otro/otra y el aprendizaje colaborativo (Mejía, 2015). Además, plantea trabajar en una propuesta educativa con base en la horizontalidad y el diálogo de saberes, dado que todos los seres humanos tenemos un saber derivado del mundo que habitamos con base en la experiencia y las prácticas en el día a día.

Teniendo en cuenta lo planteado, se identificaron como asuntos claves para una mejor comprensión del referente teórico los siguientes conceptos:

- **Interculturalidad:** Todas las personas se inscriben en una cultura que reconoce como propia, con la cual se identifica y desde la cual se relaciona con los otros mundos. La negociación y el diálogo parte de que el relacionamiento y el compartir con el otro o la otra enriquece los procesos subjetivos. En esta relación intercultural, la educación es el medio para tramitar y construir a partir de las diferencias y el conflicto (Mejía, 2015).

- Realismo esperanzado: Según Freire citado en Ghiso (2002, p.4) “la verdadera realidad no es la que es sino la que puja por ser”. Entonces, el realismo esperanzado es un “imperativo existencial e histórico” (Ghiso, 2002, p.4), necesario, pero no suficiente, lo que indica que la esperanza es fundamental para el proceso transformador, pero debe ir acompañada del hacer o de la lucha por conseguirlo.
- Teoría-acción: La educación popular es un proceso en construcción colectiva permanente, que tiene la posibilidad de hacer a través de diferentes caminos según la particularidad de cada proceso. Tiene origen en los actores y sus luchas, haciendo real la producción de conocimiento (Mejía, 2015).

La educación popular permitió, desde el reconocimiento de los diferentes conocimientos que tienen las personas de acuerdo a su experiencia vital, la construcción de un proyecto comunitario que buscó contribuir a algunas necesidades identificadas en la realidad socio-comunitaria de la vereda. Esto a través del énfasis que hace en que son las comunidades quienes pueden transformar su condición a través de la problematización y reflexión de su cotidianidad.

5 Referentes conceptuales

- **Género:**

Según Unicef (2017), el género es

El conjunto de características sociales, culturales, políticas, psicológicas, jurídicas y económicas que las diferentes sociedades asignan a las personas de forma diferenciada como propias de varones o de mujeres. Son construcciones socioculturales que varían a través de la historia y se refieren a los rasgos psicológicos y culturales y a las especificidades que la sociedad atribuye a lo que se considera “masculino” o “femenino”. Esta atribución se concreta utilizando, como medios privilegiados, la educación, el uso del lenguaje, el “ideal” de la familia heterosexual, las instituciones y la religión (Unicef, 2017, p.13).

La perspectiva de género es una categoría analítica que parte del feminismo académico para problematizar la condición de la mujer, los estereotipos y buscar nuevos horizontes con base en la igualdad y la equidad para incidir en el imaginario colectivo (Unicef, 2017). Es en ese sentido que el enfoque de género propone una opción política para develar la estructura de desigualdad que atraviesa las diferentes esferas de la realidad, que se ha naturalizado y que limita la experiencia vital de las mujeres.

Esta categoría es fundamental como marco de acción del acompañamiento dado que permite construir una visión crítica del género que conlleve a visibilizar los diferentes tipos de violencia de género que pueden llegar a pasar desapercibidas en la cotidianidad. La violencia de género se considera entonces como la distribución desigual del poder y las relaciones asimétricas que se dan entre hombres y mujeres, y que se diferencia de otras formas de agresión ya que el factor de riesgo es el solo hecho de ser mujer (Rico, 1996).

La violencia de género puede ser bidireccional, no obstante, en el presente caso se hace énfasis en la violencia contra las mujeres. Esto a razón de que se reconoce la estructura patriarcal de la sociedad que crea una realidad diferenciada para los hombres y las mujeres, creando estereotipos que históricamente han ubicado al hombre en la esfera pública, mientras que la mujer queda relegada al ámbito privado o doméstico (Junta de Andalucía, s.f.).

La Red Ciudadana para la detección y apoyo a las Víctimas de Violencia de Género desde la Junta de Andalucía identifica los siguientes tipos de violencia:

Violencia física: Incluye cualquier acto de fuerza contra el cuerpo de la mujer, con resultado o riesgo de producir lesión física o daño, ejercida por quien sea o haya sido su cónyuge o esté o haya estado ligado a ella por análoga relación de afectividad, aún sin convivencia. Asimismo, tendrán la consideración de actos de violencia física contra la mujer los ejercidos por hombres en su entorno familiar o en su entorno social y/o laboral.

Violencia psicológica: Incluye toda conducta, verbal o no verbal, que produzca en la mujer desvalorización o sufrimiento, a través de amenazas, humillaciones o vejaciones, exigencia de obediencia o sumisión, coerción, insultos, aislamiento, culpabilización o limitaciones de su ámbito de libertad, ejercida por quien esté o haya estado ligado a ella por análoga relación de afectividad, aún sin convivencia. Asimismo, tendrán la consideración de actos de violencia psicológica contra la mujer los ejercidos por hombres en su entorno familiar o en su entorno social y/o laboral.

Violencia económica: Incluye la privación intencionada, y no justificada legalmente, de recursos para el bienestar físico o psicológico de la mujer y de sus hijas e hijos o la discriminación en la disposición de los recursos compartidos en el ámbito de la pareja. No deja que controle los recursos de la economía familiar, limita el dinero, entrega cantidades insuficientes para el mantenimiento de la familia, la culpa de no saber administrar bien el dinero impide que trabaje para que no tenga independencia económica.

Violencia sexual y abusos sexuales: Incluyen cualquier acto de naturaleza sexual forzada por el agresor o no consentida por la mujer, abarcando la imposición, mediante la fuerza o con intimidación, de relaciones sexuales no consentidas, y el abuso sexual, con independencia de que el agresor guarde o no relación conyugal, de pareja, afectiva o de parentesco con la víctima. Acoso, violación, penetración de objetos, tocamientos y contactos no deseados, mutilación genital, impide ejercer tu sexualidad libremente (Junta de Andalucía, s.f., p.12-14).

