



**DISEÑO | UC**  
Pontificia Universidad Católica de Chile  
Escuela de Diseño



# MAPA DE EXPERIENCIAS DISEÑO UC.

Fortaleciendo comunidad universitaria desde la detección y el reconocimiento de pares y sus desafíos emocionales.

Bastián Belmar Rosales  
Profesor Guía: Marcela Parada  
Julio 2017 / Santiago, Chile.

Tesis presentada a la Escuela de Diseño de la Pontificia Universidad Católica de Chile para optar al título profesional de Diseñador.



**DISEÑO | UC**  
Pontificia Universidad Católica de Chile  
Escuela de Diseño



# MAPA DE EXPERIENCIAS DISEÑO UC.

Fortaleciendo comunidad universitaria desde la detección y el reconocimiento de pares y sus desafíos emocionales.

Bastián Belmar Rosales  
Profesor Guía: Marcela Parada  
Julio 2017 / Santiago, Chile.

Tesis presentada a la Escuela de Diseño de la Pontificia Universidad Católica de Chile para optar al título profesional de Diseñador.







PONTIFICIA  
UNIVERSIDAD  
CATÓLICA  
DE CHILE

DISEÑO | UC  
Pontificia Universidad Católica de Chile  
Escuela de Diseño



# MAPA DE EXPERIENCIAS DISEÑO UC.

Fortaleciendo comunidad universitaria desde la detección y el reconocimiento de pares y sus desafíos emocionales.

Bastían Belmar Rosales  
Profesor Guía: Marcela Parada  
Julio 2017 / Santiago, Chile.

Tesis presentada a la Escuela de Diseño de la Pontificia Universidad Católica de Chile para optar al título profesional de Diseñador.







## Índice de Contenidos

Motivación personal	9
Problemática detectada	11
<b>INVESTIGACIÓN</b>	
Ansiedad y Estrés	12
Estudiantes UC	13
Salud Estudiantil y Apoyo psicológico	15
Caso de estudio: Diseño UC	
Introducción	20
Levantamiento directo de información	23
<b>DESARROLLO DE PROYECTO</b>	
Oportunidad	30
Antecedentes y Referentes	32
Brainstorming	36
<b>FORMULACIÓN</b>	
Brief de Diseño	42
Usuario y Contexto	43
Objetivos	44
<b>PROTOTIPO Y TESTEO</b>	
Elementos del sistema	46
Implementación	54
Resultados en Tablero	58
Matriz de Resultados	60
Resultados Publicación online	62
<b>REDISEÑO DEL SISTEMA</b>	
Tablero	64
Definiciones Sitio web	68
Otras comunidades	70
<b>Bibliografía</b>	72
Anexos	74



## Motivación Personal

El interés por este tema surge tras observar (durante mis 5 años de estadía en la Pontificia Universidad Católica), cómo una parte de la comunidad estudiantil de pregrado de diferentes carreras sufre (generalmente en silencio) cuadros de ansiedad y/o depresión como resultado del estrés que genera cumplir con obligaciones y metas en un ambiente que promueve la excelencia académica y la competencia entre pares.

Es una situación que personalmente he vivido y que he visto sufrir a compañeros y amigos de la universidad, con mayor o menor intensidad, en diferentes períodos y gatillada por distintos factores. Es también un tema del que la Universidad es consciente, existe una oferta de programas que buscan ayudar a estos alumnos pero aún así, es en este punto, donde tengo la impresión, como estudiante, que hay algo que supera las instancias que existen, hipótesis que en este proyecto se busca verificar y caracterizar con el desarrollo de la investigación.

Además, según mi parecer, es necesaria una búsqueda de los factores que desencadenan la ansiedad o estrés. Ubicando así una oportunidad de diseño que comienza del problema (antes del desarrollo de los cuadros), ya que apoyo y programas para aquellos que ya desarrollaron estos trastornos existen y están en constante desarrollo y promoción y creo que es óptimo resolver esta situación en su inicio, con métodos preventivos y no cuando ya se torna regular que el alumno viva estos cuadros.

He visto cómo el miedo domina a los estudiantes y no permite poder empezar las tareas asignadas, y la inseguridad y ansiedad terminan por coartar las posibles capacidades del alumno. Creo que las características de nuestra sociedad actual: globalizada en cada ámbito, veloz e instantánea, repleta de información y que expone la imagen personal sin descanso, pudiendo provocar que los valores personales como la paciencia, el autoconocimiento y el sentido de desarrollo o progreso estén siendo más difíciles de cultivar.

Al parecer algo distancia a ciertos estudiantes de la solicitud de ayuda y el problema no se enfrenta e inclusive se carga por largos períodos. Queda descubrir qué genera esto y cómo redireccionar y complementar esfuerzos considerando el bienestar y mejor rendimiento de los alumnos.

Considerando todo esto, creo que desde la universidad se pueden realizar ciertas acciones que, combinadas con los sistemas que ya existen, actúen en conjunto para mejorar los esfuerzos y las instancias de apoyo actuales. Valoro que existan programas de apoyo al rendimiento académico y de apoyo psicológico, pero creo que se puede hacer más y mejor (distinto quizás), tomando en cuenta que las situaciones mencionadas anteriormente no alcanzan a ser completamente cubiertas.

En este escenario se da la investigación y es primordial analizar desde el diseño la relación que se da entre los distintos actores, situaciones e instancias.

El campo de investigación es la Pontificia Universidad Católica de Chile ya que como integrante de esta institución se percibió una necesidad de diseño, lo que es un riesgo por mi cercanía con la situación y a la vez una gran oportunidad ya se levantará información y se hará una observación desde el interior del propio campo de estudio. Asumiendo conscientemente este riesgo se inicia la investigación.



## Problemática Detectada

### *Problemática inicial detectada*

Se detecta una problemática desde la posición de estudiante al observar que una parte de los alumnos UC no logra enfrentarse a las exigencias de su carrera de la mejor manera, teniendo como consecuencia cuadros de ansiedad o estrés, bajo rendimiento, bloqueos creativos o daños a su salud.

### *Problemática particular de investigación*

Con el desarrollo de la investigación se escogió un caso particular a investigar:

Los estudiantes de Diseño sufrirían de burnout académico en diferentes grados por lo que se hace necesaria una intervención en su proceso de desarrollo académico.

Es importante aclarar que no se busca analizar o disminuir la exigencia, esta institución es de excelencia académica y es algo por lo que los alumnos prefirieron esta casa de estudios. Pero sí parece una oportunidad de diseño la forma en que se enfrenta este proceso de adaptación. Su posible guía y la entrega de herramientas para dimensionar de mejor manera tiempo, capacidades a desarrollar, habilidades propias, etc.

## Problemática Detectada

### Ansiedad y Estrés

Para conocer el estado emocional de los estudiantes y en qué nivel están afectados por cuadros de estrés o ansiedad, nos referiremos a ansiedad como:

*"una respuesta emocional, o patrón de respuestas, que engloba aspectos cognitivos displacenteros, de tensión y aprensión; aspectos fisiológicos, caracterizados por un alto grado de activación del sistema nervioso autónomo y aspectos motores que suelen implicar comportamientos poco ajustados y escasamente adaptativos. La respuesta de ansiedad puede ser elicitada tanto por estímulos externos o situacionales como por estímulos internos al sujeto, tales como pensamientos, ideas, imágenes, etc., que son percibidos por el individuo como peligrosos o amenazantes. El tipo de estímulos (internos y externos) capaces de evocar la respuesta de ansiedad estará, en gran parte, determinado por las características del sujeto, existiendo notables diferencias individuales en cuanto a la propensión a manifestar reacciones de ansiedad ante las diversas situaciones"*

(Miguel-Tobal, 1990. pag. 310).

Otro término importante y que se relaciona con el anterior es el Estrés, concepto que aparece por primera vez en 1936, propuesto por el endocrinólogo canadiense Hans Selye. Este término continuamente ha sido modificado, pero en general las definiciones hablan de sensaciones de agotamiento mental y físico, preocupación y agobio. Se definirá estrés, de una manera general, como: *"cualquier experiencia emocional molesta que venga acompañada de cambios bioquímicos, fisiológicos y conductuales predecibles."*

(Baum, A. 1990)

La cultura propia de un lugar y el estado de época configuran continuamente las percepciones de la realidad individual y social. Y por lo tanto son muy relevantes al analizar la sanidad mental de un grupo determinado. Dentro de esto, las nuevas dinámicas sociales que se han instaurado gracias al desarrollo de la tecnología son también dignas de análisis.

En el desarrollo de la investigación se caracterizaron diferentes factores que podrían estar gatillando el desarrollo de cuadros de ansiedad y estrés.

## Problemática Detectada

### Estudiantes Uc y posibles factores de estrés

#### Nivel Académico de Excelencia

De acuerdo al Portal universitario Universia esta universidad destaca entre todas las del país: "La Pontificia Universidad Católica es una de las universidades más importantes de Chile. El liderazgo de la Universidad en la investigación y programas de postgrados ha realizado una considerable influencia en la sociedad cultural y científica del país; transformándose en un importante centro de investigación (...) Además, sus actividades de investigación permiten apoyar programas de doctorado y crear un estimulante ambiente educativo e intelectual."

Importantes rankings así lo demuestran, El ranking QS 2016 posiciona a la UC en un lugar privilegiado a nivel mundial (147) y en el tercer lugar en toda Latinoamérica. (Fuente: Sitio web TopUniversities, fecha de consulta: agosto 2016).

Según el área de prensa UC "Este ranking es uno de los más prestigioso por su metodología y gran cobertura a nivel mundial y recoge la opinión de más de 60.000 académicos de universidades en todos los continentes." (Fuente: Sitio Web UC, fecha de consulta octubre 2016)

Año a año la institución lidera en Cantidad de alumnos con puntajes nacionales que postulan e ingresan. El año 2016 un 54% de estos jóvenes optó por esta casa de estudios. Al ser consultado por el medio La Tercera, el rector de la universidad, Ignacio Sánchez, señaló que: "todos los años tenemos un 50%, la U. de Chile un 30 % y el 20 % para el resto del sistema".

(Fuente: Sitio Web La Tercera, fecha de consulta: agosto 2016)

Con todo esto ser estudiante de la Pontificia Universidad Católica implica cumplir con un perfil de alumno claro. La institución lo define en su web oficial de la siguiente manera:

"La UC busca formar a sus estudiantes con una visión amplia del mundo, valores sólidos y que sean capaces de pensar críticamente. Además, nuestros alumnos desarrollan un liderazgo positivo y una actitud proactiva hacia el cambio. Se caracterizan por su vocación de servicio, capacidad de trabajar en equipo y por una constante motivación al perfeccionamiento y orientación a la excelencia."

(Fuente: <http://www.uc.cl/es/alumnos>. Fecha de consulta : octubre de 2016)

Se podría imaginar a la PUC como una incubadora de profesionales de alto nivel, donde la presión es esencial para obtener el mejor rendimiento de sus alumnos y que mantengan su nivel de excelencia académica (tal como ellos también lo esperan). Esto se convertiría en un problema cuando la relación entre esta exigencia y la percepción de capacidades personales se conforma desde la ansiedad, inseguridad y el pensamiento altamente competitivo (enfocado en la comparación con un otro y no consigo mismo)

El factor competitivo se puede relacionar, en parte, con el sistema de toma de cursos Banner que considera ranking según puntaje académico acumulado (PAA),

Sistemas como este permiten repartir cupos para ciertos ramos o profesores. El no poder elegir ramos de interés provoca una mayor frustración y el avance curricular se puede ver menos motivante, especialmente en carreras donde la variedad de cursos permite la especialización en áreas de interés.

La formación temprana de redes de contacto laboral es también parte del panorama. Destacar dentro de un curso, gracias al rendimiento, y luego poder ser ayudante de tal curso es una forma de desarrollar nuevos vínculos de trabajo con docentes.

Es importante recalcar que los alumnos escogieron esta institución conociendo, en cierto grado, las exigencias a las que se enfrentarían. El objetivo de esta investigación es mejorar su proceso de adaptación

## Problemática Detectada

### Estudiantes Uc y posibles factores de estrés

#### Vida universitaria UC

##### Diversidad socioeconómica y Financiamiento.

Sus 22.654 estudiantes de pregrado provienen de todas las regiones del país y de distintos grupos socioeconómicos. La UC se compone de estudiantes ampliamente diversos. En cada carrera se produce una combinación diferente de realidades. Así también lo son las redes que forman estos estudiantes (grupos de amigos y/o grupos de estudio).

Con todo esto la "vida universitaria" en la UC puede variar radicalmente entre un alumno y otro.

Lo anterior influye también en la percepción del proceso de desarrollo académico. Situaciones como, ser alumno de la institución, presentar un alto nivel académico hasta completar el avance curricular o incluso solo completarlo pueden ser valorados de forma completamente diferente entre alumnos, ya que cada uno traza metas desde su propia realidad.

El componente económico del proceso académico, es decir, el financiamiento de una carrera y todos sus gastos asociados, pareciera ser también un factor de alto estrés. Los alumnos sienten un apuro y presión por terminar los estudios según el tiempo dictado por la Duración Oficial de la carrera.

Esto reduce las posibilidades para permitirse fallar ya que atrasarse un semestre o más puede significar la pérdida de beneficios como becas, la prolongación de créditos universitarios, un gasto familiar mayor, entre otros.

#### Vida universitaria UC

##### Espacios físicos y virtuales

En otro ámbito, se hace relevante considerar que, actualmente, una parte importante de la vida universitaria no se da directamente en los espacios físicos de estudio, sino que en plataformas web. Facebook es el principal espacio, y resulta muy interesante estudiar cómo un espacio afecta al otro (interacciones virtuales vs interacciones presenciales).

Las posibilidades tecnológicas de hoy que permiten una conexión masiva e instantánea entre miles de estudiantes configuran una nueva manera de construir comunidad.

El Grupo de Facebook "Estudiantes Uc" y decenas de similares reúnen a estudiantes para discutir en base a inquietudes personales, política, entretenimiento, y más. Otras páginas dentro de esta red social como "ElChicoPuc", "ANoQuePocoPUC" o "Confesiones UCé" son un espacio donde se exponen, potencian y reinterpretan situaciones que ocurren dentro de los distintos campus. El intercambio de información no se detiene y genera la discusión y propagación de ideas tanto positivas como negativas.

Esta masividad e hiperconexión permiten que cada estudiante pueda generarse una idea ampliada de lo que ocurre dentro de su casa de estudios, dentro de su campus y dentro de su carrera. Además de conocer opiniones y juicios de sus pares sobre cada hecho que aparezca en la web.

Se puede mencionar la proliferación, hace unos años, de un código social hoy ampliamente conocido que diferencia entre lo que (o quien) es PUC y lo que no lo es.

