



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

María Alejandra Echeverría Bambach
Profesor guía: Ricardo Vega

enero 2022
Santiago, Chile



DISEÑO | UC
Pontificia Universidad Católica de Chile
Escuela de Diseño



“Se autoriza la reproducción total o parcial y la comunicación pública de la tesis, siempre que no sea con fines comerciales y citando de manera correcta al autor”

Quisiera agradecer a mi familia y amigos por el apoyo constante durante esta etapa, especialmente a mi mamá y hermanas, que con su ejemplo, me han demostrado que la maternidad vale la pena ser vivida. A la Fundación Soymás por aceptarme siempre con los brazos abiertos.

A todas las madres adolescentes, psicólogas, psicopedagogas, doctoras, profesoras y especialistas que han dejado parte de ellas en este lindo proyecto, confiando en él desde el primer momento.

A Ricardo, por guiarme y aconsejarme.

Y sobre todo a Dios, por no haberme dejado sola en ningún momento.





//

*No existen mamás perfectas solo mamás reales,
que ríen, juegan, crean, construyen, pierden la
paciencia, luchan, se cansan y al siguiente día
vuelven a intentarlo todo con más amor*



I. MARCO TEÓRICO 12

Adolescencia: Etapa crucial para el desarrollo	14
Maternidad: Ha nacido una madre	16
Maternidad adolescente y vulnerabilidad	18
Intervenciones: Sociedad en acción	20
En búsqueda de la felicidad: La psicología	22
Escritura y dibujo	24

II. FORMULACIÓN 26

Problemática y oportunidad	28
Formulación del proyecto	31
Objetivos general y específicos	32
Metodología	34
Usuario	38
Contexto	42

III. DESARROLLO PROYECTO 44

Levantamiento de información	46
Hallazgos clave	56
Requerimientos	57



IV. ANTECEDENTES Y REFERENTES 58

Diarios	60
Testimonios	62
Carencia Afectiva	63
Visualización de datos	63
Gráfica	64

V. PROCESO DISEÑO 66

Contenido_Co creación	68
Testeo 1	76
Look and feel	78
Testeo 2	86
Diseño final	90
Testeo 3	102
Evaluación	107
Estrategias de distribución y financiamiento	110
Proyecciones	112

VI. CONCLUSIONES 114

Conclusiones y próximos pasos	116
-------------------------------	-----

MOTIVACIÓN PERSONAL

Los vínculos seguros al interior de la familia no solo proveen un desarrollo socioemocional armónico a sus integrantes, sino que llegan a impactar en el resto de la sociedad.

He tenido la suerte de experimentar vínculos positivos, de amor al interior de mi familia y, en este entorno, el nacimiento de una guagua significa motivo de celebración y alegría.

Observando a las madres que me rodean (mi mamá, hermanas, primas, tías) y a los acontecimientos sociales que ocurren a diario, me doy cuenta que la maternidad es un desafío complejo; no solo por los aspectos prácticos que conlleva, sino porque se trata de una situación trascendental. La maternidad es un continuo por amar, criar, formar y modelar a otro ser humano.

Hay muchas madres en Chile que no han podido contar con estos vínculos amorosos durante su propia experiencia de crianza. Muchas mamás, especialmente adolescentes, a la que les faltan herramientas para la etapa que comienzan a vivir. Mamás que necesitan apoyo para revalorizarse y lograr un vínculo seguro con su bebé.

A raíz de esto, nace mi motivación por ayudar a madres adolescentes que viven en contextos vulnerables de nuestro país.

Luego de largas horas de reflexión, estudio e investigación se gesta MOM, que busca mejorar la vida de estas mujeres, impactando en su entorno familiar y la comunidad que los rodea.

INTRODUCCIÓN

UNA REALIDAD EN NUESTRO PAÍS

La maternidad adolescente constituye una realidad en Chile imposible de ignorar.

El año 2018 nacieron 17.295 hijos de madres adolescentes de entre 15 y 19 años. Estos embarazos se concentran principalmente en las comunas más vulnerables de la Región Metropolitana (La Pintana, Cerro Navia y San Ramón), en donde las cifras casi triplican el promedio del país, llegando a un 21,6%. (Soymás, 2019).

En estos embarazos suelen incidir factores como pobreza, presencia de violencia en el hogar, drogas, alcohol, falta de educación, falta de referentes de buen trato, vivencias traumáticas, redes de pares frágiles, carencia afectiva, entre otras (INJUV,2020).

Se trata de una realidad multiproblemática, con consecuencias negativas tanto para la madre en cuestión como para el hijo y la sociedad. Este proyecto se enfoca en la experiencia que vive la joven adolescente al convertirse en madre, quien pasa por un proceso de cambios e identificación importantes.

La maternidad adolescente trae consigo múltiples consecuencias para la joven, un sentimiento de angustia, falta de proyección y culpa que le impide valorarse a sí misma y su situación. A su vez, debido a la etapa del desarrollo, no ha terminado de conocerse y de construir su propia identidad.

Por lo tanto, la madre adolescente ha vivido mucho, experiencias fuertes y traumáticas, y lo más probable es que aún no cuente con todas las herramientas y condiciones adecuadas para ser madre, pero tiene por delante un futuro junto a su bebé.

A partir de esto se plantea la oportunidad de ayudar a la madre a revalorizarse y revalorizar su situación, con el fin de que pueda darle un giro positivo a sus experiencias, y así encontrar la manera de vivir una maternidad más sana, positiva y de goce, contribuyendo en el vínculo profundo con su hijo y con el sistema familiar.

Este proyecto busca aportar desde el diseño, ofreciendo un diario de vida íntimo, accesible, cercano y atractivo, con el cual la adolescente pueda descubrirse como mujer y madre, a través de un proceso de introspección y expresión necesarios.

El proyecto se inserta en comunidades vulnerables de las zonas más pobres de la capital, llegando a las madres a través de fundaciones e instituciones. Este proyecto no pretende ser la única solución frente a la problemática, pero sí una herramienta que complementa las instituciones ya existentes y contribuya al desarrollo integral de la madre adolescente en Chile.

El objetivo de la investigación es comprender las variables que inciden en las experiencias vinculares de estas madres, mediante un análisis exhaustivo de las interacciones críticas que se dan, teniendo en

cuenta las barreras sociales, económicas y culturales que implica la maternidad adolescente. Para la realización de este proyecto se trabaja en conjunto con la Fundación Soymás, dedicada a abordar la maternidad adolescente en La Pintana tanto en el ámbito laboral, como emocional y social.

En el marco de esta iniciativa, se detectan las principales necesidades de las jóvenes que asisten al establecimiento, luego se extrapolan los resultados obtenidos y se crea una solución orientada a madres adolescentes con Perfil de Riesgo, tanto dentro como fuera de la Fundación. Lo anterior se llevó a cabo mediante un proceso de co creación entre madres, psicólogas y diseñadoras. Luego de un profundo proceso de iteración y prototipado, se llegó al resultado esperado, el cual fue testado con 2 de madres adolescentes de la Fundación Soymás, incorporando modificaciones a partir de sus sugerencias.

En suma, el proyecto busca contribuir a la experiencia de maternidad adolescente en ambientes vulnerables de Chile, ayudando a la madre a revalorizarse y revalorizar su situación, a través de la introspección y la expresión, buscando que sea significativa y positiva tanto para la madre como el bebé, y que contribuya al sistema familiar.

Gracias a las herramientas y aprendizajes recibidos durante la carrera de diseño, especialmente en temas de diseño estratégico y de interacción, el proyecto logra llevarse a cabo de una manera innovadora y acorde a las necesidades del usuario.

MARCO TEÓRICO

A black and white photograph of a woman smiling and holding a baby. The woman is on the left, looking towards the right. She has long dark hair and is wearing a light-colored t-shirt. The baby is in the center, wearing a patterned onesie. The woman's hands are visible, holding the baby. The background is slightly blurred, showing what appears to be a bed or a couch with some fabric. The text 'MARCO TEÓRICO' is overlaid in white, bold, sans-serif font at the top of the image.



·
·
·
·

Adolescencia_Etapa crucial para el desarrollo

Maternidad_Ha nacido una madre

Maternidad adolescente y vulnerabilidad

¿De qué manera ha intervenido la sociedad?

En búsqueda de la felicidad_La psicología

Escritura y dibujo.

·
·
·

1 ADOLESCENCIA

ETAPA CRUCIAL PARA EL DESARROLLO

¿Hormonas? ¿Cambios de humor? ¿Crecimiento del cuerpo en zonas extrañas y a un ritmo acelerado? ¿Confusión? Sin lugar a dudas se trata de la adolescencia.

La palabra adolescencia proviene del latín *adolescere* que significa crecer hacia la adultez. “Época de la vida en la cual tiene lugar el empuje de crecimiento puberal y el desarrollo de las características sexuales, así como la adquisición de nuevas habilidades sociales, cognitivas y emocionales. Según la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es la etapa del desarrollo ubicada entre la infancia y la adultez, comprendido entre los 10 y 19 años de edad.” (Fernández Poncela, 2014)

Sin embargo, la adolescencia no se trata meramente de una etapa de transición, sino que es un período de la vida con sentido propio y crucial para la vida posterior, en el cual se da un proceso creciente de maduración física, psicológica y social que lleva al ser humano a transformarse en adulto. (Sánchez, 2015). Como afirman los expertos, rasgos como la autoestima, la autonomía, los valores y la identidad se van afirmando en este proceso.

Según McConville, se trata de «una literal remodelación de la niñez, una organización radical del self psicológico para el viaje que le espera» Se trata ni más ni menos de reorganizar la experiencia. Si bien cada etapa del desarrollo tiene sus

particularidades y son cruciales para el desarrollo del ser humano, la adolescencia es una de las etapas más importantes en este proceso, pues es ahí en donde el ser humano comienza a ser plenamente consciente de su propia experiencia, empieza a descubrir y consolidar su relación consigo mismo, con los demás y con el mundo. (Fernández Poncela, 2014)

¿QUIÉN SOY?

CONSTRUCCIÓN Y BÚSQUEDA DE LA IDENTIDAD

La adolescencia es crecimiento, es maduración, es encontrarse con uno mismo. Así, del caos y la confusión, nace algo nuevo; del desorden, un orden personal modificado, independiente, con autoestima, con congruencia, con responsabilidad. (Fernández Poncela, 2014)

Hay un minuto en la vida en que todo ser humano comienza a cuestionarse quién es y hacia dónde va. Estas preguntas suelen darse durante la adolescencia. El cuerpo está cambiando, la mente también, el joven tiende a cuestionarse cosas que antes no se preguntaba. ¿Por qué me siento así? ¿Qué quiero ser cuando grande? ¿Cómo quiero que me vean los demás? ¿Me gusta lo que soy?

Se trata de una etapa de búsqueda, en donde el adolescente va descubriendo poco a poco quien es y quién desea ser, reconociendo sus fortalezas y debilidades, sus gustos y preferencias. Es la etapa de la vida en donde se define la identidad. Dicha identidad hace a la persona diferente tanto de su familia, como de sus pares y del resto de los seres humanos. El joven va estableciendo una concepción de sí mismo y de su relación con el resto. (Krauskopf, 1999). Esta concepción de su persona tendrá una importancia decisiva para el resto de su vida, ya que en ella se fundamenta la autoestima y el sentimiento de autoeficacia para gestionar su propia vida de forma autónoma y responsable. Durante esta construcción identitaria, el adolescen-

te vive un proceso de transformación profunda, aprendiendo progresivamente a identificar y controlar sus emociones, logrando empatía, buenas relaciones sociales y laborales, conductas positivas, etc. Aprende también a actuar de manera autónoma y a relacionarse con sus pares, contribuyendo significativamente a su propio bienestar y desarrollo psicosocial.

Sin embargo, existen casos en que los jóvenes, por diversas razones, no han podido vivir su adolescencia de una manera correcta y sana, no han podido realizar esta búsqueda, este descubrimiento necesario para conocerse a ellos mismos, influyendo negativamente en sus futuros.

Por lo tanto, es de vital relevancia darle a la etapa de la adolescencia la importancia que requiere, ya que, dependiendo de cómo se desarrolle, influirá en la felicidad y el éxito en las tareas posteriores del individuo en cuestión.

“

EL ADOLESCENTE NECESITA CREARSE UN ESPACIO ÍNTIMO , PARA PODER DIGERIR, ANALIZAR Y VIVIR ESTE PROCESO DE ELABORACIÓN PERSONAL

¡NECESITO MI ESPACIO!

INTIMIDAD COMO FACTOR RELEVANTE

Durante esta etapa es muy necesaria la independencia y la individualidad. El adolescente está pasando por un proceso de grandes cambios físicos y emocionales, por lo que necesita crearse un espacio íntimo , para poder digerir, analizar y vivir este proceso de elaboración personal. El joven, en sus minutos de intimidad, tiende a representarse a sí mismo, sus deseos y temores para lograr definir su propia identidad. Necesita realizar este proceso de introspección, en que mira en su interior, se encuentra consigo mismo y se investiga, estableciendo una percepción personal.

LA ADOLESCENCIA HOY

Existe escaso consenso respecto a cuándo comienza y finaliza la adolescencia, entre otras cosas, porque si bien su inicio se asocia generalmente a fenómenos biológicos (pubertad) y su término a hitos psicosociales (adopción de roles y responsabilidades de la adultez), hay gran variabilidad individual en las edades en que ambos se producen. Durante los últimos años, esta etapa ha tendido a prolongarse. Los jóvenes cada vez demoran más tiempo en completar sus estudios, retrasando su incorporación a un trabajo estable y con ello la adquisición de su independencia y la adopción de roles propios de la adultez. (Gaete, 2015)





2 MATERNIDAD HA NACIDO UNA MADRE

LA HORMONA DEL AMOR

OXITOCINA, EL FENÓMENO DE LA MATERNIDAD

Cuando un mamífero hembra da a luz a una cría, en el cerebro de esa madre aumenta considerablemente el nivel de oxitocina, entendida como la “hormona del amor”. Esta hormona se trata de uno de los impulsores más potentes de la conducta maternal, ya que con ella el cerebro de las madres se prepara para poder responder correctamente a las necesidades de la cría, comprendiendo las señales que le envía a su madre.

Así lo afirma Bianca J. Marlin, investigadora posdoctoral del departamento de neurociencia de la Universidad de Columbia en su estudio sobre el efecto de la oxitocina en ratones, “cuando los ratones hembra vírgenes del laboratorio escuchaban el llanto de los ratoncitos jóvenes, los ignoraban y, en algunos casos, los devoraban. Sin embargo, los ratones madre buscaban la fuente del llanto para encontrar y cuidar de la cría.” (Gibbens, 2018)

Lo mismo ocurre en el caso de los seres humanos. La oxitocina ayuda al cerebro de la madre a enfocar su atención en las necesidades de su bebé para poder reaccionar con respuestas “maternales” a los estímulos de su bebé. Sin embargo, esto no quiere decir que toda madre que dé a luz esté preparada automáticamente para cuidar a su hijo. Existen muchísimos factores, tales como el contexto en que se da esta maternidad, la estructura social del entorno, la personalidad de la madre o la historia de cada una, que van a ir orientando la manera en que se desempeña esta relación madre-hijo/a.

MATRESCENCIA

UN CAMBIO DE VIDA

Cuando nace un bebé, nace también una madre. Este nacimiento trae consigo una gran serie de cambios profundos que empiezan a ocurrir desde el embarazo. Esta etapa se conoce en el mundo de la psicología como la “matrescencia”.

La madre, en su transición hacia la maternidad, atraviesa grandes cambios físicos, biológicos, psicológicos y socio afectivos, que significan un reajuste en las prioridades, en el estilo de vida y en la identidad de esta mujer como nueva madre (Ted, 2018)

No es coincidencia que “matrescencia” suene parecido a “adolescencia”, en ambas etapas la transformación corporal y el cambio hormonal producen un cataclismo emocional y dificultan la capacidad de adaptarse a la realidad. Muchas veces la matrescencia es confundida con la “depresión post parto”, sin embargo, al igual que la adolescencia, esta no se trata de una enfermedad, solamente es una etapa de cambios e identificación. (Carmona, 2019)

La madre tiende a sentir una tensión interna o incomodidad pues le es difícil saber “dónde empieza la madre y termina el bebé”, como si estuviesen tan unidos que la madre no tiene espacio para sus propias necesidades. Sin embargo, esta ambivalencia de la transición hacia la maternidad, es completamente sana y normal. Cuando una madre preserva un poco de su identidad, está dejando también espacio para que su hijo/a desarrolle la suya.

LA MATERNIDAD HOY EN DÍA

MUJER, PROCREACIÓN Y CRIANZA

El concepto de maternidad a lo largo de la historia ha ido en permanente evolución, influido por factores culturales y sociales, con diferentes ideas en torno al rol de la mujer, la procreación y la crianza.

Con la entrada de la mujer en el mundo laboral, político y científico, la carga histórica de la mujer se desvaneció (Molina, 2006). La mujer, que antiguamente era validada a través de su maternidad, comenzó a destacar en otros ámbitos. Poco a poco fue dejando de lado la vida doméstica para insertarse en el mundo que, en otros tiempos, perteneció exclusivamente a los hombres.

Sin embargo, esta importante modificación de perspectiva sobre el papel de la mujer en el ámbito social y doméstico, incidió en una simultánea disminución en sus proyectos familiares, dando lugar a la desvalorización del embarazo y la maternidad.

Mujer y madre se polarizaron a tal punto que se comenzó a percibir como casi imposible poder congeniar el desarrollo profesional y laboral con los anhelos de maternidad (Rosales, 2017), considerando el embarazo y la maternidad como eventuales obstáculos e inconvenientes para el desarrollo de proyectos personales, profesionales y laborales.

En los últimos años se ha visto un cambio de paradigma. La sociedad ha estado buscando la manera de complementar la vida personal de la mujer con la maternidad, revalorizando a la mujer como madre e introduciendo cambios a la concepción tradicional de maternidad pertinentes al siglo XXI.

3 MATERNIDAD ADOLESCENTE Y VULNERABILIDAD

CONTEXTO DE MATERNIDAD ADOLESCENTE

EN CHILE

“El embarazo adolescente o embarazo precoz, es considerado tanto un problema de salud pública, como también de desarrollo, derechos humanos e inequidad, ya que supone que una adolescente no se encuentra ni física ni psicológicamente preparada para este proceso” (INJUV, 2020)

Las mujeres durante la etapa de la adolescencia, no se encuentran en las condiciones óptimas para ser madres aún, ya que están viviendo un período de muchos cambios y definición de la identidad, se están conociendo a ellas mismas, su cuerpo y personalidad. Las circunstancias en que se da esta maternidad, podría significar una problemática de alta complejidad que impacta en el desarrollo de los patrones vinculares y la salud mental de madres e hijos (Olhberry, 2015).

Sin embargo, el embarazo adolescente es muy común, especialmente en los entornos más vulnerables. En Chile, las comunas con mayor índice de pobreza, como La Pintana, Cerro Navia y San Ramón, lideran el porcentaje de embarazos adolescentes, con un 21,6%, un 20,9% y un 20,6%, respectivamente. (Emol, 2014). Esto no es mera coincidencia, las adolescentes en ambientes vulnerables son más propensas a quedar embarazadas a temprana edad, debido a las vivencias y condiciones que reciben del entorno (INJUV, 2020).

PERFIL DE RIESGO Y SUS CARACTERÍSTICAS

El Instituto Nacional de la Juventud descubre distintos perfiles de madres adolescentes en Chile, siendo el Perfil de Riesgo el más común y crítico. El Perfil de Riesgo se caracteriza por pertenecer a un nivel socioeconómico bajo, con familias multiproblemáticas y redes de pares frágiles; lo que implica una gran dificultad para poder establecer un proyecto de vida claro. En cuanto al contexto psicosocial, se presentan situaciones de polivictimización [1], deserción o repitencia escolar y, por último, sintomatología asociada a salud mental (INJUV, 2020).

Según lo investigado, se puede apreciar en la joven con perfil de riesgo una carencia afectiva importante en sus relaciones y vínculos familiares. En la mayoría de los casos se trata de embarazos no planificados, debido a la vinculación con la pobreza, exclusión social, violencia sexual y de género y el matrimonio o unión precoz (INJUV, 2020). Sin embargo existe un porcentaje que decide/planifica tener a su bebé. Las adolescentes tienden a sentirse solas y, frente a una falta de proyecto de vida, abrazan la maternidad en busca de identidad. Esta cifra corresponde al 28%, jóvenes que buscan la parentalidad para generar un vínculo estable/seguro y suplir esta carencia (Soymás, 2021). Según lo explicado por Francisca Olavarría, Directora Académica de la Fundación Soymás, corresponde a una maternidad romántica e idealizada, abordada desde una perspectiva errónea, en donde la joven se valida por medio

de su bebé. Estos casos corresponden a una maternidad de mucha ansiedad, en donde suelen darse dos situaciones: En algunos casos el bebé se convierte en «el lugar seguro para la adolescente» cargando con un peso que no merece. En otros, se da lo contrario, la adolescente posterga las etapas de su desarrollo, significando un costo muy alto para la joven (Soymás, 2021). Esta niña aún no tiene noción de lo que significa ser mamá, por lo que, cuando se enfrenta a la maternidad, se ve forzada a dejar de lado la adolescencia (etapa crucial para su desarrollo) para tratar de convertirse en adulta. La sociedad las comienza a ver como madre adulta, con el niño/a al centro, sin atender a las necesidades de la joven, que se encuentra en una etapa de cambios e identificación.

El embarazo en la adolescencia repercute negativamente también, en las oportunidades educativas y laborales de la mujer, ya que muchas de ellas se ven obligadas a dejar la escuela; afectando a su seguridad económica y la capacidad para participar en la vida pública y política. Esto viene a perpetuar ciclos intergeneracionales de pobreza, exclusión y mala salud (INJUV, 2020).

[1] Concepto acuñado por Finkelhor, Ormrod, y Turner (2007) que hace referencia a un proceso de trauma acumulativo que sufren aquellos individuos expuestos a múltiples tipos de violencia a lo largo de sus vidas.

IMPACTO_ MATERNIDAD

CUIDADO DE HIJOS/AS Y MUJERES NINI

El porcentaje de jóvenes que “Ni estudian, ni trabajan” se concentra mayoritariamente en las mujeres con menores ingresos y de más baja escolaridad. Es decir, existe una gran desigualdad de género y socioeconómica.

En el caso de las madres adolescentes, el fenómeno de los NINI es severo. El 68,7% de las madres adolescentes de 19 años no estudia ni trabaja (Comunidad Mujer, 2013). En consecuencia, hay una fuerte relación entre maternidad, dedicación al cuidado de hijos e hijas, y las mujeres NINI.

Los embarazos a temprana edad disminuyen las posibilidades de que las jóvenes continúen educándose, y la falta de educación las expone a tener trabajos informales, mal remunerados y/o a no tener acceso a la fuerza laboral. Esta situación perpetúa el ciclo vicioso de la pobreza, la inequidad y la falta de oportunidades (Lavanderos, 2019).



4 INTERVENCIONES

SOCIEDAD EN ACCIÓN

CONTEXTO GENERAL

Durante los últimos años, Chile ha ido formulando ciertas políticas públicas que buscan abordar la problemática. Por esto, según datos entregados por el Minsal, el Estado de Chile se ha comprometido con disminuir en un 10% la tasa proyectada de embarazo adolescente para el 2020. Además, desde el 2009 se han implementado espacios amigables de atención en establecimientos de atención primaria de Salud (INJUV, 2020). La sociedad chilena también se ha encargado de impulsar diferentes programas, fundaciones y organizaciones sociales que ayudan a abordar la maternidad adolescente en el país.

ALGUNAS EXPERIENCIAS IMPORTANTES

1. CHILE CRECE CONTIGO

A nivel nacional, el programa Chile Crece Contigo es el Sistema de Protección Integral a la Infancia que tiene como misión acompañar, proteger y apoyar integralmente, a todos los niños, niñas y sus familias, a través de acciones y servicios de carácter universal, así como focalizando apoyos especiales a aquellos que presentan alguna vulnerabilidad mayor. Chile Crece Contigo es institucionalizado bajo la ley 20.379, transformándose en una política pública estable que cumple con los compromisos del Estado

de Chile con la Convención Internacional sobre los Derechos del Niño, articulando iniciativas, prestaciones y programas intersectoriales orientados a la infancia, con la intención de generar una red de apoyo adecuada al desarrollo de niñas y niños. Dentro de esta gran entidad, se encuentra el Programa de Apoyo a la Retención Escolar de embarazadas, madres y padres (PARE), que ayuda específicamente a padres adolescentes, tanto en el ámbito académico como profesional y familiar, a través del acompañamiento y orientación de un equipo de profesionales (Chile Crece Contigo, 2009).

