

Mamá, Papá... ¿Qué son mis emociones?



Mariana Gómez Orozco
Doble énfasis diseño de identidad
y marca corporativo con diseño de empaques
Proyecto Avanzado En DCV
Presentación piloto
Asesora: Elingth Rosales
Pontificia universidad javeriana Cali



Pontificia Universidad
JAVERIANA
Cali

Tema

El **Diseño** De Comunicación Visual como **herramienta** para el aprendizaje de la crianza positiva para la construcción de relaciones saludables y positivas entre padres y niños.

General

Diseñar un sistema de comunicación bajo un enfoque pedagógico Para la preparación de los primerizos en el manejo de las emociones en los infantes.

Específicos

- 1** Identificar las causas y consecuencias de la preparación de los padres primerizos en el manejo de las emociones de los infantes.
- 2** Comprender los obstáculos de lo padres primerizos en la relación de sus infantes
- 3** Herramienta visual para la preparación de los padres primerizos en la relación de sus infantes

Objetivos

Marco de referencia

"Cuando practicamos la crianza positiva, estamos enseñando a nuestros hijos a ser respetuosos, compasivos y capaces de resolver conflictos de manera pacífica"

Jane Nelsen

"La crianza positiva no se trata de ser un padre perfecto, sino de ser un padre consciente y dispuesto a aprender y crecer junto a tus hijos"

Jane Nelsen

"La crianza positiva es el arte de criar a tus hijos con amor, límites claros y respeto mutuo"

L.R. Knost

Crianza positiva
(Leticia Garcés)

**Recursos
educativos
visuales**

**Teorías del
desarrollo
infantil y
parentalidad**

(John Bowlby
Mary Ainsworth)

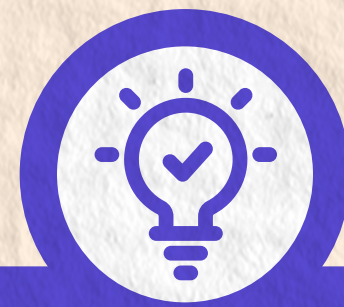
**Factores en la
crianza primeriza**

Metodología Design Thinking



Empatizar

Entrevistas, encuestas y observaciones para captar sus experiencias



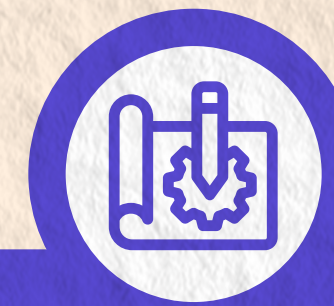
Ideación

Generación de ideas creativas y soluciones innovadoras



Definición

Problema central y se plantea un desafío específico



Prototipado

Seleccionan las ideas más prometedoras y se crean prototipos tangibles



Validación

Recopila retroalimentación de usuarios reales al exponerles los prototipos.



Moodboard



Usuario



La crianza positiva en **padres primerizos** no solo beneficia a los padres al proporcionarles herramientas y **apoyo** para enfrentar los desafíos de la crianza, sino que también tiene un impacto profundo y duradero en el desarrollo y el bienestar de su primer hijo. Fomenta **relaciones saludables**, la comunicación efectiva y un entorno emocionalmente seguro que contribuye a un crecimiento saludable y una vida llena de **amor y respeto**.

Benchmarking



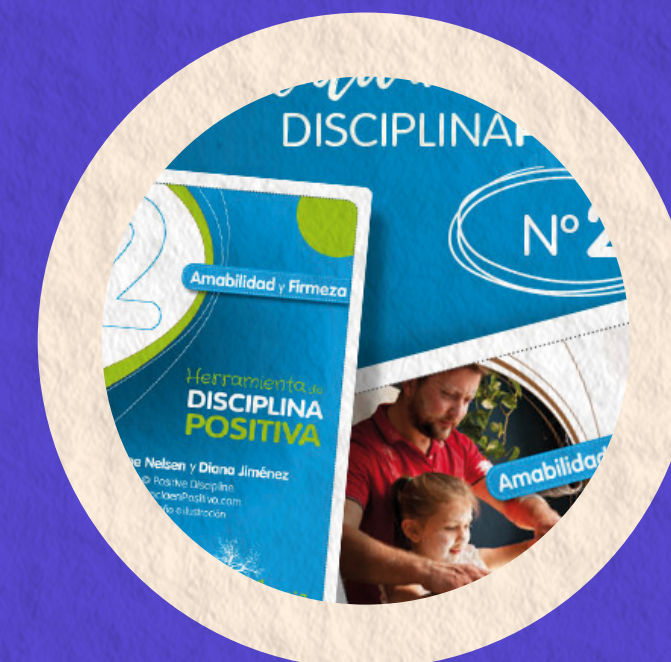
Formados
#educarsinmiedo
Aprender y educarse sobre la educación respetuosa en los infantes.

15/20



Infancia en positivo
Es un juego que enseña a los padres sobre como diciplinar desde una alternativa más sana.

17/20



Infancia en positivo
Aprender y educarse sobre la educación respetuosa en los infantes.

19/20

Requerimientos de **Diseño**

Estético-Comunicativo

Generar un vinculo emocional con los personajes hechos para el producto

Estilo grafico proporcionado en el producto

Funcional-Operativo

Generar un espacio donde el producto se pueda comercializar

Promoción del producto a través de diferentes plataformas y que pueda ser accesible para el usuario

Tecno-Productivo

Uso de la comunicación representativa del producto

Productos resisistentes con el tiempo

Insights

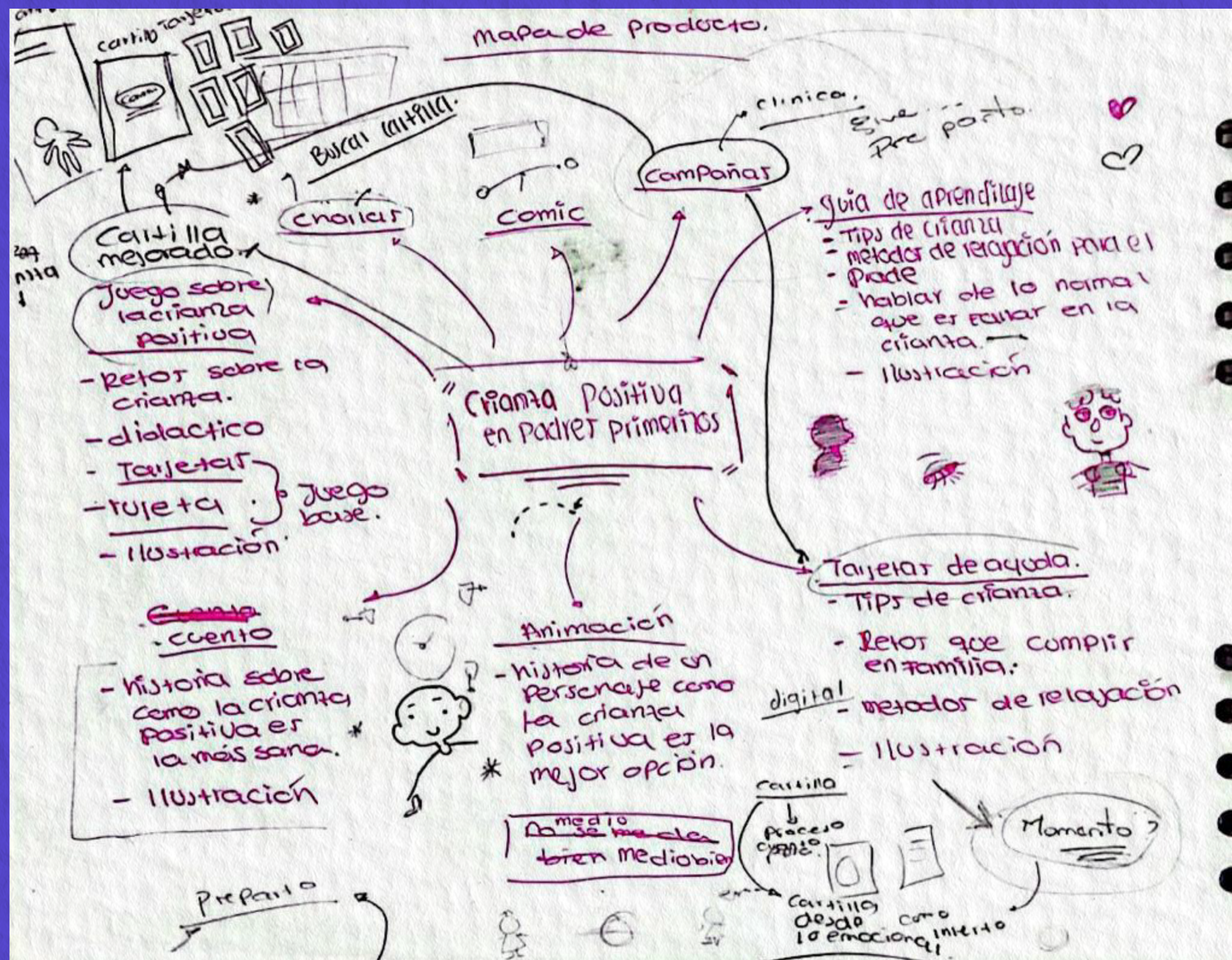
“**Base** del desarrollo emocional del niño”

“Es fundamental la **comunicación, instrucciones claras**, por qué y explicarle”

“Vínculos **efectivos**”



Sistema de producto



Propuestas de productos

- Animación
- Cuento
- ✓ cartilla-Tarjetas de ayuda
- Estrategia de concientización.