Este código permea el desarrollo de interacciones entre los estudiantes y lo tienen incorporado, quiérase o no en su percepción cotidiana, provocando discriminaciones que si bien son orientadas como bromas, no necesariamente son recibidas como tal desde quien cae en la categoría de no ser PUC.

En Confesiones UCé se refieren con frecuencia a esta definición, y los alumnos pueden diferenciar incluso, a nivel general, que carreras son PUC y que carreras no lo son.

Si bien no es claro el origen de esta denominación, es en el espacio virtual donde estos códigos encuentran una vía de masificación. Esta situación u otras de tipo similar pueden significar para algunos alumnos un sentido de no pertenencia o la necesidad de defender su espacio en la institución.

## Problemática Detectada

Salud Estudiantil UC y Apoyo Psicológico.

Se consideran en este estudio las unidades de salud que tienen directa relación con el tema, siendo éstas el CARA, la UAP y el Programa de Manejo de la Ansiedad. Se investigan cuáles son sus servicios, su presencia en los distintos campus y cómo intentan llegar a los alumnos en el espacio virtual.

### CARA UC

El CARA es el Centro de Apoyo al Rendimiento Académico y Exploración Vocacional. Fue fundado en el año 2003, y según el sitio web de la universidad su misión es "ofrecer, desde el marco de la psicología educacional, alternativas que permitan potenciar el desarrollo de habilidades académicas, para que los jóvenes vivan con éxito y satisfacción su proceso de aprendizaje, estudio y la etapa universitaria en general". (Fuente: Sitio Web UC, fecha de consulta octubre 2016)

Esta unidad cuenta con oficinas en el Campus San Joaquín y, desde hace un año, en Casa Central. Para optar a los servicios del CARA es necesaria una inscripción online que incluye la resolución de un test y la toma de hora de una sesión diagnóstica. La oferta de servicios, publicada en su web, se compone de:

-Sesión Diagnóstica (grupal)

-Atención Psicopedagógica

(Requiere certificado de diagnóstico de Síndrome de Déficit Atencional)

-Talleres de Habilidades Académicas (grupal)

Su objetivo es entrenar habilidades para un rendimiento académico más satisfactorio.

Los talleres disponibles son:

"Estudiar para Rendir Mejor"

"Entrenando la Concentración y la Memoria"

"Usando el tiempo a mi favor"

"Entrenamiento en presentaciones y pruebas orales"

"¿Cómo motivarme cuando debo, pero no quiero?"

-Tutorías Académicas

Un alumno con buen rendimiento y habilidades pedagógicas apoya a quienes tengan dificultades y quieran superarlas.

Los contenidos se extraen de cursos como Cálculo, Álgebra, Geometría, Química, Física, Introducción a la economía, Contabilidad I y II, Biología de la Célula. con altas tasas de reprobación y comunes a varias carreras. Se realizan en grupos pequeños (máx 6 alumnos) que trabajan durante 4 sesiones con el tutor. Este semestre ya hay más de 70 tutorías programadas.

El 16 de octubre de este año se realizó el 1er Encuentro de Tutores UC, donde se compartieron experiencias y se motivó la continua construcción del rol de "tutor" en la UC.

-Atención Psicoeducativa (individual)

Es un espacio de trabajo con un psicólogo educacional. (Los temas a tratar son aprendizaje estratégico, motivación académica y exploración vocacional)

-Cursos CARA

Cursos de 5 créditos y que solicitan 80% asistencia, para la malla curricular de todos los alumnos son considerados un OFG. En estos cursos se realizan clases teóricas y actividades prácticas, se estudia

a los autores relevantes en las distintas temáticas, y especialmente se aborda y aplica lo analizado al proceso de estudio de cada alumno.

Como estudiante puedo mencionar que estos cursos son inscritos tanto por personas que requieren adquirir habilidades como quienes requieren un curso "fácil". Algunos comentarios que se repiten en redes sobre estos cursos son: "Es difícil tener el tiempo para ir a la cantidad de clases que te piden (sabiendo que es "simplemente" el CARA)" "Te subirá el promedio por dormir" "Ojalá no te toque una profesora para manejar el estrés y que te deja mas estresado"

Aparecen en redes sociales en marzo de 2012 y actualmente son seguidos en Facebook por 4630 personas. En este medio promueven la inscripción en sus cursos y tutorías, comparten memes (imágenes o vídeos que describen situaciones con un tono gracioso) referentes a temas de estudio e inscripción en cursos del Cara, realizan concursos de entradas al cine para difundir su fanpage, e instan a los alumnos a crear memes. (Fuente: Fanpage de Facebook "CARA UC", fecha de consulta: Noviembre 2016)

El nivel de respuesta de los alumnos es bajo.

Las dos principales interacciones de estudiantes son consultas sobre cupos disponibles en cursos CARA o etiquetado de amigos en memes con los que se puedan identificar.

## Problemática Detectada

Salud Estudiantil UC y Apoyo Psicológico.

### Programa para el Manejo de la Ansiedad

Fundado en 2014, el equipo de este programa está compuesto por un grupo de cuatro psicólogas. Su objetivo es difundir dentro de la Comunidad UC cómo enfrentar de manera óptima las situaciones cotidianas que pueden provocar altos niveles de ansiedad y estrés.

En el sitio web, su coordinadora, la psicóloga M. Paz Jana describe: "Es normal sentir ansiedad frente a diferentes estímulos, ya que es un mecanismo de defensa. La ansiedad nos mueve a actuar, el problema surge cuando provoca conductas desadaptativas, es decir que un alumno está tan nervioso antes de una prueba que cuando la recibe, se bloquea, olvida todo y entrega la hoja en blanco, o un profesional se pone tan ansioso frente a una presentación que comienza a tartamudear frente a los demás"

La oferta de servicios publicada en su web se compone de:

#### *-Talleres de relajación para alumnos (semanal)*

La inscripción es vía web y las técnicas que se practican son el Mindfulness y el Pintado de Mandalas.

#### *-Curso "Manejo de la Ansiedad en la Vida Universitaria"*

Curso de 5 créditos que se valida como un OFG. El ramo se da en campus San Joaquín y Lo Contador, con una demanda superior a 400 alumnos cada semestre. A contar del 2016, comienza a implementarse el curso "Ansiedad y las técnicas de afrontamiento para el autocuidado".

#### *Consejerías de Ansiedad (individual)*

Se realizan en el campus San Joaquín y consideran un máximo 3 sesiones. La idea es que el alumno pueda identificar y buscar formas adaptativas para el manejo de su ansiedad.

#### *Zonas libres de Ansiedad y Estrés*

Son intervenciones en los distintos campus donde se realizan diferentes actividades para difundir el conocimiento sobre síntomas de ansiedad y estrés y su manejo. Se reparten test de autodiagnóstico, se realizan actividades de relajación y se reparten kits antiestrés

#### *Boletines e-Health*

Correos enviados a la Comunidad UC que explican la aparición de síntomas de ansiedad, cómo identificarlos y manejarlos.

Su presencia en redes sociales se origina junto con la fundación del programa en 2014, actualmente son seguidos en Facebook por 2.919 personas. Continuamente comparten material sobre ansiedad, memes o videos de relajación. La respuesta de los estudiantes es baja, como también lo es la cantidad de seguidores (aproximadamente un 10% de la comunidad de pregrado)

(Fuente: Fanpage de Facebook "CARA UC", fecha de consulta: Noviembre 2016 )

## Unidad de Apoyo Psicológico (UAP UC)

Ubicado en el Hall Estudiantil de San Joaquín la UAP es un centro de atención clínica, de promoción y de prevención en salud mental.

Mencionan en su web que "los motivos de consulta más frecuentes son los cuadros ansiosos y depresivos, pero también los problemas de sueño, de relaciones interpersonales, y distintos tipos de dificultades que tienen los alumnos, las que muchas veces pueden ser mejor enfrentadas con ayuda profesional."

Los días lunes a las 8:30 se puede solicitar presencialmente, o mediante algún compañero, una hora diagnóstica. La atención es gratuita y totalmente confidencial. Al consultar en sus oficinas por horas éstas están siendo agendadas para un par de meses más por la alta demanda.

### Psicología y Psiquiatría

Sesiones semanales que duran 50 minutos aproximadamente. La cantidad de sesiones se determinará según el caso, pero el máximo es 16. Según la gravedad del caso puede resultar en Derivación a tratamiento externo

Además de organizan diversos grupos de apoyo relacionados con diversidad sexual.

No tienen presencia en Facebook y en el grupo Estudiantes UC los post sobre este servicio con casi nulos, la gente no habla de esta unidad.

### *Acerca de los Servicios Psicológicos*

En este punto de la investigación se observa que, a pesar de la diversidad de servicios disponibles, las instancias de apoyo son superadas por la cantidad de demanda y otros factores desconocidos, es así que se enfocará la investigación en un caso particular, seleccionándose una carrera a investigar. Así se podrá conocer, más en detalle la cercanía de un grupo de alumnos con estos servicios y porqué no estarían recurriendo a ellos.

Esos servicios intentan llegar a los estudiantes de diversas formas, y resultan interesantes de analizar los esfuerzos del CARA y el Programa para el Manejo de la Ansiedad para llegar a los alumnos desde Facebook, usando memes y un lenguaje cercano a ellos.

Se programa una reunión con la Coordinadora del Programa para el Manejo de la Ansiedad para conocer su opinión en el tema y cómo se ha desarrollado en los últimos años.



**Caso Particular de Estudio:  
Estudiantes DISEÑO UC**

### Caso particular de Lo Contador

Se entrevista a la coordinadora del Programa para el Manejo de la Ansiedad, la psicóloga María Paz Jana, para tener una visión global de las carreras de la Universidad e identificar en cuáles de éstas los actuales programas de Apoyo Universitario han tenido más dificultades de efectividad o recepción.

-  
Según la especialista, continuamente se hacen intentos por mejorar los servicios y poder llegar a los distintos usuarios según sus requerimientos, pero se detiene al comentar la situación de los alumnos de campus Oriente y campus Lo Contador.

Relata que la cantidad de estudiantes de estos campus que hacen uso de los servicios de apoyo es bastante menor y agrega que es desde Lo Contador donde al mismo tiempo continuamente se generan solicitudes de apoyo. Y que luego, paradójicamente, una vez que el Programa se intenta hacer presente de alguna manera en Lo Contador, los estudiantes de Arquitectura y Diseño no se acercan a éste.

María Paz declara que tras últimamente estar presente un día a la semana en el campus, ha logrado detectar de a poco ciertas características que describen al grupo de estudiantes del lugar. Menciona que al parecer éstos no tienen un real interés en mejorar sus problemas y que en general enfrentan sus complicaciones desde la preocupación y no desde la ocupación, además de escudarse en el argumento de no tener tiempo para nada y de estar cursando una carrera muy distinta a las demás de la Universidad.

Considera además que al parecer se produce un contagio de síntomas, en base a la histeria colectiva que nace al enfrentar los encargos. Frente a esto le gustaría conocer con más detalle la forma de pensar de los alumnos y también conocer, por ejemplo, cuántos de éstos asisten a apoyo psicológico externo.

Para la especialista, hasta el momento, el campus y sus alumnos son un enigma y escapan del público que se logra atender.

Luego de esta entrevista se determina que, dentro del campus Lo Contador, la investigación se centrará en el caso particular de los estudiantes de Diseño, porque es la unidad académica a la que soy cercano y es desde esta donde percibí en primera instancia una problemática especial, asunto que fue también mencionado por la especialista María Paz Jana.

Si bien el contexto de la problemática consta de diversos actores que se relacionan: Universidad, alumnos, compañeros, profesores, funcionarios, padres de alumnos, programas de apoyo a la salud, programas de financiamiento, entre otros. Este estudio se enfocará en levantar información desde la voz de alumnos, profesores y funcionarios.

Cabe recordar que todas las consideraciones hechas previamente sobre el Estudiante UC y los factores de estrés no dejan de aplicarse y son una dimensión base de este caso particular.

En esta reunión queda planteada la idea de que no hay un conocimiento real acerca del estado de salud psicológico de los estudiantes de este campus. Al solicitar datos y estadísticas se menciona que no se han hecho estudios importantes aquí.

No se posee un material investigativo para analizar, como se rescata de la entrevista: este campus es una dimensión desconocida para la Universidad en aspectos psicológicos

### Situación de campo

Como punto inicial se recurre al Censo Lo Contador realizado el año 2013 (fecha única de implementación). En aquel estudio se indagó en la realidad de los estudiantes de Diseño y Arquitectura.

Los datos más relevantes para la actual investigación son: Un 82,3 % declaró estudiar en su casa antes que en instalaciones de la Universidad y además un 86% mencionó que lo hacía de manera individual y no acompañado por sus pares. Estas cifras hablan de una realidad que los estudiantes y profesores conocen y es que en el campus Lo Contador no hay una vida universitaria activa luego de clases.

Un 57,5 % de los estudiantes menciona tener entre un día a un día y medio de tiempo libre en una semana habitual, pero al mismo tiempo el 67% menciona no dedicarse a actividades extracurriculares, por lo que podríamos inferir que los estudiantes se encuentran en un estado de absorción y dedicación a nivel ocupacional.

En otro ámbito, un apartado del Censo intentó analizar qué sucedía con los alumnos que han reprobado Taller para así entender mejor la

relación entre este hecho y otras situaciones. Todo con el fin de tomar decisiones estratégicas que posibiliten reducir esta cantidad de alumnos.

“(…)se identificó que, para ambas carreras, el 55% de los alumnos que han reprobado Taller también han reprobado otros cursos. Por lo tanto más de la mitad de estos alumnos tienen un riesgo alto de presentar reprobaciones masivas o bajo rendimiento a nivel general”

En este Censo se dedujo que no habría una relación causal entre reprobación taller y dedicar tiempo a actividades extracurriculares, ni tampoco una causalidad entre aspectos como el tipo de establecimiento educacional de origen, semestre de ingreso o relación familiar con personas con profesiones similares.

Finalmente este Censo concluyó que, desde sus hallazgos, no es posible identificar factores causales que permitan entender los niveles de reprobación. Pero si se sigue que se complementen a futuro estos resultados con investigaciones de carácter cualitativo, tal como se procederá en esta investigación

Además dentro de esa publicación se incluyeron un par de columnas reflexivas sobre el desarrollo académico de los estudiantes del campus. Estas percepciones son de relevancia ya que describen procesos e interacciones de manera cercana y con una visión global del asunto.

En primera instancia pareciera que actualmente se hace necesario fomentar la autovaloración y el sentido de perseverancia en los alumnos de la escuela, además de inculcar una valoración del aprendizaje por sobre las calificaciones. José Allard, Director de la Escuela, comenta en su artículo de opinión: “debemos trabajar en cambiar la cultura con que enfrentamos los procesos de evaluación. Por un lado habituarnos a que la reprobación de un curso o el fracaso en una entrega es parte de la formación.(…) Por otro lado veo cada vez más una obsesión de los estudiantes por la nota, como si esta fuese el fin del aprendizaje. Esto me preocupa”.