De la misma manera, las fundaciones e instituciones cumplen un rol fundamental en el apoyo a madres adolescentes y NNA durante la primera infancia, a través del fortalecimiento de vínculos sanos al interior de las familias y comunidades en que éstas se insertan. A continuación se rescatan aquellas que han sido fundamentales en el desarrollo del proyecto:

2. FUNDACIÓN ENCUENTRO

Crean espacios de encuentro y contención para las familias de San Bernardo y la comunidad del colegio Eliodoro Matte Ossa, contribuyendo al desarrollo integral del NNA y sus cuidadores.

3. FUNDACIÓN EMMA

Formada por mujeres que comparten la visión de una sociedad más justa en relación a la mujer y a la maternidad. Emma ofrece programas gratuitos de acompañamiento psicosocial y socioeducativos para el desarrollo integral de la mujer madre en situación de vulnerabilidad. Su misión es que cada mujer ejerza su maternidad en condiciones que favorezcan su bienestar y el de sus hijos, y que se reconozca culturalmente el valor de ésta como factor fundamental del desarrollo social.

4. FUNDACIÓN SOYMÁS

Modelo 360° que aborda todas las aristas de la maternidad adolescente en la Pintana, tanto en el ámbito laboral, como emocional y social. Esta última se convierte en el contexto de implementación del proyecto, por lo que será abordada en mayor profundidad más adelante.

Existen también gran variedad de programas y medidas internacionales que abordan la maternidad adolescente. Aquí se presentan algunas.

5. BRAVE FOUNDATION

Este programa proporciona a cada madre adolescente un plan Pathway personalizado que permite tanto a la madre como el padre identificar sus aspiraciones, metas y ambiciones en estudios posteriores o empleos dentro de sus propias comunidades. Este programa identifica a todos los actores involucrados, con el fin de darles apoyo (madres, padres y familiares) o ayudarlos a que entreguen apoyo (en el caso de los amigos). Cuenta con un cronograma interactivo muy completo que va guiando y acompañando a la madre durante el proceso de la maternidad.

6. TEEN MOM

Se trata de una serie estadounidense de la cadena televisiva MTV que narra la vida de 4 jóvenes en su primer año de maternidad y los esfuerzos por los que tienen que pasar para criar a sus hijos. La serie, además de la maternidad, habla de los cambios que enfrenta la madre adolescente en torno a la familia, amigos, pareja y escuela. Este programa ha tenido una gran recepción, alcanzando altos niveles de audiencia. Con 3.6 millones de televidentes, se da a conocer a un gran número de personas la realidad que viven las madres adolescentes, generando una mayor empatía por parte de la sociedad.

“

ESTAS TRES FUNDACIONES NACIONALES SE PRESENTAN COMO POSIBLES ESCENARIOS FUTUROS A TRAVÉS DE LOS CUALES SE PODRÍA DIFUNDIR EL PRODUCTO CREADO



5 EN BÚSQUEDA DE LA FELICIDAD

LA PSICOLOGÍA

“

CUANDO FUI A LA ESCUELA, ME PREGUNTARON QUÉ QUERÍA SER CUANDO FUERA MAYOR, ESCRIBÍ “FELIZ”. ME DIJERON QUE YO NO ENTENDÍA LA PREGUNTA. LES DIJE QUE NO ENTENDÍAN LA VIDA.

JOHN LENNON

La psicología, referida en sus orígenes al estudio del alma o la esencia, se trata de la ciencia que estudia los fenómenos de la mente y la conducta humana. Su objetivo es mejorar la calidad de vida de las personas, ayudándolas a enfrentar la realidad con las dificultades que esta conlleva.

Esta ciencia ha ido tomando un lugar importantísimo en la sociedad, volviéndose imprescindible para muchas personas. Lo que antes se creía para “gente loca” hoy se entiende como una ciencia que ayuda a personas valientes que buscan desarrollarse, superar sus miedos y barreras, a individuos que no quieren estancarse sino que buscan más allá de sus propios límites y auto limitaciones (Villalpando, 2017).

En cuanto a la maternidad adolescente, la psicología ha jugado un rol importantísimo. Han ido surgiendo fundaciones e intervenciones muy variadas (como las mencionadas anteriormente) que ayudan a madres adolescentes a aproximarse a la maternidad, a vivir el proceso de una manera más sana y consciente.

En este informe se profundizará en dos corrientes psicológicas que han ido tomando fuerza estos últimos años: la psicología positiva (con raíces en la filosofía griega) y el Mindfulness (basado en la Tradición Contemplativa Budista).

PSICOLOGÍA POSITIVA

LA VIDA MERECE LA PENA SER VIVIDA

Martín Seligman, psicólogo y escritor estadounidense, es considerado el padre de la psicología positiva.

“La psicología no es una mera rama del sistema de salud pública, ni una simple extensión de la medicina, nuestra misión es mucho más amplia. Hemos olvidado nuestro objetivo primigenio, que es el hacer mejor la vida de todas las personas” (Seligman, 2000).

Se trata del estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos y todas aquellas instituciones y programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los individuos (Seligman, 2005). Estudia las fortalezas y virtudes humanas, las cuales permiten adoptar una perspectiva más abierta respecto al potencial humano, sus motivaciones y capacidades, orientándose hacia una vida con sentido, sustentada en valores humanizadores (Sheldon & King, 2001)

El modelo PERMA o teoría del bienestar se trata de una descripción de lo que las personas eligen libremente para incrementar su bienestar.

En el año 1999, Seligman lanzó una primera propuesta de su teoría del bienestar llamada “Las 3 vías hacia la felicidad” a través de las cuales, como su propio nombre indica, se puede perseguir el camino hacia la felicidad. Éstas son:

1. La vida placentera que busca aumentar las emociones positivas en el pasado, en el presente y en el futuro.
2. La vida comprometida, que trata sobre la puesta en práctica de las fortalezas personales con el objetivo de desarrollar un mayor número de experiencias óptimas, de flujo de conciencia (“flow”).
3. La vida significativa, ligada al sentido de la vida y al desarrollo de objetivos que van más allá de uno mismo. (Castro, 2020)

Luego fue evolucionando su propuesta hasta llegar al modelo PERMA.



P

Positive Emotions

Emociones positivas

Aumentar las emociones positivas ya que permiten experimentar bienestar en la vida.

Ej: Paz, gratitud, satisfacción, placer, inspiración, esperanza, curiosidad, amor...



E

Engagement

Compromiso

Acuerdo con uno mismo y con las fortalezas propias, a fin de alcanzar una sintonía entre ambos, situando a la persona en un estado de armonía, de afinidad y de flujo de conciencia



R

Relationships

Relaciones positivas

Mejorar las relaciones personales, lo que también implica la mejora de las habilidades personales.



M

Meaning and purpose

Propósito y significado

Búsqueda de la pertenencia a algo más grande. A cada propósito logrado le subyace un significado relevante que lo inculca de un sentido trascendental.



A

Accomplishment

Éxito y sentido del logro

Establecer metas, las cuales, una vez alcanzadas servirán para hacer sentir a la persona competente, fomentando su propia autonomía.

MINDFULNESS

El mindfulness, desde un abordaje oriental, se basa en una orientación hacia la vida que busca lo simple, para llegar a conectar con las cosas “tal y como son”, con el menor condicionamiento social y cultural posible. En la Tradición Contemplativa Budista se habla de experimentar la realidad sin condicionamientos mentales. En este caso, la experimentación del presente toma una importancia radical, la manera de acercarse al tiempo toma la forma de un presente expandido, más cercano al concepto de tiempo cíclico que al de tiempo lineal. Por ende, la práctica de mindfulness puede ayudar no solo a las personas que padezcan alguna psicopatología, sino también a las personas que aun sin padecer problemas de salud mental están languideciendo en su vida. Les ofrece la oportunidad de florecer, autorrealizarse y crecer como personas y como comunidad. (Morón, 2015)

CORRIENTES ENRELAZADAS

Es evidente que son dos maneras distintas de acercarse al bienestar o la felicidad; la psicología positiva desde la búsqueda del cambio funcional, desde el “modo hacer” de la mente, y el mindfulness desde el aumento de la capacidad contemplativa del ser humano, o lo que se denomina como “modo ser” de la mente. Sin embargo, la síntesis apropiada de ambas fortalece el bienestar y reduce el sufrimiento en los seres humanos. (Morón, 2015)

6

ESCRITURA Y DIBUJO

HERRAMIENTA PARA EL DESARROLLO Y APOYO PERSONAL

LA ESCRITURA Y EL DIBUJO

La escritura ha sido el medio de comunicación que por miles de años nos ha permitido conocer la historia de la humanidad. Nació como una necesidad del ser humano de poder comunicarse y expresarse, de transmitir sus pensamientos e ideas y dejar registro de ellas. Se trata de una de las herramientas más poderosas con que una persona puede comunicarse tanto con los demás como consigo mismo.

De la misma manera, el dibujo, un medio de comunicación aún más antiguo que la escritura, permite al ser humano liberar lo que lleva dentro, expresarse libremente.

LA ESCRITURA - TERAPIA

MEDIO DE INTROSPECCIÓN Y EXPRESIÓN

En la actualidad, con el auge de las nuevas tecnologías, las personas tienden a vivir con la atención focalizada casi exclusivamente en los estímulos externos, transformándose en agentes receptivos de lo que sucede a su alrededor. Los jóvenes no están acostumbrados a prestarle atención a su mundo interior, a sus sensaciones, pensamientos y emociones. Esto no quiere decir que lo interno no requiera atención, todo lo contrario, a pesar de que muchas veces se deje un poco de lado por miedo a encontrar algo que no gusta, es necesario hacer un proceso de introspección.

La escritura-terapia se trata de un ejercicio sanador de liberación que facilita la expresión y comprensión emocional, dándole orden y sentido a las experiencias. Ayuda a alinear pensamientos, sentimientos y conductas, potenciando la autoconciencia y autococonocimiento. Es un medio de catársis que permite el desahogo desde una mirada externa y neutral del interior. (Culturales 2020)

En el caso de la madre adolescente, quien ha pasado por diversas adversidades y situaciones desfavorables de estrés, se le presenta la escritura como una puerta hacia la resiliencia permitiéndole alcanzar el equilibrio y encontrar un estado de tranquilidad. “la resiliencia es la capacidad de tener éxito a pesar de sufrir una adversidad” (González, 2008)



Obra creada por el ilustrador de cómic Asaf Hanuka que demuestra gráficamente el poder de la escritura como medio de expresión y desahogo.

EL DIARIO DE VIDA

REGISTRO, INTIMIDAD E INTROSPECCIÓN

- Libro o cuaderno en el que una persona escribe día por día sus vivencias o pensamientos -
(Oxford Languages)

Los diarios son registros que se hacen de forma periódica sobre hechos de interés en cualquier formato que permita su posterior revisión. El diario personal, también llamado diario de vida, permite al autor anotar sus experiencias importantes, secretos, sentimientos, emociones y reflexiones sobre cada vivencia, por lo que toma gran relevancia la cualidad de íntimo y privado del registro.

Los diarios de vida, utilizados en una esfera íntima, dan al autor la posibilidad de explayarse y narrar sobre temas que quizás nunca se había planteado o que prefería callar por miedo al “qué diran”. La completa liberación y honestidad consigo mismo podría dar paso a que el autor se conozca mejor, reconociendo sus propias fortalezas y debilidades que lo llevarán a un eventual éxito personal.

Este proceso de introspección trae múltiples consecuencias positivas para el autor. Según Gillie Bolton, investigadora del King’s College de Medicina y Arte de la Universidad de Londres, “el diario aumenta la confianza en uno mismo, se potencian los sentimientos de autoestima y motivación para la vida. De alguna manera permite explorar áreas cognitivas y emocionales que no siempre son accesibles” (Jarque, 2013).

Revisar registros previos, compararlos con los más recientes y observar su desarrollo, permite al autor obtener una comprensión más profunda de sus propios procesos internos, la interacción con los demás y su relación con el mundo (Ciompil, 2007).



FORMULACIÓN



·
·
·
·

Problemática y oportunidad

Formulación del proyecto

Objetivos general y específicos

Metodología

Usuario

Contexto

·
·
·
·

PROBLEMÁTICA Y OPORTUNIDAD

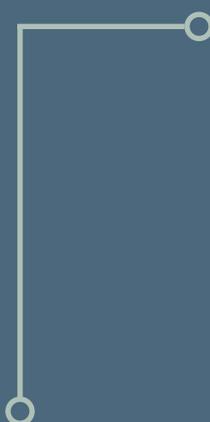
1

LA SOCIEDAD TIENDE A VER A LA MADRE ADOLESCENTE COMO ADULTA

Hoy en día existen infinitos estudios que enfatizan en la adolescencia como una etapa crucial para el desarrollo del ser humano, en la cual la joven requiere de un espacio íntimo para desarrollarse como persona y conformar su propia identidad. Sin embargo, cuando una joven se convierte en madre, la sociedad la tiende a ver como adulta, con el niño en el centro, sin atender las necesidades de la madre como adolescente.

Si bien existen políticas, programas y fundaciones que tratan de abordar el tema, la joven, por etapa del desarrollo, tiende a cuestionarse todo lo que venga del «mundo adulto», por lo que suele haber una resistencia muy alta a recibir el apoyo y un gran porcentaje de deserción durante el proceso, con números de éxito menores al esperado.

Por lo tanto, la madre joven necesita un espacio en donde pueda retomar ciertas conductas propias de la etapa de la adolescencia, enfocadas en la introspección y conformación de la identidad (comportamientos clave en el desarrollo del ser humano), que se había visto obligada a dejar de lado por la llegada de su bebé. Todo esto, recibido de una manera amigable y cercana para ella.



“PASÉ DE SER UNA NIÑA A
CUIDAR DE UNA, MADURÉ DE
GOLPE”

2

LUCHA ENTRE LA MATERNIDAD COMO ESTEREOTIPO Y SU PROPIA MATERNIDAD

A lo largo de los años se ha creado un perfil de "madre ideal" con características muy propias. Se trata de una madre que dedica su vida en un 100% al cuidado de los hijos, una madre que no tiene miedos ni preocupaciones, que no se cansa, no llora. Una madre intachable.

De la misma manera, la sociedad, a pesar de ofrecer varios proyectos que tratan el tema, tiende a juzgar a la madre adolescente por haber tenido a su hijo/a en un contexto desfavorable para el niño, tildándolas de irresponsables y egoístas. Critican el hecho de haber privado a un ser humano de pertenecer a una familia consolidada y tradicional, con madre y padre presentes y con abuelas cumpliendo el rol de abuelas y no de madres suplentes. Sin embargo, muchas de estas adolescentes, no eligieron ser madres jóvenes, debido a diversas razones quedaron embarazadas, y lo único que hicieron fue aceptar la vida del ser humano que crecía dentro de ellas. Al igual que la "madre ideal", no existe el "contexto ideal", se trata de un estereotipo de maternidad que no es excluyente con darle al niño las condiciones necesarias para que crezca de la manera más sana y feliz posible. El prejuicio que existe sobre "la madre ideal" y el "contexto ideal" hace que muchas de estas madres adolescentes en ambientes vulnerables

"LA GENTE DECÍA QUE NO IBA A SER CAPAZ DE MANTENERLA, QUE LA HIJA IBA A SER DE MIS PADRES, QUE NO IBA A SABER CUIDARLA, QUE ME IBA A CANSAR DE ELLA, COSAS MUY DURAS... Y NO HA SIDO CIERTO, NUNCA HE DADO A MI HIJA A MI MADRE PORQUE LLORASE" ARIADNA

se sientan solas, incomprendidas y poco identificadas. Existe una urgencia en ayudarlas a revalorizarse como mujeres y madres y revalorizar el concepto de maternidad. Esta problemática inicial, se fue desarrollando y perfeccionando de una manera más asertiva con el levantamiento de información empírico, aquel que se realizó de manera profunda en terreno y el cual se desarrolla más adelante.

"EL EMBARAZO ES UN EVENTO TAN TRANSFORMADOR Y TAN TRASCENDENTAL EN LA VIDA DE UNA PERSONA QUE VIVIRLO EN LA ADOLESCENCIA NO ES LO MÁS RECOMENDABLE. ES MEJOR NO QUEMAR ETAPAS VITALES, PERO SI POR LO QUE SEA OCURRE, COMO SOCIEDAD, DEBERÍAMOS PODER REACCIONAR, NO OCULTARLO NI INVISIBILIZARLO". ANA LUCÍA, INVESTIGACIÓN MARÍA ZUI

Frente a esto, se presenta la oportunidad de crear un sistema que acompañe a la madre adolescente durante esta desafiante etapa, ayudándola a revalorizarse y a revalorizar su maternidad.

Una herramienta íntima, accesible, cercana y atractiva, que ayude a la joven a descubrirse como mujer y madre, a reencontrarse con ella misma, y a vivir una maternidad más sana, positiva y de goce.

El diseño centrado en el usuario o human centered, nos entrega las herramientas clave para entender al usuario en gran profundidad, interactuar con él, conocer lo que piensa, siente y hace, con el fin de ofrecer una solución acorde a sus necesidades.

**¿DE QUÉ MANERA LA MADRE
ADOLESCENTE LOGRA REVALORIZARSE
Y REVALORIZAR SU SITUACIÓN,
INCREMENTANDO A LA VEZ SU
BIENESTAR?**

QUÉ

MOM, ha nacido una mamá

Diario de vida guiado -íntimo, accesible, cercano y significativo- que busca enriquecer la vivencia de maternidad adolescente con Perfil de Riesgo en Chile; a través de actividades de introspección y expresión, que permiten a la joven descubrir ciertas claves para una maternidad más significativa y positiva.

POR QUÉ

Existe una falta de confianza de la madre adolescente con Perfil de Riesgo en Chile en cuanto a la desafiante y responsable tarea de la maternidad, debido a (1) la etapa del desarrollo en que se encuentra y a (2) ciertas desconexiones vinculares derivadas de una carencia afectiva anterior. La madre adolescente se ha saltado una etapa de identificación y autoconocimiento propios de la etapa del desarrollo.

PARA QUÉ

Fortalecer la experiencia de maternidad adolescente en ambientes vulnerables de Chile, ayudando a la madre a revalorizarse y revalorizar su situación, a través de la autorreflexión y la expresión, buscando que sea significativa y positiva - sana, equilibrada y de goce - tanto para la madre como el bebé, y que contribuya al sistema familiar.

OBJETIVOS

Generar un espacio íntimo de introspección y expresión para madres adolescentes con Perfil de Riesgo en Chile, en donde pueda descubrir ciertas claves para una maternidad más significativa y positiva -sana, equilibrada y de goce- y le permita revalorizarse y revalorizar su situación, incrementando a la vez su bienestar y el de su bebé y contribuyendo al sistema familiar.

_ 1 _

Analizar las experiencias vinculares y características de madres adolescentes con Perfil de Riesgo, mediante instancias de interacción en zonas con mayor número de embarazos adolescentes de Chile.

IOV

Ecología de usuario

Mapa de viaje

_ 2 _

Detectar y definir los hallazgos clave que impiden a la madre adolescente vivir una maternidad significativa y positiva.

IOV

Hallazgos clave

Requerimientos

Plan de contenidos

_ 3 _

Prototipar por partes el contenido y forma del diario de vida guiado, mediante intervenciones en Fundación Soymás, con el fin de llegar a un producto acorde a las necesidades de la usuaria.

IOV

Registro de testeos

_ 4 _

Implementar y evaluar el diseño final en madres adolescentes de Fundación Soymás.

IOV

Resultados de evaluación (testimonios, cifras y gráficos)

Este proyecto ha sido todo un desafío. Cuando comenzamos trabajando con las madres adolescentes y sus hijos, me costaba muchísimo tomar decisiones, era un tema que me apasionaba y lo quería abarcar todo; pasé por plataformas web, por sistemas, intervenciones en lugares públicos, productos de todo tipo, etc. Poco a poco, me fui dando cuenta de que este proyecto no se trataba de mi o de mis ganas de “solucionar el mundo”, sino que se trataba de ellas. Eran las madres adolescentes las que se enfrentaban a una nueva realidad y necesitaban de mi ayuda como diseñadora. Es por esto que decidí trabajar a través de la metodología del Human Centered Design con el fin de saber todo sobre ellas, cuál era su historia, sus costumbres, expectativas y averiguar de qué manera yo, desde mi rol de diseñadora, podía aportar a su experiencia de madre joven. A medida que fui interactuando con ellas y su mundo, se me fue mostrando claro el camino, tomar decisiones se tornó fácil y lógico: las adolescentes estaban superadas y no creían en ellas mismas como madre. Habían dejado de encontrar el valor en sí mismas y en la maternidad, se encontraban sobreviviendo esta etapa, no viviéndola. La necesidad era inminente, tenían que volver a confiar en ellas mismas. Fue a partir de esta necesidad que, junto con un gran equipo de psicólogas, psicopedagogas, madres jóvenes y no tan jóvenes, comenzamos a trabajar arduamente para poder entregar a las niñas la ayuda que necesitaban y, sin darse cuenta, pedían a gritos.

METODOLOGÍA

Para el desarrollo de este proyecto se escoge la metodología del Human Centered Design. Como su nombre lo indica, esta metodología centra la atención en los usuarios, sus necesidades y expectativas, teniendo en cuenta como factor principal a la persona humana.

Se encuentra en la intersección entre la empatía y la creatividad, permitiendo diseñar productos, servicios, sistemas y experiencias que aborden las necesidades centrales de quienes experimentan un problema. Se trata de un proceso creativo para la resolución de problemas, comenzando con las personas y terminando con soluciones innovadoras.

Esta metodología cuenta con una serie de características que la convierten en el camino más óptimo para llevar a cabo el proyecto.

1. COMPRENSIÓN DE USUARIOS Y ENTORNO

Resultó clave conocer y entender a la madre adolescente en su totalidad, abarcando su historia, identificando patrones y analizando su contexto. Para esto, fue muy necesaria la empatía, pues para comprender verdaderamente lo que la usuaria necesita, hay que inmersarse en su propia realidad.

2. USUARIOS INVOLUCRADOS (CO CREACIÓN)

No se trata únicamente de validar el contenido con el usuario, sino que se crea y diseña en conjunto con las mamás adolescentes, en base a sus necesidades y expectativas reales. Es decir, se realiza un proceso de co creación constante a lo largo de todo el proceso.

3. EVALUACIÓN CONSTANTE A USUARIO

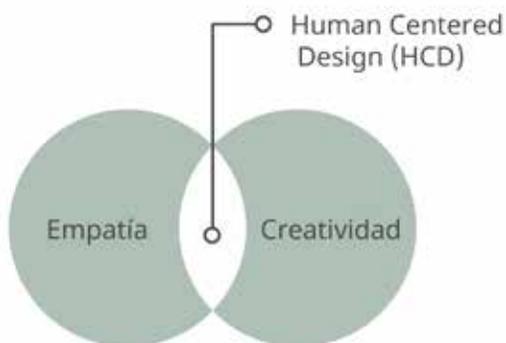
A prueba y error. Todo lo que se va creando se va validando con las mamás de la fundación por medio de diversos testeos. Se trata de testeos simples, baratos e inteligentes a través del cual el diseñador es capaz de obtener feedback y conclusiones para un perfeccionamiento del producto.