- **Empoderamiento:**

Desde sus inicios el término “empoderamiento” en el feminismo hacía referencia a la transformación de las relaciones de poder asimétricas, que determinaban la desigualdad entre hombres y mujeres. En este sentido, para hablar de empoderamiento, es importante poner en discusión la concepción que se tiene del poder, cuya definición más clásica es aquella que tiene que ver con el control y la posesión de los recursos de cualquier tipo (físicos, materiales, humanos, creencias, valores) sin embargo, para Romano (2002), es necesario dar un sentido más amplio a este, por ello el poder se clasifica en tres dimensiones:

El poder para hacer una cosa, generador de posibilidades y acciones; el poder con, que envuelve el sentido de que el todo es mayor que las partes, especialmente cuando un grupo enfrenta los problemas de manera conjunta y el poder de adentro, o sea, la fuerza espiritual que reside en cada uno de nosotros, base de la aceptación y el respeto a sí mismos y a los demás, considerados como iguales (Romano, 2002, p. 10).

Como vemos, desde esta perspectiva se rompe con la idea tradicional del poder, como dominio, como fuerza que únicamente puede ejercerse en detrimento de otro o de algo, implicando, más bien, un cambio en las relaciones que se establecen, según la clasificación, consigo mismos y con otros/as.

Según esta definición, el empoderamiento va a ser el proceso mediante el cual las personas o grupos construyen su poder, que no solo tiene que ver con la obtención de recursos, también va a implicar la capacidad de reflexión, decisión y transformación de su realidad:

es un proceso orientado a que la gente gane y construya poder, no solo en lo referido al acceso de bienes materiales o de servicios, sino también de reconocimiento y afirmación de los derechos, puntos de vista y opiniones de las personas y los grupos sociales (Servicio de Gestión del Conocimiento para Latinoamérica y El Caribe-ASOCAM, 2007, p.4).

El empoderamiento se compone de tres dimensiones, que son interdependientes, pues a medida que se trabaja en una de ellas, se aporta y se crece en las demás, estas son: social, económica y política.

La dimensión social tiene que ver con “el afianzamiento de valores y prácticas como la solidaridad, la colaboración, la autoconfianza, la promoción de la mujer y la valorización de las competencias endógenas” (ASOCAM, 2007, p. 6), buscando la construcción de un tejido social y organizacional fuerte, pretende la creación de sujetos que conozcan y se impliquen en sus realidades, “que participen activamente, que se involucren, movilizan y comprometen, que no eluden responsabilidades, que ejercen derechos y obligaciones al interior de sus agrupaciones y en el contexto en el que se desenvuelven” (ASOCAM, 2007, p. 7).

Además, como lo nombra el autor, esta dimensión tiene un componente personal, que va a pasar por la autoconfianza y el autoconocimiento, pues “guarda relación con la construcción de su identidad, con la familia, la comunidad y las instituciones, atravesada por el género, la historia de vida de cada persona y la interculturalidad” (ASOCAM, 2007, p. 6). El empoderamiento desde lo individual devuelve la pregunta al sujeto por sus propios recursos, por su capacidad de definir su vida y tomar decisiones en consecuencia: “implica dar respuesta a preguntas como ¿quién soy?, ¿cuáles son mis capacidades y competencias?, ¿qué características tiene mi personalidad?, ¿cómo me relaciono con otras personas?, ¿en qué contexto institucional y cultural vivo?” (ASOCAM, 2007, p. 9)

La dimensión económica, que se refiere a “la valorización de métodos de producción tradicionales, la promoción y fomento de empresas sustentables, la mejor gestión de las competencias individuales y colectivas y el manejo sustentable de recursos naturales” (ASOCAM, 2007, p. 9), entendiendo la autonomía económica como un factor trascendente en la toma de decisiones y la definición de prioridades. El trabajo en esta dimensión económica se encuentra sobre todo en el fortalecimiento y/o creación de modelos locales de economía cooperativa y asociativa que rompen con los de la exclusión y consumo.

La dimensión política, que pretende “una mayor participación en la toma de decisiones, la creciente integración de mujeres en los cargos con responsabilidad, la conciencia del interés individual y colectivo y el fomento de un sentido de responsabilidad y control social” (ASOCAM, 2007, p. 6), como vemos esta dimensión tiene sobre todo que ver con la visibilización y el cambio de las relaciones de poder establecidas en los escenarios de toma de decisiones frente a aspectos que afectan la vida diaria y el bienestar de las personas y comunidades, estos escenarios no tienen

que ser únicamente los institucionales, de hecho las familias y las organizaciones comunitarias mantienen asimetrías de poder, que son cuestionadas y transformadas desde esta dimensión.

En conclusión, el empoderamiento no implica el dominio de otros/as y no únicamente de los recursos, es un proceso que atraviesa las esferas personales, organizacionales e institucionales, que busca en todas ellas la transformación de la relaciones de poder, desde una apuesta por el autorreconocimiento, la construcción de vínculos entre actores diversos que movilicen el cambio y la incidencia en el ámbito público-institucional, en este sentido y para efectos de la intervención se recuperan, según Schuler (1997), seis elementos específicos claves en el proceso de empoderamiento:

- 1) Sentido de seguridad y visión del futuro
 - 2) Capacidad de ganarse la vida
 - 3) Capacidad de actuar eficazmente en la esfera pública
 - 4) Mayor poder de tomar decisiones en el hogar
 - 5) Participación en grupos no familiares y uso de grupos de solidaridad como recursos de información y apoyo
 - 6) Movilidad y visibilidad en la comunidad.
- **Diálogo de saberes:**

Es el centro del proceso pedagógico. El diálogo de saberes es un principio, enfoque, referente metodológico y un tipo de acción que se caracteriza por el reconocimiento de las personas que participan en los procesos formativos. Se asume como una “práctica de hermenéutica colectiva” (Ghiso, 2000, p.8) dado que el diálogo es un punto de partida para que haya un real proceso interpretativo donde se requiere el autoconocimiento y la comprensión de las otras formas de ser, estar y sentir el mundo (Ghiso, 2000).