Se puede relacionar esta percepción con la concepción social de que el proceso universitario es el medio para lograr ser alguien en la vida. Según la columna de Sebastián Silva en este Censo: "En esta sociedad titulocrática en que vivimos, nuestro ritmo de transición a la adultez profesional se articula en torno al matrimonio simbólico que supone la matrícula universitaria. De aquí en adelante nuestra carrera será nuestro segundo apellido, así que nos conviene empezar a acostumbrarnos a la idea de vivir en compromiso. La alta exigencia que supone estudiar Arquitectura o Diseño, invoca una relación estudiante/carrera que se extiende mucho más allá de los horarios y espacios preestablecidos"

-

El profesor Alejandro Durán comenta la virtualidad de los espacios y declara "es un hecho indiscutible que los alumnos de nuestras carreras, y probablemente, el resto de los jóvenes del mundo, están siempre conectados con sus entornos académicos y sociales. Desligar y segmentar la vida en parcelas estancas, no se condice con las nuevas prácticas humanas."

Dentro de su artículo incluso recomienda a sus colegas hacerse parte del espacio virtual para conectar con las inquietudes de los alumnos. Concluye diciendo "El desarrollo de un vínculo que nos emocione e inspire, sigue siendo monopolio físico-humano. Estas relaciones se resisten a la digitalización y nos invitan a proyectar nuevos lugares de encuentro igual de atractivos que un red social digital . ¿Por cuánto tiempo mantendremos esta división conceptual entre estar "físicamente" en Lo Contador versus interactuar activamente "alejados" del campus? "

### Levantamiento directo de información

El plan de levantamiento de información desde el campus y sus actores, considera entrevistas a Coordinación Académica, Consejería Académica y profesores. Para conocer la realidad de los alumnos se recurrirá a una estrategia combinada, compuesta por un lado por de una encuesta y por el otro de entrevistas de tipo Historia de Vida.

#### Coordinación Académica

Al entrevistar a la Coordinadora Académica, Pilar Rodríguez se destaca lo siguiente:

Pilar considera que los alumnos de diseño colapsan con la cantidad de trabajo principalmente porque en su etapa académica previa, enseñanza básica y media, estaban acostumbrados a un método de estudio enfocado en resolver pruebas, y que al llegar a Diseño deben enfrentarse a trabajos prácticos y cumplir con entregas semanales que requieren de habilidades tanto creativas como organizacionales que no todos han desarrollado.

No entiende qué pasa con una parte de los estudiantes "Los que llegan (a la universidad) son los mejores, llegan acá y no se la pueden."

Agrega que lamentablemente la actitud de muchos alumnos es más cercana a la de un cliente universitario antes que la estudiante, ya que ella siente que se enfocan en exigir derechos pero no así cumplir deberes. Por ejemplo solicitan instancias nuevas de participación pero luego no las aprovechan (como la Semana Escuela).

Al preguntarle por aquellas etapas de la carrera que pudiesen representar más dificultad para los alumnos comenta que se pueden identificar dos momentos, en los primeros años debido al proceso de adaptación y luego en el último año, en sus palabras: "En título es donde más situaciones se dan, o se aterran con seminario. Creen que es la vida."

Respecto a esta última situación cree que debido a que una parte importante del desarrollo de talleres se realiza en grupos de trabajo, los alumnos se acostumbran a tomar decisiones con un otro y al momento de enfrentar un reto de forma individual comienzan a dudar de sus capacidades y les cuesta mucho tomar decisiones.

Relata que frente a esto, durante el año 2015 se intentó hacer un propedéutico para los alumnos que cursaban Seminario y Título. Eran charlas concentradas de algún tema que les fuera de utilidad para enfrentar el proceso de título. Temas como "Fotos y tratamiento", "Narración", "Cómo sobrevivir al título" (donde más gente se inscribió) "Transferencia de propiedad intelectual", entre otros eran parte de la oferta.

Relata que al principio estos "cursos" eran obligatorios y existía un sistema para descontar puntos en la calificación, pero con el tiempo comenzaron a aparecer las excusas para no asistir, "justificaciones para todo, como por ejemplo que en esa altura de la carrera estaban haciendo sus prácticas o trabajando por lo que podían compatibilizar horarios (...)" Al final se estaban riendo en nuestras caras. Un año duró esa iniciativa " agrega Pilar.

Sobre las relaciones entre estudiantes y profesores y funcionarios Pilar cree que la cercanía entre alumnos y profesores es importante en esta carrera y considera que actualmente es suficiente, y que en Diseño no es difícil para un alumno llegar a un profesor, no como en otras carreras de la universidad como Ingeniería donde la cantidad de alumnos por profesor es mucho mayor o College donde los alumnos no sienten cercanía con coordinadores y encargados académicos.

Acerca de su conocimiento sobre apoyo psicológico destaca la labor de Salud Estudiantil, ellos se encargan de enseñar sobre estos temas mediante mails informativos y charlas. Material que la hace sentir más preparada (también se distribuye a profesores) y que considera desde Afiches explicativos a un Protocolo de manejo de ideación suicida. Frente a crisis emocionales de alumnos que la visitan en su oficina comenta que actualmente encuentra apoyo en la enfermera del campus, quien conoce mejor cómo contener a un alumno, Pilar la considera "una gran ayuda".

### Consejería Académica.

Para obtener la visión de quien pudiese representar un "puente" entre los alumnos y la Universidad se entrevistó a la Consejera Académica 2016, Paz Celis. Se le consultó acerca de su rol en la comunidad, cómo se trataron las Causales de eliminación y cuáles eran las razones de los alumnos que caían en esta situación. Celis describió a los estudiantes de Diseño Uc como personas que ponen la carrera sobre todas las otras cosas, al menos en los primeros años" y que "siempre va a primar como esa responsabilidad de la carrera, de no atrasarse, y sobre todo de no estar entre los peores (...) diseño es una carrera bien competitiva por lo que la gente no entrega como cualquier cosa y tratan de dar lo mejor y demostrarle a los profes también que son capaces".

Dice haber notado frecuentemente que a los alumnos les da vergüenza expresar algún problema de tipo psicológico o anímico y que por lo mismo saben ocultarlo muy bien y que también que a veces no saben bien a quién acudir para solicitar apoyo. Recurrían a ella más bien cuando veían una que posibilidad de caer en causal. Momento se veían motivados a compartir su situación para poder defenderse y salir del causal.

Paz ha ido conociendo a otros consejeros académicos e identifica que Lo Contador es diferente a otros campus. Menciona que "Es un campus más estresado, más depresivo, es una situación un poco similar a la que se vive en Artes, en carreras más artísticas o humanísticas (...)por ese acercamiento al lado más sensible podría decirse" y cree que eso se ve reflejado en las causales y sus historias. Al contrario de carreras

donde la reprobación de un ramo generalmente tiene relación con su dificultad y no con algún factor personal

Cree que en la carrera hace falta "el tema de la sanidad mental", lo ve como un elemento relacionado con la formación académica: "(...)que te enseñen a diferenciar los límites entre cuando es sano y cuando deja de ser sano trabajar tanto por tu carrera." Critica a las figuras que dan el ejemplo de ser diseñador que trabaja 24/7 y que no descansa, condición que considera es que está muy normalizada dentro del estudiante de diseño. Identifica además que los alumnos tienden a sobrecargarse y/o no manejar bien sus tiempos.

### Otras investigaciones en el campus sobre desarrollo académico

Durante el proceso de investigación, se programa una reunión con el profesor Gerardo Mora, quien también está interesado en el desarrollo académico de los estudiantes y particularmente se encuentra investigando junto a la docente Bernardita Figueroa de los hábitos de estudios de los alumnos.

Al conocer los avances de esta investigación así como ciertas percepciones personales de quien investiga, Gerardo coincide en que pareciera ser que es una situación que debiese ser resuelta antes de su desarrollo y asentamiento en los últimos años, sino más bien mucho antes. Gerardo es también docente en otra universidad, en la carrera Enfermería y comenta que nunca ha recibido certificados médicos de tipo psicológicos de parte de los alumnos, de la forma que ocurre en Lo Contador.

Sobre esta situación Coordinadora Académica había declarado que en varias escuelas estaban siendo presentados más certificados médicos, relacionados con salud mental, que en generaciones previas y que se debatió el tema principalmente para resguardar el uso del beneficio y evitar su abuso (intentado proceder de la manera más justa).

El profesor Gerardo agrega igualmente que pareciera que los alumnos no tuviesen una visión crítica de sí mismos o no tuviesen las herramientas adecuadas para hacerlo. Ve un posible valor en lo colectivo del asunto. Repara en que no es un tema de índole individual como se le fue presentado sino que es un problema social y que como tal podría requerir de "políticas públicas" que lo encaucen de mejor manera.

## Encuesta Estudiantes Diseño UC

### Instrumento

Se diseña un cuestionario que se espera sea respondido por un grupo representativo de estudiantes de Diseño. Se aplica de forma online obteniendo la recepción de 175 respuestas.

### Participantes

Esta encuesta se abre a los alumnos de todos los niveles (talleres) de la carrera de Diseño.

### Objetivos:

Caracterizar socio demográficamente a los estudiantes de Diseño. Conocer la percepción de los alumnos sobre sus capacidades personales, y estado emocional.

Descubrir recursos de apoyo para un desarrollo académico como el deseado por cada alumno.

Con preguntas de alternativas se indaga en uso y conocimiento de servicios universitarios y comunidades web, así como la valoración y/o necesidad de elementos de apoyo.

Se agregan dos espacios de respuesta abierta, uno para describir un cuadro de ansiedad o estrés (desde la vivencia personal) y otro de comentarios para recoger opiniones, comentarios o sugerencias respecto al tema y su misma investigación.

De las respuestas obtenidas destacan los siguientes puntos:

### *Sección de Entrevista: Desarrollo Académico*

Sobre la exigencia percibida por los estudiantes, éstos puntúan su carrera (del 1 al 5, siendo 1 y 5 ) en un nivel 4 (43,7 %) y en un nivel 5 (49,4%).

Sobre la frecuencia de veces en que confían en sus capacidades para enfrentar ese nivel de exigencia la mayoría de ellos menciona que es Frecuentemente (54%) u Ocasionalmente (35,6%). Sólo el 5,7 % lo hace Siempre.

En la pregunta ¿Has sufrido cuadros de ansiedad o de estrés relacionados con el desarrollo de la carrera? El 45,9 % de los encuestados menciona que es algo que viven frecuentemente y de este porcentaje el 12,6% declara que la frecuencia llega a ser "Siempre".

### *Sección de Entrevista: Apoyo Académico*

Al consultar ¿Qué apoyo(s) consideras esencial(es) para un desarrollo académico óptimo?

Los principales apoyos valorados por los encuestados fueron Familia (79,3%). Amigos (73%), Compañeros (69%) y Profesores (59,8%). Un 25,3 % consideró el Apoyo psicológico y un 15,5% el Uso de fármacos. Sólo un 3,4% consideró que no requería de ningún apoyo.

Sólo un 20% de los estudiantes ha cursado alguno de los ramos que ofrece el CARA y de éstos la mitad respondió sí haber podido aplicar los conocimientos adquiridos en ese curso para mejorar su desarrollo académico.

Acerca de uso de los demás servicios de Apoyo Psicológico, sólo el 3,5% de los consultados ha usado alguno de los servicios del CARA, la UAP o el Programa para el Manejo de la Ansiedad.

Aquellos que no lo han hecho respondieron:

No, no sabía de su existencia (24,7%)

No, no tengo tiempo, pero me gustaría asistir (21,8%)

No, asisto de manera particular a Psicólogo o similar (14,4%)

No, no creo que sean efectivos (10,3%)

Por otra parte un (32,8%) no lo considera necesario.

En los espacios de respuesta abierta (VER ANEXO) 122 encuestados (de 174) respondieron cómo era vivir un cuadro de ansiedad o estrés para ellos. Además 30 personas dejaron comentarios, historias personales, agradecimientos, o manifestaron interés en el resultado de la investigación por su identificación. Con toda esta información y al conocer el detalle de estas situaciones se pudo investigar más apropiadamente que sucede con estos alumnos e identificar un posible fenómeno.

### Historias de vida, Relato oral del proceso académico:

Este método de tipo cualitativo busca obtener una riqueza descriptiva de situaciones personales y sociales dadas en el proceso académico del alumno. Los detalles se harán necesarios al intentar encontrar adecuadamente una propuesta de diseño.

Para esto se investiga un tramo definido de la vida del entrevistado: el desarrollo académico del estudiante desde 1er año de Enseñanza media. Con el afán de situar puntos críticos y conocer mejor la evolución de hábitos de estudio. El énfasis se coloca en la etapa de vida "Estudios en Diseño UC" donde se repasa el paso por los talleres cursados hasta el momento de la entrevista y se averigua cómo vislumbran el futuro cercano, cuya meta más visible es la obtención del título universitario. Se les entrega una línea de tiempo impresa como apoyo visual pensada para recibir los conceptos que el alumno quiera relacionar y escribir en cada etapa.

#### Criterio de selección de los entrevistados:

Personas que por malla y año de ingreso correspondería que estuviesen ubicados en alguna etapa Post Licenciatura (cursando Seminario, Título, o Egresado). Sea que realmente lo hayan logrado actualmente o no.

#### Resultados

Las descripciones del proceso académico resultaron ser muy diversas en sus detalles, pero a rasgos generales, los alumnos mencionaron haber vivido un proceso de adaptación que duró

hasta talleres como Mercado I o II o que incluso aún no terminaba, de todas maneras mencionaban que gracias a la perspectiva que hoy tienen de la situación creen que su ansiedad o estrés fue excesivo y no los ayudó, si no perjudicó para resolver las tareas y completar el avance curricular. También mencionaron la importancia de haber sabido en su momento que no eran los únicos que vivían de esa manera y que por una parte era necesaria una normalización de los cuadros de ansiedad y estrés para que la solicitud de ayuda sea más fácil de realizar.

Con todas las descripciones personales de síntomas se pudo hacer una nueva búsqueda teórica que resultó en la adición del concepto Burnout Académico en esta investigación. A continuación se detalla:

#### Burnout Académico

En el paper "Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios" lo definen como "sensaciones de no poder dar más de sí mismo, actitudes de desinterés y pérdida del valor y sentido de los estudios, además de dudas acerca de la propia capacidad para realizarlos" (Caballero et al, 2014). Además mencionan que "En el contexto laboral, el burnout ha sido considerado como un estado mental negativo, persistente, relacionado con el trabajo, que aparece en individuos "normales", y se caracteriza por agotamiento, cinismo y baja autoeficacia".