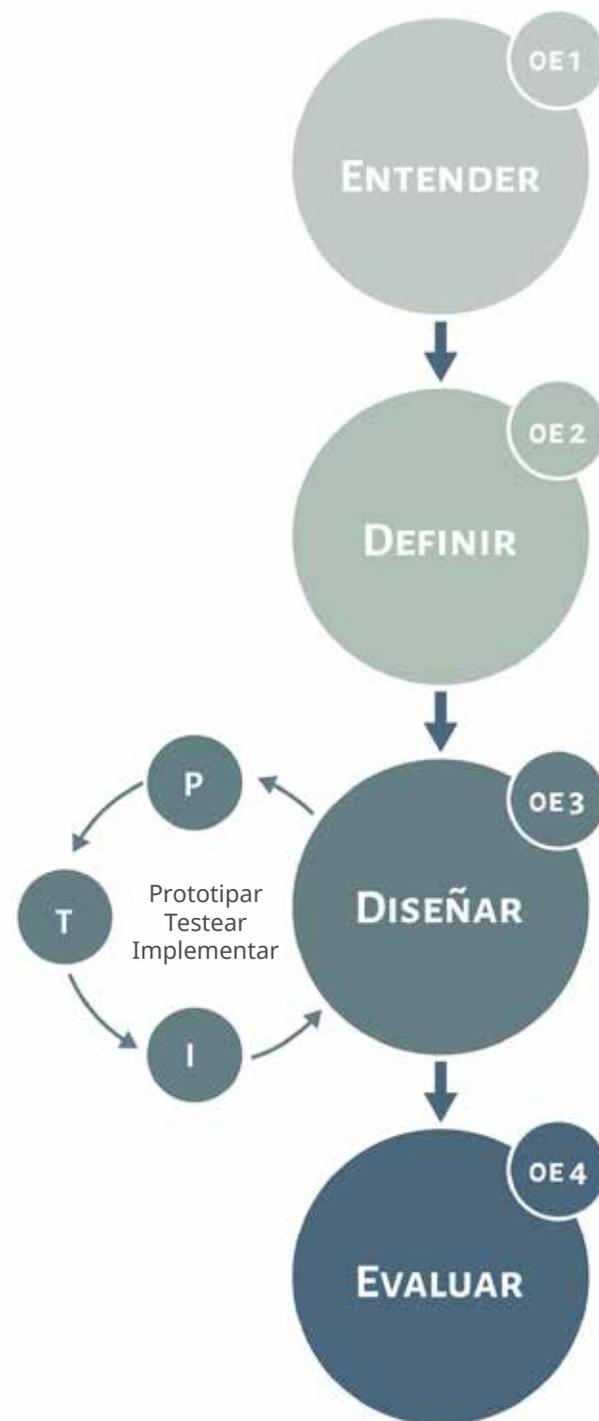
4. EXPERIENCIA POSITIVA DEL USUARIO

La manera en que las madres adolescentes interactúan con este diario es de extrema relevancia, pues debe llamar su atención, ser atractivo e intuitivo y debe aportar a incrementar su bienestar. Es por esto, que se plantean una serie de requerimientos que necesita el producto, para entregar una experiencia agradable y sencilla a la madre adolescente.

5. EQUIPO MULTIDISCIPLINARIO

El equipo de desarrollo estuvo compuesto por diversas disciplinas, entre las cuales destacan psicólogos, psicopedagogos, doctores y diseñadores. Cada integrante, aporta enormemente desde su área de expertise.





El proceso se dividió en cuatro etapas. Las dos primeras etapas corresponden al trabajo realizado en seminario de título, donde se comenzó a formalizar de manera preliminar el sistema. Mientras que las dos últimas etapas corresponden a la formalización de la propuesta, que conllevó entre otras cosas, un proceso de prototipado y testeos experimentales.

ENTENDER

Entender profundamente a la madre adolescente, realizando una investigación cualitativa y cuantitativa de ella y su entorno. Luego se sistematiza y ordena la información recolectada.

Revisión de literatura ampliada

Datos y cifras sobre evaluaciones realizadas por Fundación Soymás

Entrevistas a expertos

Participación en Taller de Crianza

Entrevistas a madres adolescentes (en contexto)

Técnica «un día en la vida de», experiencia de ser madre joven

Encuestas

Ecología de usuario

Mapa de viaje

DEFINIR

Detectar y definir las oportunidades desde donde puede intervenir el diseño, en base a conclusiones que se obtienen de la interacción con el usuario y con expertos.

Focus Group interdisciplinario con expertos

Focus Group madres adolescentes

Brainstorming madres adolescentes

Hallazgos clave

Requerimientos

Plan de contenidos

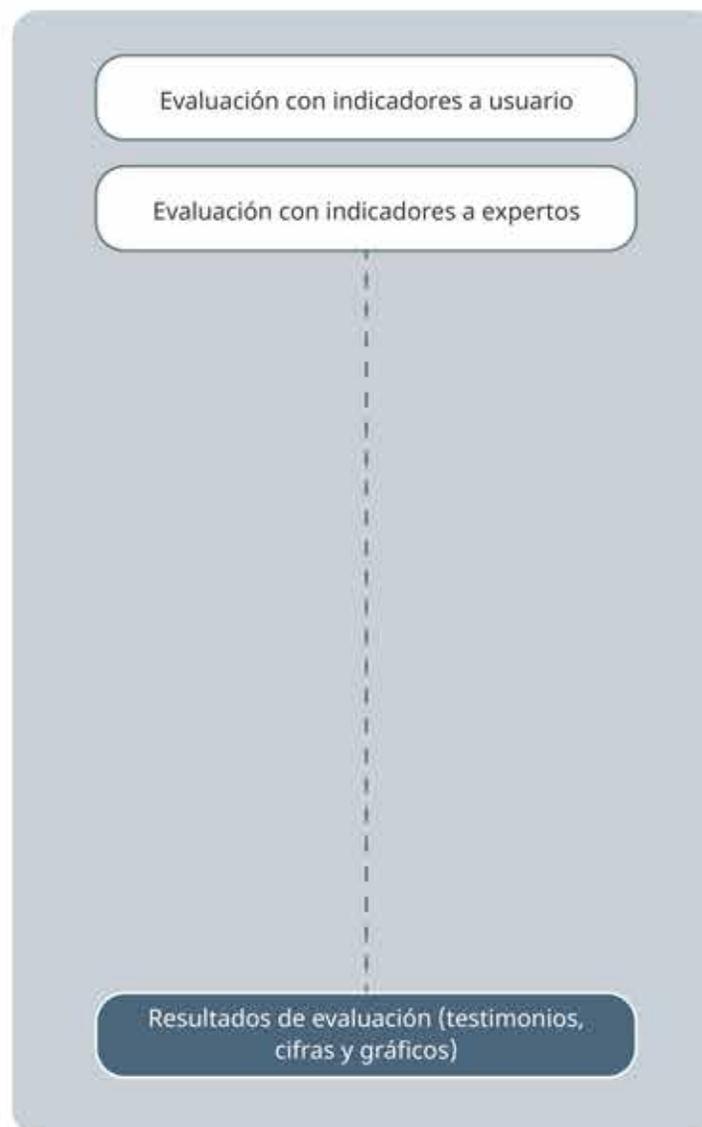
DISEÑAR

Prototipar diario de vida guiado, por medio de un proceso iterativo con madres y expertos.



EVALUAR

Implementar y evaluar el diario en madres adolescentes de la Fundación Soymás.



USUARIO

Este proyecto va dirigido a madres adolescentes entre 15 y 19 años que viven en ambientes vulnerables de Chile, principalmente La Pintana, Cerro Navia y San Ramón. El usuario se identifica con el perfil de riesgo:

(1) nivel socioeconómico bajo, (2) familias multi-problemáticas y redes de pares frágiles, (3) gran dificultad para establecer un proyecto de vida claro, (4) polivictimización, (5) deserción o repitencia escolar y (6) sintomatología asociada a salud mental. (INJUV,2020).

Conociendo al usuario en profundidad se llegó a entender la idiosincrasia de este perfil, se trata de adolescentes muy vulnerables tanto económica como socialmente, muchas de ellas con una carencia afectiva importante en sus relaciones y vínculos familiares.

Producto de esta carencia afectiva anterior es muy común ver a madres que no cuentan con referentes de calidad para abordar su propia maternidad, lo que conlleva a fuertes sentimientos de superación, culpa y angustia.

Esto se complementa con una falta de proyección a futuro, con una incapacidad de valorar la situación. Fueron estas características de la madre adolescente las que se tuvieron en cuenta para desarrollar el proyecto.

BENEFICIARIO SECUNDARIO

Hijo/a de madre adolescente, ya que el NNA necesita de una mamá que se valore a sí misma y valore su situación. Como afirma la psicóloga infantojuvenil, María de los Ángeles Echeverría, “en la medida en que la madre esté bien, el bebé también lo estará”.

ECOLOGÍA DE USUARIO

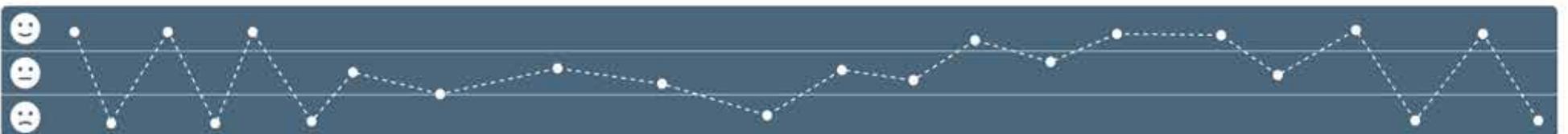
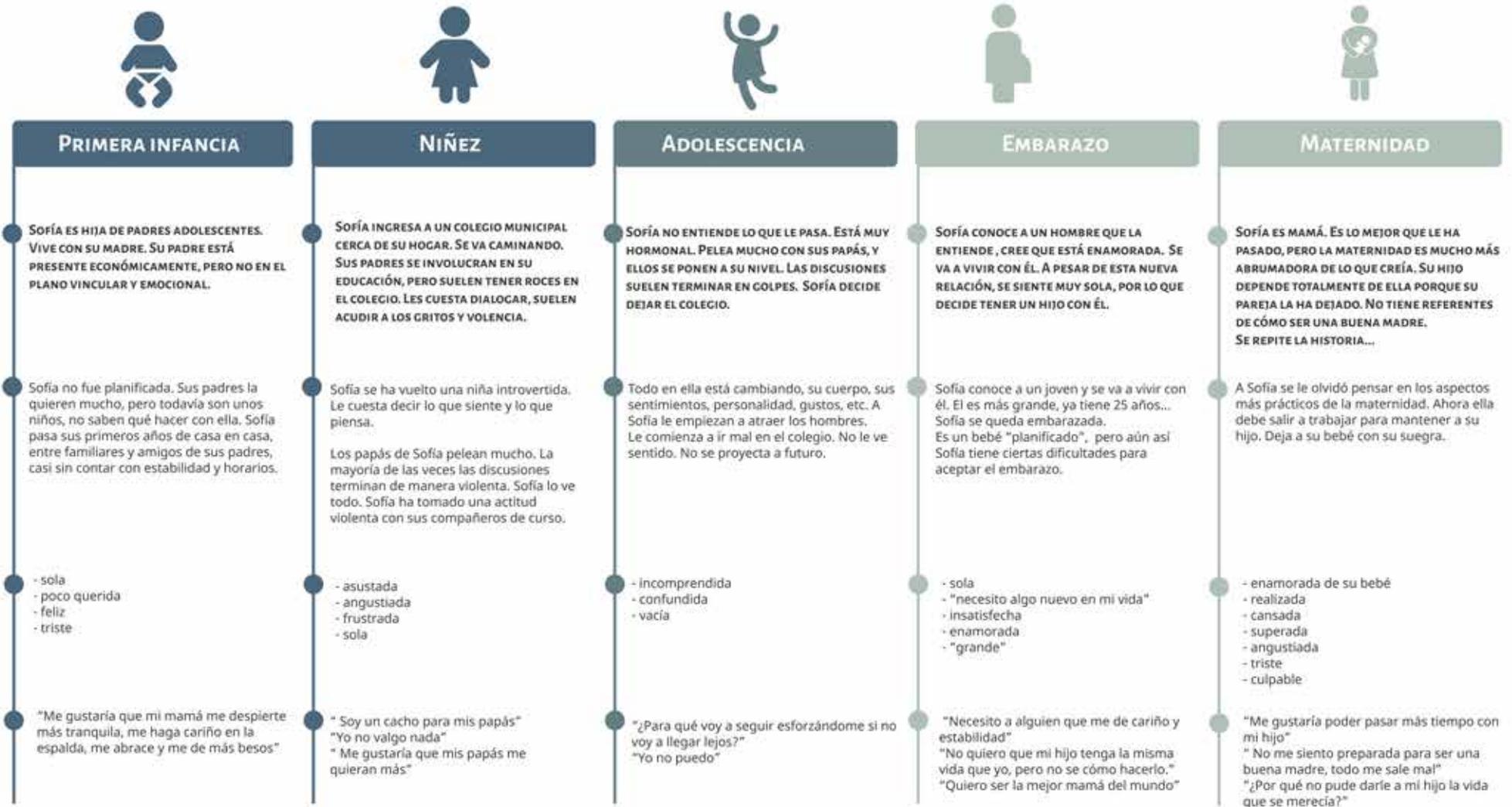
Además de la estructura tradicional de red de apoyo, que generalmente se basa en la familia y parientes, se descubrieron otros agentes que cumplían un rol importantísimo en la vida de la adolescente, como los vecinos, desconocidos y fundaciones, que de una u otra manera se han involucrado en la vida de esta joven, ayudándola a salir adelante.

Por otro lado se puede apreciar la manera en que la madre adolescente se ha sentido traicionada por personas que debían estar cerca pero no han asumido su rol (en el caso de ciertos familiares).



Ecología de usuario. Elaboración propia basada en información cualitativa y cuantitativa entregada por Fundación Soymás

Hacer zoom para mirar en detalle



Mapa de Viaje sobre relaciones vinculares madre adolescente (Sofía) con perfil de riesgo. Elaboración propia. Arquetipo ficticio creado en base a encuestas, entrevistas, observación e investigación.

JUDITH MARION LÓPEZ

- 19 años -

Madre a los 17 (bebé planificado)
Quinta Normal



"me siento muy sola, tengo poco tiempo para mi, para bañarme, para hacer cosas, para pensar... tengo que estar todo el tiempo ahí con el Jared, necesito distraerme"

"nunca pensé en el lado más práctico o económico de tener un bebé, no tenía planes... la verdad es que ahora lo pienso, pero en su minuto no lo pensé"

"Feliz feliz no, ... pero feliz con mi hijo sí estoy"

"Cuando era chica mi papá me pegaba... al principio me tenía que defender sola... cuando fui más grande, cuando me desarrollé, la María (madrastra) le tuvo que decir -ya basta-."

"Mi mamá me tuvo a los 14 y mi papá a los 16...se separaron antes de que yo naciera...Tuve una infancia súper complicada...(llora)... muchos cambios de casa, poca estabilidad... sentía que eran sus vidas y yo como que estaba aparte... nunca fueron a mis reuniones de colegio ni nada... siempre fue como yo sola, no fue como que tenía un apoyo"

BELÉN ALEJANDRA MARTÍNEZ

- 20 años -
Madre a los 16 (bebé no planificado)
La Pintana

“Crecí en una familia quizás no perfecta y con muchas falencias, al igual que otras, pero nunca me faltó nada. No había abundancia, quizás no tuve todo lo que quise, pero siempre alrededor mío hubo amor y paz. Nunca vi una pelea, nunca vi una discusión, ni un mal comportamiento. Mis padres siempre se preocuparon de ser un buen ejemplo para mi y para mis hermanos”

“Vivir todo lo que he vivido me sirvió mucho para poder ser la persona que soy ahora”

“aunque no te voy a mentir, no es fácil, es sacrificado y quizás muy; los bebés son muy demandantes, muchas veces debo dejarme un poco de lado para atenderlos a ellos”

“No elegí ser madre adolescente, ha sido difícil. Saltarse la adolescencia plena es algo triste, pero a la vez es hermoso poder decidir darle la vida a un ser el cual llevamos en el vientre. Ser madre me hace ser una mujer súper poderosa”



* ESTAS DOS MADRES , CON PERFILES Y EXPERIENCIAS TAN DISTINTAS (UNA MÁS POSITIVA QUE LA OTRA) SERÁN LAS QUE MÁS ADELANTE TESTEARÁN EL PROTOTIPO FINAL.

CONTEXTO

Para esta investigación se cuenta con el asesoramiento de una psicóloga infanto juvenil, especializada en primera infancia, quien acompaña y guía a lo largo de todo el proceso, validando todo el contenido que ofrece el producto.

A su vez, se cuenta con el apoyo incondicional de la Fundación Soymás, quienes trabajan la maternidad adolescente en ambientes vulnerables, el bienestar integral de la joven y su hijo/a. Para el desarrollo de la propuesta, se trabaja en conjunto con las niñas de la fundación, con el objetivo de identificar y analizar las interacciones críticas que se dan, a través de un conocimiento exhaustivo del usuario (qué piensan, qué sienten, qué hacen). Se trata de una muestra representativa con quienes se prueba un sistema alternativo complementario a lo que ya reciben.

La Fundación Soymás entrega una formación integral, un modelo en 360° que aborda todas las aristas de la maternidad adolescente en ambientes vulnerables, tanto en el ámbito laboral como emocional y social. Es por esto que el proyecto se decide enmarcar en dicha fundación, atendiendo las necesidades de las madres adolescentes con perfil de riesgo que asisten al establecimiento y, en consecuencia, de sus hijos/as.

Según la información recabada durante la entrevista con Francisca Olavarría, Directora Académica de la fundación, Soymás trabaja en 3 áreas: Nivelación de estudios, Capacitación en oficio y apoyo biopsicosocial. Esta última arista se divide a su vez en 2, autogestión/empleabilidad y bienestar integral, siendo el bienestar integral el ámbito a trabajar. La fundación ofrece distintos cursos e instancias en donde se ayuda a la adolescente a crear un proyecto de vida, a comportarse en sociedad, se les enseña

sobre educación sexual, entre otras. Uno de los grandes temas que se trabaja es la crianza, para la cual cuentan con un equipo de psicopedagogas que acompañan y educan a las adolescentes durante el proceso.

Cuentan a su vez con una sala de apego, en donde las psicopedagogas de la fundación reciben diariamente a los hijos/as de las madres adolescentes. Mientras ellas estudian en una sala de clases, sus bebés se encuentran en la sala del lado. Durante la entrevista con el equipo de psicopedagogas se reconocieron varias interacciones interesantes: madres entran y salen a amamantar a sus hijos/as y a jugar con ellos, por lo que la especialista pasa a ser un agente importantísimo en la vida de estas jóvenes, llegando a ser una madre o abuela para ellas. «Hemos sido mamás, abuelas, todo... en la sala de apego»





Mapa de contexto. Elaboración propia basada en entrevista e información entregada por Fundación Soymás.

DESARROLLO PROYECTO





•
•
•
•

Levantamiento de información

Hallazgos clave

Requerimientos

•
•
•
•

LEVANTAMIENTO DE INFORMACIÓN

1. ENTREVISTA A EXPERTOS

- Psicóloga infanto juvenil Theraplay
 - 5 psicólogas Fundación Encuentro
 - Directora académica fundación Soy Más
 - 5 educadoras de párvulo fundación Soy Más
 - Directora psicosocial fundación Soy Más
 - Psicóloga PUC, con experiencia en Fundación Soy Más
 - Psicóloga perinatal
 - Doctora familiar especialista en infantojuvenil
-

“Es muy difícil entregar lo que uno no ha recibido: Si nunca creaste un vínculo seguro con tu cuidador, es difícil lograrlo con tu hijo”

Psicóloga María de los Ángeles Echeverría

_ CARENCIA AFECTIVA _

Se puede apreciar en la joven con perfil de riesgo una carencia afectiva importante en sus relaciones y vínculos familiares. Según expertos, las adolescentes tienden a sentirse solas, por lo que un gran porcentaje decide/planifica tener un bebé. Esta cifra corresponde al 28%, jóvenes que buscan la parentalidad para generar un vínculo estable/seguro y suplir esta carencia. Como explica Francisca Olavarría, Directora Académica de la Fundación Soy Más, corresponde a una maternidad romántica e idealizada, abordada desde una perspectiva errónea, en donde la joven se valida por medio de su bebé. María de los Ángeles Echeverría, psicóloga infantojuvenil, cuenta que estos casos corresponden a una maternidad de mucha ansiedad, en donde suelen darse dos situaciones: En algunos casos el bebé se convierte en «el lugar seguro para la adolescente» cargando con un peso que no merece. En otros, se da lo contrario, la adolescente posterga las etapas de su desarrollo, significando un costo muy alto para la joven. Esta niña aún no tiene noción de lo que significa ser mamá, por lo que, cuando se enfrenta a la maternidad, se ve forzada a dejar de lado la adolescencia (etapa crucial para su desarrollo) para tratar de convertirse en adulta. Por lo tanto, la carencia vincular y afectiva de la adolescente con perfil de riesgo, suele incidir posteriormente en la realización de la joven como mujer y madre.

_ LA CULPA _

La Psicóloga Perinatal Jacinta Pérez Cotápos, cuenta que la maternidad suele venir acompañada de la culpa. Muchas mujeres se presentan en la consulta afirmando haber sufrido de un desborde emocional en situaciones de estrés que las hace sentir culpables. Se reprochan refiriéndose a ellas mismas como “mamás pesadas, exigentes, mandonas, gritonas”. La profesional explica que es completamente normal sentirse sobrepasadas y cansadas, con la necesidad de darse un respiro. Sin embargo aclara también lo imprescindible que resulta reparar con los hijos cuando la situación se desborda y la madre se escapa de sus límites, la importancia de volver a conectar con ellos una vez estando calmados.

En otras ocasiones, la madre se responsabiliza de todo lo que le ocurre a su bebé, de su salud, educación, comportamiento, del contexto en que está inserto, su felicidad, etc. A veces de una manera desproporcionada, dañina e injusta. Esta afirmación es confirmada más adelante por las mismas adolescentes de la fundación.

“Es normal ciertos días no querer estar con los hijos, no tener ganas de jugar, no querer entretenerlos o salir con ellos. Está bien, no por eso vamos a ser una mala mamá. En la maternidad también hay luces y sombras”

Psicóloga Jacinta Pérez Cotápos

“Muchas veces pierdo la paciencia y lo reto, a veces es porque él se está portando mal y otras porque yo estoy muy cansada. Después me arrepiento y me siento súper culpable”

mamá adolescente Fundación Soymás

“Me da angustia pensar que no le pude dar a mi hija un papá presente, que la quiera y que esté ahí para ella... Cuando le conté que estaba embarazada él me dijo que no podría hacerse cargo y me dejó sola. Creo que mi guagüita es feliz conmigo, pero igual me siento muy culpable por eso...”

mamá adolescente Fundación Soymás

2. PARTICIPACIÓN TALLER DE CRIANZA

La fundación Soy más ofrece a las jóvenes una instancia, en donde se hablan temas en torno a la crianza y a ellas como madre. Se trata de un espacio íntimo en donde las madres pueden hacer las preguntas que quieran, consultar con expertos, contar su propia experiencia, etc. Todo esto en un ambiente cercano e interactivo. La alumna tuvo la experiencia de asistir a algunos talleres, en donde se pudo rescatar interacciones del usuario propias de su situación, edad y contexto.



_ DESAHOGO, COMUNICACIÓN Y EXPRESIÓN _

Se logra percibir en las jóvenes una gran necesidad por contar su experiencia. En cada sesión la psicóloga plantea algún tema y las adolescentes rápidamente se ponen a hablar. Se nota que han vivido mucho, experiencias únicas, fuertes y distintas que llevan dentro y necesitan comunicar. Es interesante ver la manera en que se expresan, al principio se creyó que contaban sus historias con el fin de recibir algún buen consejo o ayuda del profesional, sin embargo, este generalmente no era el caso. Las adolescentes hablaban sin parar de lo que hacían, sentían y pensaban, sin necesidad de que alguien las escuchara, simplemente necesitaban “sacarlo de adentro”. Las sesiones, por temas de tiempo, no alcanzan a abarcar todo lo que necesita expresar la adolescente, por lo que esta problemática se presenta como una gran oportunidad de diseño.

_ NECESIDAD DE INTIMIDAD _

Como se explicó anteriormente, el adolescente necesita de un espacio íntimo en donde pueda expresarse y desahogarse con libertad, un espacio en donde se sienta seguro y aceptado. Entre conversaciones con el usuario, se descubrió que hace unos meses, en la fundación, tuvo lugar un suceso tremendamente relevante que afectó negativamente a las adolescentes.

