ARTYM

• EL VALOR DE TU AUTOESTIMA •

UNIVERSIDAD
EL BOSQUE

Facultad de Creación y Comunicación

Proyecto de grado:
Diseño salud e interacción
2019

"La Universidad El Bosque, no se hace responsable de los conceptos emitidos por los investigadores en su trabajo, solo velará por el rigor científico, metodológico y ético del mismo en aras de la búsqueda de la verdad y la justicia"

Herramienta para la construcción y/o mejora del autoestima en adolescentes.

Estudiante

Vivian Giseth Ariza Hernandez

Director de proyecto

MSc. Di. Camilo Ramírez Nates

Facultad de Creación y Comunicación
Universidad El Bosque

Agradecimientos

Primeramente quiero agradecerle a mis padres y mi hermano por brindarme la oportunidad y el apoyo en cada momento de este proceso de formación, muy seguramente no estaría culminando esta etapa sin ellos. Así mismo, agradecerle a mi director de tesis Camilo Ramírez por su guía y acompañamiento en el desarrollo de este proyecto, y por último, a cada una las personas que se vieron involucradas y que ayudaron para la culminación de este.

Contenido

RESUMEN
ABSTRACT

INTRODUCCIÓN
1.1 ¿Qué es ARTYM? 10
1.2 Objetivo general 10
1.3 Objetivos específicos 10
1.4 Justificación 11
1.4.1 Justificación social 11
1.4.2 Justificación económica 11
1.5 Límites y alcances del proyecto 11
1.6 Planteamiento del problema 11
1.7 Factibilidad 11
1.8 Pertinencia del diseño 12

USUARIO
2.1 Usuario 14

MARCO TEÓRICO
3.1 Autoestima 16
3.1.1 Alta autoestima 16
3.1.2 Baja autoestima 16
3.2 Arte terapia 16
3.2.1 Lenguajes artísticos y formas artísticas en el ámbito terapéutico 16
3.3 Adolescencia 17
3.4 Teoría del color 17

DESARROLLO CONCEPTUAL
4.1 Metodología de investigación 19
4.1.1 Entrevista 19
4.1.2 Conclusiones 20
4.2 Propuesta del producto 21
4.2.1 Brainstorming 21
4.2.2 Propuesta conceptual 21

DISEÑO
5.3 Comprobaciones 23
5.3.1 Proceso de prototipado y pruebas de usabilidad 23
5.3.2 Pruebas gráficas 24
5.3.3 Definición de detalles 25
5.4 Modelo final 26
5.4.1 Modelo 26
5.4.2 Empaque 28
5.4.3 Secuencia de uso 29
5.4.4 Materiales 30
5.5 Plan de negocio 31
5.5.1 Valor diferencial 31
5.5.2 Gestión de producto 31

ANEXOS

1. Planos

LISTA DE TABLAS E IMÁGENES

TABLAS

Tabla 1: Lenguajes artísticos y formas artísticas en el ámbito terapéutico ... 16

IMÁGENES

Figura 1. Adolescente - Baja autoestima 14
Figura 2. Primer prototipo 23
Figura 3. Propuestas de tamaño 23
Figura 4. Prueba de usabilidad de piezas y elementos para las actividades artística 23
Figura 5. Prueba de tamaño 24
Figura 6. Prueba libreta manos de una mujer 24
Figura 7. Prueba libreta manos de un hombre 24
Figura 8. Prueba tipografía 25
Figura 9. Modelo final 26
Figura 10. Empaque 27
Figura 11. Mini Yo 27
Figura 12. Libreta 27
Figura 13. Tarjetas 27
Figura 14. Calendario y manilla 27
Figura 15. Marcadores y plantillas 27
Figura . Valor diferencial 31

Resumen

La autoestima es el conjunto de pensamientos, ideas y juicios que afectan el modo en que una persona se ve así misma, pero esta no siempre es positiva. (Cocemfe, s.f). Los problemas de autoestima pueden afectar a cualquier persona de cualquier edad y es a partir de esta problemática que surgió este proyecto con el objetivo de generar una herramienta que ayude a la construcción y/o mejora del autoestima a través de elementos desarrollados a partir de conceptos de diseño que puedan ser aplicados en el arte terapia.