Criterios de evaluación

- Agradable
- Coherente
- Creativo

Naming

Crianza Amor

Crianza

Amor

≡ Foodpaker ≡

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn
Ññ Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz
123456789 i?=-)(&%\$#"!|

Lato

Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm
Nn Ññ Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx
Yy Zz

Colores

Hogar

acogedor

calma

serenidad

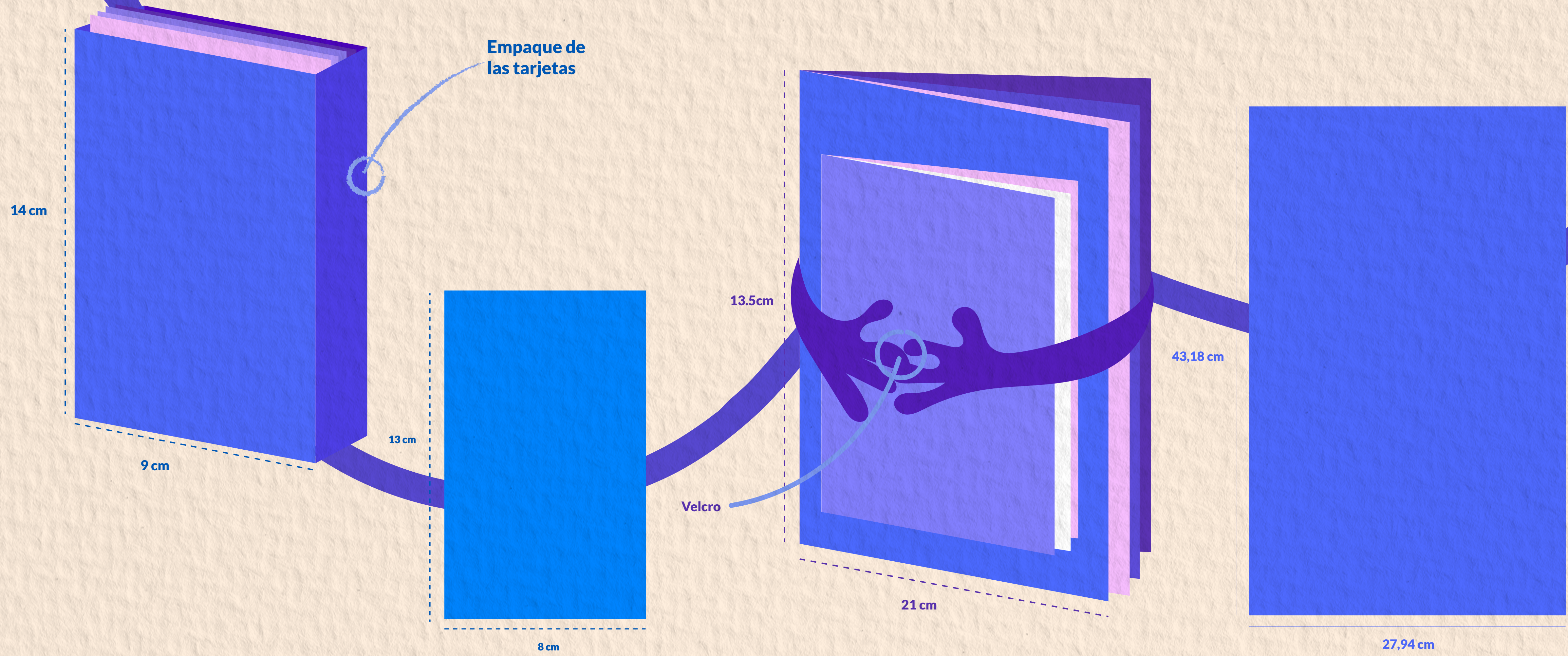
f2982e

fff3bc

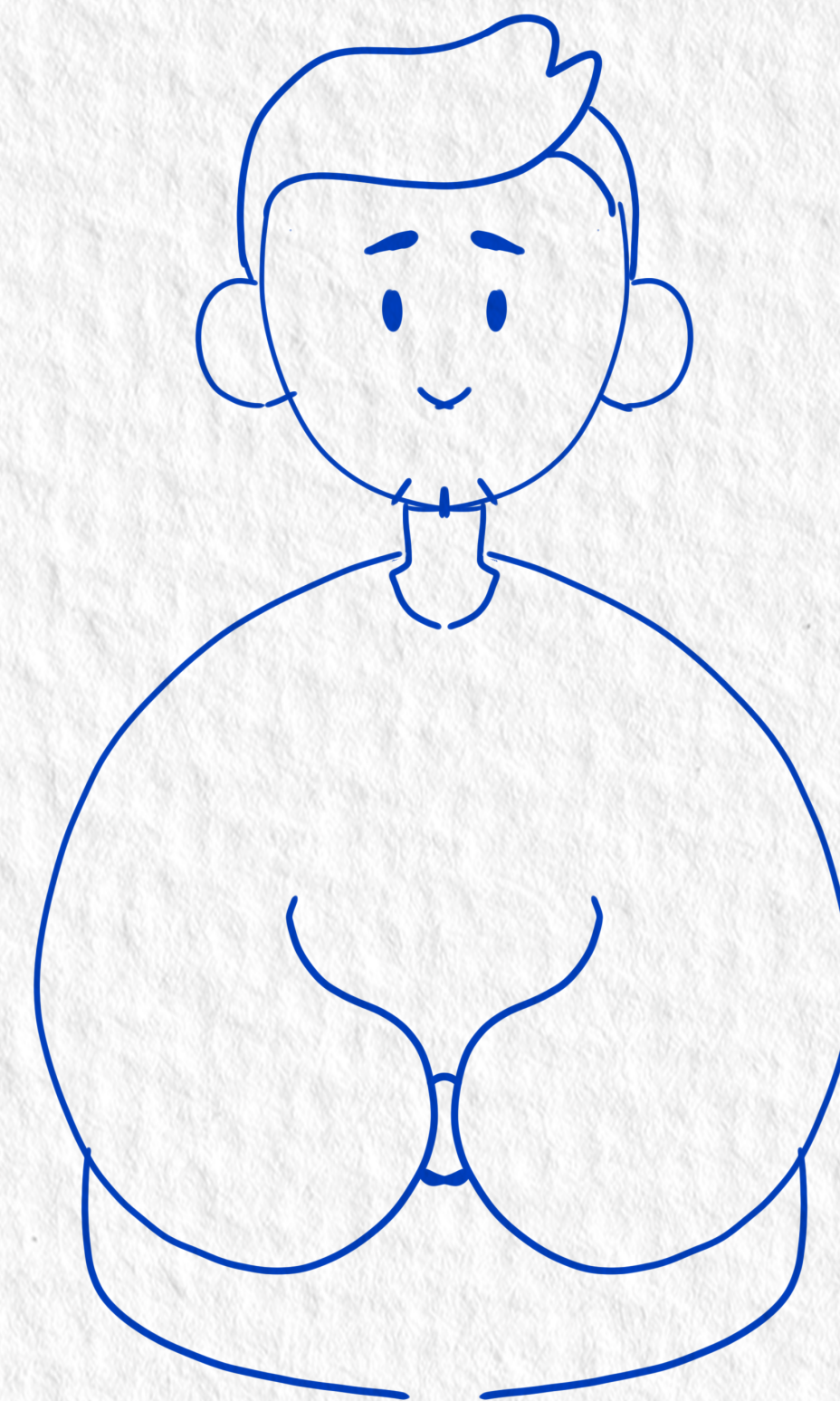
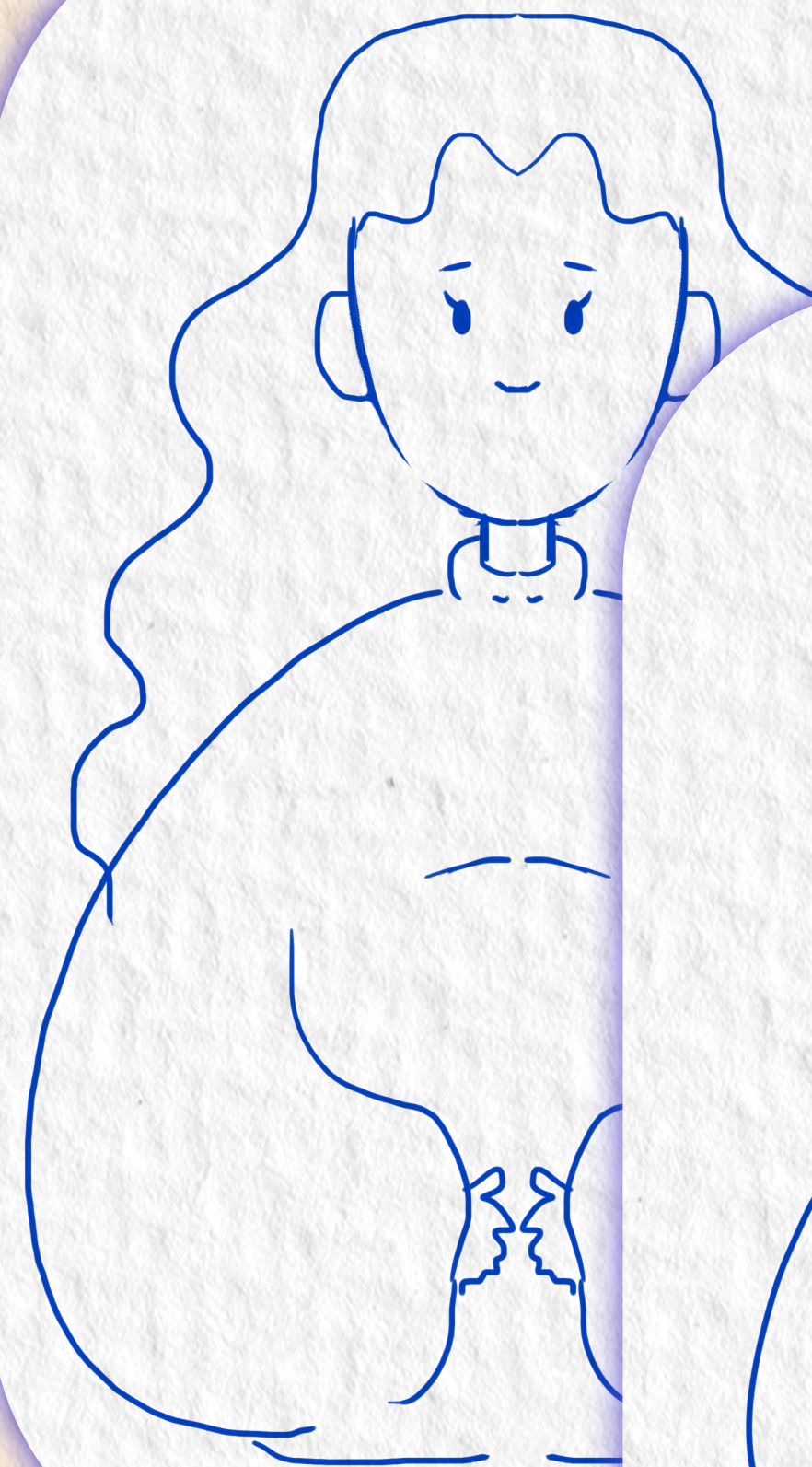
439dd6