El diálogo es también una “fuente de poder desde su carga de criticidad y realidad contenidas en el lenguaje, las palabras y las interacciones” (Ghiso, 1996, p.2). Es la capacidad de resistir a los modos de vida que nos imponen vivir desde la desigualdad y el autoritarismo para

encontrarnos en un punto donde se da el reconocimiento de los diferentes saberes y conocimientos que surgen en la práctica cotidiana, y que también se replican de generación en generación. Es importante resaltar que esta postura posibilita la construcción desde la diversidad y por esto, es una manera de reivindicar las diferentes formas existentes de hacer comunidad.

6 Consideraciones éticas y políticas

Las consideraciones éticas que median el proceso de construcción con las comunidades del municipio de Alejandría parten del código de ética de Trabajo Social en Colombia (2019, pp. 23-24), las cuales son:

- Justicia: haciendo énfasis en el reconocimiento de la diversidad étnica y cultural.
- Dignidad: se refiere al valor inherente y único que merecen todos los seres humanos.
- Libertad: es decir, la autodeterminación de las personas en la toma de decisiones y acciones, sin que sus actos afecten los derechos de otras.
- Respeto: consideración debida a los otros y otras por su condición de seres humanos.
- Solidaridad: Entendida como en acciones vinculadas a una causa, expresada en la capacidad para direccionar procesos y movilizar recursos.
- Confidencialidad: otorgando a la información obtenida el carácter de secreto profesional, respetando la privacidad de los sujetos.

Es importante resaltar las apuestas alrededor de la defensa de la vida digna, y en general, de promover la autonomía y la potenciación de habilidades de las personas que habitan los territorios para la transformación del mismo y las relaciones que allí se tejen, basadas principalmente en la horizontalidad y el trabajo colectivo.

7 Referentes metodológicos

El modelo de intervención en el cual se basa este proyecto es el crítico/radical. Este modelo ha tenido una gran relevancia a nivel latinoamericano, incluso inspiró el movimiento de la reconceptualización. Según Viscarret (2007), este tiene antecedentes intelectuales diversos que van desde las teorías feministas, el marxismo, la educación popular, la teología de la liberación y las teorías decoloniales.

En ese sentido, el modelo crítico propone un análisis de los orígenes sociales y las estructuras como causantes de situaciones opresivas. Es así como el Trabajo social propone una apuesta por una forma de intervención liberadora que “parta de la base de que el cambio se encuentra en los protagonistas del mismo, en las personas” (Viscarret, 2007, p. 326), es decir, que son los sujetos quienes son protagonistas del cambio, y son quienes pueden transformar su entorno a través de una toma de conciencia de su situación.

Esta perspectiva en el acompañamiento buscó comprender las acciones, las prácticas sociales, las experiencias vitales de las personas y el significado de los hechos, permitiendo desarrollar procesos de reflexión y autorreflexión que aporten a las personas a comprender y actuar respecto a la situación que les oprime, por lo que se asume la transformación de lo comprendido como un momento complementario a lo conceptual (Mejía, 2014).

La metodología que se ha venido desarrollando a lo largo del Programa se ha dado a partir del taller, es decir, alrededor de encuentros intencionados, dialógicos y formativos. No obstante, a partir de lo identificado en estos meses se puede decir que, aunque el taller es una herramienta fundamental, la construcción colectiva y las reflexiones son más trascendentes a partir de acciones que impliquen el hacer de una manera más directa. Por esto se planteó que el proceso en el año en el que se trabajó conjuntamente se llevara a cabo en torno a un proyecto comunitario que permitiera potenciar los recursos y las capacidades identificadas en las personas participantes.

Para esto, se articularon los espacios de las visitas domiciliarias y los de encuentro comunitario. El primero posibilitó trabajar alrededor del empoderamiento individual teniendo como base algunos temas puntuales que surgieron por iniciativa de cada participante y otros identificados por parte de las practicantes. Este espacio fue clave para potenciar las habilidades y capacidades de cada participante, y además, permitió el reconocimiento de las dinámicas familiares

para dialogar alrededor de la comunicación asertiva y la construcción de una convivencia sana en el entorno familiar.

Por otra parte, el segundo espacio se dividió en dos momentos:

1. En el primero se hizo énfasis en la dimensión subjetiva por lo que se abordaron temas como el reconocimiento de habilidades y capacidades propias y la identificación de aportes individuales al proceso grupal. Además, se hizo hincapié en el reconocimiento y la visibilización de los estereotipos y la violencia de género.
2. Posteriormente el trabajo se centró en poner en práctica diferentes habilidades comunitarias necesarias para la consecución de objetivos comunes. Aquí se abordaron temas como la escucha, la expresión de opiniones e ideas, formas de comunicación, la organización comunitaria, toma de decisiones colectivas, liderazgos, autonomía, trabajo cooperativo y la diferencia como potencialidad para la comunidad.

La estrategia metodológica utilizada para llevar a cabo lo mencionado fue la creación de un proyecto que fue llamado *Herbario Comunitario*; este propuso la siembra de diferentes plantas aromáticas/medicinales por medio de mingas (reuniones comunitarias) en los espacios de los encuentros comunitarios y visitas familiares del programa en la vereda. Mediante este proceso se realizó un continuo compartir y diálogo de saberes partiendo de que algunas personas tienen un mayor conocimiento sobre la siembra y temas relacionados con las plantas, mientras que otras, tienen otras habilidades y capacidades en otras esferas. Para esto, se destinó un espacio dentro de los encuentros, mientras que en el tiempo restante se abordaron los temas mencionados usando el juego como principal dispositivo movilizador de la reflexión.