Ellas sabían que todo lo que se decía durante la terapia era 100% privado y confidencial, razón por la cual poco a poco fueron soltándose hasta lograr contar sus miedos, alegrías, pensamientos, desafíos, etc. No estaban permitidos los juicios entre unas y otras, todas eran distintas y debían aceptarse tal cual eran. Sin embargo, en el último tiempo se comenzaron a filtrar conversaciones íntimas que se habían dado en las sesiones, generando un quiebre en la confianza que existía. Aquí se puede comprobar la importancia de la intimidad y la privacidad para la adolescente, ya que luego del suceso, las niñas dejaron de confiar en este espacio que en otros tiempos fue seguro, ya no hablan de sus problemas ni intimidades, prefieren guardarlo para ellas mismas.

3. ENTREVISTA A MADRES ADOLESCENTES

- 11 madres adolescentes fundación Soymás
 - 2 madres adolescentes de La Pintana (usuario extremo)
 - 7 madres primerizas en distintos contextos
-



La mayoría de las entrevistas se llevaron a cabo de manera presencial. En el caso de las online, se realizaron vía Zoom o Whatsapp.

“Sentía mucho desprecio por mí misma, que no era lo suficientemente buena madre, que no estaba a la altura”

“Dejé de creer en mí misma”

mamás adolescentes Fundación SM

_ BEBÉS DEMANDANTES _

Conversando con madres jóvenes de distintos contextos del país, la mayoría de ellas expresa que, a pesar de estar felices con la maternidad, se sienten abrumadas y superadas por lo demante que resultan los bebés. Un gran porcentaje afirma haberse descuidado a ella misma, invirtiendo el 100% de su tiempo libre en el cuidado de su hijo/a, sin preocuparse por su salud física y mental. La falta de cuidado de la madre, trae consecuencias negativas tanto para la madre como para el bebé, por lo que es de suma importancia que la madre cuente con espacios para reflexionar y conectarse con su experiencia, logrando revalorizarse y revalorizar su maternidad.

_ TRASCENDENCIA DE LA MATERNIDAD _

Las madres adolescentes de menores recursos tienden a enfocar su atención en los aspectos más prácticos de la crianza: alimentación, cuidados básicos, sala cuna, asuntos económicos, etc. Esto es completamente razonable, ya que necesitan cubrir las necesidades primarias primero. Pero al enfocarse exclusivamente en lo pragmático, están dejando de lado la arista más emocional y psicológica de la maternidad. Aquello que le da sentido a esta experiencia, que la vuelve trascendental. La maternidad no se limita únicamente a lo práctico, sino que va mucho más allá, se trata de un proceso transformador, lleno de cambios, desafíos y significados.

4. FOCUS GROUP MADRES ADOLESCENTES FUNDACIÓN SM

_ SOY AFORTUNADA _

Las adolescentes de la fundación se sienten afortunadas y agradecidas por pertenecer a aquella institución. Son conscientes de que hay madres adolescentes en peores condiciones que ellas y necesitan ayuda. Explican que el perfil más problemático son aquellas madres que no confían en este tipo de ayuda, tratándose generalmente de mujeres muy vulnerables, muchas veces metidas en la droga, con una "vida de calle" activa, familiares en la cárcel, bebés no planificados, etc. Por lo tanto, las jóvenes de la fundación se muestran interesadas en realizar un trabajo de co creación para poder traspasar su conocimiento y experiencias a otras madres adolescentes fuera de la institución.

_ DESERCIÓN Y AUTOESTIMA _

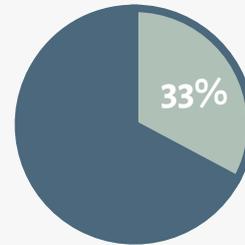
Las madres tienden a rendirse durante el proceso, les cuesta adaptarse a las dificultades que se van presentando, simplemente renuncian. Interactuando con las niñas se encontró una posible causa a este problema. Se trata de jóvenes vulnerables con baja autoestima y poca seguridad en ellas mismas, lo cual las limita a avanzar hacia adelante y llevar a cabo los distintos desafíos que se propone. Todo esto se complementa con una falta de proyección a futuro, ausencia de sueños, metas y aspiraciones.

5. ENCUESTAS

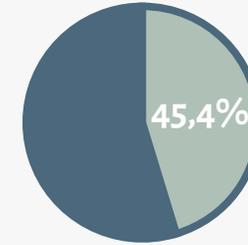
_ DETECTAR LOS PRINCIPALES VÍNCULOS AFECTIVOS DEL USUARIO CON SU ENTORNO Y FAMILIARES _

(Grupo FB "Soy mamá joven" y Madres Fundación Soy Más - Muestra: 53)

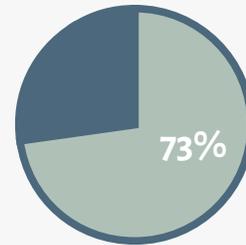
El objetivo de esta encuesta es entender de mejor manera al usuario y su pasado. Por lo tanto, se realizan preguntas sobre los padres, entorno familiar, entorno social, amistades, vínculos personales, etc. Algunas de las conclusiones más relevantes son:



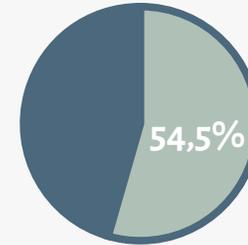
de los embarazos adolescentes fue planificado



de las encuestadas corresponden a hijas de madres adolescentes



reconoce a la figura materna como cuidado primario. Mientras que solo un 18,2% afirma haber tenido un padre presente.



no quiere que su bebé tenga una infancia como la suya.

¿QUÉ PATRONES NO TE GUSTARÍA REPETIR?

Abuso sexual, traumas, sentimiento de soledad y falta de apoyo, falta de amor y cariño en el hogar

_ DETECTAR LOS PRINCIPALES VACÍOS DE INFORMACIÓN EN MATERNIDAD TEMPRANA _

(Madres Fundación Soy Más - Muestra:28)

Para la realización del contenido y la definición del tipo de ayuda, se cuestionó a las jóvenes de la fundación sobre las principales dificultades y desafíos de la maternidad adolescente. Fueron ellas las que indicaron cuales eran sus necesidades más primordiales.

100%



de las madres indicó que la salud mental era un tema en el cual necesitaba ayuda.

85,7%



indicó que le gustaría tener referentes de buen trato de otras madres adolescentes

42,9%



indicó que le gustaría recibir información sobre crecimiento y desarrollo del bebé

Debido a que el 100% reconoce necesitar ayuda personal, en relación a la salud mental, se realiza una segunda encuesta a la misma muestra para detectar aquellas cosas que aquejan y preocupan a la madre adolescente:

100%

"necesito desahogarme, contar mi experiencia"

100%

afirma no tener tiempo para ella, y que se siente agotada

70%

afirma sentirse sola

66,67%

le da angustia la maternidad

67%

no se siente preparada para la maternidad

_ DETECTAR LOS PRINCIPALES HÁBITOS DE CONSUMO ANÁLOGO DE MADRES ADOLESCENTES _

(Madres adolescentes dentro y fuera de la fundación - Muestra:22)

En un principio se realiza una encuesta sobre los principales hábitos de consumo tanto digitales como análogos, sin embargo se obtuvo una respuesta alarmante que se tradujo en un giro en el proyecto.

Las madres adolescentes usan el celular entre 5 y 12 horas diarias, lo cual influye negativamente en la relación consigo misma, con su bebé y con los demás. A partir de este dato, se descartó la idea de realizar un producto digital, ya que a pesar de ser una herramienta muy habitual en la vida de estas madres, el proyecto no busca aumentar las horas de consumo en pantallas de estas jóvenes, todo lo contrario.

¿Por qué usan tanto el celular?

“siento que ahí encuentro respuestas”
(madre adolescente Fundación SM)

“El adolescente siente que se conoce a través del celular, está en una etapa de búsqueda”
(Psicóloga infanto juvenil)

Fue a partir de esta encuesta que se propone realizar un diario análogo, que tuviera un gran valor emocional para el usuario. Las madres necesitaban contar su experiencia en un lugar íntimo y seguro, necesitaban desahogarse, comprenderse y revalorizarse. ¿Qué mejor que un diario de vida único y especial? Para confirmar que fuese la alternativa correcta se realiza una encuesta a las madres sobre consumo análogo.

El **66,67%** de las encuestadas no escribe por cuenta propia

Luego se explica a las madres las ventajas de la escritura como herramienta para el autoconocimiento y se les pregunta:

¿Te gustaría partir a escribir?

El **100%** de las encuestadas responde que sí.

El **100%** afirma no tener diario de vida, sin embargo a todas les gustaría tener uno.

El diario era una buena idea, las jóvenes lo querían y les serviría muchísimo, sin embargo se trataba de un usuario complicado: la mayoría de las jóvenes eran nuevas en la escritura recreativa.

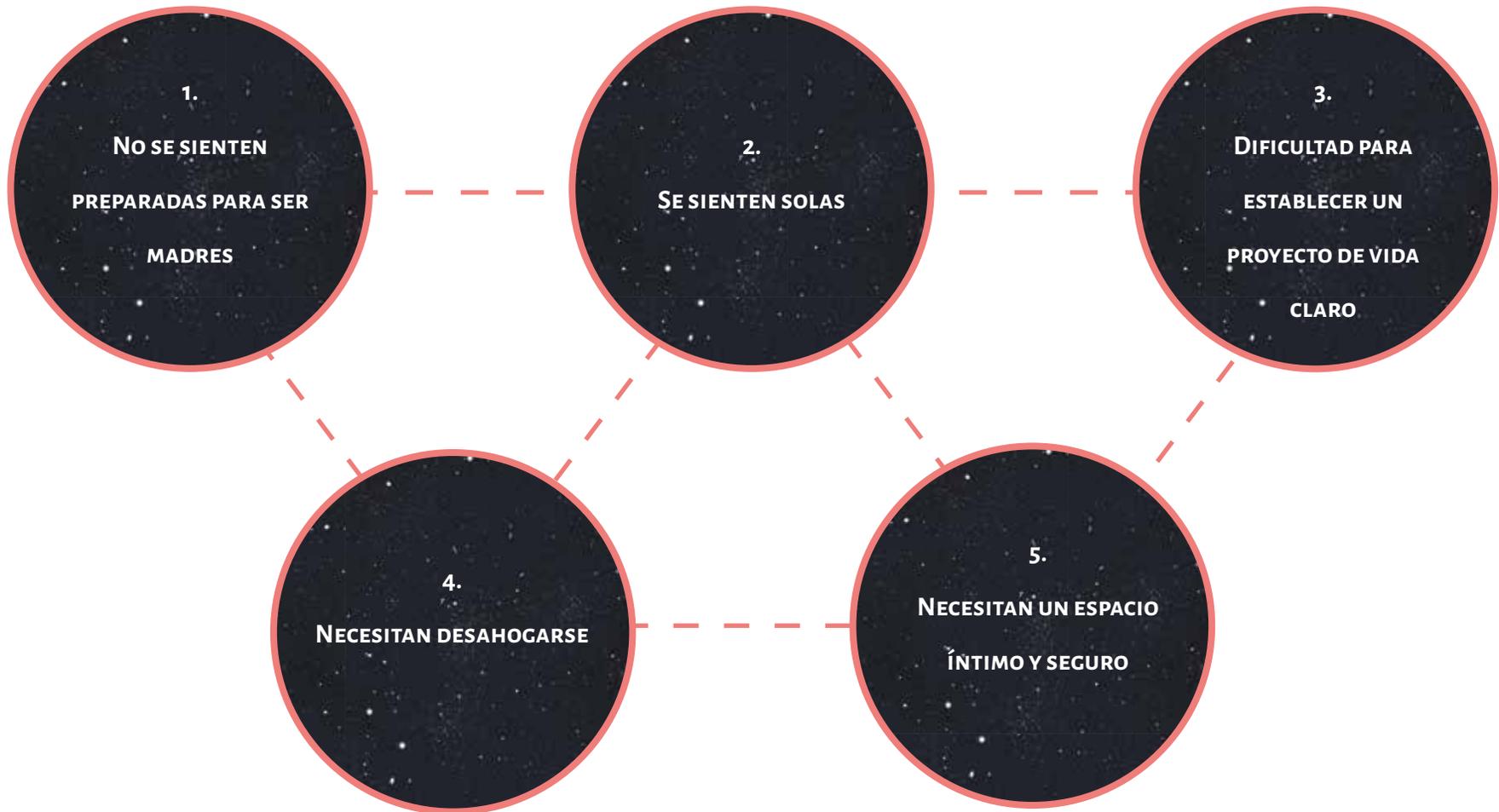
Por lo tanto era necesario crear un diario de vida guiado, simple y atractivo que fuera acompañando a la madre durante todo el proceso. También era indispensable que el diario entendiese la idiosincrasia de la madre, para poder ir alentándola en los minutos más difíciles.





HALLAZGOS CLAVE

A modo de resumen del levantamiento de información se presentan los principales hallazgos clave a partir de los cuales se comenzaría diseñar.



REQUERIMIENTOS

FORMA

Sostenible: impresión en pocos colores, papel con baja huella de carbono.

Funcional: Tamaño portátil, tapa dura, anillado, páginas claras para escribir.

Lenguaje adecuado y sensible: Lenguaje simple y coloquial "chileno", para ellas (dirigido a un tú).

Íntimo: Agradable al tacto, privado, seguro y confiable.

CONTENIDO

Narrativa de descubrimiento: con distintas actividades interactivas y reflexivas para descubrir una maternidad sana, atractiva y de goce.

Narrativa sobre el color: entregarles un producto *plain* para que ellas puedan personalizarlo a su medida, llenándolo de colores y vida (acorde a la narrativa de descubrimiento).

Por etapas, progresivo: Que los capítulos del diario se vayan descubriendo de a poco para que logren realizar el proceso de introspección, expresión y reflexión necesarios. Cada capítulo viene bloqueado y se va abriendo a medida que se va rellorando el diario.

Cierre personalizado: Cada madre es distinta, por lo tanto el diario debe contar con diversas opciones de cierre del proceso.

INTERACCIÓN

ÍNTIMO: El diario debe hacer sentir a la joven que está en un espacio privado y seguro.

ACCESIBLE: El diario debe ser implementado de manera accesible, simple y barata para las adolescentes. Se trata de un proyecto social.

CERCANO: El diario debe **acompañar** a lo largo de todo el proceso, identificando quiebres en que la niña se puede sentir más desalentada. Incentivarla a no desertar.

SIGNIFICATIVO: El diario debe hacer sentir a la joven querida y valiosa.
"Hubo alguien que se preocupó por mí"

A grayscale photograph of a hand holding a pen, writing on a document. The hand is in the foreground, and the pen is positioned over a line of text on the paper. The background is blurred, showing a desk and a chair.

ANTECEDENTES & REFERENTES

·
·
·
·

Pacualina

Wreck this journal

Ideas para escribir

3 minutos con mamá

Cuadernos de la semilla

Ilustraciones Snezhana Soosh

Dear Data

Dibujando el bienestar

Baby

Persépolis

·
·
·
·

- Diarios
- Testimonios
- Carencia Afectiva
- Visualización de datos
- Gráfica

_1. PASCUALINA _

Creadora: Paulina Mónckeberg

La agenda Pascualina es un diario-agenda que fue muy popular entre las mujeres adolescentes entre las décadas de los 90 y 2000.

Esta agenda, a pesar de haber recibido fuertes críticas durante el último tiempo, cuenta con elementos muy significativos que merecen ser destacados.

Personalización: Al comienzo del diario, la usuaria tiene la posibilidad de personalizar minuciosamente su ejemplar, registrando características personales sobre sus pensamientos, gustos, deseos, amistades, etc. A lo largo de todo el diario se van presentando elementos que lo convierten en un objeto personal, íntimo e identitario.

Escritura libre: La agenda Pascualina invita a la reflexión e introspección. Cuenta con espacios de escritura libre, en donde la adolescente puede ir registrando su día a día, sus ideas y pensamientos

con ayuda de consejos y frases motivacionales. Al comienzo y al final del diario existen secciones destinadas específicamente a escribir “la historia de tu vida”.

Autoevaluación: Pascualina contiene un sistema de auto-evaluación consistente a lo largo de todas sus ediciones. Cada día se pide a la usuaria que evalúe su estado de ánimo, y que al final de la semana elabore un gráfico para tener una visión general de éste. Al final del año, se hace una evaluación global para que la usuaria tenga en cuenta sus cambios y los eventos que influyeron en ella. Tanto al principio como al final de la agenda hay instrucciones para utilizar el sistema y ayudar a la usuaria a obtener retroalimentación de él, además de consejos para intentar mantener un buen estado anímico.

Elementos interactivos: La agenda trae elementos que pueden utilizarse más allá del marco de la agenda, como múltiples stickers, mensajes de amor y amistad con ilustraciones para recortar y hojas prepi-cadas para escribir cartas.

Narrativa: El diario incluye un cómic que cuenta las vivencias del personaje Pascualina, una niña enfrentándose a los problemas comunes de la adolescencia. Mediante sus historias, textos y reflexiones, Pascualina pretende ayudar a las adolescentes a comprender su lugar en el mundo y a convertirse en mujeres íntegras y felices.

Sin embargo, se detectaron ciertos errores de diseño que cabe mencionar. La gráfica es extremadamente saturada y excesiva. Todas las páginas vienen con multitud de pequeños elementos decorativos, dibujos de personajes, globos de diálogo y frases, lo que obstaculiza la escritura y la posterior revisión de lo escrito. A su vez, utiliza demasiadas tipografías, colores variados y patrones poco armónicos entre sí, lo que afecta en gran medida a la legibilidad. En general, el espacio de las páginas está más dedicado al contenido de la agenda que a la intervención de la usuaria.





_ WRECK THIS JOURNAL _

Creador: Keri smith

Wreck this Journal se trata de un libro que busca la interacción del lector con la autora. En su interior hay una serie de páginas con enunciados que invitan al usuario a destruir el diario de alguna forma creativa. Busca descolocar al ser humano y reconectarlo con los sentidos. Se rescata la experimentación libre de las actividades; a pesar de haber un enunciado con “instrucciones”, no hay una manera correcta de cumplir con ésta, asegurando una versión diferente para cada persona. Se incentiva la experimentación libre y totalmente sensorial. Por otro lado, al ser intervenido por el lector, genera un apego hacia este y por tanto, apropiación del proyecto.



_ IDEAS PARA ESCRIBIR _

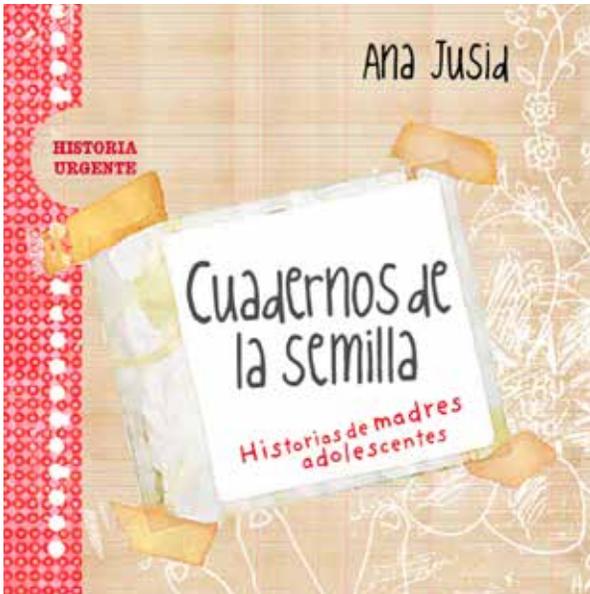
Creadora: Tamara Bastías

Es un libro de bolsillo que contiene alrededor de 300 ideas de tipo reflexivas y ligeras, todas muy entretenidas, que invitan a la persona a expresarse, pensar, reflexionar y jugar desde el maravilloso hábito de la escritura. A través de este libro, el usuario aprende a expresarse consigo mismo y con los demás, logrando aclarar sus pensamientos y opiniones.



“3 MINUTOS CON MAMÁ”

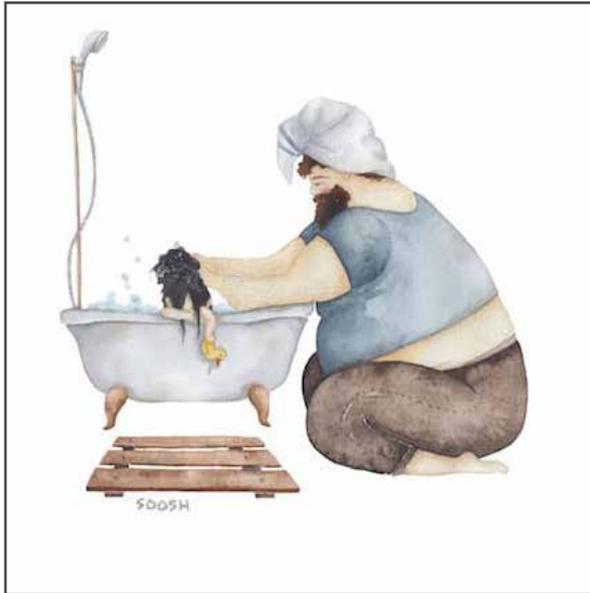
El objetivo de este libro es que madre e hijo/a dediquen 3 minutos al día a conocerse un poco mejor. Se trata de un diario compartido: cada uno escribe en la página opuesta al otro y luego lee las respuestas, pensamientos y sentimientos (divertidos o profundos) que ha dejado cada uno, logrando conocer al otro y a sí mismo/a. Lo escrito se transforma en recuerdos memorables tanto para la madre como el hijo/a de momentos especiales en sus vidas.



CUADERNOS DE LA SEMILLA

Creador: Ana Jusid, especialista en maternidad adolescente

Este libro reúne testimonios de madres adolescentes que muestran la diversidad y la complejidad del fenómeno. Historias de jóvenes mujeres de distintos sectores sociales que viven su maternidad con la diversidad y complejidad que significa. Las historias narradas permiten reflexionar sobre lo que significa ser madre adolescente hoy en día, destacando atributos como los miedos, prejuicios y la discriminación que sienten estas mujeres.

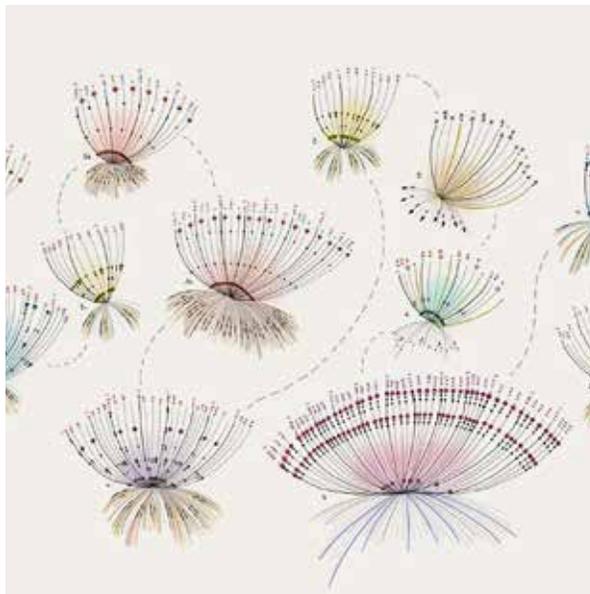


_ ILUSTRACIONES SNEZHANA SOOSH _

Creador: Snezhana Soosh

La artista ucraniana Snezhana Soosh cree que las relaciones padre-hija pueden ser realmente mágicas. Esa es la inspiración que hay detrás de su serie de ilustraciones que representan el vínculo entre un padre y su niña.

“Siempre quise tener una relación tierna y amorosa con mi propio padre, pero él no sabía cómo mostrar su amor, por lo que la mayoría del tiempo era distante y frío”, dijo Soosh. “Observaba a otros padres con sus hijas y amaba cada momento tierno que compartían. Creo que dibujé lo que me faltaba y deseaba: sentirme amada y protegida por mi gran papá”.