3f4d89

Sistema de producto



Sistema de **producto**

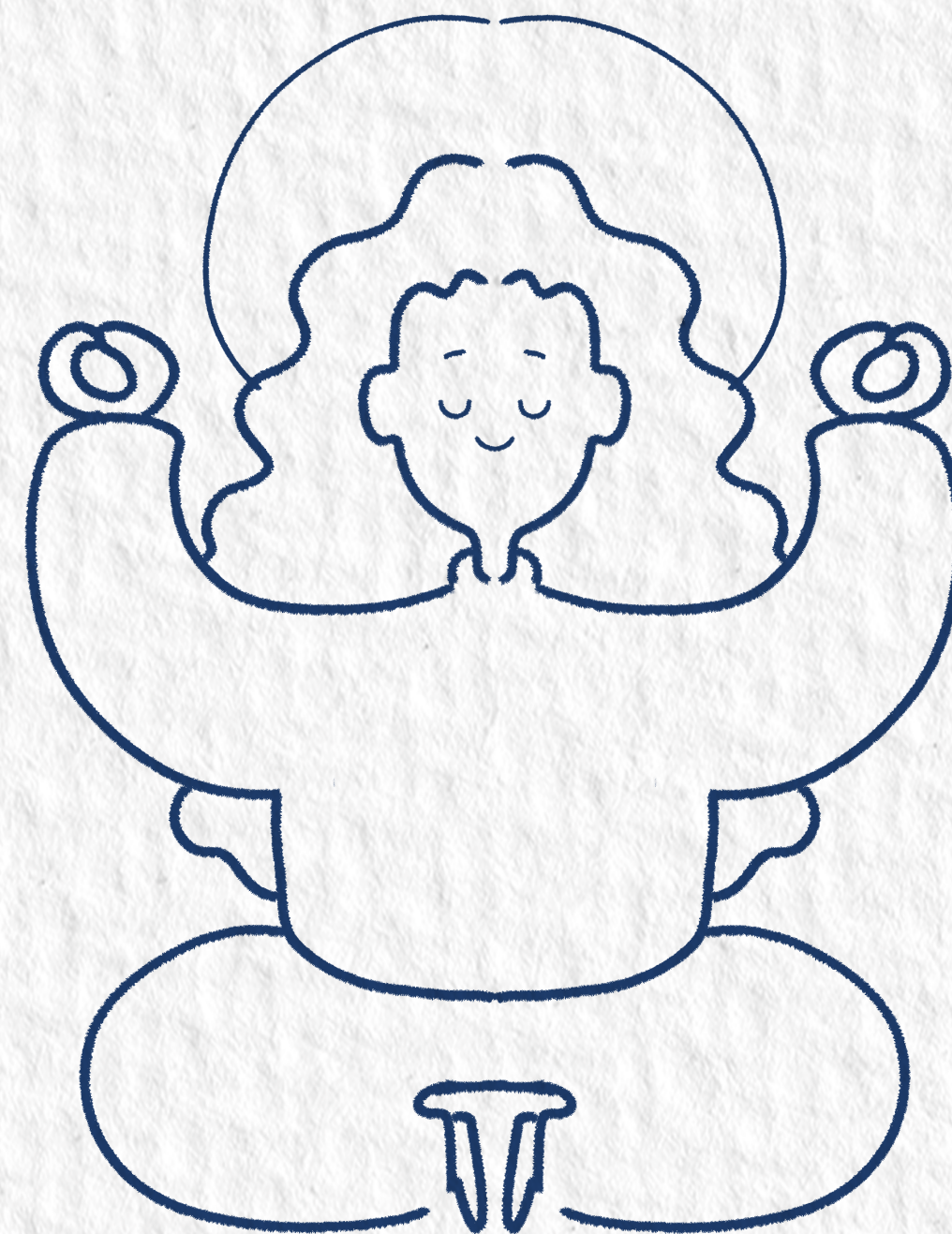


Sistema de **producto**

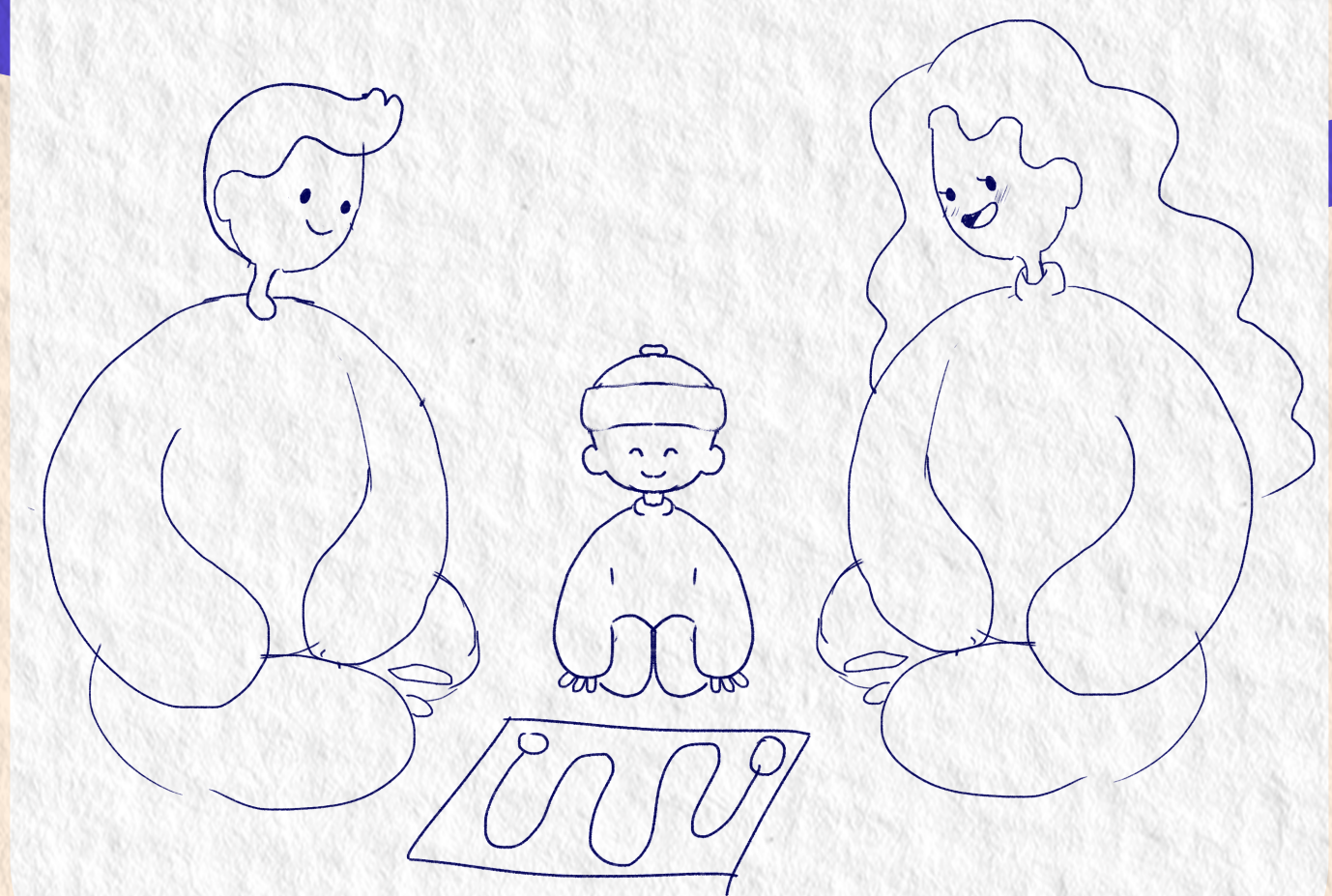
Empty rectangular box for labeling the first stage.