8 Logros y lecciones aprendidas en el proceso

El proceso de acompañamiento al proceso de la vereda San Miguel fue un constante aprender y desaprender, cada experiencia implicó un crecimiento conjunto a partir de la reflexión y el diálogo. En un primer momento es importante resaltar que durante el proceso fue posible evidenciar el aumento de la participación tanto en número de personas asistentes, como en cuanto a la expresión de ideas y la propuesta en los espacios de encuentro. Durante los talleres y siembras se pueden observar diferentes logros.

A partir de lo trabajado en la primera unidad (véase el anexo #1) se pudo observar que las personas participantes pudieron reconocer qué le aporta cada quien desde su subjetividad a los procesos comunitarios y, en ese sentido, resaltaron la importancia de cómo eso contribuye a la construcción colectiva de los proyectos de la vereda. Además, cuando alguna persona tuvo dificultad para reconocerse a sí misma, las demás lograron resaltarle sus habilidades y potencialidades, lo cual se considera muy valioso.

En una actividad muy puntual en la que cada persona debía elegir las etiquetas con las que se sintiera identificada, entre las cuales estaban algunas como: Todo lo que hago lo hago mal, Siempre me equivoco, Estoy muy vieja para hacer las cosas, Yo no sé nada porque no estudié, entre otras, se evidenció que las demás tenían una perspectiva muy diferente, mediada por el reconocimiento de las cualidades que hace que la percepción de sí se transforme en cierta medida.

En un momento posterior, al abordar el tema de violencia y estereotipos de género, a través de las actividades realizadas se logró reflexionar acerca de los estereotipos de género y la manera en la que se viven en la cotidianidad de los hombres y las mujeres en el contexto rural, tanto en el escenario considerado privado como es la casa, como en el espacio público o comunitario; además se estableció la relación entre los estereotipos y las violencias.

En el espacio se percibió una gran disposición para reflexionar sobre los diferentes estereotipos de género y aunque es probable que en la cotidianidad se asuma de una manera diferente, se reconoce que es parte de un largo proceso que implica la problematización de diversas prácticas naturalizadas. También se identifica que a algunas les cuesta más deconstruir los estereotipos socialmente establecidos de acuerdo con sus experiencias de vida, no obstante, en otros encuentros lograron hacer la relación entre lo conversado en estos encuentros con la realidad de algunas compañeras de la vereda.

Por otra parte, cuando se reflexionó en torno a la violencia de género, durante la realización de las actividades las personas participantes dieron cuenta de conocimientos previos frente a la violencia psicológica y la violencia física, reconociendo que la más difícil de reconocer es la violencia económica. Frente a este punto, se hizo especial énfasis en el no juzgamiento de las acciones y decisiones que toman las mujeres que se ven enfrentadas a estos tipos de violencia.

También se hizo hincapié en la importancia de convertirse en una fuente de ayuda y de escucha más que de reclamos y críticas, pues hay muchas situaciones que van a condicionar que las mujeres en este caso, continúen exponiéndose a las personas y lugares en donde se ejerce la violencia en contra de ellas. Se pudo reconocer la violencia sexual, incluso dentro de la pareja, identificando las consecuencias del ejercicio de diversos tipos de violencia hacia la mujer en las familias, tales como la muerte, el dolor físico, la enfermedad, la falta de autoestima, la poca confianza en sí mismas y en otros, el aislamiento, entre otras.

Finalmente, respecto a esta unidad se puede decir que se logró el reconocimiento de estos tipos de violencia hasta el punto de que se supieron identificar y explicar cada una en diferentes casos compartidos en los encuentros.

Para iniciar con la unidad 2 y 3, se realizó la propuesta del Herbario Comunitario con base en los intereses identificados en diferentes conversaciones con las personas de la vereda. Aunque en un primer momento mostraron interés y eligieron las plantas que querían incluir en el herbario, cuando se les habló de asuntos como la siembra comunitaria en cada una de las casas, proyecto comunitario y el número de plantas que se iban a entregar, algunas empezaron a descartar la posibilidad de participar en el proyecto.

El proyecto no pretendía convertirse en algo productivo ni esperaba mantenerse en el tiempo, salvo si las participantes quisieran hacerlo. Este buscaba principalmente el intercambio de saberes frente a la siembra y las propiedades medicinales, siendo este el medio para la construcción y trabajo por objetivos comunitarios. La disposición frente a propuestas como estas puede dar cuenta de la capacidad que tienen o no las participantes para pensarse de forma colectiva y los aprendizajes a partir de las experiencias frente a los proyectos comunitarios que en su mayoría no tienen más objetivos que los productivos, dejando de lado el componente de las habilidades comunitarias como la organización, la toma de decisiones grupales, el trabajo por los objetivos comunes.

Esta fue la principal dificultad presentada frente a la propuesta. Después de conversarlo mejor y de explicaciones más detalladas se pudo llegar a un consenso. Durante el desarrollo de la actividad de la siembra, se logró evidenciar el compromiso y el interés que tenían por la iniciativa, pues una vez estuvieron allí las plantas, cada una de las participantes se dispuso a sembrar y a preguntar o hablar sobre las propiedades de estas.

Con el tiempo, el Herbario se posicionó como una estrategia que permitió abrir la perspectiva y sensibilizar frente a los beneficios, potencia o importancia de trabajar con los otros-otras, la búsqueda de objetivos comunes, la importancia del aporte y la disposición individual en el funcionamiento de una comunidad o grupo. La potencia del proyecto también se debe a que simultáneamente se realizaron talleres dinámicos y dialógicos donde se pudo reconocer la importancia del trabajo colectivo.