Al buscar estudios con directrices para enfrentar el burnout destaca el artículo "Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios" donde mencionan que "La mayor parte de estas fuentes de estrés pueden ser paliadas o eliminadas por los gestores de la educación universitaria mejorando y ampliando los mecanismos de orientación y apoyo al estudiante, creando sistemas de evaluación alternativos y con una distribución más equilibrada durante el curso, perfeccionando la coordinación de programas y del profesorado, además de su formación y adaptación a las nuevas necesidades educativas, o promoviendo una mayor fluidez en la comunicación entre profesor y alumno."

Para finalizar el especialista Francisco Muñoz menciona que "el estrés académico no se soluciona simplemente proporcionando al estudiante herramientas o recursos emocionales que le permitan afrontar mejor dicho estrés. Más bien, se requieren enfoques globales que hagan posible la detección y modificación de aquellos aspectos estresantes de las organizaciones educativas y de los sistemas de enseñanza actuales. (Muñoz, 2003)



## Otros elementos de la investigación

### Autodocumentales Diseño UC

Exposición frontal de Historias de Fracaso/Éxito. Se tornan relevantes ciertos autodocumentales generados en la propia universidad, donde alumnos exponen un proceso de superación y vencen barreras como la vergüenza para mostrar una parte íntima de su vida. En estos documentales se observa un sentido de progreso y evolución en aspectos importantes para quien los expone y pueden resultar en un caso de ejemplo para personas en situaciones similares.

#### Autodocumental Estudiado#1

La persona Expone cómo fue su vida durante los primeros años de universidad de manera cruda y directa, no tiene problemas con revelar momentos íntimos y complicados de su vida con el fin de aclarar que fue una etapa que ya superó y que hoy se encuentra feliz y en buena compañía. Expone este encargo universitario en su Facebook y encuentra una muy buena recepción, recibe comentarios y aprobación de sus amigos y conocidos sobre el proceso que vivió.

#### Autodocumental Estudiado#2

Quien relata cuenta que había vivido por mucho tiempo bajo la rutina de despertar y tomar 20 mg de un fármaco antidepresivo. Pero que con los años encontro una pasión a seguir que la hace sacar lo mejor de ella.

Hoy la dosis se redujo a 15 mg y es mucho más feliz. Al compartir este encargo de taller en redes sociales recibe una alta aprobación (medida en cantidad de "me gusta" y comentarios), comentarios de personas que no se imaginaban lo que estaba viviendo o había vivido y felicitaciones por su proceso y la exposición de éste.

### Confesiones UCé

Espacio de Facebook donde los estudiantes UC comparten experiencias vividas en la universidad. Su descripción oficial indica: "Cuéntanos de algo que hiciste, te haya pasado o hayas visto en la UC! Escríbenos tus confesiones a <https://goo.gl/XAqPcA> y se publicarán anonimamente aquí "

Las confesiones encontradas en esta plataforma tienen diversos tonos que van desde lo anecdótico a lo más íntimo. Son un fenómeno y su popularidad es muy alta. Tienen más de 44.000 seguidores activos. Se genera una relación entre quien confiesa anónimamente y todas las personas que reaccionan a su confesión. Es interesante ver cómo una parte de esta reacción tiene que ver con la identificación, con el haber pasado lo mismo, y puede que esto sea una de las mayores razones de su éxito. Este fenómeno es un espacio fértil para la participación dentro de la comunidad estudiantil.

La Universidad ha intentado cerrar esta página y lo han logrado temporalmente. Por eso la "e" extra en su nombre. No es un espacio estable ni moderado.

## TED TALKs

### Kelly McGonigal: "Cómo convertir al estrés en tu amigo"

En esta charla, Kelly McGonigal habla de la importancia de la percepción del estrés. Basada en estudios científicos indica que el estrés es perjudicial para la salud sólo en aquellos casos donde el paciente así lo cree. Menciona que el cambiar nuestra perspectiva sobre el estrés puede hacernos incluso más saludables y que deberíamos entenderlo como una forma en la que el cuerpo se prepara para rendir más de lo normal. Además agrega que el estrés nos hace ser sociales y que por su relación con la liberación de oxitocina nos hace ser más empáticos como también nos motiva a buscar apoyo en otros.

Concluye diciendo que el estrés nos da acceso a nuestros corazones, permite la formación del coraje y la resiliencia y nos recuerda que podemos enfrentar en conjunto con un otro los desafíos.

### Rachel Botsman "Hemos dejado de confiar en las instituciones para confiar en los extraños"

Botsman declara que la confianza en las instituciones no fue pensada para la era digital y que con el desarrollo tecnológico actual y la presencia global de Internet ésta se está trasladando a las interacciones directas con personas desconocidas. Interacciones que son mediadas por plataformas tecnológicas como Uber o Airbnb.

Estas son algunas tendencias que surgen en respuesta al ritmo acelerado contemporáneo:

#### Tendencias Slow

En este contexto de época de continua aceleración es que surgen respuestas de oposición como lo son las tendencias Slow que buscan dar los espacios y tiempos necesarios para un desarrollo personal y ambiental que sea consciente y sustentable. Surge la necesidad de detener y detenerse en el circuito, al parecer el ritmo actual de las cosas no está facilitando nuestras vidas si no provocando una brecha entre nuestras capacidades de comprensión y las de acción.

#### Proyecto de Título Nadie se Salva

El proyecto Nadie se salva se encargó de generar y difundir (vía web), contenido multimedia relativo al tema de la muerte, buscando propiciar la interacción y discusión online. Además se realizaron 6 "activaciones" presenciales (eventos) donde artistas colaboraron.

Lamentablemente no hubo un proceso de verificación del impacto y/o llegada del proyecto, de hecho ni siquiera en redes sociales generó una discusión que continuara en el tiempo. En resumen este proyecto compiló información y creaciones de distintas disciplinas para visibilizar un tema, pero no se corroboró si el método como la plataforma fueron efectivos en el cumplimiento de los objetivos. Se espera que el proyecto sobre Estudiantes

Diseño UC no quede en la visibilización de un tema, sino más bien en el establecimiento de un espacio que seguirá en funcionamiento gracias al actuar de sus propios miembros.

## OPORTUNIDAD

Los estudiantes no enfrentan de la mejor manera los desafíos académicos. Lo que repercute en su salud emocional y física. No hay un acercamiento a los servicios de apoyo psicológico por diversos factores. Se visualiza una oportunidad para generar un flujo de experiencias y emociones, considerando los siguientes ejes.

La comunidad en Diseño UC es débil y la baja apropiación y sentido de pertenencia al campus son síntomas de esto.

Potenciar la identificación con un par.

La experiencia del otro, algo que quizás no me imaginaba que también te ocurría u ocurrió.

Destapar las ollas a presión.

Resignificar lo que hacen y la dificultad o exigencia que esto conlleva.

La depresión, ansiedad o estrés pueden generar de un cúmulo de ideas negativas que nacen desde la percepción del entorno .

Se pueden influenciar reasociaciones acerca del proceso de "sobrevivir la carrera".

El flujo de expresión de ideas y sentimientos del Campus y sus habitantes es un medio.

El valor de lo análogo y presencial vs Plataformas tecnológicas.

Internet es una herramienta muy poderosa, pero tan diversa y compleja que las interacciones se desbordan y la información no perdura.

Es necesario levantar el proyecto desde los estudiantes que están en el campus. El valor emocional y humano se degrada de cierta manera tras una pantalla. Esta oportunidad solicita el movimiento de las personas. Aun así estas plataformas son inevitables en la vida cotidiana, por lo que servirán de apoyo al proyecto.

Existe entonces una oportunidad para implementar Nuevas formas de detección, reconocimiento y apoyo emocional.

## BRAINSTORMING

A lo largo del proceso creativo se consideraron diversas ideas para materializar el proyecto, Al ser un tema de ámbito psicológico fue un desafío encontrar el área de acción donde la disciplina del Diseño pudiera significar un aporte. A continuación se expone este proceso y cómo se logró componer el "Territorio de experiencias estudiantiles". Este proceso se separa en dos etapas de pensamiento

Etapa I: Formas de hacer memoria de un lugar

Etapa II: Diseño participativo

Finalmente se construye un camino a seguir desde todas las ideas planteadas.

## Referentes

Primera etapa de pensamiento  
"Explorando formas de hacer Memoria de un lugar"

### - Documental "Life in a day"

Cómo están montadas las imágenes y cómo se pueden cruzar las historias con esto.

Sensación de veracidad que transmite por el tipo de vídeo casero, las tomas en primer plano y las historias lo hacen sentir real por lo que se genera una conexión desde el espectador... identificación... no éramos tan distintos.

Expedición de lo cotidiano.

¡La gente quiere contar su vida a los demás! ¡La gente quiere gritar al mundo sus desafíos, su apuesta a la vida, su defensa por disfrutar este maravilloso viaje en la Tierra!

"He estado trabajando todo el día, aunque sea sábado. Sí. Lo más triste es que he pasado el día creyendo que iba a pasar algo increíble, algo maravilloso, algo que me permitiera valorar este día (...) En mi caso, hoy realmente no ha pasado nada (...) Quiero que la gente sepa que existo.

¿Cuál es la unidad de Lo contador? ¿Un día, un semestre?

### - Mientras Tanto

Espacio de microprogramas culturales que destacan el trabajo y talento de chilenos anónimos y conocidos en todo ámbito.

La idea es entregar el mensaje que mientras tanto la tele vive su frivolidad, los chilenos estamos haciendo cosas valiosas para el futuro.

No tienen una programación fija. Puede surgir en distintos horarios en cualquier momento de la semana. De todas formas, se podrán revisar en cualquier momento en [www.tvn.cl](http://www.tvn.cl) una semana después de su emisión.

## Referentes

Primera etapa de pensamiento  
"Explorando formas de hacer Memoria de un lugar"

### *-Ciento (Estadísticas + Sentimientos)*

Capítulos temáticos. 45 minutos de duración. Definido por su creador, Sebastián Lía, como un experimento social, una selfie país.

200 camarógrafos entrevistan a sus amigos y cercanos sobre diversos temas. Mientras se presentan los testimonios aparecen datos estadísticos, históricos o de conocimiento popular sobre el tema. La mayoría de los enfoques son en primer plano. No hay un formato rígido ya que prima el valor del testimonio y la cotidianeidad de las personas comunes y corrientes por sobre un oficio técnico.

También se incluyen preguntas abiertas al espectador para su reflexión personal que no son respondidas

La presencia en redes de Ciento se extraña. No es significativa a pesar de ser llamado un espacio trasgresor por los medios, es bajo el movimiento online que genera.

En materia de interacción, se diseñan modelos y se apuesta por nuevas formas de comunicación que rompan con las barreras u obstáculos de la comunicación actual, se da un espacio para el flujo de ideas, pensamientos y sentimientos. Innovación en la comunicación, abrir nuevos espacios.

Se analiza:  
Grupos vs Anonimato  
Necesidad de ser escuchado  
Censura de voces.  
El rol del moderador

### *-Cápsulas de tiempo*

Su fin es guardar mensajes y objetos del presente para ser encontrados por generaciones futuras. Es una práctica tan antigua como los primeros asentamientos humanos en Mesopotamia.

Se analizan distintos ejemplos de esta dinámica de interacción intergeneracional (Cápsula Bicentenario Chile, Cápsula Yahoo, etc.). Estas cápsulas se abren en momentos clave de una comunidad como un Aniversario.

## Antecedentes

Segunda Etapa  
Acercamiento formal del proyecto

### - Grupo de Facebook "Diseño UC"

Con toda la cantidad de publicaciones diarias que se realizan se pierde la información. No hay una categorización ésta y el tiempo de interés que puede generar un post es bastante reducido. Es la vida universitaria de comunidad en crudo, es un espectro demasiado amplio, pero aún así hay temas que no aparecen.

En facebook no todas las publicaciones o las personas detrás de éstas reciben la misma atención. Los likes hacen aparecer a algunos sobre otros. Segregación. Identidad asociada en cada interacción

### - Iniciativas CED

Ideadas para generar espacios de comunidad. Algunos ejemplos son:

Xibalba: Pieza gráfica plegable entregada a novatos (2012) que les anticipaba cómo sería la vida universitaria en Lo Contador. Al completar de manera correcta los pliegues se formaba la palabra Xibalba con la que se podía ingresar a un sitio web con más información

Búsqueda del Tesoro: Para dar la bienvenida al delegado de curso. Exploración del campus y lo característico de sus espacios.

Fanzines: Publicaciones ideadas para ser armadas por la comunidad. Sugieren a los estudiantes que se envíen aportes.

Estas propuestas no tienen una consistencia en el tiempo y varían según el CED y su visión.

### - Confesiones UCé

Este sitio de facebook reúne relatos anónimos de los estudiantes de la universidad, si bien es un espacio fructífero de participación no reúne completamente a la comunidad y está ideado desde lo anecdótico. Aunque hay casos en que quien envía una historia recibe apoyo efectivo de aquellos que leen y se ofrecen para ser contactados vía directa (mensajes internos).

No tiene una relación institucional y reúne a una comunidad demasiado masiva y por lo tanto no cohesionada. Muchos de sus seguidores y participantes ni siquiera son parte de la Universidad. No existe un nivel de veracidad de las historias en lo más mínimo, cualquiera puede enviar su historia desde la comodidad de su casa.

## Referentes

Segunda Etapa  
Acercamiento formal del proyecto

Juegos de mesa.

Se observan debido a su dinámica de Tablero y Tarjetas (con tipos de interacción). Las "reglas del juego" guían la experiencia y la participación. De manera lúdica, en base a una temática y una secuencia de acciones se logran objetivos dentro del juego.

+ Cartas de tarot

El uso de imágenes y Simbolismo. Conceptos abstractos representados en personajes/ figuras

Intervenciones facilitadoras de la expresión y la participación:

Se analiza el trabajo de la artista Candy Chang y sus intervenciones en espacios públicos invitando a las personas a expresar confesiones, deseos y opiniones

Visualización de Información

José Duarte y su expertis en el Diseño de Información. El uso de elementos simples y cotidianos para representar y exponer información generada desde los propios participantes.

Tótem / Islas / Comunidad.

Principalmente se analizaron referentes gráficos. Mapas ilustrados y sus estilos.

Postales.

Elementos representativos de la vida en una Isla desierta.

Desde acá se generó un imaginario para los elementos de la narrativa y la gráfica del sistema.

# Brainstorming

## ETAPA I

### Idea A Plataforma Audiovisual

En una primera etapa se considera recurrir al registro audiovisual como herramienta de expresión e interacción entre los distintos actores del campus.

Una plataforma virtual recogería el testimonio de aquellos integrantes de la comunidad que se encuentran una etapa más avanzada de la carrera o posterior a ésta. (Alumnos de nivel Seminario o Título, Ex-alumnos y Profesores ex-alumnos). El enfoque del proyecto es revelar los diferentes desafíos que puede presentar un proceso creativo y cómo enfrentarlo de manera sana.

Clips de 90 segundos de duración presentan "Historias de Éxito" e "Historias de Fracaso".

-

Como un material inicial de testeo, se entrevista a 12 estudiantes de nivel Título (enero 2017).