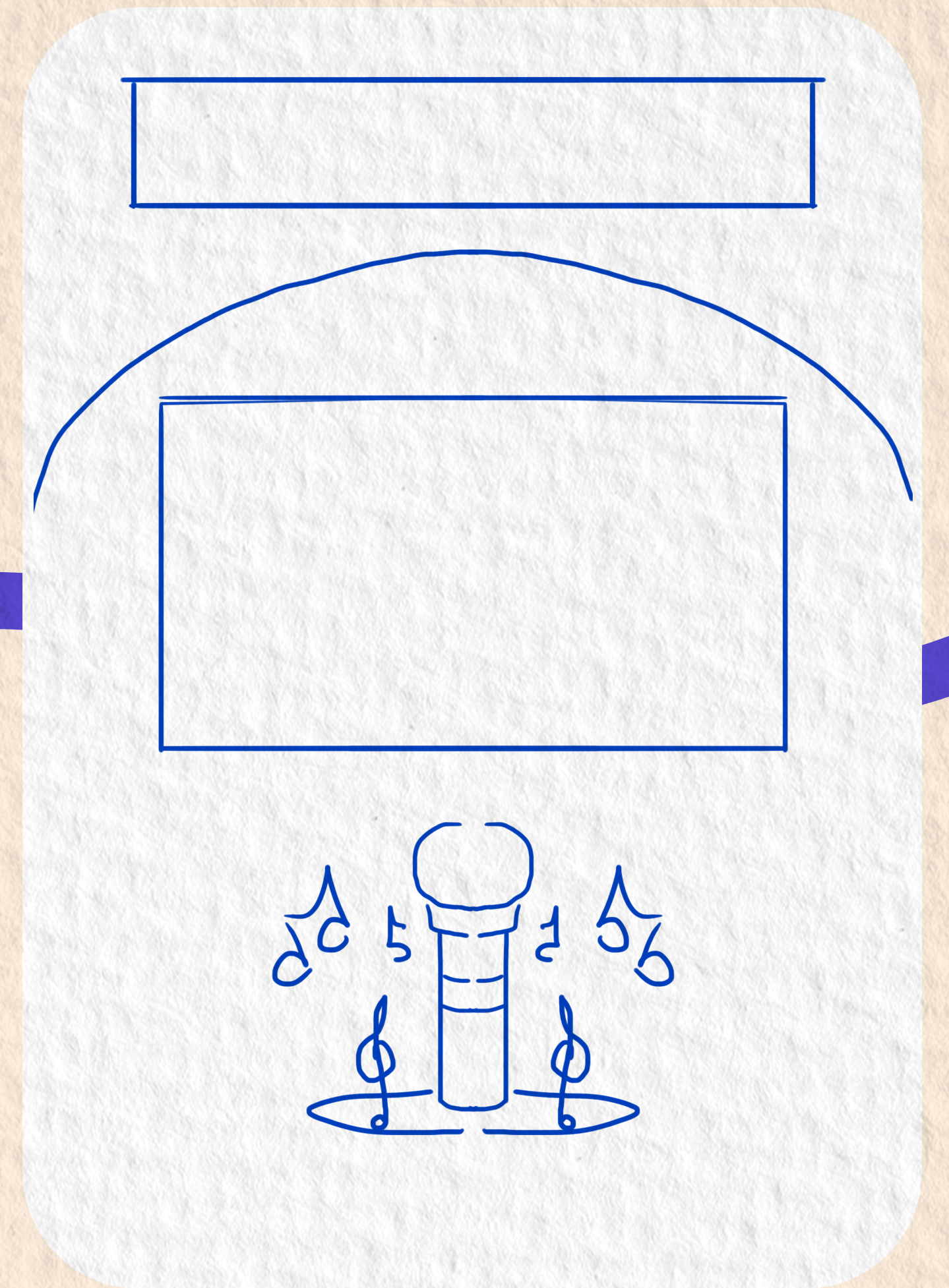
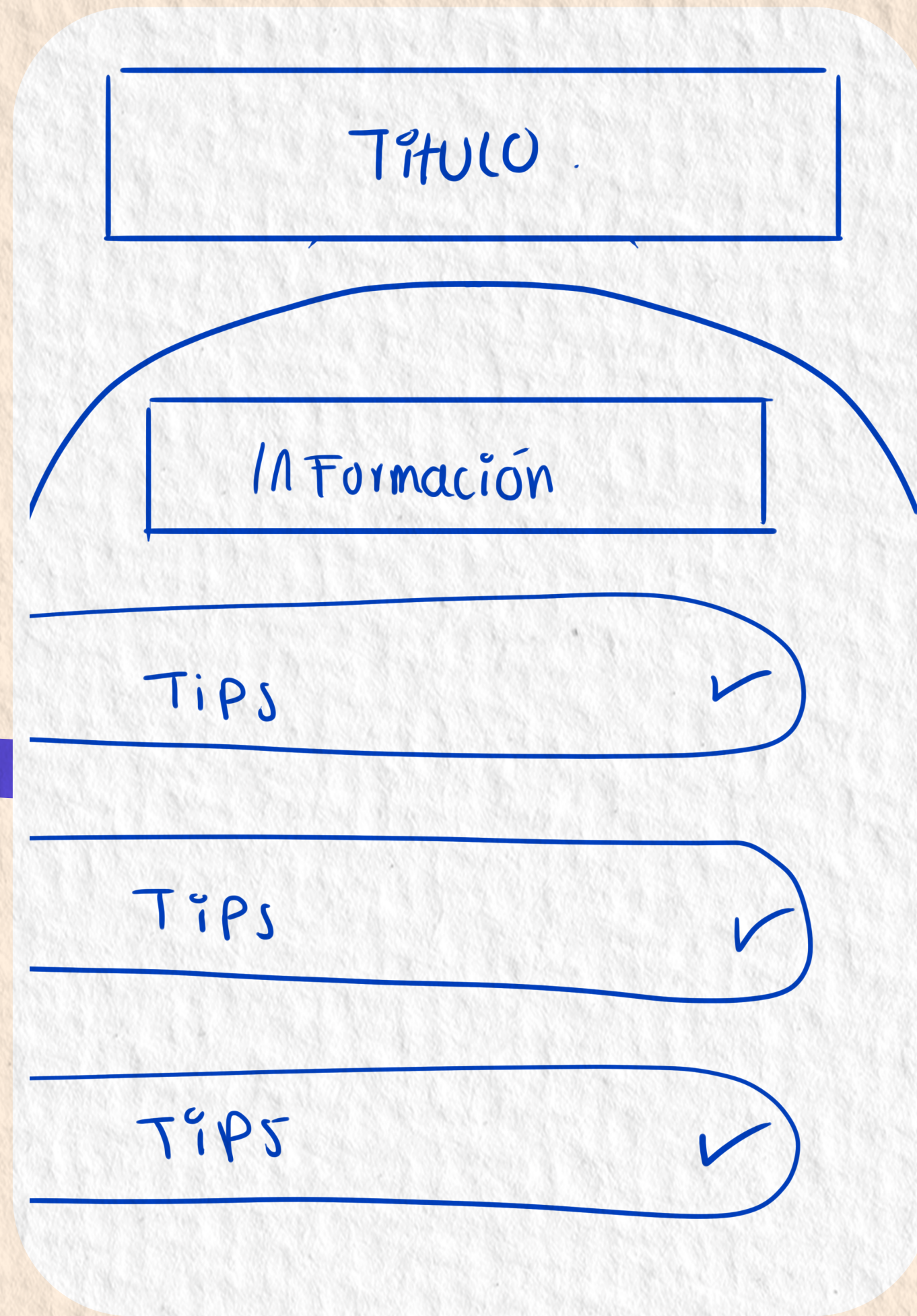
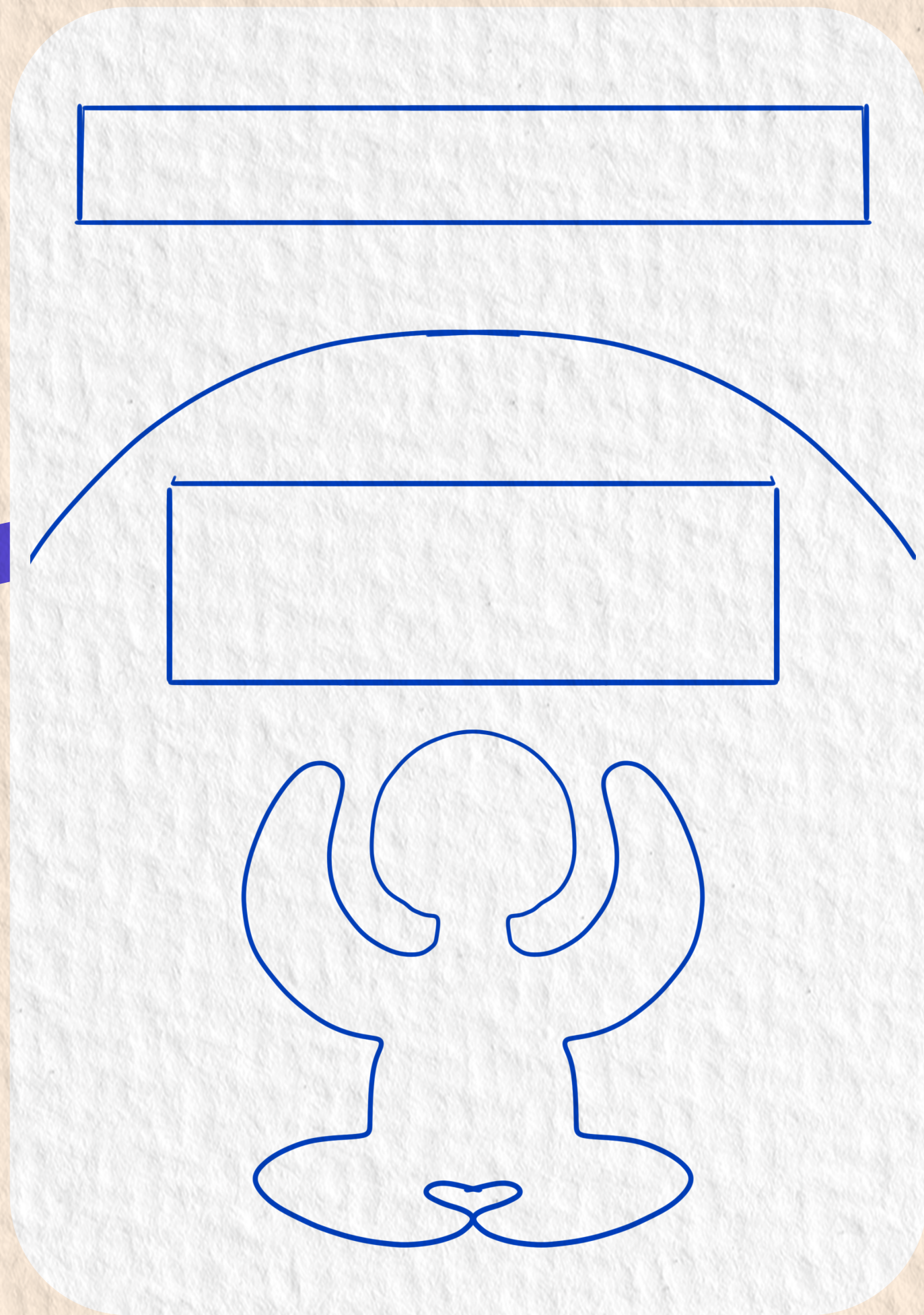
Empty rectangular box for labeling the second stage.