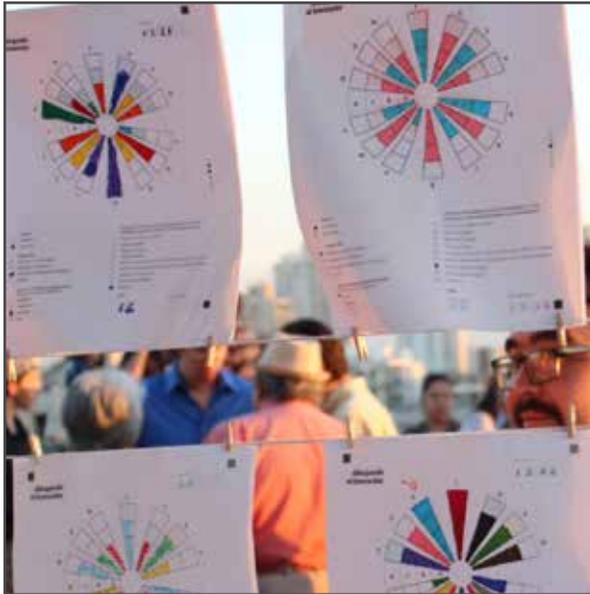


_ DEAR DATA _

Creador: Giorgia Lupi y Stefanie Posavec

Proyecto sobre visualización y dibujo análogo de datos sobre sentidos y comprensiones. Se trata de una colección de postales que se enviaron las autoras del proyecto durante un año, compartiendo distintos datos sobre su diario vivir, registradas visualmente a través de dibujos, gráficos abstractos, partituras musicales o formas alternativas de representar información.

El valor detrás de esta propuesta, además de su riqueza visual, está en el alto grado de respuesta emocional por sobre intelectual en la persona que realiza este tipo de ejercicios.



_ DIBUJANDO EL BIENESTAR _

Creador: Manuela Garretón y Esteban Calvo

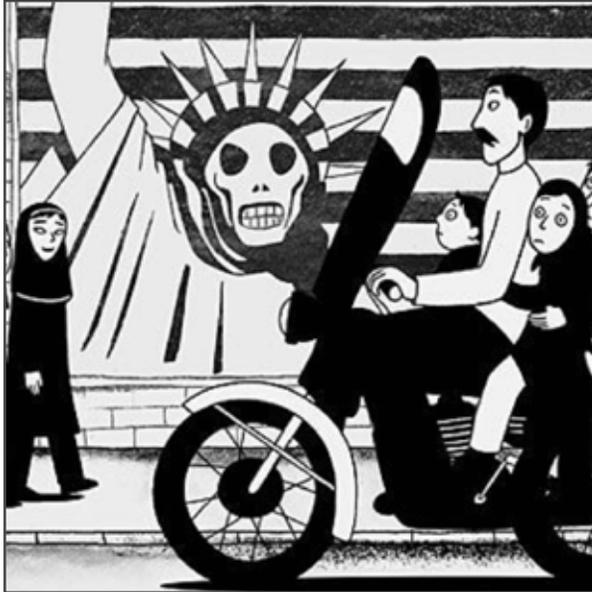
Herramienta que recoge, procesa y visualiza información sobre el bienestar subjetivo de las personas de manera amigable a través del dibujo. Esta metodología se presenta como una experiencia más que como una encuesta. Se compone de un set de preguntas y un gráfico radial, además de una salida tecnológico digital que permite visualizar esta información en su plataforma web.



_ B A B Y _

Creador: Philippa Rice

Libro estilo comic creado por la dibujante inglesa Philippa Rice, en donde van apareciendo situaciones cotidianas, ilustradas con un estilo muy especial, propio de la autora. La secuencia de viñetas cuenta la historia en que Rice y su pareja tienen a su primer bebé, mostrando momentos de la vida real como el embarazo, parto, los cuidados del recién nacido, etc. Se rescata la gráfica atractiva y juvenil que tiene el ejemplar, con un estilo simple, único y cercano al lector



_ PERSÉPOLIS _

Creador: Marjane Satrapi

Persépolis es la conmovedora historia de una joven que crece en el Irán de la revolución Islámica. A través de los ojos de Marjane, una precoz y abierta niña de nueve años, vemos las esperanzas rotas de un pueblo tomado por los fundamentalistas, imponiendo el velo a las mujeres y encarcelando a miles de personas.

De este referente se rescata la capacidad de la autora de contar una historia muy potente y sensible a través de la ilustración, logrando la conmoción real del lector.

PROCESO DE DISEÑO



•
•
•
•

Creación de contenido_Co creación

Testeo 1

Look and feel

Testeo 2

Diseño final

Testeo 3

Evaluación

Financiamiento y producción

Costos

Proyecciones

•
•
•
•

CONTENIDO

CO-CREACIÓN

A. PLAN DE CONTENIDOS

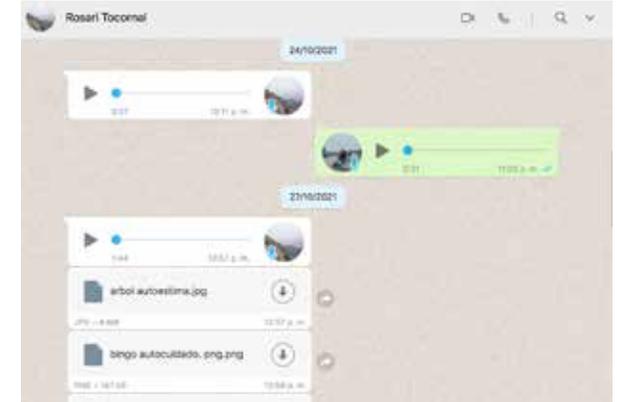
Con ayuda de las técnicas mencionadas se realizó un plan de temáticas que debía abordar el producto. Este plan se creó en base al modelo Perma de Psicología Positiva y Mindfulness y se fue perfeccionando según las necesidades de las adolescentes, viéndose sometido a múltiples revisiones tanto de las madres adolescentes como de los expertos.

La elección de contenidos no fue fácil, eran muchísimos los temas que se querían abordar: vínculo afectivo entre la madre y el bebé, salud mental de la madre, falta de referentes positivos en la crianza... Por lo tanto, definir las temáticas que se trabajarían fue un proceso lento y arduo, que requirió de infinitas conversaciones con expertos, madres, personas de otras áreas, diseñadores, etc. Aquí se presentan algunas.



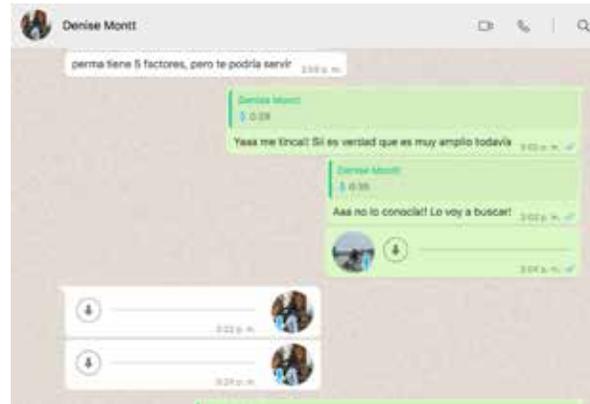
FOCUS GROUP INTERDISCIPLINARIO

Para ampliar la perspectiva e intercambiar opiniones, fue necesario realizar focus group con expertos de diversas áreas con quienes se evaluaron posibles soluciones a la problemática. Las distintas miradas dieron lugar a una experiencia colaborativa, en donde se fueron complementando posturas muy variadas, llegando a propuestas muchísimo más íntegras y creativas.



ITERACIÓN CON PSICÓLOGAS

El plan de contenidos fue revisado reiteradas veces por 2 expertas en el área de la psicología, Rosari Tocornal (psicóloga con experiencia en Fundación Soymás) y María de los Ángeles Echeverría (psicóloga infanto-juvenil). Era necesaria una planificación estratégica y con continuidad, que abordara las temáticas más relevantes en la realidad de las madres adolescentes.



“

Las niñas necesitan volver a confiar y creer en ellas mismas. Hay una necesidad inminente de ayudarlas a revalorizarse y revalorizar su situación

ITERACIÓN CON MADRES ADOLESCENTES

Las reuniones con las madres fueron clave. Muchas de ellas, en comparación con otras madres que no pertenecían a la fundación, estaban logrando salir adelante de una manera positiva y estable. A partir de esto, resultó indispensable descubrir con ellas mismas qué había sucedido en ellas que las estaba haciendo surgir, que era ese “click”. La clave estaba en descubrirse a ellas mismas para revalorizarse y revalorizar su situación.

ITERACIÓN CON DISEÑADORES

El mundo del diseño tiene muchísimo que aportar en esta problemática. Durante todo el proceso se fue iterando con profesores y estudiantes de diseño que ayudaron a la alumna a abordar el tema desde una perspectiva de diseño, para no caer en las soluciones de psicología ya existentes. Es decir, se trabaja en conjunto con otras disciplinas, pero siempre abordado desde el diseño estratégico.

Finalmente, luego de tanto iterar, se llegó a un plan que, de manera sencilla, lograba abarcar problemáticas cruciales en la vida de estas madres adolescentes. Un plan muy completo que trabaja la relación de la madre consigo misma, con los demás y con su futuro, logrando incrementar su propio bienestar y, en consecuencia, el de su bebé.

INTROSPECCIÓN - VIAJE A MI INTERIOR



IDENTIFICACIÓN DE RED DE APOYO

5

NO ESTOY SOLA

- VI. Reconocer la importancia de la red de apoyo
- VII. Identificar y valorar "lo que tengo"
- VIII. Acceder a más red de apoyo en caso de que sea necesario

PROYECCIÓN A FUTURO

6

PERSIGUIENDO MIS SUEÑOS

- IX. Reconocimiento de un sueño /propósito
- X. ¿Qué hago para alcanzar este sueño?
- XI. Incorporación del bebé en el proyecto de vida

INTROSPECCIÓN - VIAJE A MI INTERIOR

	CONTENIDO	PROBLEMA	OBJETIVO	TÉCNICAS
CAPÍTULO 1	I. DESAHOGO EMOCIONAL	Las madres adolescentes han vivido mucho, experiencias fuertes y únicas y necesitan desahogarse.	Que puedan contar su experiencia en un lugar seguro e íntimo, logrando rescatar y reconocer lo que tienen en su interior, lo que sienten y piensan, y de esta manera obtener conclusiones positivas y fructíferas.	<ul style="list-style-type: none"> · Preguntas gatilladoras de reflexión · Expresión en “tercera persona” · Dibujo abstracto y concreto · Actividades de selección · Clasificación de sentimientos y emociones · Dibujo de emociones a partir de conceptos · Hallazgo de hitos claves · Reconocimiento de fortalezas y virtudes · Uso de fortalezas y virtudes · Acogida emocional frente al espejo · Visualización del pasado, presente y futuro · Testimonios y consejos
CAPÍTULO 2	II. IDENTIFICACIÓN DE GUSTOS Y PREFERENCIAS	Las madres adolescentes pasaron de la infancia a la “adultez forzada” en un solo paso, muchas veces perdiendo la oportunidad de identificar sus gustos y preferencias, evitando crear su propia identidad (psicología positiva)	Que logren conocer más sobre ellas mismas, sobre sus gustos y preferencias	
	III. IDENTIFICACIÓN DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES	Según lo observado, las madres adolescentes se muestran confundidas con respecto a sus sentimientos. “Sé que debo estar feliz por la llegada de mi bebé, pero siento angustia, rabia, impotencia,... no sé lo que me pasa”	Que logren reconocer y diferenciar las distintas emociones que experimentan, con el fin de potenciar aquellas más positivas.	
CAPÍTULO 3	IV. CATÁRSIS DE SENSACIONES Y EMOCIONES	Según lo investigado, muchas de las madres adolescentes se sienten culpables “Muchas veces pierdo la paciencia y lo reto, a veces es porque él se está portando mal y otras porque yo estoy muy cansada. Después me arrepiento y me siento súper culpable”	Que logren perdonarse a ellas mismas y así poder aceptarse como mujeres y madres.	
CAPÍTULO 4	V. RECONOCIMIENTO DE FORTALEZAS	Importante carencia afectiva en madres adolescentes, suele incidir en una falta de confianza en ellas mismas	Que logren reconocer sus propias cualidades y fortalezas con el fin de que puedan confiar en sí mismas como mujeres y madres.	

IDENTIFICACIÓN DE RED DE APOYO

CONTENIDO	PROBLEMA	OBJETIVO	TÉCNICAS
<p>VI. RECONOCER LA IMPORTANCIA DE LA RED DE APOYO</p>	<p>Debido a carencias afectivas anteriores (abusos, abandono, maltrato, violencia), muchas de las madres adolescentes entrevistadas no confían la crianza de sus bebés a terceros, prefieren dedicarse ellas mismas al 100%.</p>	<p>Que logren reconocer la importancia de la red de apoyo. Es crucial contar con personas de confianza en la crianza de los niños.</p>	<ul style="list-style-type: none"> · Actividad abstracta sobre red de apoyo · Identificación de actores clave · Organización de actores clave · Acceso a chat entre madres adolescentes · Testimonios y consejos
<p>VII. IDENTIFICAR Y VALORAR “LO QUE TENGO”</p>	<p>Muchas madres adolescentes sienten que están solas en esto, que no cuentan con red de apoyo. Pero esto no es siempre así. Muchas veces cuentan con una red sólida, solo que, como no es la estructura tradicional de red (marido, abuelos paternos y maternos, hermanos, primos, amigos) no han logrado identificarla. La red no siempre se compone de quienes esperan, hay ocasiones en las que es un vecino, la misma fundación, la tía de la guardería, el señor del kiosko...)</p>	<p>Que logren identificar y valorar a las personas ya presentes en la crianza de su bebé, con el fin de contar con una red de apoyo sólida y organizada.</p>	
<p>VIII. ACCEDER A MÁS RED DE APOYO EN CASO DE QUE SEA NECESARIO</p>	<p>Algunas madres no cuentan con red de apoyo de calidad. Debido a la gran vulnerabilidad del ambiente, muchos familiares y cercanos están metidos en narcotráfico, vandalismo, etc. Por otro lado, hay madres adolescentes que ya lograron superar la etapa más crítica y están dispuestas a ayudar a las más necesitadas. Es por esto que, a través del diario, se propone sistematizar de manera simple esta ayuda.</p>	<p>Ofrecer red de apoyo a madres adolescentes que lo necesiten y por otro lado darle responsabilidades a madres que ya vivieron la etapa.</p>	

PROYECCIÓN A FUTURO

CAPÍTULO 6

CONTENIDO	PROBLEMA	OBJETIVO	TÉCNICAS
<p>IX. RECONOCIMIENTO DE UN SUEÑO/PROPÓSITO</p>	<p>En las madres con perfil de riesgo suele existir una incapacidad para proyectarse a futuro, tendiendo a vivir el día a día, como si sus bebés les impidieran ver más allá.</p>	<p>Que las madres logren proyectarse a futuro reconociendo un sueño, un objetivo.</p>	<p>· Carta a "mi yo" del futuro</p>
<p>X. ¿QUÉ HAGO PARA ALCANZAR ESTE SUEÑO?</p>	<p>Según lo explicado por la fundación, a la madre adolescente le cuesta llevar a cabo un proyecto, tiende a descertar en el camino, generalmente por una falta de autoestima o porque no tiene las herramientas para lograrlo, no sabe cómo hacerlo.</p>	<p>Entregar herramientas a las madres para que logren cumplir su sueño, ayudándolas a proponerse pequeñas metas día a día. Inculcar la importancia de la constancia.</p>	<p><i>Debido a que la "Proyección a futuro" es un tema bastante extenso y que requiere de muchas horas de trabajo, se decidió dejar en este último capítulo una actividad más amplia, con el objetivo de desarrollarlo en profundidad más adelante. Se analiza también la posibilidad de trabajarlo como tema anexo, en un diario distinto complementario al original.</i></p>
<p>XI. INCORPORACIÓN DEL BEBÉ EN EL PROYECTO DE VIDA</p>	<p>En algunos casos ocurre que la madre adolescente planifica a futuro pero sin incorporar al bebé en el proyecto. por lo tanto, los planes tienden a fracasar o a ser abordados desde una perspectiva incorrecta.</p>	<p>Ayudarlas a incorporar al bebé en su proyecto de vida.</p>	

B. ACTIVIDADES

Una vez definidos los temas a tratar, se realizó un trabajo de co creación con psicólogas y con madres adolescentes para crear las actividades que irían en cada sección. De esta manera se crearon alrededor de un 50% de las actividades.

Para el otro 50%, se usó de referencia actividades utilizadas en el mundo de la psicología que abordan estas temáticas, las cuales ya han tenido un gran impacto positivo en la sociedad. Sin embargo no siempre se adaptan correctamente a la idiosincrasia de la madre adolescente en ambientes vulnerables, siendo poco atractivas para ella. Por lo tanto, se realizó un proceso de rediseño acorde al usuario.

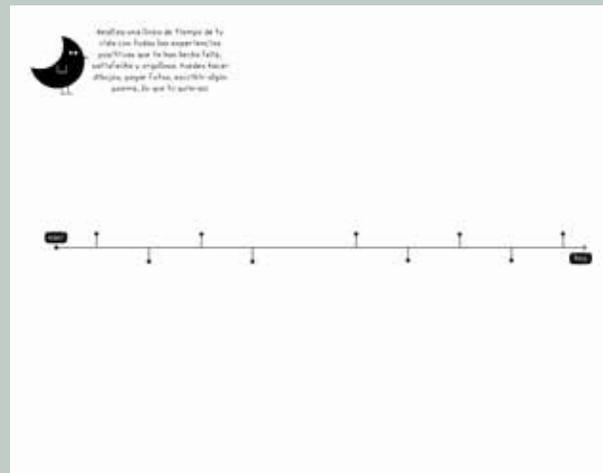
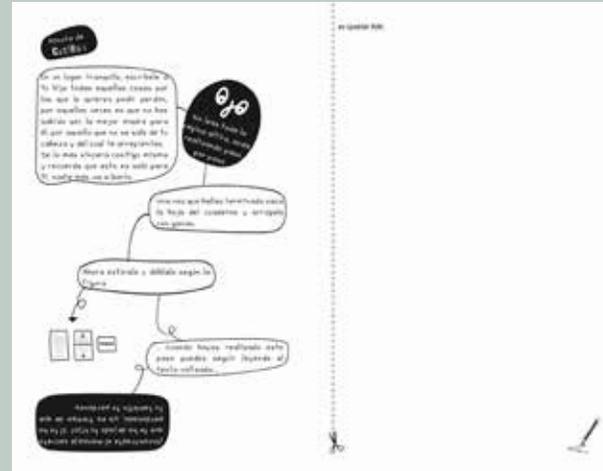
Las actividades de referencia se tomaron de los siguientes documentos:

- 200 Tareas en terapia breve (Mark Beyebach y Marga Herrero de vega)
- Manual de ejercicios de psicología positiva aplicada (Colegio oficial de psicólogos de Madrid)
- Me conecto con mis emociones (Andrea Tawrycky)
- Amor propio (Jenn Correa)
- Tu libro de actividades de TF-CBT (Alison Hendricks, Judith A. Cohen, Anthony P. Mannarino, and Esther Deblinger)



TESTEO 1

CONTENIDO



Se creó un primer prototipo que consiste en un cuadernillo de ½ hoja carta (impreso en byn) con una actividad tipo de cada capítulo.

Este prototipo fue testado por 5 madres de la Fundación Soymás, el 7 de octubre, 14:30 - 16:30 pm .

OBJETIVO

Aproximación al contenido. Verificar aceptación y que cumpla función.

Para comenzar, se explicó a las madres la importancia de la escritura como medio de introspección y expresión. Luego se les entregó a cada una un cuadernillo con el fin de que realizaran las actividades y pudieran dar un feedback. Como la intimidad es un factor clave en el proceso de autoconocimiento, se pidió a las niñas que se llevaran el diario a sus casas y lo rellenaran cuando quisieran. Luego se realizó una evaluación a través de whatsapp para obtener el feedback correspondiente.

RESULTADOS

_ CONTENIDO _

Todas las participantes dijeron haber disfrutado el escribir sobre sus experiencias, recalando el hecho de que esto las había ayudado a entender mejor lo que estaban viviendo. Algunas afirman que realizar las actividades les ayudó a revivir su pasado, a reencontrarse con ellas mismas. Una de las participantes además describió la escritura como “liberadora”. A su vez, las adolescentes hacen varias observaciones útiles sobre aspectos a mejorar y cosas que se podrían agregar.

Contenido autoexplicativo: Las adolescentes entienden las actividades con facilidad, excepto en una, la de catársis, que se modifica hasta ser comprendida por todas las niñas.

Testimonios de madres: Algunas de las participantes afirman sentirse solas e incomprendidas. Paulina dice “Me gustaría saber que sienten mis compañeras u otras madres que estén en las mismas que yo, porque igual hay veces que me siento superada y no se si soy la única. ¿Estaré mal?” En base a esta observación se decide agregar testi-

monios de otras madres, que puedan ir acompañando y apoyando a la adolescente a lo largo de todo el descubrimiento.

_ CONTEXTO DE USO _

Algunas de las niñas afirman haber realizado la actividad durante el traslado a la Fundación. Explican que se trata de un trayecto largo en micro/metro, por lo que suelen aprovechar el tiempo oyendo música, mirando el celular, leyendo, etc. Se trata de una gran instancia para conectarse con ellas mismas a través de su Diario MOM, por lo que resulta necesario que el formato del diario se adecúe a dicha situación, siendo práctico, funcional y fácil de acarrear. Otras mamás escribieron de noche en sus camas, mientras sus bebés dormían, por lo que también se presentan algunos requisitos de diseño como el soporte, tamaño, materialidad, etc. El tipo de encuadración y la tapa blanda del prototipo, dificultaron su óptima realización en las situaciones mencionadas.

CONCLUSIONES

- Todas las actividades deben ser autoexplicativas, ya que este diario se implementará no solo en las niñas de la fundación (que cuentan con cierta ayuda en caso de no entender algún aspecto del diario), sino también en madres adolescentes fuera de esta.

- Se deben recolectar varios testimonios de madres adolescentes y seleccionar aquellos que servirán de inspiración a otras mamás. La idea es que estos testimonios cuenten experiencias reales, algunas más positivas y otras no tanto, con el fin de que el concepto de maternidad no sea idealizado, y de esta manera las adolescentes logren sentirse identificadas con las historias.

- Resulta clave optar por un formato anillado (más versátil) y una tapa dura en donde apoyarse.

LOOK AND FEEL



Para la narrativa del proyecto se escogió el descubrimiento como elemento clave. Para definir la temática se presentó a las madres 3 escenarios posibles, dejando en ellas la decisión.

Universo ganó con 12 votos, seguido de océano con 7 y selva con 3. A partir de esto se creó la identidad gráfica del diario.

CONCEPTO

La identidad visual hace referencia a la imagen que representará la marca ante el usuario, reflejando la misión del diario: ayudar a la madre adolescente a revalorizarse y revalorizar su situación, a través del autorreflexión y la expresión. Para esto se definieron 3 conceptos clave: Descubrimiento, intimidad y felicidad.

NAMMING

El objetivo era encontrar un concepto corto y fácil de memorizar que aludiera al nacimiento de la madre. Por lo tanto, debido al contexto en el cual se enmarca este proyecto, el cual se enfoca en la **experiencia de la madre**, se escoge como namming **MOM**, un palíndromo muy fácil de pronunciar, memorable y coherente al tema tratado. De bajada de título se aprovecha la expresión Es muy común escuchar la expresión ya utilizada por la sociedad chilena “Ha nacido una guagua” y, respetando su ideosincrasia, se transforma a favor: **Ha nacido una mamá**. Esta bajada de título se convierte en una frase potente, que describe en pocas palabras y de manera muy asertiva el sentido completo del diario, haciendo alusión a la madre, quien esta pasando por algo totalmente nuevo y ajeno a lo que ya conocía.
*Plus: El namming al revés dice “WOW, ha nacido una mamá” lo cual tiene total concordancia con el proyecto, ya que alude al asombro, al descubrimiento.