Para el desarrollo de este proyecto se trabajó en conjunto con psicólogos y personas con conocimientos en el arte terapia para lograr llegar a definir los objetos y herramientas necesarias para crear momentos ideales en las que se puedan realizar las actividades establecidas anteriormente. Así mismo, se realizaron las respectivas pruebas ergonómicas para definir las dimensiones ideales de las piezas diseñadas.

Como resultado de esta investigación surgió Artym, que cuenta con una guía y seguimiento de actividades, piezas en cerámica con las respectivas herramientas para la realización de los trabajos artísticos y finalmente objetos de ayuda para la recordación del proceso que se está llevando a cabo.

Artym es el único producto a nivel nacional enfocado en la aplicación del arte terapia para la construcción del autoestima. Con este se hicieron las respectivas pruebas que demostraron cómo se logra generar un espacio apto para que adolescentes entre los 16 y 21 años hagan uso de este.

Palabras claves: Autoestima, adolescencia, teoría del color, arte terapia

Abstract

Self-esteem is the set of thoughts, ideas and judgments that are used in the way that a person sees themself, but this is not always positive. The problems of self-esteem can affect anyone of any age and this problem that arise from this project with the aim of generating a tool that helps the construction and / or improvement of self-esteem through the elements from the Design concepts that can be applied in art therapy.

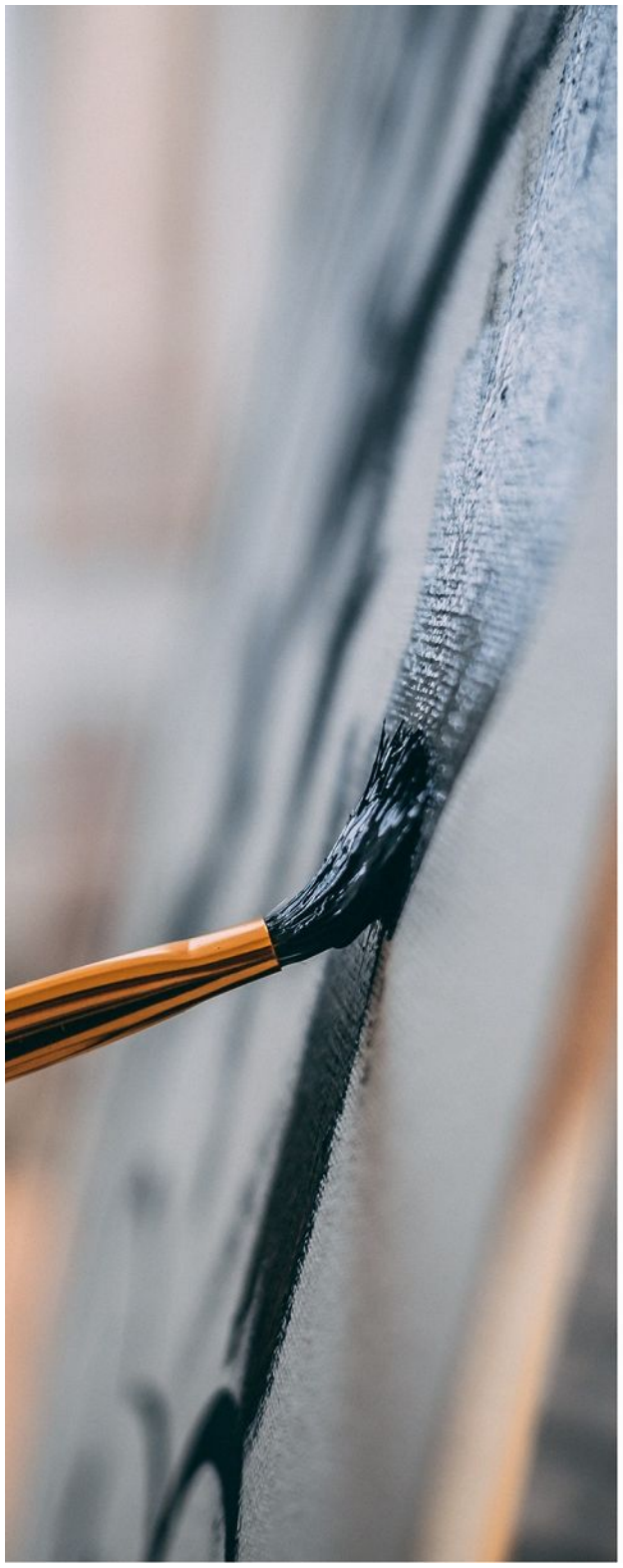
For the development of this project we work together with psychologists and people with knowledge in art to achieve the objectives and tools. Likewise, the respective ergonomic tests were carried out to define the ideal dimensions of the designed pieces.