Empty rectangular box for labeling the third stage.



Sistema de producto



Sistema de **producto**



Sistema de producto

Postura del Loto

Si tienes la flexibilidad para hacerlo, sentarte en la postura del loto es una excelente posición para la meditación y la relajación profunda.



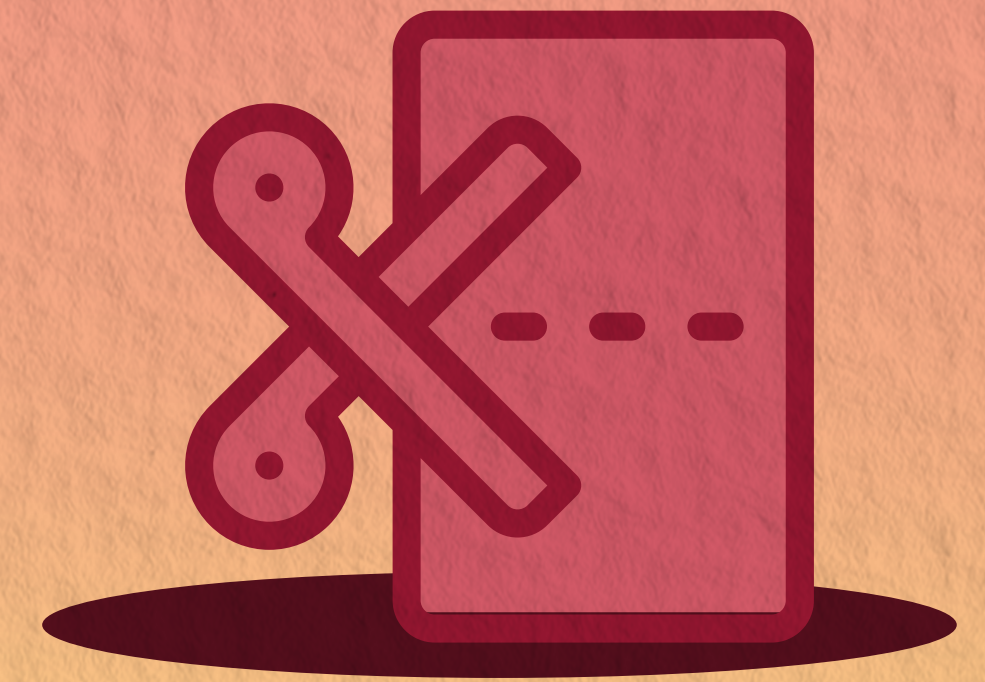
Reuniones Familiares

Las reuniones familiares son esenciales pero pueden ser desafiantes. Los niños menores de cuatro años pueden no estar listos. Un plan de entrenamiento para estas reuniones incluye:

- ✓ Introduce "**La Agenda**". Permite a los niños escribir problemas o peticiones. No intentes resolverlos aún.
- ✓ Informa que la próxima semana se centrarán en "**Cumplidos**". La agenda estará en la nevera para que todos puedan agregar cosas durante la semana.
- ✓ Fomenta la colaboración y la comunicación, pero no insistas. Aprende a usar la agenda como herramienta para abordar problemas familiares.