Punto de quiebre:

Al revisar el registro de este primer grupo de testimonios se analiza:

Tipo de proceso comunicativo

Si bien el testimonio y las experiencias personales resultan valiosas, en sus detalles, el proceso comunicativo queda restringido. Al ser unilateral no se genera un área de intercambio y construcción de ideas o debate. Aquellos que no tienen la "experiencia" (niveles inferiores) no tienen voz y quedan relegados a ser participantes pasivos.

Nivel de participación

Existe un interés por dejar un mensaje a los niveles inferiores, pero no todos se atreven a contar sus historias de frente. (dando la cara)

Dualidad Físico/Virtual

La característica digital de este formato complica la presencia física de la plataforma en el campus. El costo de implementación es alto y además poco eficaz ya que no genera un valor de experiencia proyectar videos que primeramente se encuentran disponibles en un sitio web.

¿Habría una recepción efectiva de este material?  
¿Les hace sentido a quienes observan? ¿Cómo valoran este contenido, lo pueden utilizar?

Idea B.

¿Qué albergan los pasillos de Lo Contador?

Análogo y del Lugar. Toma importancia el emplazamiento del proyecto. Exponer testimonios (recreados en cartas) de quienes habitaron Lo Contador en un tiempo pasado. Abrir una bóveda con lo que no se conoce de la historia de Diseño y sus personas. Personas que vivieron el mismo proceso (o similar) que quienes habitan la Escuela actualmente.

El valor del tiempo de un lugar y cómo las personas que pasan por el hacen historia.

Surgen interrogantes parecidas a las de la Idea A. Pero es importante rescatar la relación con el espacio físico. El campus y sus lugares. El campus y sus historias.

Idea C

Contrastando las "voces" de Diseño UC

Para generar un punto de encuentro y hacer aparecer las distintas voces de la escuela (alumnos-profesores-administrativos) mediante la intervención de los muros del Edificio de Diseño con afiches que contengan preguntas como

¿Qué entiendes por? ¿Qué sientes por?

En relación a una serie de conceptos asociados a la disciplina

El Soporte físico, los afiches, proponen tipos de interacción con posibilidad de respuesta física o digital.

Si bien este espacio sería posiblemente fructífero para el debate de ideas y la contraposición de opiniones, se aleja del sentido de generar comunidad de apoyo. Y no se concibe como una propuesta cohesionada o duradera.

# Brainstorming

## ETAPA II

### Idea D

#### Diseño Participativo / Herramienta de detección

Hasta este punto las ideas que se estaban manejando facilitaban un proceso de Expresión pero no tanto así de Comunicación. Hacía falta un elemento que le diera reacción y más "vida" al sistema.

Tomando como referencia el trabajo de diseño realizado por José Duarte (Diseñador colombiano, de expertiz en handmade visuals) se replantea el "espacio de interacción" ideado como algo que se va armando a sí mismo.

Es decir que al intervenir este lugar sea al mismo tiempo un indicador visual del estado de los estudiantes de la escuela.

-

Para hacer visible el problema y al mismo tiempo que se mejore al generar la comunicación entre alumnos. Durante el proceso se logró dimensionar que ...

Primeramente se consideraba que visibilizar el problema no era un camino que generara un gran cambio en la situación emocional de los alumnos... que solucionaba nada. Se esperaba que el proyecto generara modificaciones al sistema, pero al seguir conociendo al usuario se detectó que el silencio, la vergüenza y el poco apego de la comunidad frente a estas situaciones generaba un ocultamiento del tema.

Así entonces se replantó el valor de la exposición y socialización del problema. La identificación entre pares y la unión como grupo es un paso fundamental en el desarrollo de una mejor vida universitaria.

### Idea E

#### Sociabilizando las Dificultades

Se hace necesario consolidar vínculos existentes entre estudiantes de una misma carrera, mejorando así el sentido de comunidad y la búsqueda de apoyo. Generar un flujo bidireccional

Hay que evidenciar que estudiantes pasan dificultades y que requieren apoyo o un consejo de quienes posiblemente superaron esas dificultades.

En este proyecto hay un sentido de Urgencia, se debe reconocer que el paso por la carrera puede presentar obstáculos para que los alumnos hablen de esto.

Incentivando la interacción se da a entender que tipo de historias se cuentan en este espacio.

Como fue visto en las Historias de Vida, en el proceso de Levantamiento de Información, hay personas que pasan la carrera completa sin resolver los desafíos que enfrentan.

¿Estas publicaciones son efímeras, existen un par de días esperando respuesta?

¿Es importante que estas publicaciones se registren? ¿De qué manera se archivan?

¿Hay tipos de historias esperadas? ¿Cómo atraerlas a esta de apoyo?

¿El uso de colores o simbología facilita la expresión de estados de ánimo?

¿Qué recibe todas estas publicaciones?

### Idea F

#### TÓTEM

*Se trabaja la idea de un tótem desde 2 principios: El valor del ritual.*

Un tótem reúne y acerca a los integrantes de una comunidad de forma especial. Es un espacio simbólico de pertenencia a la comunidad y una figura de adoración y respeto.

*¿Cómo la mística de un espacio común puede generar una experiencia participativa? ¿Que tan relacionado con esta se pueden sentir los usuarios? ¿Termina siendo confuso o lejano? ¿El uso de narrativa entorpece el proceso de interacciones esperadas?*

Punto de reunión y encuentro. Como el fogón donde se cuentan historias.

#### Un espacio modular y dinámico.

Así como un tótem se erige con distintas figuras en su composición el sistema a diseñar podría tener módulos que permitan una versatilidad de acciones para fortalecer a la comunidad. Considerando por ejemplo:

Exposición de Encuestas, Unión con el pasado (testimonios de profesores), Publicaciones rápidas, Solicitudes a la Escuela, Apertura de una línea de apoyo, Espacio para confesiones, Publicaciones semanales del CED.

De esta idea se rescata el valor de representar y reunir a la comunidad en una figura, pero se hace un barrido de las interacciones esperadas para no perder el enfoque directo del proyecto. Hay que acotar la acción de diseño







**DISEÑO UC**  
MAPA DE EXPERIENCIAS

## Formulación

### QUÉ:

Modelo de interacción comunitario que sirve como proyecto de investigación aplicada y como elemento fortalecedor de una comunidad poco participativa.

Para el usuario es un Territorio de experiencias estudiantiles universitarias. Este punto de encuentro y comunicación entre estudiantes se plasma en un mapa panorámico del campus con sus diferentes espacios y problemáticas asociadas.

Mediante el uso del storytelling se guía la interacción esperada. Haciéndole ver al grupo total de estudiantes que forman comunidad en base al mismo objetivo: completar su plan de estudios sorteando desafíos similares.

La dinámica propuesta incentiva a, uno, la revelación de testimonios personales, y, dos la generación de respuestas de apoyo o identificación por parte de pares.

Se busca inculca un valor de Pertenencia al campus y además hacer Memoria del lugar y sus habitantes.

Esta sistema posee un componente presencial y otro virtual debido a la relevancia de cada uno de estos ámbitos.

Es también, el inicio de la construcción y continuo fortalecimiento de una red de apoyo estudiantil, arrojando datos analizables y proyectando la investigación e instauración de políticas institucionales frente al manejo de estos temas. En el mismo sentido se plantea como un posible espacio de llegada más apropiado para la UAP y la difusión de sus servicios.

### POR QUÉ:

Porque actualmente los estudiantes sufren de crisis de ansiedad-estrés y otros trastornos emocionales al enfrentar el trascurso de la carrera y sus exigencias. Tienden a perder el sentido de lo que hacen y la autovaloración, lo que los lleva enfrentar de una manera poco saludable los requerimientos y desafíos académicos.

Al no existir una comunidad responsable y alerta de estos temas, los alumnos terminan por sentirse solos y clausuran su visión del tema en lo propio, se individualizan sin considerar que posiblemente sus pares enfrentan o enfrentaron el mismo proceso.

### PARA QUÉ:

Para que mejore la experiencia universitaria en el ámbito emocional.

El cruce de expresión entre estudiantes de distintos niveles da lugar a nuevas perspectivas, generándose un cultivo de ideas, reflexiones y sentimientos en comunidad. Construyéndose así una Escuela más consciente de sí misma y sus integrantes que sociabilize el estrés, la ansiedad y otras afecciones de manera positiva.

## USUARIO

Estudiante de Diseño UC.

Si bien no todos los estudiantes viven desafíos emocionales actualmente, todos están propensos a enfrentarlos en algún punto de la carrera, debido la alta demanda de trabajo y constante nivel de exigencia. Así entonces resulta fundamental que exista el espacio de apoyo para cuando esto pueda ocurrir.

Además, es un eje del proyecto, hacer ver que todos los estudiantes forman parte de la comunidad y que tienen una responsabilidad en ésta. Quienes enfrentan de mejor manera su paso por la carrera son fundamentales para otorgar nuevas perspectivas a quienes no.

Usuario secundario

Institución académica en la que estos estudiantes están inscritos:  
Pontificia Universidad Católica de Chile, específicamente en este caso: Escuela de Diseño UC y su personal administrativo.

Centro de Estudiantes de Diseño UC

## CONTEXTO

Lugar físico:

El lugar que reúne presencialmente a los estudiantes de Diseño UC y dónde realizan la mayoría de las actividades académicas es el Campus Lo Contador.

Los espacios habitados son diversos: Edificios, patios y pasillos. Así como también zonas de alimentación, recreación y descanso.

Lugar virtual

Internet como una herramienta social y de trabajo indispensable para los estudiantes actuales: es un espacio donde utilizan gran cantidad de horas al día, su presencia en la cotidianidad es innegable y por lo tanto su potencial tampoco.

Es importante aclarar si, que en este lugar no se emplazará la interacción fundamental del proyecto, si no más bien, funciona como un refuerzo.

## Formulación

### OBJETIVOS

#### Objetivo General

Fortalecer a la comunidad desde el reconocimiento de sus habitantes y los problemas o desafíos que pueda presentar el cumplimiento de un objetivo transversal a todos: completar el trascurso de la carrera y egresar como profesionales. Con esta acción se espera que a largo plazo mejore la salud emocional de los estudiantes.

#### Objetivos Específicos

Abrir un espacio de revelación de los desafíos individuales.

Reunir a los estudiantes y establecer puentes entre ellos para que conozcan el proceso de desarrollo académico de un otro (un par).

Facilitar la identificación con un par, lo que reduce la estigmatización personal y las barreras para solicitar apoyo.

Otorgar nuevas perspectivas mediante este intercambio de experiencias, esperando que herramientas, métodos, consejos u otros conocimientos clave para la superación personal sean compartidos entre estudiantes.

Proveer una herramienta de detección y visibilización que permita conocer semestralmente el estado de los estudiantes.

Promover la valoración de la salud mental, siendo un espacio de llegada más apropiado para la UAP.



## Mapa de Experiencias

Prototipo

### Narrativa

Se idea una narrativa que facilite y encause la expresión de los participantes. La idea no es referirse explícitamente a temas como Ansiedad, Estrés y otros relacionados para no contaminar los resultados y para desde ya, ofrecer una nueva perspectiva de las dificultades.

Esta narrativa guiará también los lineamientos gráficos del sistema y los términos que se usarán para representar las interacciones.

Nace de los testimonios rescatados en el Levantamiento de Información, del "Sobrevivir la Carrera" pero lo enfoca hacia una un sentido de "aventura" y no así de "tortura".

Se imagina a los estudiantes como habitantes de una isla de la cual pueden escapar una vez terminado su proceso en ella. Como una etapa de la vida. *¡Oye es sólo un viaje!*

Como se verá más adelante, en el proceso de Implementación y Testeo, se realizó un reforzamiento de la narrativa mediante el uso de lenguaje y gráfica. En este proyecto la narrativa se torna de gran importancia al ser el elemento que conjuga la interacción.

Se piensa esta narrativa, de manera que también funcione como base para replicar el modelo en otras "carreras-comunidades" y que no sea únicamente aplicable en Diseño UC. Considerando sí, que al momento de realizar la gráfica, se añaden a la narrativa base los elementos característicos del lugar y personas en estudio.

## Mapa de Experiencias

### Elementos del sistema:

1. Área de Flujo  
Espacio donde está emplazado el tablero y se genera la interacción
2. Tablero  
Soporte donde se publican los posts
3. Instrucciones
4. Tarjetas de Publicación
5. Tarjetas de Respuesta
6. Identificación de los participantes.
7. Otros materiales.

1. Área de flujo  
Espacio donde se genera la interacción con el tablero.  
Primero se ubicó en el 3er piso de Ex arte, luego en tablero negro afuera del casino.

## Mapa de Experiencias

Prototipo

Gráfica:

Postales. Mensajes en Botellas. Mapa del Tesoro y los pasos para llegar a este.

El detalle de la forma, el diseño de "los papelitos" importa porque direcciona a los participantes en un camino y los introduce en una experiencia que facilite la expresión.

La sutileza del lenguaje influencia e invita a mirar el trascurso de los 5 años de la carrera como si esto fuera una aventura.

Se les muestra que todos están detrás de un mismo objetivo y que pueden acompañarse en este proceso. En este punto se considera una gráfica que hable de cómo todos los estudiantes son partes de un rompecabezas mayor, y que el conocimiento de unos encaja con otros. *(Se descarta para reforzar la idea de la comunidad sobreviviente, pero aparecerá nuevamente en el rediseño del mapa tras la etapa de testeos.)*

Tablero:

Se diseña un "tablero" que reciba y almacene todas las publicaciones y que, de cierta forma, las ordene para una visualización rápida del panorama total de la carrera.

Este tablero muestra a los participantes una representación 2D del campus. Con una leve caricaturización de edificios y lugares haciendo referencia a lo característico de cada espacio.

Se espera que los estudiantes puedan reconocer espacios clave y qué pasa en cada uno, para que ubiquen sus publicaciones en el lugar adecuado.