As a result of this investigation arose Artym, which has a guide and monitoring of activities, ceramic pieces with the respective tools for the realization of artistic works and finally the objects of help for the recording of the process that is being carried out.

Artym is the only product nationwide focused on the application of art therapy for the construction of self-esteem. With this, the respective tests were carried out that demonstrated how it was possible to create an adequate space for adolescents between 16 and 21 years old.

Keywords: Self-esteem, adolescence, color theory

INTRODUCCIÓN



1.1 ¿Qué es ARTYM?

ARTYM es un producto diseñado para ayudar a personas con problemas de autoestima a través del arte terapia. Es el resultado de un proceso de investigación y desarrollo de proyecto de grado en la línea de salud e interacción.

El proceso que se lleva a cabo con ARTYM está dividido en 3 etapas, estas son: conócete, suelta y amate, y para cada etapa existen un grupo de cartas del respectivo color, con actividades correspondientes al momento del proceso en el que se encuentre. Así mismo, cuenta con una libreta que permite llevar un seguimiento de las actividades.

Al finalizar cada etapa se realiza una actividad artística final, donde la persona tendrá que decorar una pieza en cerámica con ayuda de los marcadores y plantillas que trae consigo. Adicionalmente cuenta con un calendario y una manilla que ayudan a organizar el tiempo para dedicar a la terapia y así mismo como recordatorio constante diario del proceso que se está llevando.

1.2 Objetivo General

Diseñar una herramienta que ayude a la construcción y/o mejora del autoestima en adolescentes entre los 16 y 21 años.

1.3 Objetivos Específicos

• Identificar las necesidades del usuario, productos ya implementados y posibles herramientas que puedan ser un insumo a este proyecto.

• Desarrollar un producto aplicable en la construcción del autoestima que funcione con o sin acompañamiento de un psicólogo o terapeuta.

• Validar el producto utilizando metodologías de usabilidad con el fin de identificar problemas que se puedan solucionar en un etapa futura.

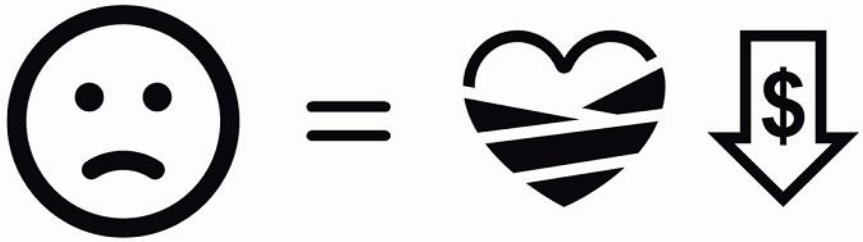
1.4 Justificación

1.4.1 Justificación Social

La importancia de tener una buena autoestima se centra en nuestro ser y en nuestra manera de ser, por lo tanto, si existen problemas de autoestimas pueden presentarse consecuencias en nuestra manera de estar y actuar en el mundo y de relacionarnos con los demás. Así mismo, algunas de las condiciones que presenta una persona con baja autoestima pueden llegar a convertirse en parte de muchas otras problemáticas que presenta el país, como lo son las problemáticas económicas. (europa.eu, 2013).