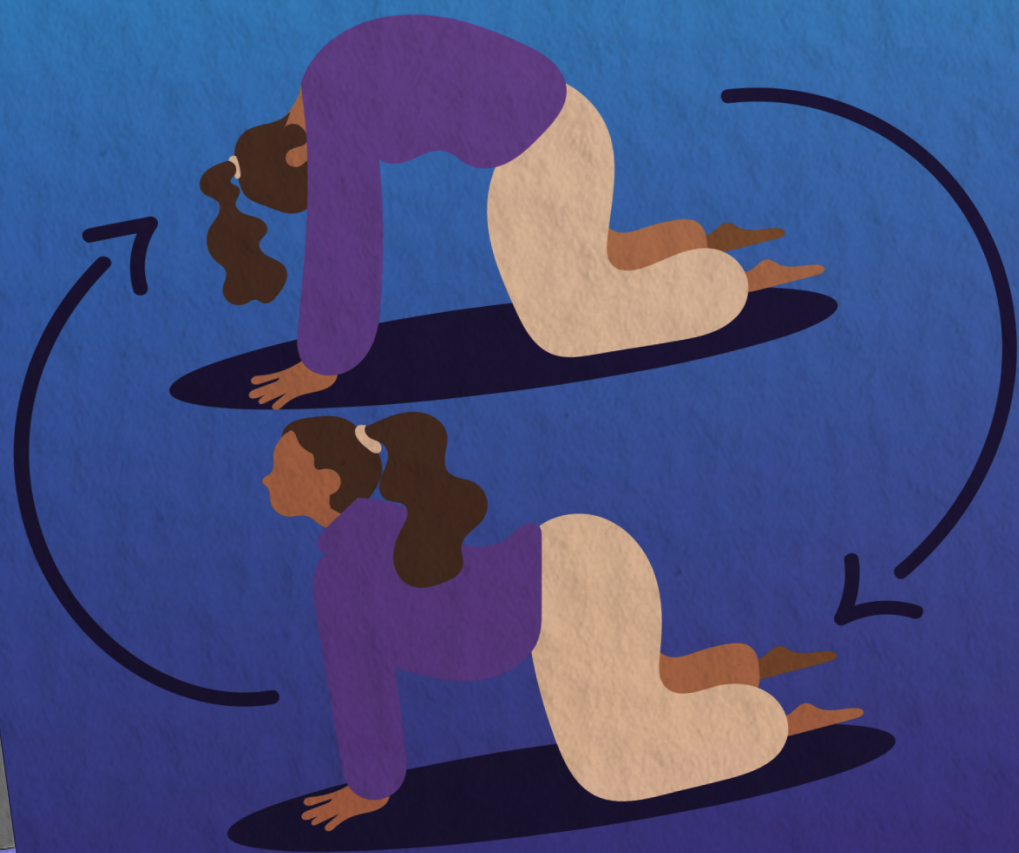
Competencia de manualidades

Den rienda suelta a su creatividad y hagan manualidades juntos, como pintura, collage o construcción de objetos.



Postura del Gato-Vaca

En posición de cuatro patas, alterna entre arquear la espalda hacia arriba (gato) y curvarla hacia abajo (vaca) en un movimiento suave y rítmico.



Postura del Perro Boca Abajo

Estira todo el cuerpo hacia arriba desde una posición de cuatro patas, formando una "V" invertida. Esta postura estira la espalda, las piernas y los brazos.



Postura del Loto

Si tienes la flexibilidad para hacerlo, sentarte en la postura del loto es una excelente posición para la meditación y la relajación profunda.



Conexión antes que Corrección

La importancia de la conexión emocional en la crianza de los niños, ya que esta conexión no solo fomenta la confianza y seguridad en los niños.

- ✓ **Tiempo especial:** que tú que quieres pasar tiempo con tu hijo, él se afianzará la conexión.
- ✓ **Escuchar:** cuando lo escuchas con verdad, dejando a un lado lo que quieres decir y prestando atención a nuestro hijo al 100%.
- ✓ **Validar sentimientos:** sentir que validan nuestras emociones es clave para conectar.
- ✓ **Abrazos:** "Necesito un abrazo, ven a darme uno cuando estés listo". Sentir la conexión sin decir ni una palabra.

Errores

El temor a cometer errores guía muchos enfoques de crianza, ya que los padres anhelen hacer lo correcto y evitan juicios a través de medidas restrictivas o culpas. Esto puede no ser la estrategia más efectiva.

- ✓ **Comunicación abierta y comprensiva** es clave para entender a tu hijo, construir confianza y corregir errores de manera efectiva.
- ✓ **Enseñar, no castigar:** Explica el error y sus consecuencias, fomenta el aprendizaje y la responsabilidad en lugar de castigos.
- ✓ **Consistencia:** Mantén reglas y límites coherentes para que los niños entiendan las reglas y las consecuencias.

Reuniones Familiares

Las reuniones familiares son esenciales pero pueden ser desafiantes. Los niños menores de cuatro años pueden no estar listos. Un plan de entrenamiento para estas reuniones incluye:

- ✓ Introduce **"La Agenda"**. Permite a los niños escribir problemas o peticiones. No intentes resolverlos aún.
- ✓ Informa que la próxima semana se centrará en **"Cumplidos"**. La agenda estará en la nevera para que todos puedan agregar cosas durante la semana.
- ✓ Fomenta la colaboración y la comunicación, pero no insistas. Aprende a usar la agenda como herramienta para abordar problemas familiares.

Concurso de baile

Elijan canciones y muestren sus mejores movimientos de baile. Pueden asignar premios simbólicos por la creatividad.



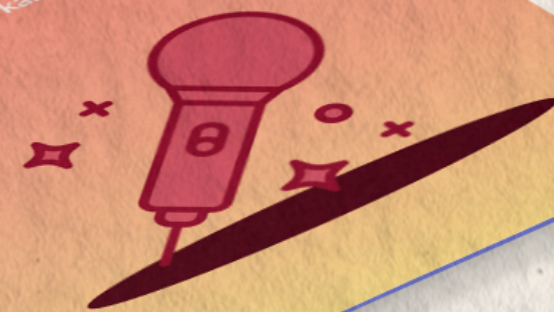
Competencia de manualidades

Den rienda suelta a su creatividad y hagan manualidades juntos, como pintura, collage o construcción de objetos.



Noche de karaoke

Canten sus canciones favoritas en una noche de karaoke en casa.

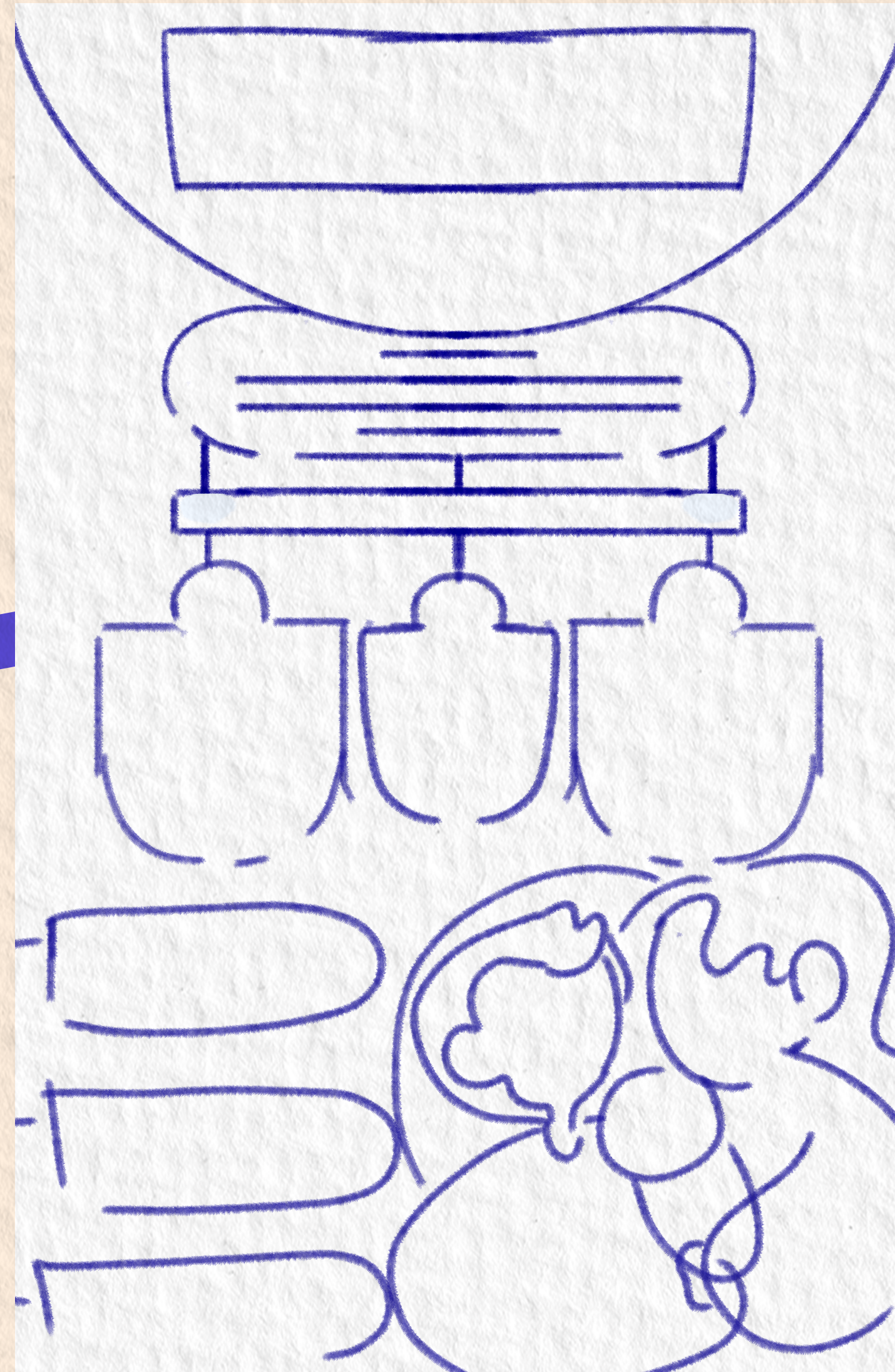


Dibujo ciego

Intenten dibujar una imagen sin mirar el papel, solo basándose en las descripciones de un miembro de la familia.



Sistema de **producto**



Poster

Sistema de producto

Mamá, Papá... ¿Qué son mis emociones?