Uso de los espacios

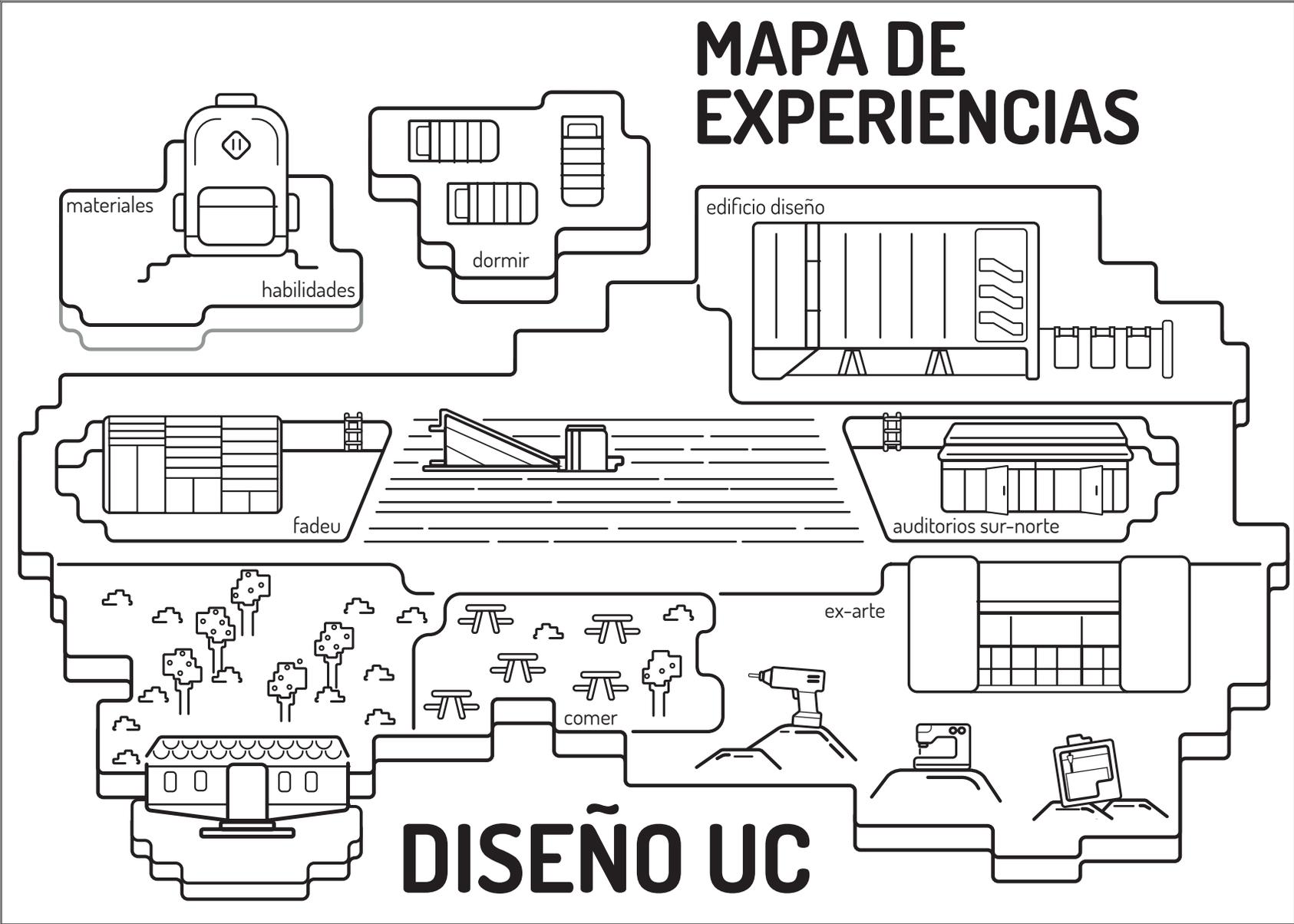
Es algo que cambia con el tiempo...

¿Quizás sea más apropiado asociar de antemano conceptos con los lugares y dejarlos claros?

En este punto se reconoce que el mapa está en desarrollo y se irá completando, porque hay elementos que los mismos estudiantes harán aparecer.

Se evalúa la opción de asociar Lugares con Personajes representantes de Conceptos. (tomando como referencia las cartas del tarot entre otros). Esto se descarta y se relacionan lugares con pictogramas por ser más prácticos de entender

# MAPA DE EXPERIENCIAS



## Mapa de Experiencias

Prototipo

### 5. Tarjetas de Publicación.

Se diseñan tres tipos de publicaciones en base a los testimonios obtenidos en la encuesta.

Se espera que se produzca una participación diversa, es decir, que aparezcan aquellas historias que alertan como aquellas historias que inspiran. Esto porque el sentido del proyecto no tiene que ver con sólo reunir relatos de carga emocional negativa.

Cada tipo de publicación está explicada en el Panel Guía. Mediante guiños sutiles se indica que tipo de expresión se espera levantar.

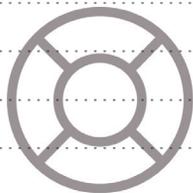
En este prototipo se consideran 3 tipos básicos de publicación: *(según los resultados de la interacción podrían hacerse necesarios otros adicionales)*

A) Publicación para solicitar ayuda o revelar un desafío personal:  
Tarjeta SOS (simbolizada con un salvavidas)

B) Publicación para entregar conocimiento a otros, traspasar iluminación, herramientas:  
Tarjeta TIP (simbolizada con una antorcha)

Tips de tipo práctico (situaciones más cotidianas pero que conviven con los grandes desafíos de una carrera... si bien no son primordiales, igualmente son parte del proceso de socialización )

C) Publicación "neutra" que permite pedir un deseo para la comunidad:  
Tarjeta DESEO (simbolizada con una bengala)



sos



tip



deseo

## Mapa de Experiencias

Prototipo

Cada una de estas tarjetas puede ser respondida con:

D) Tarjeta Comentario

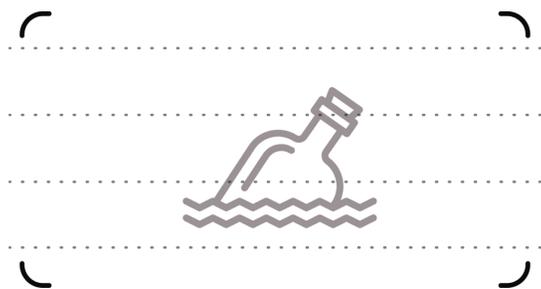
Se consideró el uso de frases hechas que guíen la narración del testimonio.

¿Las frases armadas ayudan o dificultan?

Cada tarjeta tiene delimitado el espacio para publicar: hay un límite de líneas para que se cuente lo esencial de cada historia y el flujo de lectura sea rápido y mas historias

Estás líneas están punteadas o indicadas de una forma sutil para no ensuciar tanto el post (útil también en caso de que alguien quiera acompañar su post con un dibujo.)

Las tarjetas están estandarizadas para ser digitalizadas con mayor facilidad.



### 6. Identificación de participantes

Con el fin de caracterizar mejor cada intervención en el mapa se hace necesario conocer algunos datos sobre los participantes.

Para esto se les indica que marquen el nivel que están cursando en la secuencia de talleres incluida en cada tarjeta y que elijan si la publicación llevará su nombre o si es anónima.

¿Quiénes recurren al SOS prefieren hacerlo desde el anonimato?

¿Qué valor tiene identificarse y revelarse con nombre y apellido ante los demás?

¿Son aquellos estudiantes de niveles inferiores quienes necesitan más ayuda?

¿Son aquellos estudiantes de niveles superiores quienes poseen más conocimiento y estrategias?

¿Que niveles representan un mayor desafío para los estudiantes?

anónimo / (nombre)				
I / II	III / IV	V / VI	VII / VIII	S / T

## Mapa de Experiencias

Producción y materiales de prototipo

### **Mapa:**

El trazado vectorial del mapa se plotea en un pliego de papel de dimensiones 190cm x 250cm y se adhiere a un cartón pluma 5mm de grosor, que recibirá los pins con los que se fija una publicación.

### **Tarjetas de publicación:**

Miden 120mm (alto) y 80 mm(ancho)

Para cada tarjeta se escoge un color de papel. Su color representa el tipo de post y la gráfica incluida en ellas guía el llenado por parte de los participantes. Se usan formas redondeadas siguiendo la gráfica de las demás partes del sistema. De fondo y en menor opacidad, se incluye el nombre e icono que simboliza al tipo de tarjeta. Incluyen 10 líneas para escribir.

### **Tarjeta de comentario:**

Miden 120mm (alto) y 80 mm(ancho)

Para generar la gráfica de cada tarjeta se recurre al color propio del papel y la impresión en negro. (abaratando costos de producción y considerando como posibilidad futura la fotocopia como recurso de producción de tarjetas)

### **Otros materiales:**

Pins y lápices.

## Mapa de Experiencias

Reflexiones previas a Implementación

Variables a conocer:

Otras inquietudes que se esperan despejar con la implementación del prototipo son:

-Ubicación

¿El mapa está centralizado en un espacio único o se requieren varios puntos para conseguir más atención de los estudiantes?

-Calibre de las publicaciones

Aparecerán historias "fuertes" relacionadas con auto lesiones o suicidio? ¿Como se manejan? ¿Se editan?

-Experiencias de título y seminario

¿Debería diseñarse un área específica para estos niveles por su complejidad?

-Relación con profesores y funcionarios.

¿Están presentes? ¿Es un peligro incluirlas?

Uso de Simbología

¿Se entiende el mapa? ¿Los iconos ocupados son los correctos?

¿En cuanto tiempo se llena de publicaciones el mapa? ¿Cuanto tiempo se mantienen publicadas?

-Proyección: Trabajo del papel

En una próxima iteración se podría potenciar la interacción mediante el uso de

Prepicado del papel o Uso de Pliegues

¿Hay belleza en una publicación cerrada por pliegues que pide ser abierta?

¿O en el calado de una tarjeta de Publicación esperando la unión con el calado de una tarjeta una de Respuesta?

¿Cómo evidenciar la necesidad, para algunos, de un feedback? ¿Qué pasa con aquellos que quedan sin respuesta?

Contrastar...Complejidad de la interacción vs.

Aporte de Valor a la Experiencia

Cercanía:

¿Los participantes se involucrarán más allá de solo leer publicaciones ajenas? ¿necesitan reconocer a alguien con identidad conocida (un amigo o compañero de curso) en las publicaciones?

## Mapa de Experiencias

### IMPLEMENTACIÓN

l)

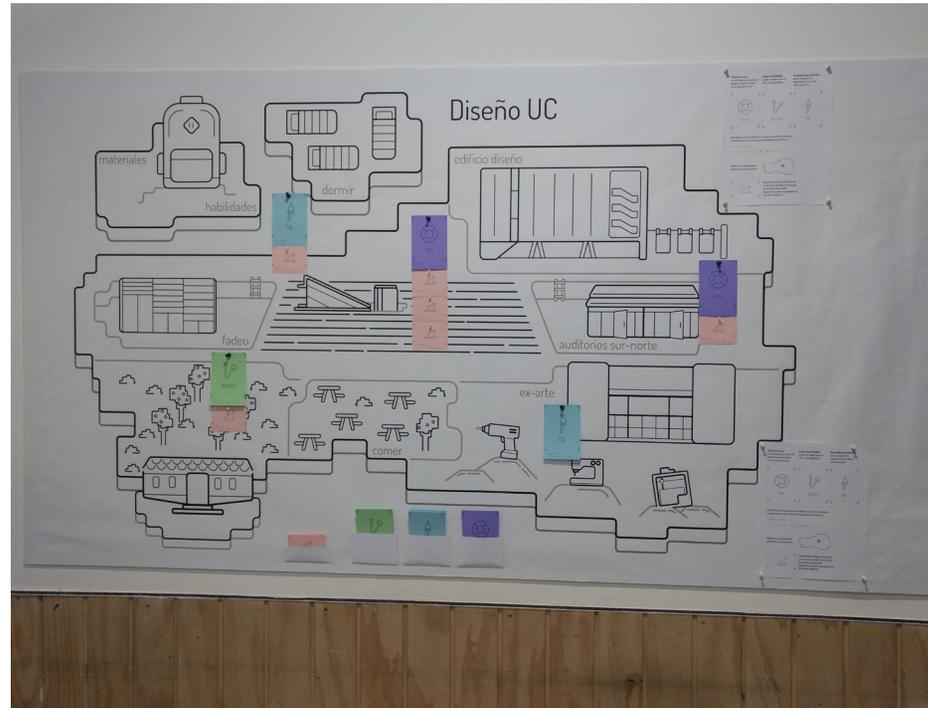
Se monta el tablero en el 3er piso del edificio Ex-Arte, en la pared contigua a la oficina del CED (Centro de Estudiantes de Diseño). Este es un lugar de tráfico lento donde los estudiantes se reúnen por largos ratos a trabajar de manera grupal.

Junto al mapa se exponen los pasos propuestos para interactuar con éste.

El objetivo es generar un primer acercamiento de los estudiantes al sistema, que se familiaricen con su forma de uso y posiblemente lo comenten con sus compañeros.

En los primeros dos días los estudiantes se acercan al mapa vacío, lo observan con detalle, reconocen los lugares y también lo aprecian estéticamente pero no se atreven a intervenirlo. Por lo que se hace necesario incluir tarjetas publicadas por *default* con testimonios rescatados desde la encuesta realizada anteriormente en esta investigación.

Se difunde presencialmente la aparición y ubicación del mapa, si bien aumenta el nivel de participación este sigue siendo bajo.



# Mapa de Experiencias

## IMPLEMENTACIÓN

2)

Se decide cambiar la ubicación del mapa a un lugar más abierto y a la vista de todos (sacrificando si el tráfico pausado de la primera ubicación y su "intimidad").

Para informarlo se realiza un post en el grupo Facebook "Diseño UC" donde se comparten fotos de estudiantes utilizando el mapa así como también gráficas de apoyo que muestran una proyección del mapa una vez que haya sido intervenido (Publicaciones y cadenas de respuesta).

Además se les invita a participar explicando de manera cercana que el foco del proyecto es sociabilizar las experiencias personales de los alumnos.

*Compañeros y compañeras! Los invito a participar en el Mapa Anímico de la Isla Diseño UC... Si se sienten estresados, están con ansiedad o desean compartir su experiencia y estrategias para combatirlas. Es un prototipo así que valoro mucho su participación para continuar con el desarrollo de ésta y otras islas(carreras)!*

Se refuerza la narrativa con nuevos párrafos de ficción ideada para guiar la interacción.

Esta publicación en Facebook recibe alta atención online (51 reacciones).

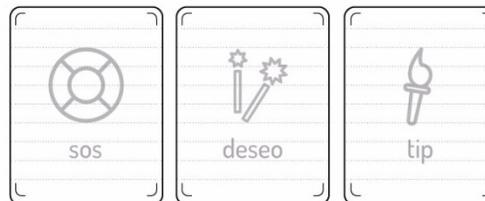


Cada facultad es una isla y toda facultad está poblada por una tribu, una comunidad de estudiantes-sobrevivientes que comparten un mismo objetivo : Dejar la isla una vez adquiridas las habilidades para lograrlo.

Nuevas generaciones llegan periódicamente a este destino, Diseño UC, y aquí, aquellos que ya conocen mejor los secretos para sobrevivir cada temporada de estadía comparten su experiencias.