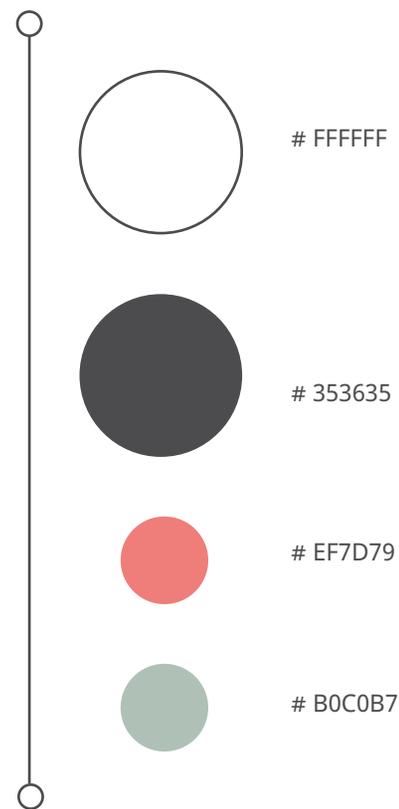
ISOLOGO



EVOLUCIÓN DEL ISOTIPO

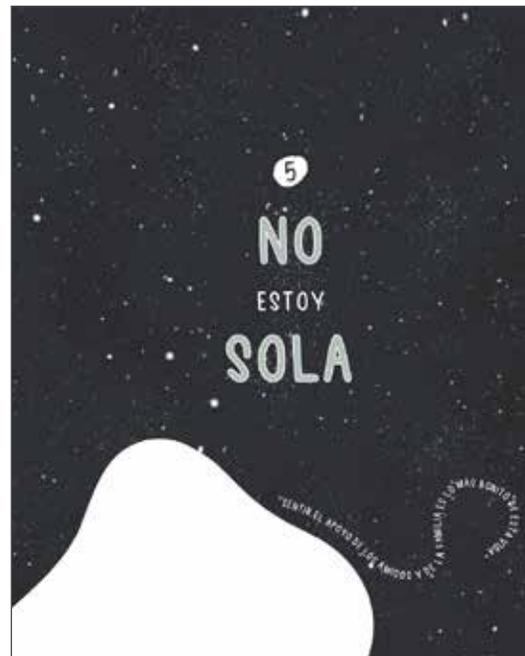


PALETA DE COLORES



LOGO EN USO

PORTADAS DE CAPÍTULO



TIPOGRAFÍA

Con respecto a la tipografía se probaron distintas familias o mezclas de familias, las cuales fueron testeadas en diferentes tamaños y composiciones. Finalmente, pensando en el público receptor, se tomó la decisión de utilizar la familia Alegreya Sans y Pumpkin Cheesecake

El sistema tipográfico Alegreya es una “superfamilia”, originalmente destinada a la literatura, e incluye familias hermanas sans y serif . La familia sigue proporciones y principios humanistas, con un sentimiento caligráfico que transmite un ritmo dinámico y variado. Proporciona tipografía avanzada con funciones OpenType como versalitas, ligaduras, fracciones y ordinales.

Se utilizó para el texto del libro en sus versiones Regular, Medium y Extra Bold Italic .
(Tamaño de uso:12 pt)

Pumpkin Cheesecake es una fuente tipo Script, Handwriting creada por Dominique Demetz, la cual se utilizó para dar mayor dinamismo y jovialidad al producto.
(Tamaño de uso:16,23,33 y 80 pt)

Alegreya Sans Regular

ABCDEFGHIJKLMNÑOPQRSTUVWXYZ

abcdefghijklmnopqrstuvwxyz

1234567890

Alegreya Sans Medium

ABCDEFGHIJKLMNÑOPQRSTUVWXYZ

abcdefghijklmnopqrstuvwxyz

1234567890

Alegreya Sans Extra Bold Italic

ABCDEFGHIJKLMNÑOPQRSTUVWXYZ

abcdefghijklmnopqrstuvwxyz

1234567890

PUMPKIN CHEESECAKE

ABCDEFGHIJKLMNÑOPQRSTUVWXYZ

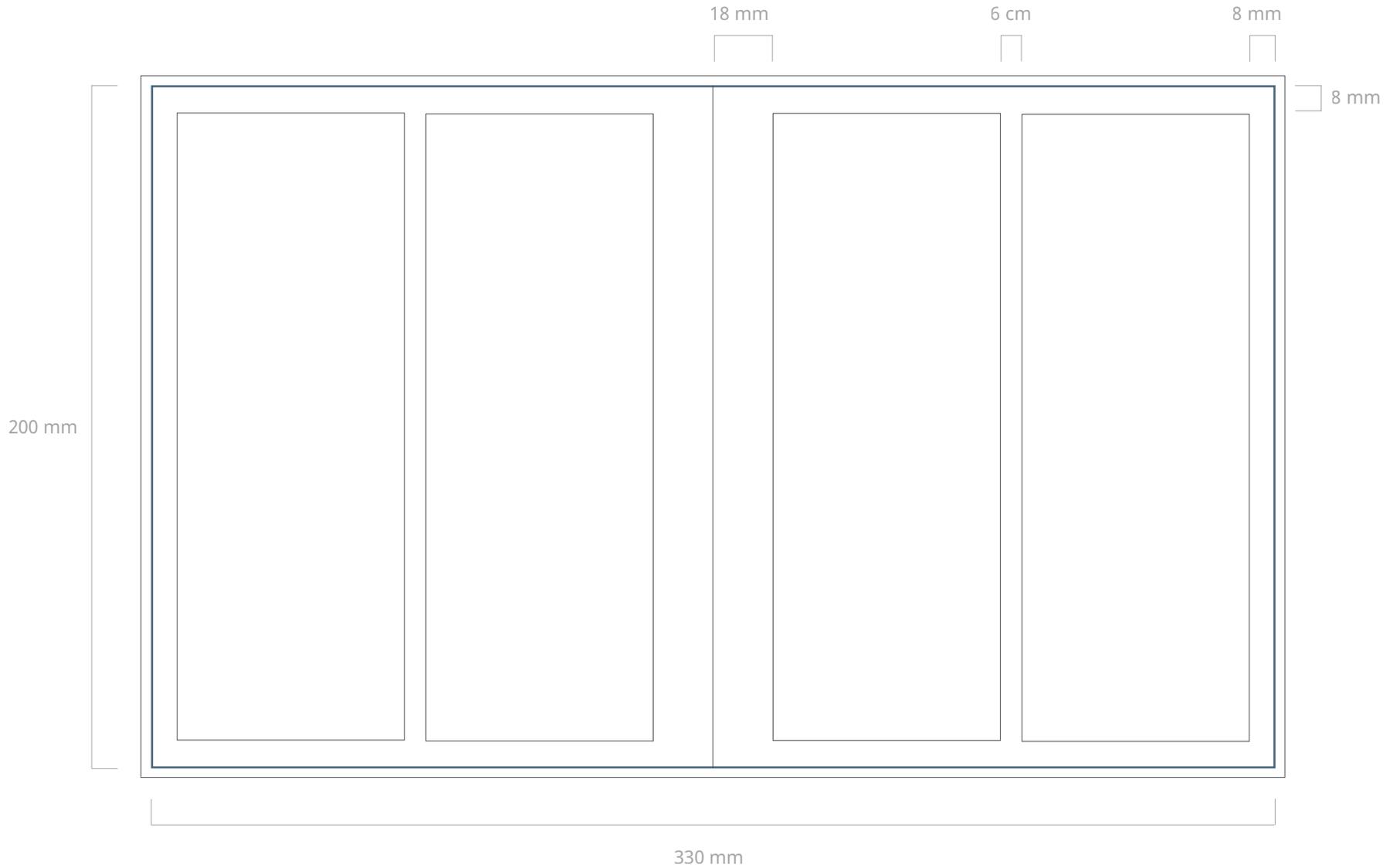
ABCDEFGHIJKLMNÑOPQRSTUVWXYZ

1234567890

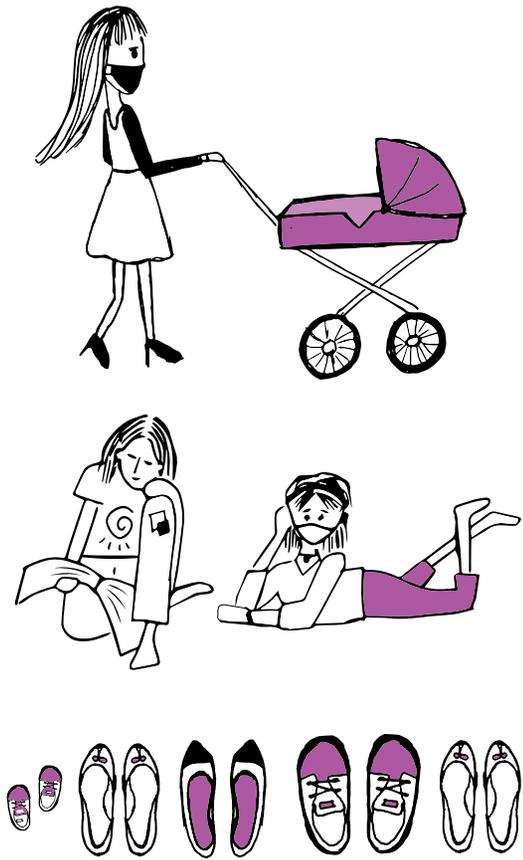


DIAGRAMACIÓN

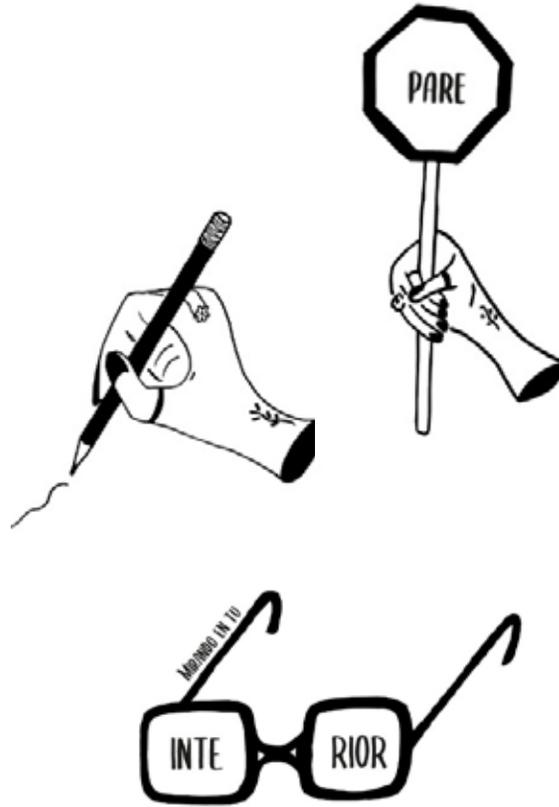
Para la diagramación del libro se utilizó una retícula de dos columnas centrales y un sangrado de 3 mm. Los márgenes se hicieron de 8mm. Para el margen interno se dejó 10mm extra pensando en el anillado.



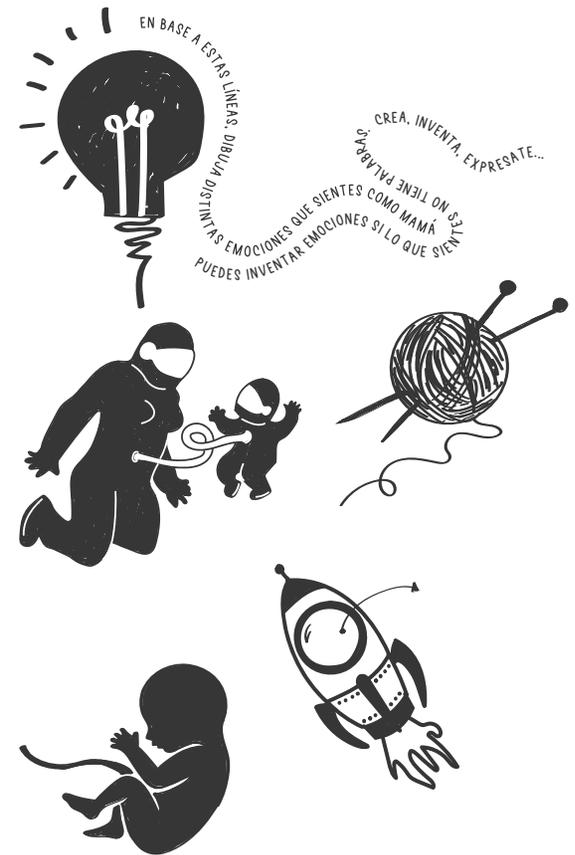
_ APROXIMACIÓN AL CÓDIGO VISUAL _



Primera aproximación: Ilustración en blanco y negro con intervención a color. Estilo conservador.



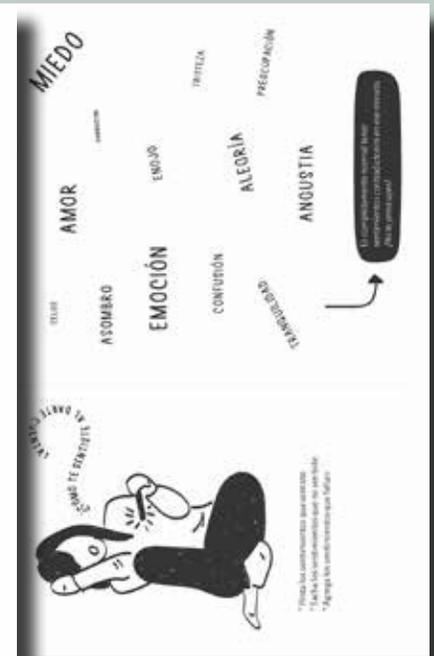
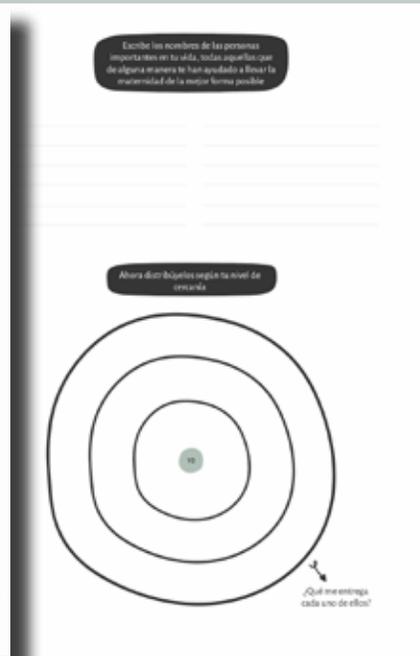
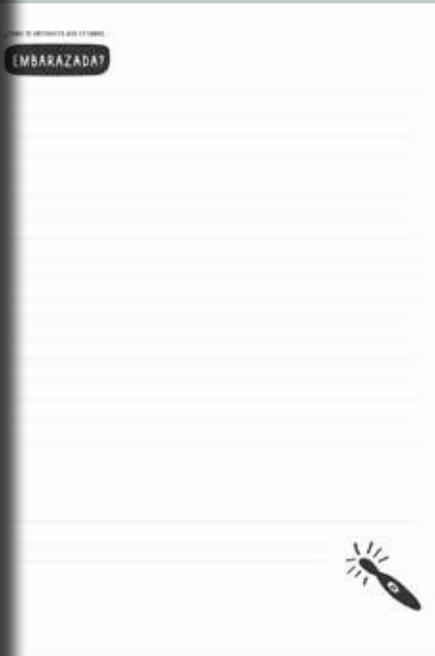
Segunda aproximación: Ilustración en blanco y negro. Estilo gótico.



Aproximación final: Ilustración en blanco y negro. Estilo espacial

TESTEO 2

CONTENIDO Y LOOK AND FEEL



Se creó un segundo prototipo que consiste en 4 copias de 14 actividades tipo (una por cada contenido trabajado). La impresión fue en hoja carta en byn. En este ejemplar ya están incluidos contenido y gráfica.

Este prototipo fue testado por 20 madres de la Fundación Soymás, el 4 de noviembre, 13:30 - 16:30 pm.

OBJETIVO

- Aceptación por parte de las adolescentes, atractivo
- Que el contenido funcione, que sea intuitivo y auto explicativo
- Medir el tiempo de concentración por actividad
- Analizar el tipo de respuestas

Ya teniendo clara la gráfica, se propuso testear el contenido con el apoyo visual correspondiente. Se instaló un mesón en el patio durante toda la mañana con el fin de que las niñas se acercasen en los recreos (ojalá de manera individual o en pequeños grupos) a realizar alguna de las actividades que se ofrecían.

Se pusieron también plumones y lápices de colores para que personalizaran su actividad. Una vez que las niñas terminaban la actividad, debían responder una pequeña encuesta de evaluación.

Se aprovechó la sesión para reunir experiencias y testimonios de madres adolescentes para poder dejar registro en el diario y que la futura usuaria pueda contar con la historia de pares.

RESULTADOS

Este testeo fue todo un éxito, las niñas se vieron interesadas en las actividades, las hicieron casi todas. Salió muchísimo mejor de lo esperado y se obtuvo buen feedback y conclusiones.

_ PRIVACIDAD _

Las jóvenes afirman que les gustó mucho escribir, sin embargo no quieren que nadie más lo lea. Les da vergüenza porque están abriendo su corazón sobre una hoja de papel, escribiendo sus cosas más íntimas y privadas, además dicen tener mala ortografía.

_ ESPACIO _

Muchas de las niñas piden más hojas para escribir, con una no les basta. Todas las niñas escriben a distinto tiempo y distintas extensiones. Algunas son más precisas con sus palabras, mientras que otras se explayan, necesitando más palabras para expresar lo que sienten.

_ ALIMENTAR LA NARRATIVA _

Un par de niñas volvieron luego de un rato a alimentar su historia, agregando detalles y complementando lo ya escrito. Los relatos van cambiando y evolucionando, por lo que es importante que el diario acoja esta realidad para que la joven sienta que puede iterar su versión las veces que haga falta.

_ LO EMOTIVO _

En general las respuestas eran muy sentimentales, apelaban a lo emotivo y sensorial. Les gusta mucho contar su historia desde una mirada más experiencial, hablando de sentimientos y pensamientos, dejando de lado los elementos más prácticos y técnicos.

_ INTERIORIZACIÓN _

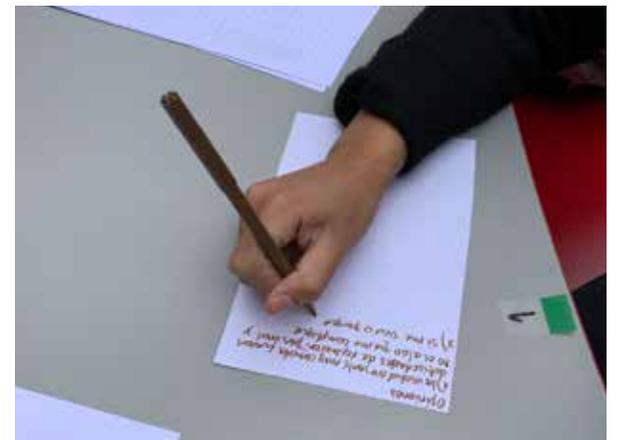
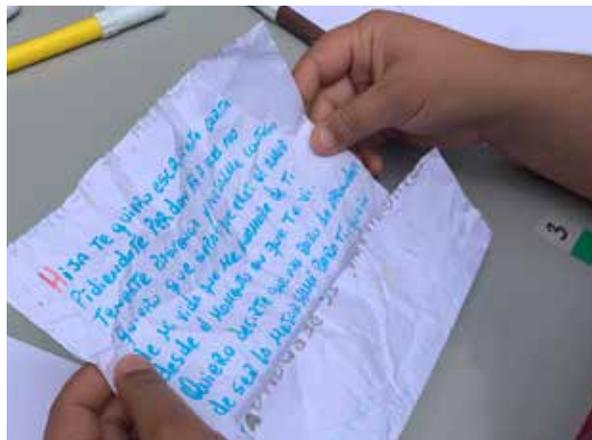
Hubo mayor inclinación por las actividades más libres, de escritura o expresión artística guiada sutilmente. Se desenvuelven mejor. Pero siempre y cuando cuenten con una gráfica atractiva. Las actividades más pauteadas les resultaron menos novedosas y más limitadas, las hicieron de manera rápida, sin interiorizarlas realmente.

_ TIEMPO PROMEDIO _

El tiempo promedio de concentración fue de 16 minutos, cifra muy relevante en la definición final de las actividades.

CONCLUSIONES

- Es importante dejar en claro que nadie más va a leer su diario, reforzando la idea de que es totalmente personal e íntimo y entregando elementos que les aseguren privacidad y les den confianza.
- El diario no debe tener límite de tiempo ni de espacio. Es importante dejar páginas en blanco entre medio de las actividades, para escritura libre. Las madres deben poder realizar la misma actividad varias veces complementando o mejorando la versión anterior. Tienen toda la vida para rellenar el diario, ellas lo administran al ritmo que quieran.
- El diario debe acoger su manera de escribir “desde lo emotivo, desde el corazón” planteando las actividades desde la misma perspectiva sensorial.
- Se deben aumentar las actividades de escritura guiada y expresión artística para que las madres puedan realizar un verdadero proceso de autorreflexión.



* Desarrollo de ejercicios en el anexo

DISEÑO FINAL

16,5 x 20 cm

Tapa y contratapa:
Emplacada, terminaciones negras

Anillado:
Doble acero blanco

Elástico blanco 5 mm

Stickers:
Adhesivo con troquelado





○ Contenido general:
Papel Bond, 100grs. Tiro retiro

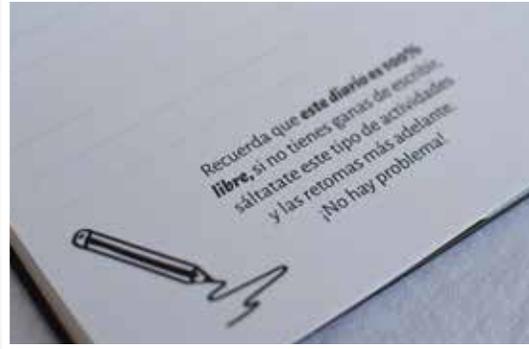
○ Mini Testimonios:
Opalina lisa, 250 grs. Tiro retiro

○ Sobres:
Opalina lisa, 250 grs. Tiro retiro

○ Marcador:
Opalina lisa, 250 grs. Tiro retiro

CONTENIDO





_ CARTAS _

Al comienzo del diario hay un sobre con una sorpresa en su interior. Se trata de una carta escrita a mano por otra madre adolescente, Sofía, quien invita a la usuaria descubrirse a sí misma a través de este diario. La invita a explorarlo a su propio ritmo y se compromete a acompañarla a lo largo de todo el recorrido.

Al final del diario, Sofía se despide de la usuaria a través de otra carta, que la incentiva a seguir sola este recorrido, destacando sus cualidades y fortalezas como mujer y madre para lograrlo.



Querida mamá,

Bienvenida al universo de la maternidad, el cual nunca se termina de descubrir, pero en la medida en que tú te conozcas, habrás conseguido las herramientas para vivir una maternidad más sana, positiva y de goce.

Tú y yo sabemos que hay días buenos y días malos, días tranquilos y otros cansadores, días de sonrisas y días de pataleta.

Te quiero dar un regalo; un espacio íntimo creado especialmente para ti, en donde puedes ser realmente libre. Te invito a que lo explores completo.

Este diario te irá ayudando poco a poco a expresar todo lo que llevas dentro y necesitas comunicar. Te servirá para conocerte, conectarte, liberarte, quererte y proyectarte.

Aquí te dejo también experiencias y testimonios de otras madres adolescentes que pasaron por lo mismo que tú. Puede que te sientas identificada con las historias, puede que no, porque somos todas diferentes. De cualquier forma, creo que te servirán muchísimo para recordar, vivir y proyectar tu propia historia.

¡Aspira alto!

Te deseo lo mejor, espero y quiero que seas muy feliz :)

Al infinito y más allá.

Te acompañaré a lo largo de todo tu descubrimiento

¡No estás sola!

Sofía



...Juntas hemos recorrido un precioso camino...

Querida mamá,

¡Estoy muy orgullosa de tí! Ya has llegado al final del recorrido. ¡Te felicito de corazón por la perseverancia y el esfuerzo! ¡Has realizado un gran trabajo! Ahora que tienes listo tu diario creo que ya has descubierto la clave para convertirte en una súper mujer y madre.

La clave está en tí, en la medida en que tu te conozcas y confíes en tí; que conozcas tus sentimientos, tus cualidades y debilidades; y que puedas proyectarte a futuro; podrás vivir una maternidad más sana, positiva y de goce.

Puede que no sea fácil, puede que te encuentres con millones de obstáculos en el camino, pero con tus fortalezas y cualidades como herramienta, podrás superar todos los problemas que se te vayan presentando.

Yo ya me tengo que ir, de ahora en adelante tendrás que seguir este descubrimiento sin mí, pero no te preocupes, recuerda que eres una persona única y especial.
¡No estás sola!