Las actividades planteadas en estos se vincularon de una manera importante con la cotidianidad de la vereda y las participantes con la intención de que lo compartido se convirtiera en una herramienta para reflexionar la realidad local. Entre estas, se resaltan las gratiferias¹, desde las cuales fue posible poner en práctica la solidaridad y otras formas en las que se pueden satisfacer las necesidades mediante el compartir. Incluso, en un inicio solo se llevaba ropa o accesorios y después, propusieron intercambiar productos que tuvieran en sus fincas o que cada una llevara un alimento preparado para compartir entre todas y todos.

En los últimos espacios de encuentro se logró observar que hay un mayor sentido de pertenencia y se han fortalecido los vínculos de las y los integrantes, pues la participación que antes estaba centralizada en algunas personas se ha diversificado, incluso han entrado personas nuevas al proceso. Además, ha mejorado la escucha activa entre compañeras, que ha sido una de las debilidades más marcadas del proceso.

Además, se resaltó constantemente a nivel individual y grupal la importancia de abordar los temas comunitarios dado que se relacionan con algunas problemáticas que ellos y ellas pueden evidenciar en la cotidianidad de la vereda y en ese sentido, poner en reflexión algunos aspectos y temas específicos de la realidad comunitaria. En conclusión, se ha podido evidenciar que el herbario representó una buena manera para desarrollar acciones en comunidad (como lo es sembrar).

¹ Las gratiferias son espacios de intercambio o trueque de diferentes objetos. Cada persona lleva algo que ya no necesita y la comparte con alguien que le puede dar uso.

Es decir, a través del tiempo se ha observado que este proyecto ha permitido abrir la perspectiva frente a lo que es el trabajo colectivo, y pensar un poco más en la búsqueda de objetivos comunes y la importancia de que todos y todas participen para lograrlos; en las devoluciones se resalta que se está logrando construir una visión de ellos mismos como colectivo, además de que se está visibilizando la importancia del ser y hacer individual para el fortalecimiento de la organización.

Figura 1

Trabajo comunitario en el Herbario



9 Evaluación del proceso por parte de las y los participantes

La evaluación fue algo transversal al proceso, ya que a través del diálogo y la observación se realizaron ajustes y cambios al plan de trabajo y las reflexiones. No obstante, se destinaron los dos últimos encuentros del año para reconocer los aprendizajes y conocer la perspectiva de cada participante respecto a lo compartido durante todo el año. En ese sentido, en un primer momento, la estrategia metodológica se basó en un tendedero en el que se encontraban ubicados todos los temas abordados cronológicamente.

En este, cada persona debía ubicar un emoji que representara cómo se había sentido en cada actividad realizada según el tema, y al final se conversó sobre cada encuentro. En relación con estos se reconoció la creatividad y el esfuerzo en la preparación de cada uno ya que las actividades lograban ser dinámicas, divertidas y movilizaban las reflexiones desde situaciones de la cotidianidad y el juego. Por otra parte, en términos de autoevaluación se asumieron las debilidades en cuanto a la escucha y la atención.

Figura 2

Evaluación del proceso



Figura 3

Evaluación del proceso 2



En el segundo espacio, mediante un mural, se evaluaron los aprendizajes y los temas trabajados. Dentro de los aprendizajes más significativos se resaltaron:

- Aprendimos a trabajar más en comunidad
- Aprendimos a aceptarnos como somos y a aceptar a los demás
- Identificar qué son los estereotipos de género
- Trabajo en equipo
- Aprendimos la importancia de escucharnos
- Compartir
- Reconocimos a las demás personas y sus aportes a la comunidad
- A aceptar las diferencias
- Ser positivas
- Respetar las opiniones de las demás personas
- Reconocer nuestras capacidades y no decir que no soy capaz

Se le dio un lugar fundamental a la reflexión en torno a la importancia de escucharse asertivamente, ya que al no prestarle atención a los aportes de las demás personas les estamos anulando y haciendo sentir que no es relevante para la construcción colectiva. Igualmente se resaltó

la importancia del pensar en las demás personas y de compartir como vecinos y vecinas desde la solidaridad.

En general, se resalta que todo lo compartido este año permitió pensar más en la importancia de trabajar como comunidad para lograr más beneficios para todas las familias que habitan la vereda, lo cual se ve reflejado en otros espacios de encuentro comunitario como lo es la Junta de Acción Comunal. Además de que se le da un lugar muy importante al acompañamiento que se hizo a nivel familiar e individual a través de las visitas.

En cuanto al acompañamiento de la practicante, el grupo resaltó el compromiso y la dedicación en la preparación de los encuentros y el esfuerzo en cuanto a las reflexiones compartidas durante todo el año. Además, señalaron que la humildad, sencillez y ternura con la que se había desarrollado todo el proceso habían permitido que se creara un vínculo fuerte y significativo entre la comunidad y la practicante.

Por último, es importante señalar algo en lo que ya he hecho énfasis, y es que el acercamiento que permitieron las visitas domiciliarias ha contribuido a que el Programa acompañe de una manera más integral los efectos psicosociales generados a raíz del conflicto armado y llegue a más personas (como las familias de las participantes). Esto se evidencia en múltiples comentarios realizados en la evaluación del proceso.

10 Recomendaciones y proyecciones de intervención para el proceso

En términos metodológicos se recomienda movilizar la reflexión a través de actividades dinámicas y que impliquen el movimiento. Esto permite que haya una mayor conexión entre los y las participantes, además de que se evidenció que posibilita más atención y disposición de las mismas en el encuentro (teniendo en cuenta que es un grupo intergeneracional y que todas las personas puedan participar). De igual manera es importante dejar claro que esto no quita la posibilidad de tener espacios simbólicos o de explorar otras metodologías.

Algunas personas del grupo muestran un gran interés en adquirir herramientas metodológicas para trabajar internamente en los demás espacios de participación de la vereda. La propuesta en este sentido es construir una caja de herramientas, bien sea para las personas que lideren los procesos o para todas, ya que esta puede ser una oportunidad para contribuir a la autonomía de la comunidad.