Conoce los diferentes desafíos que deben sortear los estudiantes en este mapa animico de la vida universitaria y participa con las siguientes tarjetas:

- 1a\_Solicita un s.o.s**  
No te ahogues! revela los desafíos que enfrentas en tu paso por la isla.
- 1b\_Lanza una bengala**  
y pide un deseo para la isla y sus habitantes:
- 1c\_Enciende una antorcha**  
para compartir tu experiencia con otros sobrevivientes:

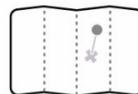


**2\_Identificate** como habitante anónimo o escribe tu nombre y selecciona en qué etapa (taller) de la estadía te encuentras

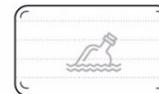
anónimo (nombre)

I II III IV V VI VII VIII S T

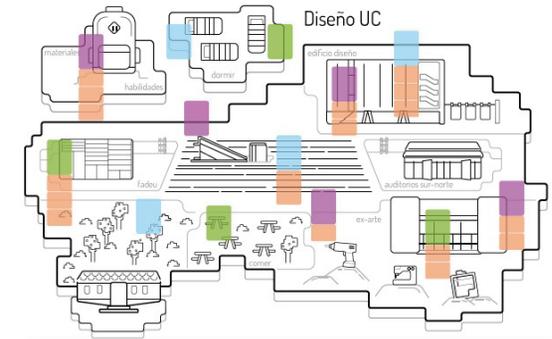
**3\_Ubica** tu publicación en el mapa, en el lugar o concepto al que creas que pertenece.



**4\_Descubre** las historias de la isla **Comenta** con esta tarjeta aquellas en las que te sientas relacionado:



 ! Comparte con tus compañeros tus consejos y el ánimo que se necesita, enfrentamos las mismas exigencias !





# Mapa de Experiencias

## IMPLEMENTACIÓN

3) Aumenta considerablemente el nivel de participación y las publicaciones son bastante diversas. Tan diversas que algunas escapan del sentido del proyecto por ser bromas o sinsentidos.

Se diseña un "banner" que acompañe al tablero con dos objetivos:

1. Hacer que el mapa destaque más en su ubicación (que sea más llamativo visualmente) pero que además hable del sentido de alerta del proyecto. Se recurre a la combinación de amarillo y negro.
2. Evidenciar más el fin del proyecto, dirigiendo los temas que surgirán en las publicaciones con

las siguientes preguntas:

- ¿Qué es, para ti, ser un estudiante exitoso?
- ¿Cómo afrontas las exigencias de la carrera?
- ¿Confías en tus habilidades y su desarrollo?
- ¿Te da miedo enfrentar un encargo?
- ¿Vale la pena el esfuerzo?
- ¿Sabes cómo dominar la ansiedad?
- ¿Sabes cómo usar el estrés a tu favor?
- ¿Cuáles son las estrategias aprendidas en tu estadía?

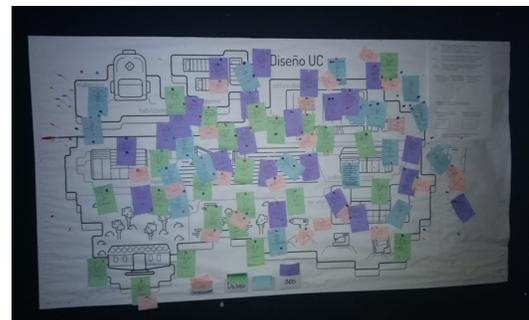
En un primer diseño, estas preguntas y varias más serían añadidas como una "textura" de fondo pero se eligieron sólo 8 para que se leyeran claramente y fueran directas.

Como el mapa comienza a desaparecer (al estar cubierto por las publicaciones) se incluye una imagen más pequeña de éste al centro de banner.

Las preguntas se acompañan con un patrón de iconos. Este grupo de iconos es diseñado para reforzar el storytelling del proyecto y se compone de dos subgrupos:

Set 1: iconos que refieren a la narrativa base del proyecto (sobrevivencia en una isla)

Set 2: hacen alusión a los elementos propios de esta carrera en particular.



¿Cuáles son las estrategias aprendidas en tu estadía?

¿Te da miedo enfrentar un encargo?

¿Vale la pena el esfuerzo?

¿Sabes cómo usar el estrés a tu favor?

¿Qué es, para ti, ser un estudiante exitoso?

¿Cómo afrontas las exigencias de la carrera?

¿Confías en tus habilidades y su desarrollo?

¿Sabes cómo dominar la ansiedad?

## Mapa de Experiencias

### IMPLEMENTACIÓN

4)

Luego de ocho días se sube el primer grupo de resultados al grupo facebook "Diseño UC" (cada publicación de manera individual). Esto para darle una segunda vida a cada publicación (pueden ser comentadas online) y llegar a más estudiantes.

*La interacción con las publicaciones en internet será analizada más adelante en este documento.*

Al final de la semana se reparten folletos a los alumnos presentes en el campus indicando que quedan pocos días para agregar publicaciones al mapa. Igualmente se les menciona que pueden visitar el material subido a internet y así conocer las publicaciones que se han recolectado.

Concluido el tiempo de testeo de 15 días se retira el tablero.



## Mapa de Experiencias

### RESULTADOS EN TABLERO

#### Nivel de Participación:

Durante la primeros 5 días (lunes a viernes) de uso se generaron:

84 publicaciones

30 de tipo "SOS",

8 de tipo "TIP",

14 de tipo DESEO

2 de tipo "Respuesta".

En la segunda semana

Se recopilan los post obtenidos hasta el momento y se escanean y acompañan de la gráfica del proyecto. Además se suben un par de imágenes de estudiantes de distintos años interactuando con el mapa. Se suben 80 publicaciones. Junto a este texto:

Al término de la implementación se lograron reunir publicaciones 145 publicaciones

44 de tipo "SOS",

36 de tipo "TIP",

40 de tipo DESEO

25 de tipo "Respuesta".

#### Descripción de la Participación:

La narrativa propuesta es entendida y bien recibida, los usuarios entienden la analogía entre la sobrevivencia extrema en una Isla y el aprobar los cursos de la carrera. La comentan entre ellos y esto los motiva a participar en el mapa.

Las publicaciones son bastante diversas pero son pocas las que reciben un comentario de vuelta.

Se usan las tarjetas de comentario para sumarse a peticiones u opiniones usando el código "+1". El incluir una tarjeta "+1" había sido considerado, pero se prefirió eliminar para que no se abusara de su uso versus la escritura de un comentario con más contenido. De todas formas los usuarios lo hicieron aparecer.

Es importante observar que hubo personas recurrieron a la tarjeta Deseo para solicitar ayuda, no se sabe si les daba vergüenza o que.

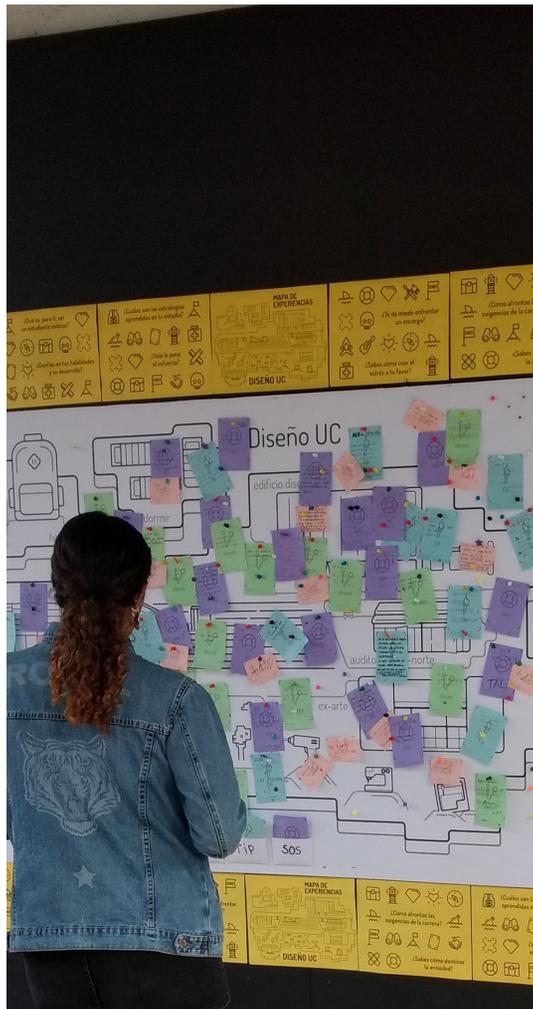
No todos saben dónde ubicar su publicación, hay distintas asociaciones para los espacios, se hace necesario evidenciar los temas y conceptos antes que los edificios. Las mismas publicaciones recogidas darán luces sobre los temas que son parte de la vida universitaria pero que no se habían incluido en el mapa I.

La atención disminuye con el paso de los días, pero hubo un alza luego de que el primer grupo de publicaciones se digitalizara y difundiera. El mapa no puede estar permanente montado para no desvanecer su impacto. Debe tener un período de Apertura-Desaparición en momentos clave del semestre.

Hay interacciones más "livianas", como chistes entre compañeros, se genera un ambiente diversos respecto al tono También aparecen muestras de cariño a ayudantes (del taller de herramientas y de otros ramos).

Se difunden otros espacios de la vida universitaria de Diseño como los Jueveos o la Galería de Emergencia.

Hay gente que no entendió qué se escribía en cada tarjeta y uso la "incorrecta"



### Observaciones Finales.

Las publicaciones realizadas por los alumnos muestran que el mapa logra:

- Acercar a los estudiantes a que lean las historias de sus compañeros.
- Incentivar la participación y la expresión.
- Articular la comunidad. Los temas de interés común aparecen en el mapa y son secundados por los +1 o los comentarios.
- Emergen alertas. El sistema va revelando una radiografía del campus y sus estudiantes.

## Mapa de Experiencias

### RESULTADOS EN TABLERO

#### Matriz de Resultados

Con todo el material reunido y la variedad de temas expuestos se hace necesaria una categorización de toda la información, considerando también que surgieron tópicos no previstos en primera instancia.

Algunos de estas publicaciones tienen que ver con cambios en la malla curricular, calidad de servicios externos (casino, librería o centro de impresión) o son relativas a la infraestructura del campus.

# MATRIZ DE RESULTADOS

## **G1 Solicitud de Ayuda**

Fin de Semestre / Exámenes

Aprobar Taller

Aprobar Otros Ramos

Calidad cantidad de Sueño

Trabajos Bajo Presión / Contra el tiempo

Dificultades Proceso Seminario/Título

Demanda de trabajo y gasto del tiempo

Bloqueos Creativos /Miedo o Inseguridad

Fatiga

Colapso I / Relato de sufrimiento

Colapso II / Ayuda Psicológica Profesional

Colapso III / Historia no relacionada con Diseño

## **G2 Avance Curricular**

Solicitud de cursos (nuevos o que existieron) o cupos

Actualizar contenidos de un curso o eliminar un curso

Duración de la carrera

Cursos Deportivos

## **G3 Relación con Académicos/Funcionarios**

Atención de los profesores al fracaso de alumnos

Agradecimientos / muestra de afecto a funcionarios profes

Relación dificultosa con Administrativos

Relación dificultosa con Profesores

Relación dificultosa con Ayudantes

Capacitación Profesores

Capacitación de Ayudantes de Talleres (fablab etc)

Rúbricas de Evaluación

## **G4 Lidar con desafíos académicos/emocionales.**

Mensajes de Aliento a los demás

Metodologías de Trabajo

Técnicas de Relajación

Medicamentos (OJO)

Libros de Desarrollo / Autoayuda

Deportes / Actividad Física

Uso del Tiempo

Recomendación Servicios UAP

Recomendación CARA

## **G5 Infraestructura**

Red de Internet

Red Eléctrica

Iluminación

Espacios de Trabajo

Espacios de Silencio y Estudio

Espacios de Descanso

Calefacción

Mesas especializadas (de luz, para cortar, etc)

Microondas

Disponibilidad de espacios según Horario

Requerimiento de Software

Requerimiento de Maquinaria

## **G6 Materiales y Recursos:**

Recomendación de Materiales

Acceso a Materiales

## **G7 Alimentación:**

Precios

Variedad (Sana, Vegan, Distinta)

## **G8 Vida en comunidad**

Cuidado de espacios comunes

Necesidad de Sociabilizar

Convivencia en espacios de Break/ Almuerzo

Sustentabilidad / Ecología

Dificultades Trabajo en Grupo

Fiestas y Celebraciones en el campus

Invitación a Participar en Instancias de Vida Universitaria

## **G9 Más allá del campus**

Traslado y viajes al campus

Experiencia de prácticas

Vida Laboral

## **G10 Otros:**

Desde aquí pueden aparecer nuevos grandes temas y generarse nuevas categorías.

## Mapa de Experiencias

### PUBLICACIÓN RESULTADOS EN FACEBOOK

Tras 7 días de estar disponibles en Facebook las primeras 84 publicaciones (de un total de X publicaciones) totales generaron las siguientes reacciones:

Medición Cuantitativa:

489 Interacciones Totales.

-441 Interacciones (Reacciones, Comentarios, Reacciones a Comentarios)

-48 Interacciones con el Álbum

0 reacciones de tipo Me enoja o Me asombra

1 reacción de tipo Me entristece

La inmensa mayoría fueron Me gusta y Me encanta y también Me divierte.

Medición Cuantitativa:

Las publicaciones de tipo DESEO no generan tantas reacciones como SOS o TIP

Las publicaciones consiguen una mayor validez o respaldo en línea (según la cantidad de atención e interacción que levantan). Algunas ideas/experiencias son más "votadas" que otras (+1) Estas publicaciones serían aquellas en aparecer primero al buscar en el sitio por orden de Relevancia.

Para que aquellas publicaciones que no consiguen tanta atención tengan una oportunidad de ser leídas se agregará al sitio el feature Publicación al Azar.

Los comentarios se realizan con texto pero también con imágenes, Emojis y GIFs. Hay reacción a los comentarios también. Se generan hilos de conversación.

Se encuentran un par de comentarios/reacciones de Profesores.

Alta interacción y comunicación desde Seminarios y Títulos con comentarios a alumnos de niveles inferiores.

Post con connotación negativa hacia un ramo que consigue alta interacción y apoyo de pares. Geometría (En el mapa físico como en facebook)

Se recomienda un medicamento (Melipass) y este consigue 10 me gusta y es llamado el secreto del éxito. Se pueden dar más situaciones como estas, en que la automediación sea aconsejada. Entonces se hace necesaria una intervención profesional (UAP). Ellos también debiesen tener una forma de interactuar con el mapa con publicaciones que reaccionen al material expuesto. Sería otro tipo de Publicación que se distinga del realizado por estudiantes y ocurriría en la vida digital del tablero,

Aporte del espacio digital:

Facebook permite la apelación directa a una persona mediante un link (con un par de clicks puedes estar conversando con esa persona). Esta persona es notificada al instante.

Se hacen alusiones al CED, a Galería de Emergencia, a ayudates y a otros estudiantes.

Un participante envía un mensaje directo al proyecto pensando que se dirige al autor de la publicación:

*"Si necesitas consejos con las crisis te puedo ayudar , yo tuve y ya no tengo, pero porque me las traté, no hay una sola solución"*

Otra participante ofrece apoyo publico a quienes hayan pasado por la situación expuesta en la publicación "ayuda para crisis de pánico o angustia por taller". Esto genera una debate acerca de la

gravedad de estas situaciones.