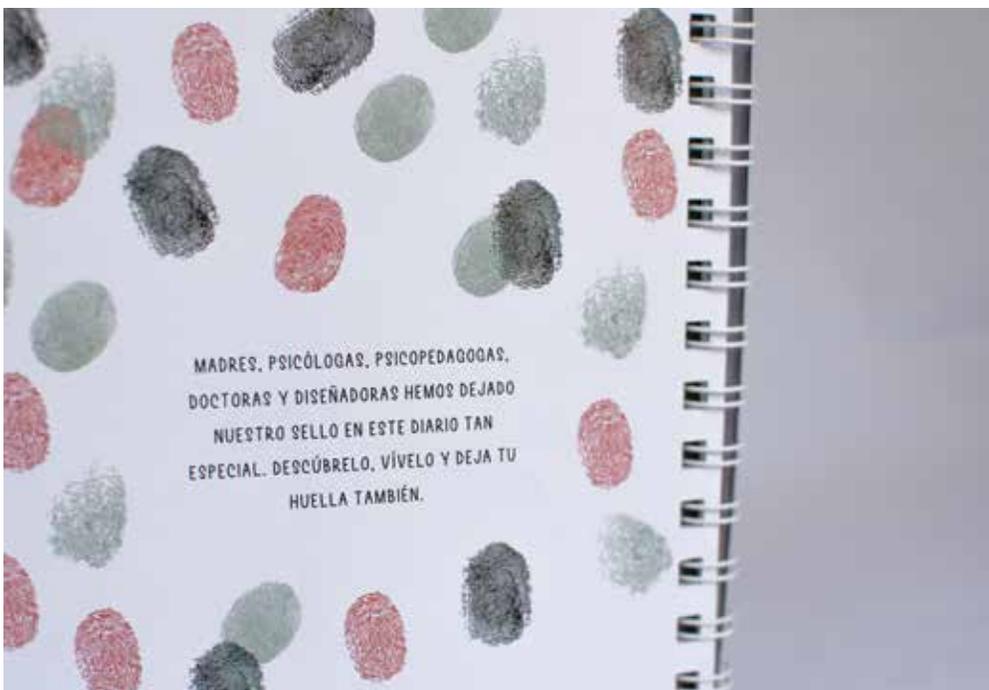
Si tu estás bien, tu bebé estará bien.
Te deseo lo mejor, al infinito y más allá.

Muchas gracias por confiar en mí,
Sofía, una mamá que eligió ser feliz



MAPA ÍNDICE

“Bienvenida a descubrir (y descubrirte)”
Debido a la narrativa de descubrimiento, se decidió realizar un mapa para presentar el índice de contenidos, que va guiando a la madre adolescente a lo largo del diario, indicando las distintas etapas por las que irá pasando y los objetivos que alcanzará.



HUELLAS DE CO CREACIÓN

Con el objetivo de dar a conocer al usuario la cantidad de personas que se involucraron en este proyecto, empatizándolas y acompañándolas a la distancia, se decidió poner las huellas de las participantes. Se invita también a la madre adolescente a dejar su sello también.



STICKER CANDADO

Dado que la madre adolescente en ambientes vulnerables en Chile tiende a descertar en el camino, se decidió entregar el contenido de manera progresiva. Para esto, se dividió el diario por capítulos y se bloqueó cada uno con un “sticker candado” que sella la sección, insentivando al usuario a rellenarlo poco a poco.



PRIVACIDAD Y STICKERS

El diario está lleno de detalles ocultos que recalcan al lector la cualidad de privado e íntimo. De la misma manera se ofrece a las niñas stickers con forma de candado, con los que ellas pueden ir bloqueando las páginas más personales que no quieren que nadie más lea.



MENSAJES DE APOYO

A lo largo del diario se presentan distintos mensajes de apoyo y empatía que animan a la adolescente a no rendirse, a seguir adelante, a proponerse metas y aspirar alto.



TESTIMONIOS

Se realiza una recopilación de los mejores testimonios de madres adolescentes y se presentan en tarjetones cuadrados a lo largo del recorrido. Los testimonios van distribuidos según el tema que se trabaja en cada sección.



LIENZOS PARA AGRADECER

En la sección de identificación de red de apoyo, se adjunta un sobre con hojas blancas en el interior. Acá se incentiva al usuario a escribir cartas de agradecimiento a todas aquellas personas que la han apoyado incondicionalmente durante este tiempo. Se le da la opción de entregar la carta a la persona a la cual va dirigida o guardarla para ella.



CHAT MADRES JÓVENES

Se adjunta en el diario un código QR que lleva al usuario a un chat de Whatsapp de madres adolescentes chilenas en la misma situación. Aquí las jóvenes podrán participar compartiendo tips y ayuda en torno a la crianza y maternidad. Este grupo será moderado por una psicóloga infanto-juvenil experta en maternidad adolescente.

*En temas de proyección resulta clave mantener a todas las usuarias de MOM unidas en una misma plataforma, pues se trata de un nicho con el cual se pueden realizar futuras intervenciones y dinámicas.



MARCADOR

El diario trae colgando un gran marcador de colores. Una vez que la usuaria complete su diario, podrá encontrar una última sorpresa en el interior del marcador. Se trata de un sticker grande con el cual la madre adolescente puede sellar el diario por algunos años. En caso de que la joven no quiera sellarlo, puede guardarlo, botarlo, regalarlo... la decisión es suya.





TESTEO 3

IMPLEMENTACIÓN



Para el último testeo del producto, se imprimieron 3 copias iguales del diario final, dos para testear con el usuario y una para tener de ejemplar para poder mostrar a expertos y realizar las correcciones necesarias.

Este prototipo fue testeo de manera profunda por 2 madres de la Fundación Soymás, entre el 1 y el 22 de diciembre.

OBJETIVO

Una vez impreso el diario, se propuso testear el diseño final con dos madres adolescentes de la Fundación, Belén Alejandra Martínez y Judith Marion López, quienes se ofrecen como voluntarias para descubrir el diario en 20 días.

Se trata de dos jóvenes con personalidades muy distintas y con experiencias de vida totalmente diferentes, pero que provienen del mismo contexto vulnerable y se enfrentan a la misma realidad: la maternidad adolescente. (Perfil en pág. 40-41)

Este último testeo tiene por objetivo evaluar el producto en su totalidad, tanto en contenido, como gráfica e implementación.

RESULTADOS

Las jóvenes al ver los diarios se muestran sorprendidas, ambas dicen que ha superado sus expectativas. Se muestran muy agradecidas por este “regalo” (como dicen ellas) que les ha llegado.

_ LLANTO _

Antes del testeo se realiza una entrevista a Judith. Frente a las preguntas ellas se muestra muy alterada, cuenta “su historia” entre lágrimas y largas pausas. Había tenido una infancia muy difícil, con poca estabilidad y apoyo.

Luego de testear el diario MOM, se le vuelven a realizar las mismas preguntas que la entrevista anterior. Esta vez Judith está tranquila y templada. Cuenta los mismos sucesos, sin embargo, esta vez desde una perspectiva muchísimo más positiva, rescatando ciertos aspectos que la hicieron sentir segura y feliz.

_ UN REGALO _

A pesar de que la mayoría del contenido es de carácter activo (requiere de un esfuerzo por parte de la usuaria para ser completado), las niñas tienden a ver su diario MOM como un regalo, como un espacio libre para reencontrarse, sin plazos ni obligaciones. Este factor es de gran importancia, ya que cumple el objetivo de alejarse del material psicológico ya existente (visto por las niñas como una tarea que deben realizar) y aproximarse a una solución más accesible, cercana y atractiva para las adolescentes, rompiendo la barrera entre el mundo adulto y el usuario objetivo.

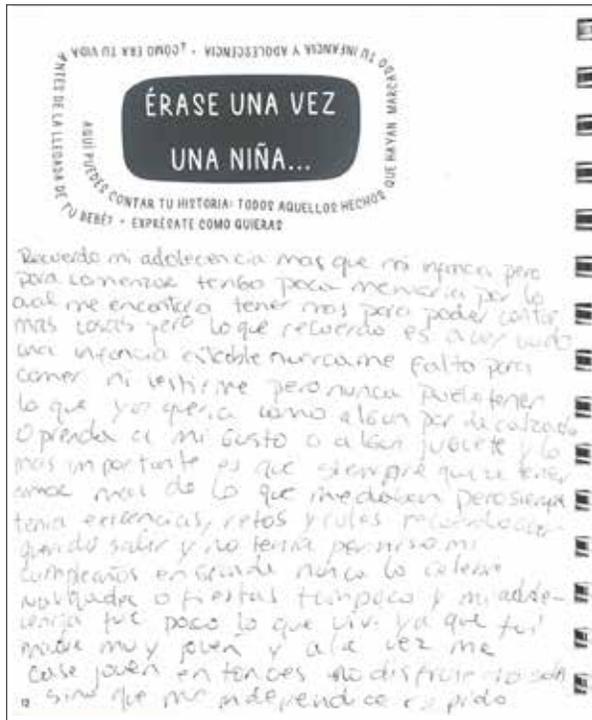
_ DISTINTAS VERSIONES _

La versión de la historia que contaron las jóvenes en las entrevistas no siempre calzaba con la versión escrita. En el diario se muestran muchísimo más sinceras, con menos apariencias, escriben con más libertad.

CONCLUSIONES

- MOM cumple su objetivo, logra hacer sentir segura a la madre para que ella pueda expresarse como quiere, no existen barreras ni juicios de otras personas, se trata de un espacio íntimo en que las madres pueden desenvolverse. Al tratarse de un tema sensible se puede concluir que el diario MOM da la facilidad a la usuaria de contar su historia sin verse inhibida por un posible receptor.

Además del testeo con las adolescentes



Experiencia narrada sobre “Mi infancia”
Diario Belén

Durante entrevista...

“siempre alrededor mío hubo amor y paz. Nunca vi una pelea, nunca vi una discusión, ni un mal comportamiento”

En el diario...

“Siempre quise tener más amor del que me daban”

“Mi familia era exigente, seria, poco cariñosa, poco unida, estricta. Eso no me gustaba, a mi me gusta demostrarles todo el amor del mundo a mis hijos”



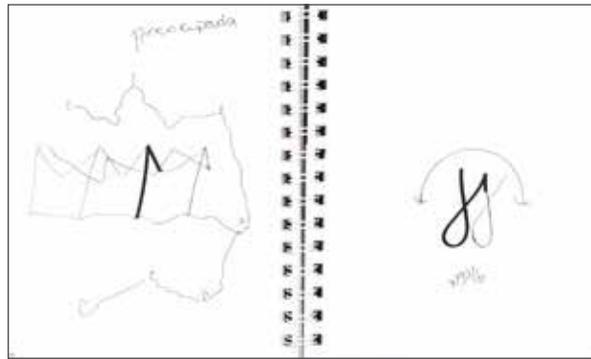
ALGUNAS RESPUESTAS



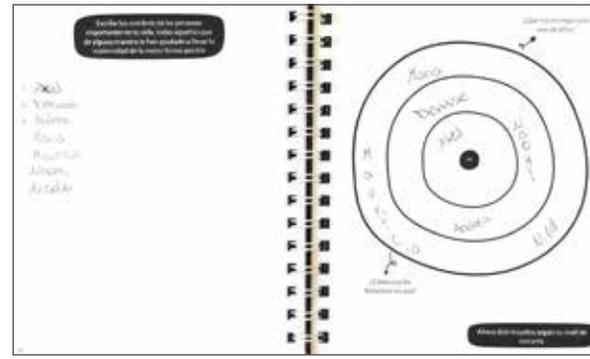
Experiencia narrada sobre “El nacimiento de mi bebé”
Diarios Belén y Judith respectivamente

Expresión libre
Diarios Belén y Judith respectivamente

Experiencia de mentalización narrada
Diarios Belén y Judith respectivamente



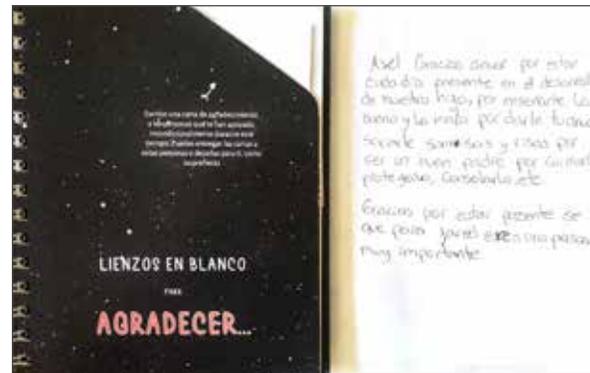
Dibujo de emociones a partir de líneas
Diario Belén



Organización de red de apoyo
Diario Judith



Descripción de sentimientos a partir de términos
Diario Belén



"Lienzos en blanco para agradecer"
Diario Judith

A modo de resumen, se recopilaron diversas opiniones y comentarios tanto de madres adolescentes como de expertos y diseñadores acerca del proyecto, quienes evalúan tanto el contenido como gráfica e implementación. De esta manera se logra evaluar que MOM haya cumplido con los objetivos propuestos.

Debido a que se trata de proyecto de carácter psicológico, varios de los resultados de impacto se evidenciarán de manera real luego de un tiempo de implementación. En este sentido, sería favorable poder hacer un segundo proceso de validación en un plazo de un año. Para esta validación se plantea comparar a un usuario que haya realizado el diario v/s una que no lo haya hecho.

SOBRE EXPECTATIVAS_

“Cuando me contaste sobre tu proyecto no le tuve mucha fe, ya que la mayoría de estas iniciativas se centran en el hijo, nunca en la madre, que también está pasando por algo completamente nuevo y desafiante. Sin embargo esta vez fue real, gracias al libro que creaste me he vuelto a acordar de mí. Es verdad que si yo no estoy bien, le transmito eso a Tomás (hijo), y eso no lo hace bien. Poder mirar el diario me ha ayudado mucho a descubrir facetas más que desconocía.

¡Ya quiero tener mi propio diario MOM!”

Evelyn, 17 años

SOBRE EL LOOK AND FEEL_

“ la gráfica del proyecto me parece muy afín al usuario de madre adolescente. Un error típico cuando se diseña para este grupo etéreo es crear una gráfica muy infantil, o por el contrario, muy para adulto, porque es difícil captar realmente lo que les gusta a las jóvenes. Sin embargo, creo que al apropiarte de la narrativa del descubrimiento en el espacio, pudiste crear una imagen alegre y a la vez madura, con una paleta de colores tranquilos acordes a lo que necesitan las madres”

Sofía Ovalle, diseñadora gráfica

SOBRE SU USO_

“Nunca fui buena alumna, no me gustaba hacer pruebas ni trabajos estructurados en el colegio. Me gustó el diario porque no es un instructivo, es más bien un material de apoyo que una evaluación. Pude desarrollar mi imaginación y dibujar, rayar, escribir lo que sentía. Es lindo poder expresarse de distintas maneras y sentirse satisfecha con los resultados.”
Sofía, 18 años

“¡Muchísimas gracias por la actividad frente al espejo! Uno nunca piensa las cosas buenas y malas propias, y menos cuando tienes poco tiempo por el cuidado de tu hijo. Había tenido un día muy pesado y decidí realizar la actividad. A pesar de que no fueron más de 5 minutos, pude inhalar profundo y tener paz mental.” Andrea 20 años

“Después de hacer la actividad como que sentí más liviana, como que me había sacado un peso de encima” Pilar, 17 años

“Creía que me conocía bien, pero en realidad descubrí cosas nuevas de mí que no sabía que sentía”
Susy, 16 años

“ Puede recordar muchas cosas que no recordaba”
María, 21 años

“Tuve la súper oportunidad de ser una de las seleccionadas para probar el diario MOM. En verdad no te voy a mentir, al principio creí que me ibai a pasar una cuestion fome, de esas que dan a uno en terapia o cosas así... pero la verdad es que me sorprendió ¡No podía para de usarlo! A medida que iba avanzando me iba motivando más y más, porque me acordaba de historias de cuando era chica, de mi familia, de cuando tuve al Jared... tuve que pensar harto (rie), pero me gustó...creo que soy más bacan de lo que creía (rie)” Judith, 19 años”

“La maternidad es en sí, una experiencia muy gratificante y desafiante a la vez; en donde el estado emocional y psíquico de la madre es un elemento crucial para formar vínculos seguros y positivos con sus bebés y ofrecerles así una crianza sana y feliz.

El proyecto MOM viene a aportar a esta tan importante y bonita misión de las madres adolescentes, a través de un diario hecho “a la medida” de cada una de ellas.

Felicito a Alejandra por el esfuerzo y dedicación puestos en el proyecto y confío plenamente en que su uso podrá impactar en forma significativa en la vida de las jóvenes y sus niños y niñas en desarrollo.

Psicóloga María de los Ángeles Echeverría”

ESTRATEGIAS DE DISTRIBUCIÓN Y FINANCIAMIENTO

Este proyecto está pensado para ser implementado a través de fundaciones e instituciones dedicadas a abordar distintas aristas de la maternidad adolescente en ambientes vulnerables del país. Para esto, se han contactado diversas opciones que podrían servir como canal de llegada a madres adolescentes, agendando desde ya reuniones para proponer el proyecto de una manera más formal.

Las fundaciones interesadas en el proyecto son Fundación Soymás, Fundación Encuentro y Fundación Emma, desarrolladas anteriormente (página 20 y 21) quienes evalúan el proyecto como “un aporte para las jóvenes”.

A su vez, se descarta la venta en librerías, ya que al ser un diario con contenido psicológico sensible, se hace necesaria cierta regulación de expertos que asegure una fundación o institución. Por otro lado, al tratarse de un proyecto social, el objetivo es que el diario llegue en manos de la madre adolescente de manera gratuita.

Para financiar el proyecto se consideran dos opciones:

2. La postulación a un **fondo concursable** que permita financiar parte del proyecto. Algunas opciones consideradas son las siguientes:

- Capital semilla de CORFO cuyo objetivo es apoyar a emprendedores, cubriendo hasta el 75% del costo del proyecto.

- Fondo concursable Chile Compromiso de Todos 2021 de Chile Atiende, el cual busca financiar proyectos comprometidos con la superación de la pobreza

y vulnerabilidades sociales de personas y familias de Chile.

- INJUV quienes entregan recursos técnicos y financieros para el desarrollo de iniciativas con enfoque juvenil en organizaciones sociales, en beneficio del desarrollo de sus comunidades, la promoción de nuevas oportunidades y favorecer la construcción de tejido social en los territorios de intervención.

1. **Angel investors** tales como los apadrinadores y socios de las mismas fundaciones. Según lo conversado con la dirección de la fundación Soymás, esta podría ser una potencial manera de llevar a cabo el proyecto, ya que, apadrinadores se muestran interesados y receptivos frente a este tipo de propuestas, siendo conscientes del impacto positivo que una intervención como esta puede generar.

Proyección:

Una vez que el diario sea implementado en las fundaciones expuestas, y habiendo pasado por un proceso de validación por parte de las adolescentes, se plantea la posibilidad de generar una alianza estratégica con el programa del gobierno Chile Crece Contigo, con el fin de que este diario sea repartido de manera gratuita en hospitales públicos del país junto con el kit que se entrega actualmente. De esta forma se podría lograr un mayor alcance, llegando a todas aquellas madres que, por diversos motivos, no son parte de una fundación. Así, madres adolescentes de todo el país podrían vivir este nuevo desafío que comienza en compañía de su diario MOM.



Cristian Ortega A.
GERENTE COMERCIAL
Cel.: +56 9 4569 2402
San Diego 662
impresosjo@yahoo.es

Cliente: Alejandra Echeverria

Cant.	Descripción
100	Agendas 4/4 color, tapa emplacada en polimate, anilo blanco,
	Marcador colgante, Tarjeton opalina lisa y etiqueta grande
	Interior, sobre con carta
	Hoja plisada interior, junto con hoja de stickr
	Papel Bon
	Total: \$9.200 C/u

Valor no incluye I.V.A

Cant.	Descripción
500	Agendas 4/4 color, tapa emplacada en polimate, anilo blanco,
	Marcador colgante, Tarjeton opalina lisa y etiqueta grande
	Interior, sobre con carta
	Hoja plisada interior, junto con hoja de stickr
	Papel Bon
	Total: \$5.200 C/u

Valor no incluye I.V.A

Cant.	Descripción
1000	Agendas 4/4 color, tapa emplacada en polimate, anilo blanco,
	Marcador colgante, Tarjeton opalina lisa y etiqueta grande
	Interior, sobre con carta
	Hoja plisada interior, junto con hoja de stickr
	Papel Bon
	Total: \$4.000 C/u

Valor no incluye I.V.A

_ COTIZACIÓN DE IMPRENTA _

Formato: 16,5 x 20 cm

Tapa y contratapa emplacada. Con elástico

Contenido: 122 Bond 100grs/ 103p byn - 17p 2c - 2p 3c

Mini testimonios: Opalina lisa 250 grs / tiro retiro x5

Sobre (1) :Opalina lisa 250 grs. / 16,5x20 cm

Sobre (2): Opalina lisa 250 grs. / 33x30 cm

Página adhesivo: troquel/ x2 - 3c - 16,5x20 cm

Marcador: Opalina lisa 250 grs. 16,5 x 20cm

Tarjetón: Opalina 250 grs. / itro retiro

10. Carta: Bond 100grs.

A modo de referencia se realizaron dos cotizaciones formales en imprentas que se dedican a la producción a escala de piezas editoriales, quienes realizaron ofertas muy similares.

Para implementarlo en las 3 fundaciones, el objetivo es imprimir 500 ejemplares, logrando abordar la cantidad de jóvenes que asisten al establecimiento (durante 2 generaciones).

Con un fondo de **\$3.500.000** se lograría llevar a cabo la implementación, destinando \$2.649.400 para la impresión del producto y el resto para realizar ciertas mejoras pertinentes en cuanto a diseño y contenido (revisión del diario en profundidad con encargados de las fundaciones y expertos en el área de la psicología).

Si se logra la alianza con Chile Crece Contigo, la escala de producción aumenta en gran medida. En ese caso se deberá realizar un análisis de la cantidad de adolescentes que se convierten en madre en los establecimientos públicos del país (al año).

PROYECCIONES DEL PRODUCTO

_ SOBREIMPRESIÓN _

La impresión del diario a gran escala se realizará bajo el sistema de impresión Offset. Es por esto que surge la idea de adaptar el diseño a sobreimpresión, con el fin de obtener un tercer color a partir de la mezcla de los dos originales. De esta manera se podría crear un producto más sostenible y económico.

_ LÁPIZ _

Se plantea la posibilidad de agregar un lápiz integrado en el diario, ya que al estar diseñado para ser utilizado en diversas instancias, por ejemplo durante tiempos de traslado, muchas veces no se cuenta con uno. Esta problemática es expuesta por una de las jóvenes, que afirma haber tenido que comprar un lápiz en el metro para poder utilizar su diario MOM.

_ DIVIDIR TEMAS _

En MOM se abordan 3 temáticas en relación a la experiencia de maternidad adolescente en ambientes vulnerables de Chile; Introspección (conmigo), Red de apoyo (contigo) y Proyección a futuro (con el mundo). Estas temáticas se presentan como un diario de 6 capítulos que abarca las distintas necesidades y expectativas de la madre frente a la nueva etapa que comienza. Si bien este modelo permite a la madre experimentar un descubrimiento muy completo de la maternidad, se plantea la idea de dividir el ejemplar en 3 tomos con el fin de poder profundizar un poco más en cada uno de estos.

PROYECCIONES DEL PROYECTO

_ PARTICIPACIÓN DEL USUARIO _

Las madres adolescentes quedan encantadas con el trabajo realizado, fueron parte de algo grande, un proyecto importante en el cual pudieron aportar con sus propias experiencias, ideas y testimonios. En base a este resultado, se podría aprovechar aquella motivación y generar una intervención a partir del diario. Dado que las niñas que tienen el diario MOM se mantienen unidas a través del grupo de whatsapp (el que aparece en el diario por medio de un código QR), se plantea la opción de realizar alguna dinámica, en donde las madres adolescentes puedan intercambiar experiencias a través de cartas o mensajes anónimos.

_ ALCANCE _

Se espera que este diario tenga un alcance importante a nivel país, partiendo por las comunas más problemáticas de la capital para luego aproximarse a sitios remotos, en donde la ayuda es casi nula. De esta manera un mayor número de madres adolescentes se vería beneficiada con el diario MOM, fortaleciendo su desarrollo como mujer y madre.