En cuanto a las líneas temáticas se recomienda seguir haciendo énfasis en las habilidades que pueden fortalecerse como comunidad para alcanzar los objetivos que se propongan a nivel veredal. Entre estas se pueden destacar la gestión, la organización, los liderazgos y la construcción colectiva. Esto con la intención de pensar en la posibilidad de aportar a la consolidación de capacidades que se puedan dejar instaladas y proyectar el cierre del proceso con el programa para que, en adelante, sea la comunidad quien pueda construir autónomamente su devenir.

Por otra parte, se considera relevante seguir haciendo énfasis en la importancia e implicaciones que tiene el hecho de escuchar a las demás personas. Es decir, cuando se ignora lo que una persona tiene el valor de expresar ante las demás se le está anulando y se le está negando la posibilidad de sumar a la construcción de los procesos. En el compartir es necesaria la reciprocidad.

En este mismo sentido, vinculando los dos ámbitos mencionados a partir de lo observado en los diferentes procesos del Psicosocial en el municipio, trabajar desde un proyecto que vincule la reflexión con el hacer puede permitir hacer mejores lecturas de las necesidades de la comunidad, y en esa medida, concretar acciones puntuales respecto a las problemáticas identificadas.

Por último, el acompañamiento en las visitas domiciliarias podría desarrollarse de una manera más integral si se vinculan otras áreas del conocimiento tales como psicología, educación especial u otros programas afines.

11 Aprendizajes personales y profesionales logrados en el proceso

- Un aprendizaje significativo que surgió a partir del acompañamiento es que las comunidades están constituidas por la diversidad, entender eso implica reconocer que al interior de estas se dan conflictos, contradicciones y otras situaciones complejas que hacen parte de lo humano. Trabajar con comunidades es un reto grande que se debe asumir con mucha apertura y disposición.
- En ese sentido, construir de la mano con las comunidades requiere una lectura amplia del contexto y el reconocimiento de que todo lo que se realice debe partir de las necesidades y propuestas de las mismas personas, dado que son las y los sujetos quienes conocen su realidad y tienen todas las herramientas/capacidades para transformarla. Nuestro papel como profesionales se enfoca en el acompañamiento y la potenciación de las mismas.
- Todo es un proceso. En ocasiones se suele creer que lo que se hace va a tener un impacto directo e inmediato en las personas o situaciones, sin embargo, toda la experiencia vivida a partir de la práctica ha demostrado que se debe ser perseverante y que hay que seguir trabajando, porque cada detalle y cada pequeño cambio contribuye a algo más grande que los procesos van dejando ver en el tiempo.
- En términos metodológicos, trabajar con comunidades fortalece diferentes habilidades y permite crear desde lo micro acciones que apunten a transformar situaciones específicas. Esa es una potencia muy grande que se puede aplicar a otros campos de intervención profesional y es una gran base para el trabajo social.
- Lo teórico y lo práctico no pueden separarse, toda acción debe estar fundamentada teóricamente para darle solidez a los procesos de intervención y realizar acompañamientos responsables.
- A nivel personal, compartir y construir de la mano con víctimas del conflicto armado ha sido todo un reto tanto en términos emocionales como en cuanto a apuestas éticas, políticas y sociales. Emocional en el sentido de que se crean lazos de cercanía y amistad que hacen las historias de vida se sientan como propias, y que hacen que sea casi incomprensible el nivel de resiliencia que han tenido las personas para retornar a sus territorios y la disposición que han creado a partir de esto para reapropiarlo y resignificarlo. Y en términos de apuestas éticas, políticas y sociales, ya que es evidente que el país tiene una deuda

incalculable con las personas víctimas del conflicto armado que cada vez se invisibiliza más junto con los acuerdos que prometían acompañar, brindar garantías para habitar el campo y la no repetición.

Referencias

- Servicio de Gestión del Conocimiento para Latinoamérica y El Caribe- ASOCAM. (2007). *Empoderamiento: conceptos y orientaciones*. <https://bit.ly/3OGZSTo>
- Betancur, J. (2016). Alejandría: historias de dolor y esperanza. *Centro Nacional de Memoria Histórica*. <https://centrodememoriahistorica.gov.co/alejandria-historias-de-dolor-y-esperanza/>
- Consejo Nacional de Trabajo Social. (2019). *Código de ética de los trabajadores sociales en Colombia y Reglamento Interno del comité de ética*. Bogotá, D.C.
- Ghiso, A. (2002). Cinco claves ético-pedagógicas de Freire. En *Pañuelos en rebeldía*. <https://bit.ly/3AwbKTU>
- Ghiso, A. (2000). Potenciando la diversidad (diálogo de saberes, una práctica hermenéutica colectiva). En *Utopías*. <https://bit.ly/3yCveoC>
- Junta de Andalucía. (s.f). Documentación Red Ciudadana para la detección y apoyo a las Víctimas de Violencia de Género. https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Violencia_Genero_Documentacion_Red_Ciudadana_folleto.pdf
- Mejía. O. (2014). Elementos para una hermenéutica crítica: una introducción al problema del método en las ciencias sociales y el derecho. *Pensamiento Jurídico*, (39), 15-53. <http://www.bdigital.unal.edu.co/42822/1/45229-218681-2-PB.pdf>
- Mejía, M. (2015). La educación popular en el siglo XXI. Una resistencia intercultural desde el sur y desde abajo. *Praxis y Saber*, 6(12), pp. 97-128.
- Proyecto de Acompañamiento Psicosocial de Alejandría-Antioquia. (2013). Diagnóstico Rápido Participativo.

Programa de Acompañamiento Psicosocial de Alejandría-Antioquia. (2018). Proyecto de acompañamiento psicosocial a las víctimas directas e indirectas del conflicto armado en el municipio de Alejandría, Antioquia.

Rico, N. (1996). *Violencia de género: un problema de derechos humanos*. Cepal.

Romano, J. (2002). *Empoderamiento: enfrentemos primero la cuestión de poder para combatir juntos la pobreza*. Documento de apoyo presentado en el “International Workshop Empowerment and Rights Based Approach in Fighting Poverty Together”. ActionAid.