Reacciones en Facebook:

Se hace un uso generalizado de las reacciones en Facebook por lo que en la página y en el Mapa se requieren interacciones más estándar que permitan interactuar en otros niveles.

### **Transición Análogo a Digital:**

Se presentan complicaciones que no se habían caracterizado:

-Orden de los posts.

Al momento de organizar los post para su publicación en Internet se hace complicado el orden de estos por lo que se requiere un identificador claro para quien ejerce la función de Administrador del sitio.

-Censura de contenido.

Algunas publicaciones hacen alusión directa a personas de forma negativa, este material no se sube a la página web ya que esto no va con el sentido del proyecto.

## Rediseño de Sistema

### NUEVA VERSIÓN DEL TABLERO

En el rediseño del sistema se mantiene el orden Primero análogo y presencial luego digital. Porque se logró reunir gente en un lugar que no existía. Es para quienes están en la U. Quienes tienen que contar algo saliendo de clases, luego de un encargo, antes de reunirse con su grupo a trabajar y no desde otro espacio. Se usó el espacio otorgado con la expresión propia de cada persona (su letra y dibujos).

#### MAPA

##### Materialidad

El material del mapa (PVC) recibe adhesivos para asegurar su durabilidad esta montado en un marco de madera y posee cáncamos para su instalación y desinstalación.

##### Diseño vectorial

Dejar más patios libres para cada edificio para que haya posts relativos a este lugar/ zona y que no se pierda el mapa. Patios para cada edificio con los conceptos que lo representen. El problema de la asociación de lugares con conceptos es que resulta muy personal y no se pueden hacer generalizaciones. Hay que evidenciar más los temas. El panorama de los temas está mas claro desde el desarrollo de la Matriz de Resultados.

##### Operativos:

Fijación de tarjetas: Adhesivo con caras, estas son personas. El pin evoluciona y representa a quien pone la publicación.

##### -Instrucciones II (Pictogramas)

Se incluyen las Reglas de Uso: Se habla del respeto a este tablero y a sus participantes y otros miembros de la comunidad

##### TARJETAS.

-Color del post y dificultad de lectura.

En la mayoría de los casos sobra espacio de publicación (no se usa completamente el espacio otorgado y la publicación se expresa en dos o tres oraciones.) Algunos acompañan con dibujos su escritura o ponen énfasis en ciertas palabras. (por lo que la opción de transcribir simplemente el texto hace perder valor del post.) Se elimina el color de fondo para un escaneo más fácil y uniforme del texto de cada post pero seguirá presente en alguna parte de la tarjeta para identificar fácilmente los tipos de necesidades del mapa

Los datos de la tarjeta (la selección de taller entre otros, el ID unico de la tarjeta)

## Rediseño de Sistema

### DIFUSIÓN

Se idea una campaña de difusión en redes sociales de las etapas de vida del mapa.

Como se mencionó previamente la idea es que el mapa aparezca y desaparezca del campus en momentos clave, porque al pasar los días y según lo observado el interés va disminuyendo al estar presente continuamente pierde fuerza

(Semestral)

- 1) Teaser
- 2) Lanzamiento
- 3) Período de Aparición
- 4) Publicación de Alerta  
(cuando esté por retirarse)

-Kit de Tarjetas / Apelación directa

Cada alumno de la escuela recibe un kit con tarjetas. Que apele a cada persona.

El llamado a participar es con nombre y apellido y se entrega una miniatura del mapa. La idea es Llevar el tablero y el modo de interacción a cada persona.

Igualmente es importante la difusión del contenido que se genera.

# Rediseño de Sistema

## DEFINICIONES SITIO WEB

Objetivos:

### Registro histórico

Es parte importante del proyecto, ya que guarda un registro del mapa en cada período y lo decanta en un resumen semestral, que puede ser usado por la Universidad. Se pueden revisar las publicaciones a lo largo del tiempo (años).

### Segunda vida de las publicaciones

El sitio web captura todas las publicaciones análogas fijadas en el mapa luego de una semana. Así, cada post perdura y puede ser revisado o comentado.

Cabe recordar que nunca será el espacio para iniciar una publicación, estas se realizan presencialmente en el tablero. Al estar limitada la página y no permitir publicaciones invita a acercarse al emplazamiento físico.

### Plataformas tecnológicas como punto inevitable de encuentro.

Un sitio web permite la llegada a otros espacios y funciona como una herramienta de difusión del mapa análogo.

Otros proyectos como Nadie se Salva está muerto hoy en día... no es una plataforma activa, donde ocurra un feedback o una construcción de ideas. La gente no comenta los posts y no se da el debate esperado por el proyecto.

Frente a esto y desde el testeó se hace necesaria una conexión con facebook, y la presencia en el grupo de la carrera.

¿Cuánto se visitará este espacio realmente, ¿Cómo se mantiene a flote entre los otros miles de distractores?

¿Es visitado una vez por los estudiantes o de manera recurrente y pasa a ser una herramienta usual de la vida universitaria?

### Metodología: De Análogo a Digital

Un encargado retira las publicaciones del mapa, estas se escanean (para no perder la riqueza que tiene leer una publicación con el puño y la letra de cada persona) y se categorizan en una matriz. Cada publicación incluye un código para que sea identificada en este proceso.

Luego se suben las imágenes al sitio web y este las expone según diferentes visualizaciones:

*Numeración de Post / Chequeo de subida.*

### Features del sitio:

-Filtros de publicación  
Ver los posts según Tipo de Post o Fecha:

-Ponderación de posts:  
"Me gusta" o puntaje de utilidad de cada post para encontrar los más relevantes.

-Scroll Histórico:  
Revisar el transcurso de los semestres para poder comparar años

-Resultados del Semestre:  
Luego de un semestre se analizan todos los datos y se genera un resultado, un resumen del semestre, El sitio "decanta en algo".  
Visual

-Post extendido:  
Material extra acompaña cada post como un testimonio en video o un link a páginas de utilidad.

-Cápsula del tiempo o "Scroll a otras épocas":  
Interesante porque tiene el potencial de dar más perspectiva a los alumnos sobre su sociedad y estado de época actual vs uno anterior.

Post Random  
(ningún post se puede perder en el "mar" de posts)

Facebook Login / Plugin Social Las publicaciones se comentan con plugin de facebook...  
Para recoger Reacciones, Emojis y demás. No vale tanto el esfuerzo/costo crear todo de cero. Además que la participación se vería afectada. Ya son cercanos a facebook.

Se sostiene una reunión con un programador web para conocer si se podrían implementar las características diseñadas.

La proyección es viable y el programador solicita siguientes elementos para una cotización completa de la página:

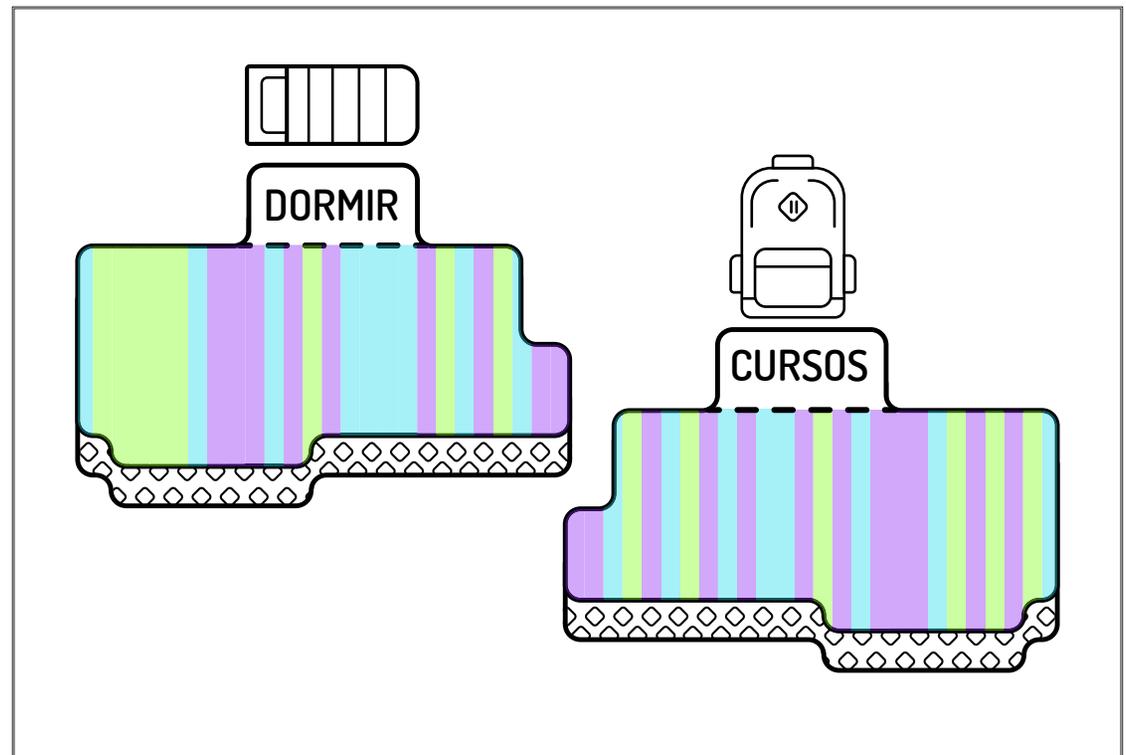
El storyboard de la página. El paso a paso de cada interacción.

Diagramación.

Tipografías e Imágenes

Interacciones y Flujos de recorrido.

Se preparan estos elementos para encargar la programación y desarrollo de la página.



Visualización de Territorios/Temas en página web.

## Rediseño de Sistema

### IMPLEMENTACIÓN EN OTRAS COMUNIDADES

Con ambos componentes diseñados y con la información obtenida desde el proceso de testeo se define una metodología de implementación del proyecto:

Sistematización el Mapa para otras Carreras.  
Secuencia

#### 1) Encuesta de Sondeo I

Se lleva a cabo un primer levantamiento de información para conocer el estado inicial de la situación y generar el primer llamado de consciencia sobre estos temas, además sirve para indicar a quien encarge el desarrollo del proyecto

#### 2) Generación MAPA

Qué temas son característicos de esa Comunidad. De esa carrera en especial. Se puede estandarizar una base, pero hay un componente que lo hace único. Cada comunidad tiene sus áreas desde dónde se desarrolla la ansiedad y el estrés

#### 3) Producción MAPA

Costo productivo y tiempo requerido. Espacios y permisos

#### 4) Difusión e Invitación a Participar (Recurrir a gráfica y preguntas abiertas)

Pack de tarjetas para cada alumno con su nombre. Interpelación directa. Tú eres parte de la comunidad. Pide ayuda a alguien o da ayuda a alguien.

#### 5) Instalación y Apertura del Mapa

#### 6) Participación de estudiantes y difusión.

#### 6) Recolección de datos y Subida a web

Las publicaciones se retiran al concluir la semana de estudio.

#### 7) Decantación del Semestre

Análisis de Resultados. En las vacaciones se analiza, porque el momento de mayor estrés y revelación de historias se da con el período de exámenes y las ultimas semanas.

#### -Matriz de Orden

Para clasificar las publicaciones se recurre a una matriz donde se separan las tarjetas según su tipo y el tema al que apuntan:



## Bibliografía

Miguel Tobal, J.J. (1990). La ansiedad. En J. Mayor y L. Pinillos (eds.): Tratado de Psicología General: Motivación y Emoción (Vol. 3), pp. 309-344. Madrid: Alhambra.

Baum, A. 1990. "Stress, Intrusive Imagery, and Chronic Distress," Health Psychology, Vol. 6, pp. 653-675.

Durán, A, 2014. "El conflicto del hábitat digitalmente expandido y las relaciones entre miembros de un colectivo físicamente separados. In real Lo Contador versus Away from Lo Contador. " disponible en: [www.dobleaduran.cl/2adpa01.html](http://www.dobleaduran.cl/2adpa01.html). Fecha de consulta: octubre 2016

Vásquez Díaz, A ed. Censo Lo Contador 2013: Mitos y Realidades. 2014, 130 p

### Burnout

Caballero Domínguez, C., González Gutiérrez, O., & Palacio Sañudo, J. (2015). Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Revista Salud Uninorte, 31(1), 59-69.

Pacheco, N. E., Durán, M. A. D., & Rey, L. (2007). Inteligencia emocional y su relación con los niveles de burnout, engagement y estrés en estudiantes universitarios. Revista de educación, (342), 239-256.

Caballero, C. C., LI, R. A., & Palacio, J. (2007). Relación del burnout y el rendimiento académico con la satisfacción frente a los estudios en estudiantes universitarios. Avances en psicología latinoamericana, 25(2), 98-111.

Delgado, Juan Manuel ed.; Gutiérrez Sáez, Raúl. Métodos y técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales, 1995, 669 p.

Muñoz, F. J. (2003). El estrés académico. Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial

### Sitios web

TED talk "Cómo convertir al estrés en tu amigo"  
[https://www.ted.com/talks/kelly\\_mcgonigal\\_how\\_to\\_make\\_stress\\_your\\_friend?language=es](https://www.ted.com/talks/kelly_mcgonigal_how_to_make_stress_your_friend?language=es)

TED talk "Hemos dejado de confiar en las instituciones para confiar en los extraños"  
[https://www.ted.com/talks/rachel\\_botsman\\_we\\_ve\\_stopped\\_trusting\\_institutions\\_and\\_started\\_trusting\\_strangers](https://www.ted.com/talks/rachel_botsman_we_ve_stopped_trusting_institutions_and_started_trusting_strangers)

### Universia sobre UC

<http://www.universia.cl/universidades/pontificia-universidad-catolica-chile/in/28173>

### Ranking QS

<http://www.topuniversities.com/university-rankings>

### Posición en Ranking QS

<http://www.uc.cl/component/content/article/22047-ranking-mundial-qs-posicion-a-la-uc-como-la-mejor-universidad-chilena>

### Alumnos Puntaje Nacional prefieren UC

<http://www.latercera.com/noticia/puntajes-nacionales-el-54-opto-por-la-u-catolica/>

### Páginas Oficiales Servicios de Salud

CARA: [rendimientoacademico.uc.cl/](http://rendimientoacademico.uc.cl/)

Manejo de la Ansiedad:

[saludestudiantil.uc.cl/Contenidos-del-Sitio/manejo-ansiedad.html](http://saludestudiantil.uc.cl/Contenidos-del-Sitio/manejo-ansiedad.html)

UAP: [apoyo.saludestudiantil.uc.cl/](http://apoyo.saludestudiantil.uc.cl/)

### Páginas Facebook Servicios de Salud

<https://www.facebook.com/carapuc/>

<https://www.facebook.com/manejodeansiedad>