Crianza positiva

La crianza positiva es un enfoque de educación sin violencia que busca promover un estilo de educación basado en normas, acuerdos y herramientas sin utilizar la violencia, tanto aquella que es claramente identificable como los golpes con objetos, como aquella considerada permitida como las palmadas.

¿cuáles son las estrategias para comenzar a aplicar la crianza positiva?



Acuerdos de crianza en familia:
Establecer acuerdos de crianza en la familia promueve la cohesión y evita conflictos, permitiendo que la autoridad paterna se ejerza de manera positiva y efectiva.



Practicar la disciplina positiva:
Guía a los niños en lugar de castigar, usando estrategias como distracción, redirección y resolución de problemas para desarrollar autorregulación y toma de decisiones.



Buscar apoyo y formación:
Para una crianza positiva, buscar apoyo y formación en grupos de padres, libros, cursos y profesionales es esencial para superar desafíos y facilitar una crianza más sencilla y menos frustrante.

cuáles son las consecuencias de la crianza negativa

Baja autoestima:

La crianza violenta o negligente puede llevar a una baja autoestima y falta de confianza en niños.



Problemas emocionales:

Cuando son criados con violencia o negligencia pueden desarrollar problemas emocionales, como la ansiedad, la depresión y el estrés.



Dificultades en las relaciones interpersonales:

pueden tener dificultades para establecer relaciones interpersonales saludables y duraderas.



Mamá, Papá... ¿Qué son mis emociones?

La crianza positiva es un enfoque de educación basado en normas, acuerdos y herramientas sin utilizar la violencia, tanto aquella que es claramente identificable como las palmadas, golpes con objetos, como aquella considerada permitida como las palmadas.

Crianza positiva

¿cuáles son las estrategias para comenzar a aplicar la crianza positiva?

Buscar apoyo y formación:
Para una crianza positiva buscar apoyo y formación en grupos de padres, libros, cursos y profesionales es esencial para superar desafíos y facilitar una crianza más sencilla y menos frustrante.

Practicar la disciplina positiva:
Guía a los niños en lugar de castigar, usando estrategias como distracción, redirección y resolución de problemas para desarrollar autorregulación y toma de decisiones.

Acuerdos de crianza en familia:
Establecer acuerdos de crianza en la familia promueve la cohesión y evita conflictos, permitiendo que la autoridad paterna se ejerza de manera positiva y efectiva.

cuáles son las consecuencias de la crianza negativa

Baja autoestima:
La crianza violenta o negligente puede llevar a una baja autoestima y falta de confianza en niños.

Problemas emocionales:
Cuando son criados con violencia o negligencia pueden desarrollar problemas emocionales como la ansiedad, la depresión y

Dificultades en las relaciones interpersonales:
pueden tener dificultades para establecer relaciones interpersonales saludables y duraderas.



Mamá, Papá... ¿Qué son mis emociones?

Crianza positiva

La crianza positiva es un enfoque de educación sin violencia que busca promover un estilo de educación basado en normas, acuerdos y herramientas sin utilizar la violencia, tanto aquella que es claramente identificable como los golpes con objetos, como aquella considerada permitida como las palmadas.

¿cuáles son las estrategias para comenzar a aplicar la crianza positiva?



Acuerdos de crianza en familia: Establecer acuerdos de crianza en la familia promueve la cohesión y evita conflictos, permitiendo que la autoridad paterna se ejerza de manera positiva y efectiva.



Practicar la disciplina positiva: Guía a los niños en lugar de castigar, usando estrategias como distracción, redirección y resolución de problemas para desarrollar autorregulación y toma de decisiones.



Buscar apoyo y formación: Para una crianza positiva, buscar apoyo y formación en grupos de padres, libros, cursos y profesionales es esencial para superar desafíos y facilitar una crianza más sencilla y menos frustrante.

cuáles son las consecuencias de la crianza negativa

Baja autoestima:

La crianza violenta o negligente puede llevar a una baja autoestima y falta de confianza en niños.



Problemas emocionales:

Cuando son criados con violencia o negligencia pueden desarrollar problemas emocionales, como la ansiedad, la depresión y

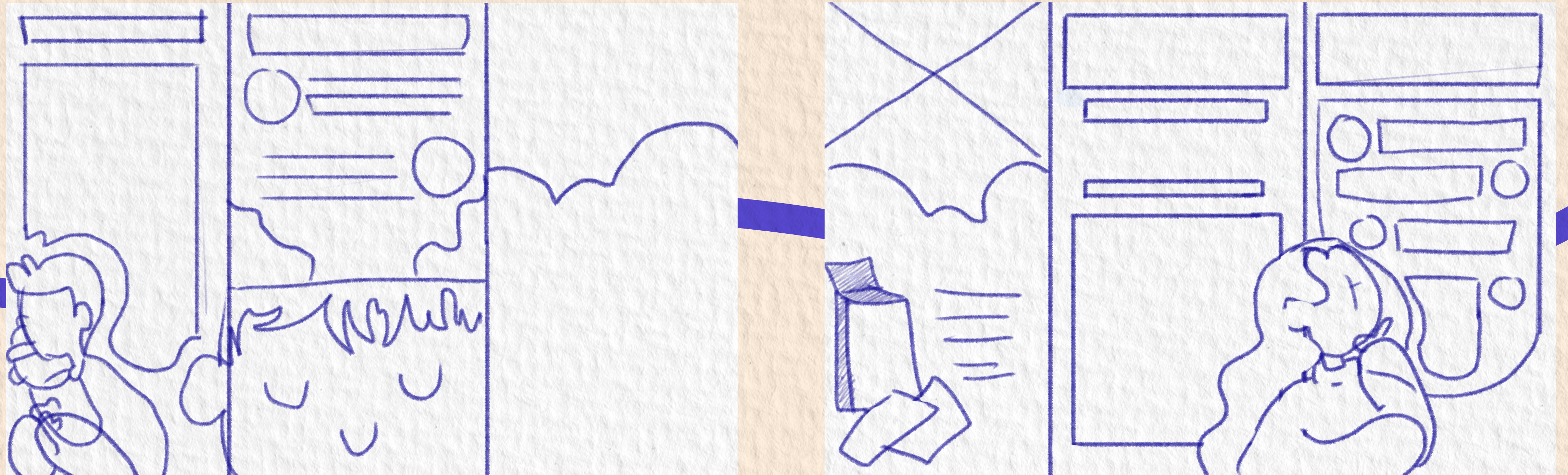


Dificultades en las relaciones interpersonales:

pueden tener dificultades para establecer relaciones interpersonales saludables y duraderas.



Sistema de **producto**



Folleto

Sistema de producto

Mamá, Papá... ¿Qué son mis emociones?

La base del desarrollo
emocional del niño

¿Qué es la crianza positiva?

La crianza positiva es un enfoque de educación sin violencia que busca promover un estilo de educación basado en normas, acuerdos y herramientas sin utilizar la violencia, tanto aquella que es claramente identificable como los golpes con objetos, como aquella considerada permitida como las palmadas. La crianza positiva se trata de crear una relación basada en respeto mutuo entre el cuidador y el niño, y se basa en comunicación clara.

Cuando comunicamos claramente nuestras expectativas y razonamiento, los niños pueden cumplir mejor con nuestras expectativas y sentirse exitosos. La crianza positiva viene con grandes beneficios para los niños, como un mayor crecimiento emocional, una mejor autoestima y bienestar mental, y es más probable que crean en sus propias habilidades, habilidades para el juego y la creatividad.

¿cuáles son las estrategias para comenzar a aplicar la crianza positiva?



Lograr acuerdos de crianza en familia: Establecer acuerdos de crianza en la familia promueve la cohesión y evita conflictos, permitiendo que la autoridad paterna se ejerza de manera positiva y efectiva.

Enseñar con amor:

Es importante enseñar a los niños con amor y no con órdenes ni imposiciones. La comunicación ha de estar presente desde el inicio.



Practicar la disciplina positiva:

Guía a los niños en lugar de castigar, usando estrategias como distracción, redirección y resolución de problemas para desarrollar autorregulación y toma de decisiones.

Buscar apoyo y formación:

Para una crianza positiva, buscar apoyo y formación en grupos de padres, libros, cursos y profesionales es esencial para superar desafíos y facilitar una crianza más sencilla y menos



cuáles son las consecuencias de la crianza negativa

La crianza negativa puede tener consecuencias negativas en el desarrollo emocional y psicológico de los niños. Algunas de las consecuencias de la crianza negativa incluyen:

Baja autoestima: La crianza violenta o negligente puede llevar a una baja autoestima y falta de confianza en niños.

Problemas de comportamiento: La crianza violenta o negligente puede causar problemas de comportamiento en niños, como agresividad, rebeldía y falta de respeto hacia los demás.

Problemas emocionales: Los niños que son criados con violencia o negligencia pueden desarrollar problemas emocionales, como la ansiedad, la depresión y el estrés.

