“Desplegar(se): juego, reflexión y reparación”

(La manzanita del Perú como dispositivo para transformar la violencia)

Se propone una jornada interactiva de promoción del enfoque restaurativo del Programa Distrital de Justicia Restaurativa, dirigida a personas privadas de la libertad (sindicados y condenados por violencia intrafamiliar y feminicidio y tentativa de feminicidio), en la cual el juego, el cuerpo y la creación simbólica funcionan como medios para la reflexión y la transformación.

Descripción de la actividad:

La actividad se estructura a partir de un recorrido por estaciones o retos lúdico-reflexivos sensibles, en los que los participantes pondrán en práctica habilidades relacionadas con el autocuidado, el reconocimiento del otro, la gestión emocional y la construcción de relaciones no violentas.

Como elemento central, se utilizará la **manzanita del Perú (origami comegalletas)** como dispositivo pedagógico y simbólico:

- **Una versión grande** de dicho objeto funcionará como guía colectiva del espacio, conteniendo preguntas, reflexiones y herramientas.
- **Una versión pequeña** será entregada a cada participante, quien irá registrando en ella los aprendizajes, compromisos o herramientas adquiridas en cada reto.

*La metáfora del objeto que se despliega invita a pensar que **las personas también pueden desplegar nuevas formas de relacionarse, sentir y actuar**, más allá de los patrones de violencia aprendidos y naturalizados. Adicionalmente, el azar que conlleva este juego sitúa a las personas en un estado de “riesgo seguro” donde, como en la vida cotidiana, se hace evidente la necesidad de responder a lo inesperado, dejando que sean la espontaneidad y las decisiones propias la que sugieran reflexiones profundas y experienciales.*

Objetivo general

- Promover la reflexión crítica y experiencial, el reconocimiento emocional y la construcción de herramientas para la no repetición de violencias, a través de experiencias lúdicas, simbólicas y participativas con enfoque restaurativo.

Objetivos específicos

- Cuestionar los modelos tradicionales de masculinidad que legitiman la violencia.

- Favorecer la construcción de formas alternativas de “ser hombre” basadas en el respeto, la empatía, el autocontrol y el cuidado.
- Identificar la naturalización de la violencia en la vida cotidiana y sus impactos.
- Reflexionar sobre los vínculos familiares, modelos de crianza y transmisión intergeneracional de la violencia.
- Fortalecer la responsabilización, el autocuidado y la toma de decisiones orientadas a la reparación.
- Construir colectivamente herramientas prácticas para la gestión emocional y la resolución pacífica de conflictos.

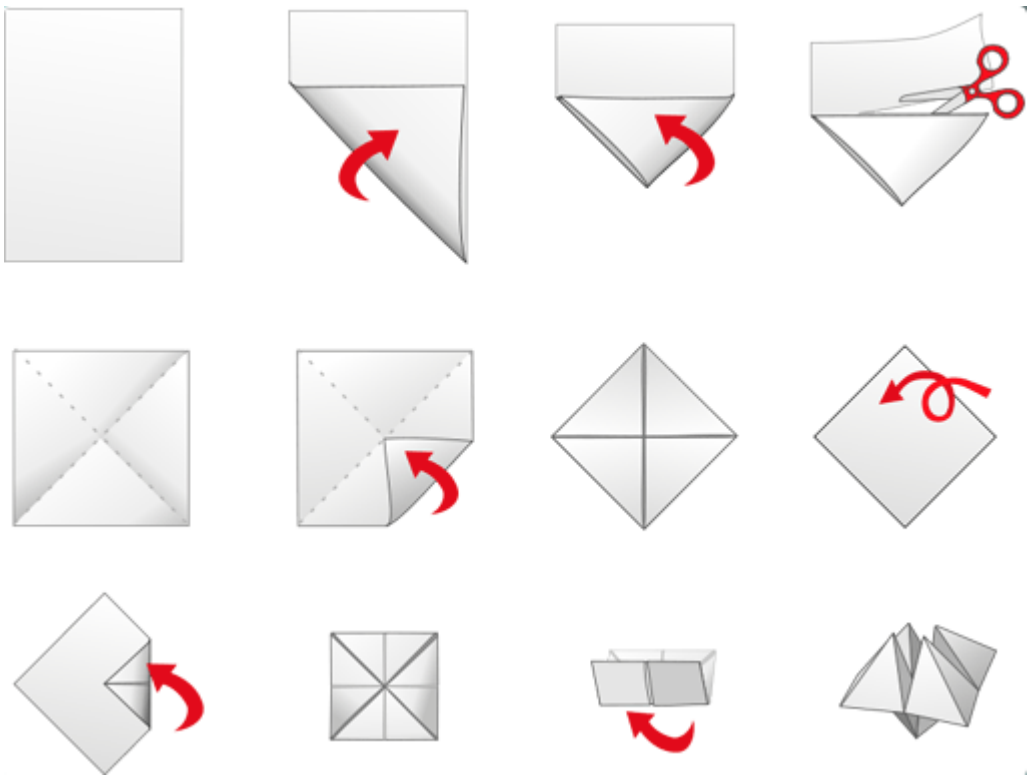
Metodología:

La jornada se desarrolla en formato de **circuito de retos**, donde los participantes rotan por distintas estaciones, en donde estarán no más de 10 minutos. Activarán su cuerpo mientras reflexionan sobre una herramienta especifica dentro de los objetivos planteados. Finalmente, deberán consignar sus conocimientos aprendidos en la manzanita o come galletas.

Momentos didácticos:

Primer momento de 15 a 20 minutos.

- Presentación del espacio y acuerdos (respeto, escucha, no juicio).
- Explicación del enfoque restaurativo (breve, sencillo).
- Presentación del objeto simbólico (manzanita grande).
- Entrega y construcción de la manzanita pequeña a cada participante.



Segundo momento de 60 a 90 minutos.

- Los participantes se dividen en grupos pequeños.
- Rotan por los retos.
- En cada estación:
  1. Realizan la actividad
  2. Responden una pregunta
  3. Registran una herramienta en su manzanita

Tercer momento de 20 a 30 minutos.

- Socialización voluntaria
- Reflexión final sobre el despliegue personal
- Invitación a inscribirse en los espacios de taller psicosocial.

  Se invita a los participantes a reconocer que, así como la manzanita se abre y revela múltiples posibilidades, ***ellos también pueden desplegar nuevas formas de relacionarse****, más conscientes, responsables y cuidadosas.*

Retos:

Nombre	**Actividad**	**Reflexión**	**Herramienta**
¿Como nos vemos?	Calcar el rostro del compañero sobre	¿Cómo cuido la imagen del otro?	“Nombrar sin herir / mirarme con

	formato de acetato transparente.	¿Cómo me trato a mí mismo?	respeto" "mirar al otro con respeto"(?)
Equilibrio en movimiento	Pasar una pelota o bomba, sin dejarla caer entre varios.	¿Qué pasa cuando no controlo mis impulsos?	"Pausar antes de actuar"
Sincronía: El sí consentido.	En un círculo, cada persona cambia de lugar si el otrx le da el consentimiento.	¿Porque es importante el consentimiento?	5 etapas del consentimiento
Lo que cargo	Representar una emoción al azar para que el grupo la adivine.	¿Como comunicamos nuestras necesidades y entendemos las del otrx?	Reconocimiento de emociones.
Romper el ciclo	Juego de rayuela con palabras: celos, rabia, gritos, comunicación, cuidado (etc).	¿Qué patrones repetimos sin darnos cuenta?	Toma de decisiones, elegir actuar distinto.
Teléfono roto con dibujos	Se dibuja en la hoja que está en la espalda del compañero, según lo que dibujan en tu espalda.	¿Qué puedo cambiar? ¿Como soy empático?	
Sostener sin soltar	Sostener una bomba o una pelota sin usar las manos.	¿Cómo es mi ética del cuidado? ¿Cómo sostengo mis relaciones sin controlar?	Cuidado y cocuidado
Semáforo emocional			
Autoretrato sin ver	Elegir una parte del cuerpo propio y dibujarla sin ver, utilizando únicamente el tacto como referencia.	¿Cómo reconozco mi propio cuerpo y emociones? ¿Qué tanto lo hago? ¿De qué herramientas dispongo para ello?	