_ RED DE COLABORADORES _

Este proyecto se lleva a cabo de una manera multidisciplinaria, en co creación con una psicóloga infanto juvenil. Actividades provenientes del mundo de la psicología que no tenían mucho alcance, se fueron transformando en base a la ideosincrasia de la madre adolescente, hasta llegar a ser la actividad que la joven necesitaba. Es por esto que se plantea la idea de extrapolar este trabajo de co-creación, viendo la posibilidad de generar una red de colaboración entre psicólogos y diseñadores que, a futuro, puedan ir rompiendo la barrera que existe entre las actividades psicológicas y el usuario, adaptando contenido a los diversos perfiles que se presenten.

CONCLUSIONES





·
·
·
·

Conclusiones y próximos pasos

·
·
·
·

CONCLUSIONES Y PRÓXIMOS PASOS

Luego de un largo e interesante proceso de trabajo , en co-creación con madres adolescentes, psicólogas y diseñadores, se puede concluir que el proyecto fue un éxito. A través de una mirada de diseño, centrada en el usuario, se logra llegar a una solución acorde a las necesidades y expectativas de la joven que se ha convertido en madre, ofreciéndole una solución novedosa, diferente a las ya existentes.

Este proyecto nace de la necesidad de la madre adolescente de revalorizarse y revalorizar su situación. La joven, que se encuentra en una etapa de desarrollo e identificación importantes, ha vivido mucho; experiencias fuertes y traumáticas que le impiden valorarse, desconfiando de ella como madre.

El diario de vida MOM viene a ofrecer a la madre adolescente con Perfil de Riesgo un espacio íntimo, en donde, a través de una serie de actividades de introspección y expresión, tiene la posibilidad de descubrir ciertas claves para una maternidad más significativa y positiva.

A partir de soluciones ya conocidas por el mundo de la psicología, como manuales de terapia e intervenciones, se crea un objeto personal, donde la usuaria encuentra actividades sobre introspección, red de apoyo y proyección a futuro que la invitan a reencontrarse consigo misma y con la maternidad.

El diseño completo del diario, tanto en contenido como gráfica e interacción se basan en el profundo proceso de observación y análisis que se realizó, en el cual la iteración con usuarios y expertos fue la clave para llevar a cabo el proyecto.

Este proyecto logra unir el mundo de la sicología con la madre, con un diseño centrado en el usuario se logra un resultado cercano, personal y atractivo, haciendo que conceptos desconocidos para estas jóvenes sean un aporte a sus vidas y de fácil interpretación.

El proyecto se inserta en comunidades vulnerables de las zonas más pobres de la capital, llegando a las madres a través de fundaciones e instituciones. Para esto, se crea una alianza con 3 fundaciones que abordan dicha problemática: Fundación Soymás, Fundación Encuentro y Fundación Emma.

Se tiene programada una reunión con las fundaciones durante la primera semana de marzo con el fin de comenzar el proceso de implementación real del producto. Para la reunión se debe llevar una propuesta formal con presupuesto.

Durante el primer semestre se tiene planeado realizar un proceso de concreción con las tres fundaciones, con el fin de arreglar detalles y ajustar sutilmente el diseño a las expectativas y necesidades de cada una de las fundaciones.

El diario MOM ofrece apoyo psicológico a mujeres que están viviendo un proceso difícil en sus vidas. Les ofrece una contención y acompañamiento, que son fundamentales para la salud mental y bienestar tanto de ellas como de sus hijos.

(UNICEF), F. d. (2002)

Adolescencia, una etapa fundamental. Nueva York: Unicef.org. Obtenido de Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia

A.Spitz, R. (2017)

Hospitalism, An Inquiry into the Génesis of Psychiatric Conditions in Early Childhood. En The Psychoanalytic Study of the Child (págs. 53-74). New York: ACP.

Adorna, R. (2013)

Practicando la escritura terapéutica. 79 ejercicios. Ciudad de México: Desclée De Brouwer.

Arrázola, B. P. (2013)

Vínculo afectivo en la relación parento-filial como factor de calidad de vida.

Benhaim, D. (2012)

Intersubjetividad y vínculo. Psicoanálisis e Intersubjetividad .

Bernardita Figueroa, K. M. (2017)

Creando valor a través del diseño de servicios. Santiago: Pontificia Universidad Católica de Chile.

Bowlby, J. (1988)

A Secure Base Parent-Child Attachment and Healthy Human Development. London: Basic Books.

Bryson, D. J. (2011)

El cerebro del niño. Barcelona: Alba.

Cardemil, A. (2017)

Apego Seguro. Santiago: Ediciones B.

Carmona, S. (2019)

Pregnancy and adolescence entail similar neuroanatomical adaptations: A comparative analysis of cerebral morphometric changes. Madrid: Wiley Online Library.

Castro, S. (2020)

Modelo PERMA. Obtenido de IEPP, Instituto Europeo de Psicología Positiva.
<https://www.iepp.es/modelo-perma/>

Ciampi, Luc. (2007)

Sentimientos, afectos y lógica afectiva: Su lugar en nuestra comprensión del otro y del mundo. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 27(2), 153-171.

Comité Nacional de Estadísticas Vitales, Servicio de Registro Civil e Identificación (SRCel), Ministerio de Salud (MINSAL) e Instituto Nacional de Estadísticas (INE). (2021)

Anuario de Estadísticas Vitales, 2018. INE, Instituto Nacional de Estadísticas, Chile, 181.

Contreras, Francoise, & Esguerra, Gustavo. (2006)

Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. Diversitas, 2(2), 311-319.

Cristóbal Guerra, R. I.-C. (2017)

Polivictimización y sintomatología postraumática: el rol del apoyo social y la autoeficacia. Viña del Mar: Revista de Psicología.

Fernández Poncela, A. M. (2014)

EDUCAR, Adolescencia, crecimiento emocional, proceso familiar y expresiones humorísticas. Barcelona, España: Universitat Autònoma de Barcelona.

Fromm, E. (1956)

El arte de amar. Estados Unidos: Harper.

Foundation, L. (2018)

Aprendizaje a través del juego. New York: UNICEF.

Gaete, V. (2015)

Adolescent psychosocial development. Revista Chilena de Pediatría.

GIBBENS, S. (2018)

National Geographic. Obtenido de Esto dice la ciencia sobre el instinto maternal: <https://www.nationalgeographic.es/ciencia/2018/05/esto-dice-la-ciencia-sobre-el-instinto-maternal>

González-Arratia, N. I., Valdez-Medina, J. L. y Zavala-Borja, Y. C. (2008)

Resiliencia en adolescentes mexicanos. Enseñanza e Investigación en Psicología. 13(1), 41-52.

Howe, D. (2014)

La teoría del vínculo y las relaciones sociales. La Teoría del Vínculo Afectivo para la práctica del Trabajo Social, 21.

https://www.unicef.org/pub_adolescence_sp.pdf

Iker Burutxaga, C. P. (2018)

Apego y vínculo: una propuesta de delimitación y diferenciación conceptual. Temas de Psicoanálisis.

INJUV, M. d. (2020-2021)

Embarazo adolescente. Santiago: hablemos de todo.

INJUV, Ministerio de Desarrollo Social y Familia. (2020)

Embarazo Juvenil en Chile, Principales claves de su diagnóstico. Revista RT-Instituto Nacional de la Juventud, 24.

Instituto Nacional de la Juventud (INJUV) y Dirección de Estudios Sociales del Instituto de Sociología de la Pontificia Universidad Católica de Chile (DESUC). (2020)

Evidencia a través de la vivencia: Una nueva mirada en Chile sobre embarazo adolescente. Santiago <https://sociologia.uc.cl/wp-content>

Jarque, J. (2013)

Los beneficios de escribir tu diario. La Vanguardia.

Krauskopof, D. (1999)

El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios. San José.

Lezine, O. B. (1980)

El desarrollo psicológico de la primera infancia. Madrid Pablo del Río: 2a edición.

López, G. d. (28 de 01 de 2019)

Familia y Salud. Obtenido de La importancia del apego en el desarrollo infantil <https://www.familiaysalud.es/vivimos-sanos/salud-emocional/en-el-lactante-y-nino-pequeno/la-importancia-del-apego-en-el>

Marcia Olhaberry, M. E.-R. (2015)

Intervención grupal para reducir la sintomatología depresiva y promover la sensibilidad materna en embarazadas chilenas. Santiago: Suma Psicológica. Obtenido de Suma Psicológica <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S012143811500017X?token=9AED0E3E3C7C694EAFE7B9776621010AA21FB627528FCEB08F57D99556BA860967F032DE2F016A5239F284B6350FC54&originRegion=us-east-1&originCreation=20210623235928>

Matos, M. (2019)

El nacimiento de la madre en el contexto de la perinatalidad. Lisboa, Portugal: Psicoterapia Relacional.

Ministerio de Desarrollo Social y Familia, G. d. (2009)

Chile Crece Contigo. Obtenido de Chile Crece Contigo, Protección Integral a la Infancia <http://www.crececontigo.gob.cl/tema/apego/4/>

Ministerio de Desarrollo Social y Familia. (2017)

Casen. Chile: Observatorio Social.

Ministerio de Salud (MINSAL). Subsecretaría de Salud Pública, División de Prevención y Control de Enfermedades, Departamento de Ciclo Vital y Programa Nacional de Salud Integral de Adolescentes y Jóvenes. (2013)

Gobierno de Chile, Ministerio de Salud. Obtenido de Emol: <https://www.emol.com/noticias/nacional/2014/05/27/662333/comunas-con-menos-recursos-registran-mayor-porcentaje-de-embarazo-adolescente-en-la-rm.html>

Molina, D. R. (2018)

Embarazo adolescente en Chile . Escuela de Salud Pública, Universidad de Chile.

Molina, M. E. (2006)

Transformaciones Histórico Culturales del Concepto de Maternidad y sus Repercusiones en la Identidad de la Mujer. Santiago: Pontificia Universidad Católica de Chile.

Morón, D. A. (2015)

Mindfulness en positivo. San Sebastián: Milenio.

Mujer, C. (2013)

Mujer y trabajo: Las graves complejidades que plantea la maternidad adolescente. Comuni-dad Mujer, 12.

People, T. H. (1993)

World Health Organization Geneva.PDF

Quinteros, E. G. (2014)

Escala de Parentalidad Positiva. Santiago, Chile: Fundación Ideas para la Infancia.

Renner, E. (Dirección). (2016)

El comienzo de la vida [Película].

Rodríguez-Gómez, E. R. (2016)

La importancia del vínculo en la infancia: entre el psicoanálisis y la neurobiología. Colombia.

Rosales, J. (2017)

Revalorización social del embarazo y la maternidad. Obtenido de Enfoque a la familia
<https://www.enfoquealafamilia.com/matrimonio/revalorizacion-social-del-embarazo-y-la-maternidad/>

Sánchez., F. L. (2015)

Adolescencia. Necesidades y problemas. Implicaciones para la intervención. Salaman-ca: Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia .

Sebastián Lavanderos, J. H. (2019)

Embarazo Adolescente en Chile: Una mirada a la desigualdad sociodemo-gráfica comunal. Santiago, Chile: Sociedad Chilena de Obstetricia y Ginecología.

Sebastián Lavanderos, J. H. (2019)

Teen Pregnancy in Chile: A look to communal socio-demographic inequality. Santiago: Revista chilena de obstetricia y ginecología.

Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000)

Positive Psychology: An introduction. American Psychologist, 55 (1), 5-14.

Seligman, M.E.P. (2005)

La auténtica felicidad (M. Diago & A. Debrito, Trads.). Colombia: Imprelibros, S.A. (Trabajo original publicado en 2002)

Sheldon, K.M. & King, L. (2001)

Why positive psychology is necessary. American Psychologist, 56, 216-217.

Silva, M. A. (2018)

Estilos de Apego, Vínculos Afectivos con los Hijos y Toma de Decisiones en Adolescentes Embarazadas. Santa Marta: Universidad Cooperativa de Colombia.

Soymás, F. (2019)

Memoria. Santiago.

Video. (2018)

Ted, ideas worth spreading. Obtenido de Una nueva forma de pensar sobre la transición a la maternidad
https://www.ted.com/talks/alexandra_sacks_a_new_way_to_think_about_the_transition_to_motherhood#t-23676

Villalpando, D. (2017)

Daniel Villalpando. Obtenido de La importancia de la psicología en la actualidad
<https://danielvillalpando.medium.com/la-importancia-de-la-psicolog%C3%ADa-en-la-actualidad-8dd90ea84b86>



Pontificia Universidad Católica de Chile

DOCUMENTO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO
Madres adolescentes Fundación Soy Más

El propósito de esta información es ayudarle a tomar, la decisión de participar, o no, en una investigación de diseño.
 Tome el tiempo que necesite para decidirse, lea cuidadosamente este documento y hágale las preguntas que desee al personal del estudio, María Alejandra Echeverría Bambach.

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

En el año 2018 nacieron en Chile 17.295 hijos/as de madres adolescentes entre 15 y 19 años, la mayoría de ellas provenientes de las comunas de La Pintana, Cerro Navia y San Ramón. La adolescente, por etapa del desarrollo, se encuentra en un periodo de autoconocimiento e identificación. Sin embargo muchas veces la sociedad comienza a ver a estas madres como adultas, poniendo al niño en el centro, sin atender a sus necesidades como adolescente. La joven, por lo tanto, debe pasar de la niñez a la adultez de manera abrupta, sin realizar un proceso de introspección previo. Debido a esto, muchas afirman no sentirse preparadas para llevar a cabo la desafiante y responsable tarea de la maternidad.

En base a esto nos preguntamos, ¿Cómo logramos aportar a la experiencia de maternidad adolescente en ambientes vulnerables de Chile, ayudando a la madre a revalorizarse y revalorizar su situación?

Se propone un sistema de información integrado análogo y digital (cuaderno diario + contenido digital complementario) -accesible, cercano y significativo- que busca enriquecer la vivencia de maternidad temprana a través de la autorreflexión y la expresión, orientado a madres adolescentes con Perfil de Riesgo en Chile.

El objetivo de esta propuesta es enriquecer la vivencia de maternidad adolescente, ayudando a la madre joven a descubrir las claves para una maternidad significativa y positiva -sana, equilibrada y de goce- a través de la autorreflexión y la expresión.

participar en esta investigación ya que es una madre adolescente chilena Fundación Soy Más.

deberá leer cuidadosamente el consentimiento informado y hacer todas las preguntas necesarias para aceptar participar.

Los datos serán recolectados de manera anónima y se mantendrá bajo estricta confidencialidad. Este estudio no contempla obtener datos personales, sino experiencias y aprendizajes bajo la responsabilidad de la estudiante María Alejandra Bambach de la Pontificia Universidad Católica de Chile.

Los datos no serán usados exclusivamente para el informe de investigación científica.

Este estudio no tiene ningún costo para usted.

No habrá compensación monetaria o de otro tipo.

Esta investigación es completamente voluntaria.

Respetamos su interés en participar o no en esta investigación.

Si usted decide que sí, se entiende que ha leído este documento y consentido participar en esta investigación.

SÍ, acepto participar
 NO, no acepto participar

Nombre Participante:

Fecha:

OBJETIVOS	REALIZACIÓN DEL DIARIO...¿CÓMO ME SENTÍA		
	ANTES?	DURANTE?	DESPUÉS?
Me desahogo			
Me conozco			
Me perdono			
Me quiero y me acepto			
Identifico mi red			
Me proyecto a futuro			

CONTENIDO

1 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

2 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

3 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

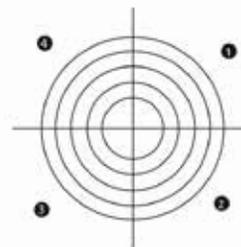
4 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

OBSERVACIONES Y COMENTARIOS

Evaluación a madres

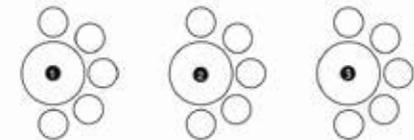
LOOK AND FEEL

- 1 Me gustó ir descubriendo el contenido por mi cuenta, poco a poco
- 2 El contenido me sirvió para revalorizarme como mujer y madre
- 3 Estoy más feliz ahora (después de haber completado mi diario)
- 4 Ahora me siento un poco más preparada para llevar a cabo una maternidad sana, positiva y de goce.



- 1 Las ilustraciones me sirvieron de apoyo para recordar y proyectar mi historia
- 2 Los colores me parecieron pertinentes y atractivos
- 3 Me sentí cómoda con la estética general del diario
- 4 La estética de descubrimiento (universo) me invitó a interactuar con el contenido

IMPLEMENTACIÓN



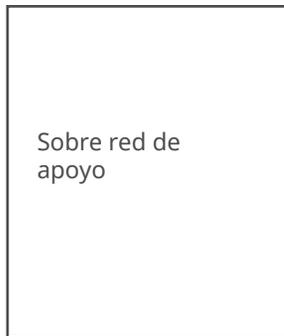
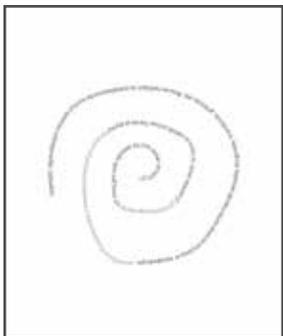
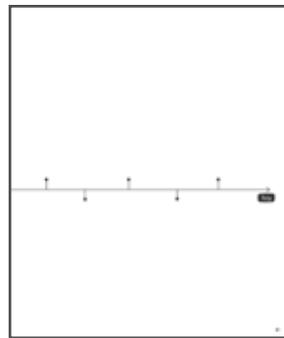
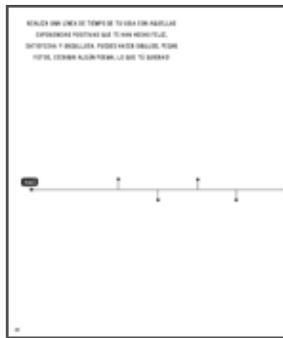
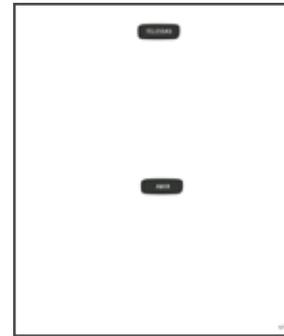
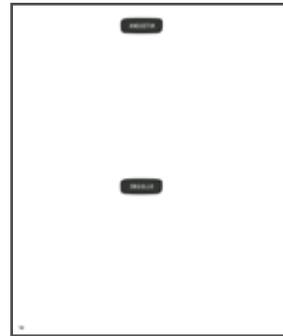
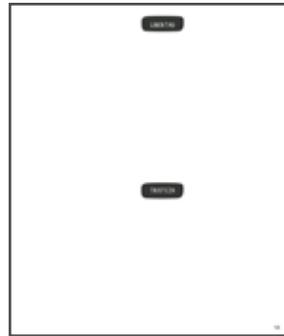
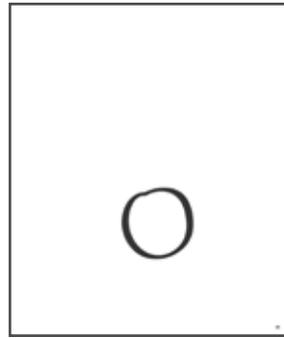
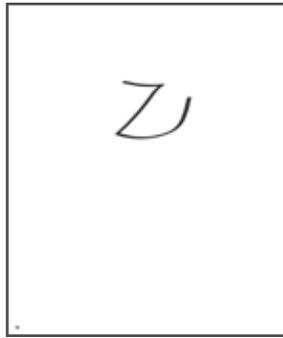
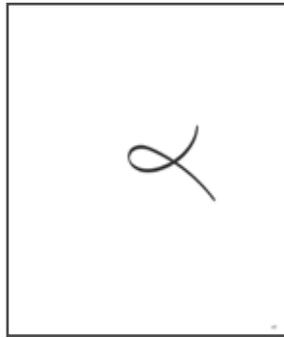
- 1 El formato del diario era cómodo, lo podía manipular con facilidad. [rellenarlo en distintas instancias, transportarlo en la mochila...]
- 2 Me sirvió que el diario haya sido análogo porque era más íntimo y personal
- 3 Se me hizo fácil entender las distintas actividades que habían en el diario, estaban explicadas de una manera sencilla y cercana.

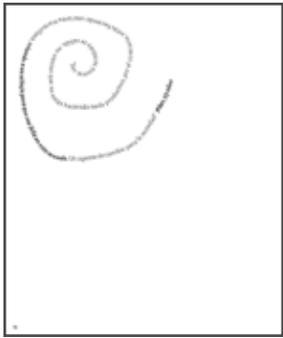
ME EXPRESO

ME CONOZCO

ACTIVIDAD FRENTE AL ESPEJO

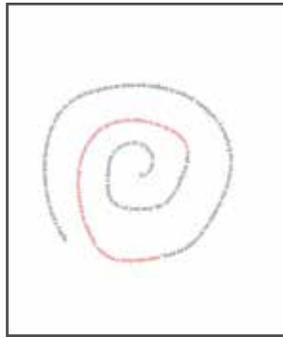
ME CONOZCO



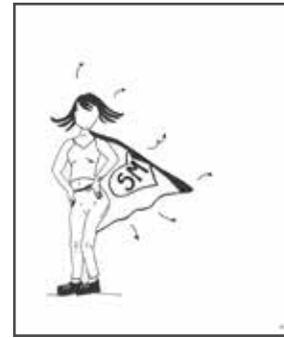


¿Qué es la aceptación? ¿Cómo se relaciona con el amor propio?

¿Qué es la aceptación? ¿Cómo se relaciona con el amor propio?



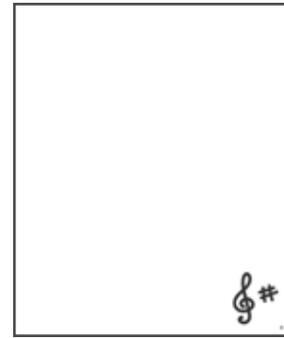
ME
ACEPTO
Y ME
QUIERO



¿CÓMO SE RELACIONA EL AMOR PROPIO CON LA ACEPTACIÓN?

¿CÓMO SE RELACIONA EL AMOR PROPIO CON LA ACEPTACIÓN?

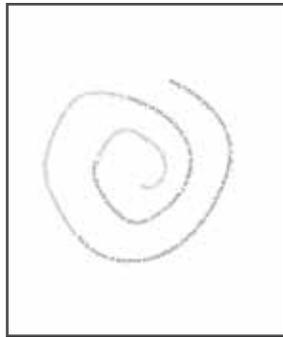
¿CÓMO SE RELACIONA EL AMOR PROPIO CON LA ACEPTACIÓN?



ENTRENAMIENTO Y REFLEXIONES

¿CÓMO SE RELACIONA EL AMOR PROPIO CON LA ACEPTACIÓN?

¿CÓMO SE RELACIONA EL AMOR PROPIO CON LA ACEPTACIÓN?



NO
ESTOY
SOLA

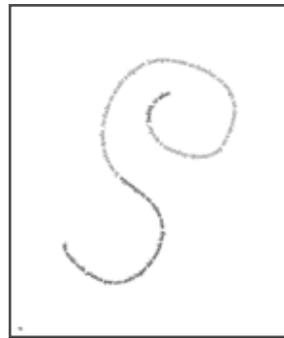
¿CÓMO SE RELACIONA EL AMOR PROPIO CON LA ACEPTACIÓN?

¿CÓMO SE RELACIONA EL AMOR PROPIO CON LA ACEPTACIÓN?



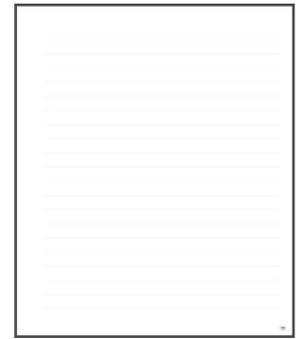
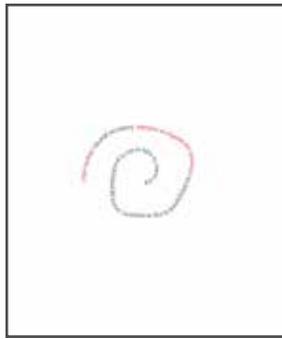
¿CÓMO SE RELACIONA EL AMOR PROPIO CON LA ACEPTACIÓN?

¿CÓMO SE RELACIONA EL AMOR PROPIO CON LA ACEPTACIÓN?



¿CÓMO SE RELACIONA EL AMOR PROPIO CON LA ACEPTACIÓN?

¿CÓMO SE RELACIONA EL AMOR PROPIO CON LA ACEPTACIÓN?



TESTIMONIOS



MARCADOR