Dificultades en las relaciones interpersonales: Los niños que son criados con violencia o negligencia pueden tener dificultades para establecer relaciones interpersonales saludables y duraderas.

Falta de habilidades sociales y emocionales: La crianza violenta o negligente puede resultar en la falta de habilidades sociales y emocionales en niños, incluyendo empatía, resolución de conflictos y autorregulación.

¿cómo se puede adaptar la crianza positiva a diferentes estilos de personalidad?

La **crianza positiva** se puede adaptar a diferentes estilos de personalidad de los niños. A continuación, se presentan algunas estrategias para adaptar la crianza positiva a diferentes estilos de personalidad:

Entender la personalidad del niño: Cada niño es único y tiene necesidades, pensamientos y actitudes diferentes. Conocer los intereses, motivaciones y la personalidad de tu hijo te permitirá adaptar las estrategias y técnicas adecuadas para él.

Establecer límites claros: Los niños necesitan límites claros y coherentes, pero la forma en que se establecen estos límites puede variar según la personalidad del niño. Por ejemplo, algunos niños pueden necesitar más explicaciones y diálogo para entender por qué se establecen ciertos límites.



Mamá, Papá...
¿Qué son mis
emociones?
La base del desarrollo
emocional del niño



cuáles son las consecuencias de la **crianza negativa**

La crianza negativa puede tener consecuencias negativas en el desarrollo emocional y psicológico de los niños. Algunas de las consecuencias de la crianza negativa incluyen:

Baja autoestima: La crianza violenta o negligente puede llevar a una baja autoestima y falta de confianza en niños.

Problemas de comportamiento: La crianza violenta o negligente puede causar problemas de comportamiento en niños, como agresividad, rebeldía y falta de respeto hacia los demás.

Problemas emocionales: Los niños que son criados con violencia o negligencia pueden desarrollar problemas emocionales, como la ansiedad, la depresión y el estrés.

Dificultades en las relaciones interpersonales: Los niños que son criados con violencia o negligencia pueden tener dificultades para establecer relaciones interpersonales saludables y duraderas.

Falta de habilidades sociales y emocionales: La crianza violenta o negligente puede resultar en la falta de habilidades sociales y emocionales en niños, incluyendo empatía, resolución de conflictos y autorregulación.



¿cómo se puede adaptar la crianza positiva a diferentes **estilos de personalidad?**

La **crianza positiva** se puede adaptar a diferentes estilos de personalidad de los niños. A continuación, se presentan algunas estrategias para adaptar la crianza positiva a diferentes estilos de personalidad:

Entender la personalidad del niño: Cada niño es único y tiene necesidades, pensamientos y actitudes diferentes. Conocer los intereses, motivaciones y la personalidad de tu hijo te permitirá adaptar las estrategias y técnicas adecuadas para él.

Establecer límites claros: Los niños necesitan límites claros y coherentes, pero la forma en que se establecen estos límites puede variar según la personalidad del niño. Por ejemplo, algunos niños pueden necesitar más explicaciones y diálogo para entender por qué se establecen ciertos límites.



Mamá, Papá... ¿Qué son mis emociones?

La base del desarrollo
emocional del niño



¿cuáles son las estrategias para comenzar a aplicar la crianza positiva?



Lograr acuerdos de crianza en familia:

Establecer acuerdos de crianza en la familia promueve la cohesión y evita conflictos, permitiendo que la autoridad paterna se ejerza de manera positiva y efectiva.

Enseñar con amor:

Es importante enseñar a los niños con amor y no con órdenes ni imposiciones. La comunicación ha de estar presente desde el inicio.



Practicar la disciplina positiva:

Guía a los niños en lugar de castigar, usando estrategias como distracción, redirección y resolución de problemas para desarrollar autorregulación y toma de

Buscar apoyo y formación:

Para una crianza positiva, buscar apoyo y formación en grupos de padres, libros, cursos y profesionales es esencial para superar desafíos y facilitar una crianza más sencilla y menos



Validación

● Público

Dos madres de entre 26 y 28 años, con un período de gestación de 7 a 8 meses.

● Objetivo

Validar la información y el diseño de las tarjetas y el folleto con el objetivo de asegurar la claridad del contenido para las madres.

● Técnica

Impresión tarjetas y folleto.

● Hallazgos

Durante el proceso de validación, consulté a las madres acerca de sus impresiones con respecto al material proporcionado, prestando especial atención a aspectos como la disposición visual, la elección de tipografía y la coherencia general del contenido. Las madres expresaron su aprecio por el sistema del producto y destacaron la claridad y concisión de la información proporcionada. En cuanto a las recomendaciones, señalaron que el logo, en particular la letra "O", podría mejorarse para evitar confusiones con otra vocal. Además, sugirieron que las tarjetas de relajación incluyeran un tiempo estimado para cada ejercicio, lo que facilitaría su incorporación en la rutina diaria



Conclusión

El enfoque principal recae en la relevancia de la crianza positiva y sus ventajas. La evaluación con madres ha señalado oportunidades de mejora, especialmente en el diseño del logo y la inclusión de tiempos estimados en las tarjetas de relajación. En términos generales, se reconoce la vital importancia de la crianza positiva y se trabaja en la optimización del producto para ofrecer una experiencia más efectiva.



Recomendaciones

Para futuras mejoras, se recomienda rediseñar el logo para hacerlo más distintivo, especialmente la letra "O", y añadir tiempos estimados en las tarjetas de relajación. Además, es fundamental mantener una comunicación constante con los usuarios, realizar pruebas de usabilidad y colaborar con profesionales de la salud para fortalecer la utilidad del producto. Estas acciones se enfocan en satisfacer de manera efectiva las necesidades de las madres y otros usuarios en el futuro.



Agradecimientos

Laura Pérez
Danna Tangarife
Lucas Prieto
Eligth Rosales
Sofia Ortiz
Ana Isabel
Camila Urdinola
Ana Arenas

Referentes

FRANCO, Leopoldo Vega. Importancia de fomentar el vínculo de apego en la infancia. Revista mexicana de pediatría, 2010, vol. 77, no 3, p. 103-104.

Investigaciones - intrafamiliar / Instituto CISALVA / Universidad del Valle (Cali, Colombia). (s. f.).<https://prevencionviolencia.univalle.edu.co/investigaciones/intrafamiliar/infantil.htm>

IPsicologicamente. (2020, 19 marzo). Emociones ¿Qué son y para qué sirven? PLM | Terapia Psicológica Online. Psicologicamente Online | Terapia Psicológica Online. <https://www.psicologicamenteonline.com/emociones-que-son-y-para-que-sirven/>

Paolini, C. I. (2017). DESARROLLO COGNITIVO EN LA PRIMERA INFANCIA: INFLUENCIA DE LOS FACTORES DE RIESGO BIOLÓGICOS Y AMBIENTALES. <https://www.re-dalyc.org/journal/3396/339655686008/html/>

Goleman, D., Times, N. Y., Goleman, D., Times, N. Y., Goleman, D., & Times, N. Y. (1984, 28 junio). La importancia de las emociones en la primera infancia. El País. https://elpais.com/diario/1984/06/29/sociedad/457308008_850215.html?event=go&%20event_log=go&prod=REGCRARTCLB&o=cerradoclb

AzeDigital. (2023). Leticia Garcés Larrea - Padres formados. Padres Formados. <https://padresformados.es/leticia-garces-larrea/>

Libretexts. (2022). 1.1: Influencias en la crianza. LibreTexts Español. [https://espanol.libretexts.org/Ciencias_Sociales/Libro%3A_Problemas_de_crianza_y_diversidad_familiar_\(Lang\)/01%3A_Conceptos_clave/01.1%3A_Influencias_en_la_crianza](https://espanol.libretexts.org/Ciencias_Sociales/Libro%3A_Problemas_de_crianza_y_diversidad_familiar_(Lang)/01%3A_Conceptos_clave/01.1%3A_Influencias_en_la_crianza)

Mendo-Lázaro, S., Del Río, M. I. P., Bullón, F. F., Castaño, E. F., & Del Barco, B. L. (2020). Prácticas parentales: un estudio comparado en adolescentes portugueses y españoles. Universitas Psychologica. <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy18-4.ppec>

Katsantonis, I., & Symonds, J. (2023). Population heterogeneity in developmental trajectories of internalising and externalising mental health symptoms in childhood: Differential effects of parenting styles. Epidemiology and Psychiatric Sciences, 32. <https://doi.org/10.1017/s2045796023000094>

País, E. (2023, 17 mayo). Crianza severa aumenta el riesgo de que los niños desarrollen problemas mentales, según estudio. Noticias de Cali, Valle y Colombia - Periodico: Diario El País. <https://www.elpais.com.co/salud/crianza-severa-aumenta-el-riesgo-de-que-los-ninos-desarrollen-problemas-mentales-segun-estudio.html>

Investigaciones - intrafamiliar / Instituto CISALVA / Universidad del Valle (Cali, Colombia). (s. f.-b). <https://prevencionviolencia.univalle.edu.co/investigaciones/intrafamiliar/infantil.html>