1.4.2 Justificación Económica

La falta de autoestima puede conllevar a distintas consecuencias como lo son insomnio, hipertensión, depresión, trastornos alimenticios, autolesiones y suicidio (Sánchez. L, 2018), que se han convertido en problemáticas económicas y de salud que enfrenta el país, puesto que estas se convierten en lesiones, hospitalizaciones y traumas emocionales y mentales que cuestan un gran porcentaje de dinero al sector de la salud y que así mismo afecta a la persona y su entorno social puesto que no todos cuentan con un soporte económico para costear estos gastos.



1.5 Límites y alcances del proyecto

• Se cuenta con dos semestres para la realización de este proyecto.

• Se necesita asesoramiento de psicólogos y expertos en el tema del arte terapia para el proceso de investigación.

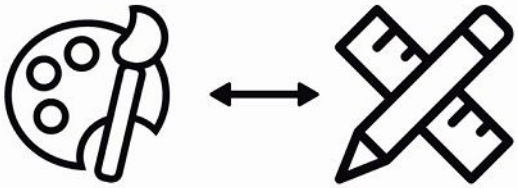
• Se propone la entrega de un prototipo escala 1:1 con el que se pueden hacer las respectivas pruebas ergonómicas y de usabilidad para la comprobación del proyecto.

1.6 Planteamiento del problema

La baja autoestima se ha convertido en una problemática muy común hoy en día que influye en niños, adolescentes y adultos, siendo la adolescencia una de las etapas más difíciles ya que conlleva una carga emocional más pesada pues es aquí donde se debería superar la búsqueda interna y alcanzar la madurez psicológica, pero que con problemas de autoestima difícilmente se llega a lograr. (Krauskopof, D, 1999).

1.8 Pertinencia del diseño

La intervención a partir del diseño permitirá la creación de piezas ergonómicamente funcionales que puedan ser usadas en el arte terapia, así mismo, se lograra diseñar un lenguaje gráfico que comunique y genere una identidad visual.



1.7 Factibilidad

La falta de productos tangibles diseñados para la construcción del autoestima es una oportunidad donde el diseño puede ser aplicado para generar herramientas 2D y 3D que sean consecuentes con las metodologías aplicadas por psicólogos o terapeutas y que permitan al usuario cierto nivel de autonomía para hacer uso de estas.

USUARIO

1.9 Usuario

Adolescente entre los 16 y 21 años, con problemas de autoestima, (ver figura 1). Algunas de las características de las personas que presentan baja autoestima son:

• No se aman, no se valoran y no se aprueban así mismas.

• No valoran sus talentos ni sus posibilidades. Ven sus talentos pequeños, en cambio los de los otros los ven grandes e incluso exagerados.

• No están satisfechas consigo mismas, piensan que no hacen nada bien.

• Manejan muchos sentimientos de culpa cuando algo sale mal y les cuesta mucho premiarse a sí mismos por sus logros.

• Tienen miedo a los cambios. Son rutinarios y evitan correr riesgos. Son personas pasivas.

Figura 1. Adolescente - Baja autoestima

MARCO TEÓRICO

3.1 Autoestima

La autoestima es la valoración, generalmente positiva, de uno mismo. Para la psicología, se trata de la opinión emocional que los individuos tienen de sí mismos y que supera en sus causas la racionalización y la lógica.
En otras palabras, la autoestima es un sentimiento valorativo de nuestro conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que forman la personalidad. Dicho sentimiento puede cambiar con el tiempo: a partir de los cinco o seis años de edad, un niño comienza a formar el concepto sobre cómo es visto por el resto de la gente. (Pérez, J. ,2008)

3.1.1 Alta autoestima:
La autoestima alta, se define como la valoración positiva que tienen una persona de sí misma, es estar a gusto consigo mismo y con la vida en general, a pesar de tener aspectos que no le gustan y que le gustaría cambiar. (Autoestima10.com, s. f)

3.1.2 Baja autoestima:
La baja autoestima se define como la dificultad que tiene la persona para sentirse valiosa en lo profundo de sí misma, y por tanto digna de ser amada por los demás. (F.S.Estaire., 2010)

3.2 Arte terapia

El arte terapia se define como una forma de psicoterapia que usa el medio artístico como su forma primaria de comunicación. Para su práctica no se necesita experiencia previa o formación en arte y lo que se busca es capacitar al paciente a efectuar cambios y crecimientos en un nivel personal a través del uso de materiales artísticos en un entorno protegido y facilitador. (Divulgaciondinaminca.es, 2017).