Schuler, M. (1997). *Los derechos de las mujeres son derechos humanos: la agenda internacional del empoderamiento, en Poder y Empoderamiento de las Mujeres*. TM editores.

Unicef. (2017). *Perspectiva de género. ¿De qué hablamos cuando hablamos de género?* Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.

Viscarret, J. (2007). *Modelos y métodos de intervención en Trabajo Social*. Alianza.

Anexos

Anexo #1. Unidades trabajadas por objetivo durante el proceso y número de encuentros.

Unidad #1	
Objetivo	Promover la autovaloración en las mujeres de la vereda San Miguel, apostándole a un relacionamiento sano con sí mismas y con su entorno.
Temas abordados	<ul style="list-style-type: none"> ● Reconocimiento de habilidades y capacidades propias. ● Identificación de aportes individuales al proceso de grupo. ● Visibilización de estereotipos de género ● Violencia de género
Número de encuentros	2

Unidad #2	
Objetivo	Promover la práctica de habilidades comunitarias tales como la organización comunitaria, para la consecución de objetivos comunes.
Temas abordados	<ul style="list-style-type: none"> ● Organización comunitaria.

	<ul style="list-style-type: none"> ● Habilidades comunicativas (escucha, expresión de opiniones e ideas, formas de comunicación). ● Toma de decisiones colectiva. ● Liderazgos ● Autonomía ● Trabajo cooperativo (percepción de la diferencia)
Número de encuentros	4

Unidad #3	
Objetivo	Construir un herbario comunitario que permita compartir y realizar un diálogo de saberes entre las participantes del proceso para fortalecer los vínculos vecinales.
Temas abordados	<ul style="list-style-type: none"> ● Visión de lo colectivo. ● Proyección comunitaria (herbario). ● Compartir/diálogo de saberes.
Número de encuentros	4

Anexo #2 Matriz resumen de reconstrucción de encuentros comunitarios

Proceso comunitario vereda San Miguel			
Fecha	Tema	Objetivos	Actividades
07/02/2021	<i>Seguimiento y evaluación</i>	<p>General: Propiciar un espacio de seguimiento y evaluación del proceso del Programa Psicosocial en la vereda San Miguel.</p> <p>Específicos: -Potenciar la reflexión frente a los aprendizajes, dificultades y logros obtenidos en el transcurso del proceso de la vereda. -Identificar las proyecciones e intereses temáticos y metodológicos con el fin de nutrir el plan de trabajo del año 2021.</p>	<p>-Construcción conjunta de una figura que represente la comunidad</p> <p>-Línea de tiempo</p> <p>-Sociodrama</p>
07/03/2021	<i>Habilidades</i>	General:	-Almuerzo y

	<i>comunitarias</i>	<p>Reconocer habilidades comunitarias aprendidas durante el proceso del Programa Psicosocial en la vereda San Miguel.</p> <p>Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Identificar los logros construidos durante el proceso comunitario, a través de un circuito de juegos cooperativos. -Visibilizar algunas habilidades necesarias para la construcción colectiva y el trabajo en equipo. 	<p>compartir comunitario</p> <ul style="list-style-type: none"> -Búsqueda del tesoro con bases, cada una con una habilidad.
23/05/2021	<i>Reconocimiento del otro y la otra</i>	<p>General:</p> <p>Promover el reconocimiento del otro y la otra, como apuesta por la construcción colectiva desde la diversidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Actividades simbólicas: etiquetas sociales, reconocimiento a través del tacto -Colcha de retazos -Socialización y concertación del

		<p>Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Reconocer las potencialidades individuales de las y los participantes, que aportan al fortalecimiento del proceso comunitario. -Identificar propuestas de trabajo colectivo desde las y los participantes, definiendo una intención de acompañamiento. -Definir la viabilidad del proyecto comunitario "el herbario". 	<p>proyecto</p>
<p>20/06/2021</p>	<p><i>Estereotipos y violencia de género</i></p>	<p>General:</p> <p>Identificar los diferentes tipos de violencias de género que tienen como escenario la cotidianidad.</p> <p>Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Reconocer los 	<ul style="list-style-type: none"> -Juego “La extraterrestre” -Cambio de roles -Reflexión a través de imágenes

		<p>estereotipos de género que limitan las diferentes maneras que hay de ser hombre y mujer.</p> <p>-Reflexionar en torno al respeto y el reconocimiento de las diversas maneras de ser mujer.</p>	
<p>25/07/2021</p>	<p><i>Violencia de género</i></p>	<p>Género:</p> <p>Contribuir a la visibilización de la violencia de género en escenarios cotidianos, con el fin de cuestionar las prácticas, costumbres y creencias que la legitiman.</p> <p>Específicos:</p> <p>-Caracterizar de manera conjunta cada tipo de violencia y sus consecuencias en la vida de las mujeres que la sufren.</p> <p>-Promover el papel</p>	<p>-Siluetas</p> <p>-Reflexión de casos e identificación de violencias</p> <p>-Retroalimentación de la propuesta del proyecto</p>

		activo de la comunidad y la familia en la protección y denuncia de la violencia hacia la mujer.	
22/08/2021	<i>Habilidades comunitarias y visión colectiva del territorio</i>	<p>General: Promover la puesta en práctica de habilidades comunitarias para la consecución de objetivos colectivos.</p> <p>Específicos: -Fortalecer habilidades como la cooperación y la organización, aportando a la construcción de una visión colectiva. -Promover la soberanía alimentaria y la diversificación de la siembra.</p>	<p>-Sancocho familiar con condiciones desiguales</p> <p>-Transporte colectivo de una planta</p> <p>-Siembra comunitaria</p> <p>-Gratiferia</p>
19/09/2021	<i>Trabajo por objetivos comunes y</i>	<p>General: Promover la puesta</p>	-Juegos cooperativos por bases

	<i>aportes individuales a la comunidad</i>	<p>en práctica de habilidades comunitarias para la consecución de objetivos colectivos.</p> <p>Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Incentivar el reconocimiento del papel de las y los integrantes en la construcción de comunidad. -Promover la cooperación y el trabajo en equipo, reconociendo el valor del aporte individual en las acciones colectivas. 	<ul style="list-style-type: none"> -Siembra comunitaria -Compartir de alimentos y productos -Amigo secreto
17/10/2021	<i>La diferencia en el escenario comunitario</i>	<p>General:</p> <p>Reflexionar en torno a la diferencia como una potencialidad para la construcción de procesos comunitarios.</p> <p>Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Visibilizar la 	<ul style="list-style-type: none"> -Preguntas chismosas -Carrera de obstáculos -Tangram -Siembra y gratiferia

		<p>comunidad como un escenario donde confluyen diversidad de ideas, pensamientos, perspectivas y habilidades.</p> <p>-Reconocer las potencialidades de la diversidad en los procesos comunitarios.</p>	
<p>14/11/2021</p>	<p><i>Comunicación asertiva y recuperación de experiencias de un año de proceso.</i></p>	<p>General:</p> <p>Promover la puesta en práctica de la comunicación asertiva a través de la escucha y la expresión de ideas en el escenario comunitario.</p> <p>Específicos:</p> <p>-Reflexionar acerca de la debilidad del grupo en la práctica de la escucha y la expresión de ideas.</p> <p>-Promover la puesta en práctica de</p>	<p>-Teléfono roto</p> <p>-Creación de dinámicas por parte de las participantes</p> <p>-Evaluación mediante un tendadero con lo trabajado durante el año</p> <p>-Actividad simbólica: analogía de la siembra y el proceso comunitario</p>

		<p>habilidades comunicativas en el escenario familiar y comunitario.</p>	
12/12/2021	<i>Navidad comunitaria</i>	<p>General: Propiciar un espacio para el compartir comunitario en el marco del cierre del año en la vereda San Miguel.</p> <p>Específicos: -Recuperar los saberes alrededor de las plantas aromáticas y medicinales para hacer el cierre del herbario comunitario. -Realizar el cierre del proceso 2020-2021 del Programa Psicosocial en la vereda.</p>	<p>-Almuerzo y compartir comunitario -Diálogo de saberes respecto a las plantas aromáticas/medicinales -Ilustración sobre proceso de secado y elaboración de aceites con las plantas -Evaluación de aprendizajes mediante mural</p>

Anexo #3 Plantas por participante del proyecto herbario comunitario vereda San Miguel

Cantidad	Plantas propuestas por los y las participantes	Participante a cargo
15	Caléndula	Berta Villa Olga Montoya
15	Albahaca morada	Edilia Garzón
15	Diente de león	Olga Torres
15	Ruda	Margarita Bedoya
15	Hierbabuena	María Montoya
15	Albahaca	Yaneth Monsalve
15	Romero	Graciela Bedoya
15	Toronjil	Margarita Calderón
15	Cedrón Albahaca limón	Estela Giraldo
15	Menta-prontoalivio	Adela Garzón
15	Jengibre	Alba López
15	Tomillo Manzanilla	Cenovia Ibarra
15	Limoncillo	Olga Montoya
15	Cedrón	Luis Gómez

Anexo #4 cartilla plantas medicinales y aromáticas Vereda San Miguel



ESTA CARTILLA FUE CREADA POR:

Cenovia Ibarra, Berta Villa, Emilia Calderón, Margarita Calderón, María Montoya, Olga Montoya, Edilia Garzón, Adela Garzón, Alba Garzón, Olga Torres, Yaneth Monsalve, Graciela Bedoya, Alba López, Estela Giraldo, Luis Gómez, Mateo Gómez, Alexis Gómez, Patricia Ríos, Adrián Arboleda, Margarita Bedoya, Melissa Henao e Isabel Valencia.





TORONJIL

Esta planta puede utilizarse para:

- los nervios
- dolores menstruales
- dolores estomacales
- las náuseas
- bajar la fiebre



CIDRÓN - CEDRÓN

Esta planta puede ser útil para:

- la digestión
- expulsar gases (pesadez)
- las náuseas o el vómito



APIO

Esta planta sirve para:

- el insomnio
- sirve como antiinflamatorio
- la indigestión/diarrea



CALÉNDULA

Esta planta se puede usar para:

- la inflamación
- quemaduras
- acné
- infecciones vaginales



ROMERO

Esta se puede usar para:

- el crecimiento del cabello
- prevenir la caída del cabello
- cicatrizar
- la memoria
- la depresión (en cierto grado)



HIERBABUENA – YERBABUENA

Esta planta puede ser útil para:

- afecciones respiratorias
- los nervios
- la fiebre
- el dolor de cabeza
- el cólico de frío (tomando una bebida 3 veces al día)
- el dolor de estómago (se puede poner 3 hojitas en la frente adicionalmente)



ALBAHACA

Esta planta puede utilizarse para:

- los nervios
- dolor de estómago
- tratar la asfixia



MENTA - PRONTOALIVIO

Esta planta sirve para:

- los cólicos
- los nervios
- la inflamación
- la tos
- el dolor de cabeza
- las náuseas



LIMONCILLO

Esta planta puede ser útil para:

- el dolor de estómago
- la diarrea (con algunas gotas de limón)
- la fiebre



ORÉGANO

Esta planta se puede usar para:

- una mejor digestión (con soda y limón)
- dolor de estómago
- los espasmos
- dolor de oído (con la planta macerada, se echan goticas en el oído)



RUDA

Esta planta sirve para:

- la ansiedad
- desórdenes menstruales
- inflamaciones
- picaduras de insectos



PAICO

Esta planta puede utilizarse para:

- el dolor de estómago (en emplasto)
- los cólicos
- la diarrea
- el estreñimiento



SAN MIGUEL 2021