2.2.1 Lenguajes artísticos y formas artísticas en el ámbito terapéutico:
Casi todos los lenguajes artísticos poseen cualidades terapéuticas como satisfacción, relajación, evasión, divertimento. En la siguiente tabla se explica a profundidad las herramientas usadas por cada forma artística:

• Artes plásticas Arte terapia	Dibujo y pintura, arcilla, máscaras, collage, fotografías, cerámica, mandalas, escultura...	Utilizan materiales que pueden ser modificados o moldeados por la persona para así crear una obra.
• Artes escénicas	Danza, teatro, expresión corporal.	Utilizan el movimiento del cuerpo y la actuación como forma de expresión e interacción social.
• Artes literarias	Cuentos, poesía, escritura creativa.	Utilizan como instrumento la palabra escrita, que puede ser leída o escuchada.
• Artes musicales	Música, instrumentos, canciones.	Utilizan como elemento principal la música y sus elementos (el sonido, el ritmo, la melodía).
• Artes aplicadas	Diseño, joyería, textil...	Incorporan la creatividad a objetos de uso diario, decorándolos o creándolos.

Tabla 1: Lenguajes artísticos y formas artísticas en el ámbito terapéutico

Actualmente la arte terapia ha ampliado su ámbito de actuación comprobándose su eficacia en procesos de intervención socio-educativa al desarrollar capacidades personales como:

- La creatividad
- El aumento de la capacidad de percepción
- La automotivación
- La resiliencia

Y por tanto, ofrecer una herramienta de satisfacción y mejora personal. (Divulgaciondinaminca.es, 2017).

3.3 Adolescencia

Es un periodo vital entre la pubertad y la edad adulta, su rango de duración varía según las diferentes fuentes y opiniones médicas, científicas y psicológicas, generalmente se enmarca su inicio entre los 11 y 13 años, y su finalización a los 19 o 21. La pubertad o adolescencia inicial es la primera fase, comienza normalmente a los 10 años en las niñas y a los 11 en los niños y llega hasta los 14-15 años. La adolescencia media y tardía se extiende, hasta los 19 años. A la adolescencia le sigue la juventud plena, desde los 20 hasta los 24 años de edad. (Wikipedia.com, s. f)

3.4 Teoría del color

La teoría del color es una guía que pretende estandarizar los conocimientos (con definiciones, categorías, relaciones y efectos) sobre los colores para su aplicación práctica en diversas áreas como puedan ser las artes visuales o el diseño gráfico. (Lasso, S., 2017).La gama cromática fría a la que pertenece el azul y sus derivados son relajantes, tranquilizantes, expresan soledad y lejanía. Por otro lado la gama cálida a la que pertenecen el amarillo, el rojo y sus derivados son colores excitantes, expresan dinamismos, proximidad y fuerza, alegría. (Bender, 2010)

Figura 3. Teoría del color

Algunos estudios realizados muestran que colores y sentimientos no se combinan de manera accidental, que sus asociaciones no son cuestiones de gusto, sino experiencias universales profundamente enraizadas desde la infancia en nuestro lenguaje y nuestro pensamiento. (Delgado, H., 2018).

DESARROLLO CONCEPTUAL

4.1 Metodología de investigación

4.1.1 Entrevistas: Se hicieron entrevistas a psicólogos, asesores de la Universidad El Bosque, expertos en el tema del arte terapia y se buscaron testimonios de posibles usuarios, con el fin de investigar las problemáticas en torno a la baja autoestima y entender el arte terapia.

• **Psicólogo Diego Otálora:** Se hicieron dos entrevistas al psicólogo. Él tiene un amplio conocimiento en el tema de la salud mental y experiencia con personas que han presentado graves problemas de autoestima u otros trastornos que han llevado a la persona a tener episodios autolesivos. La entrevista se realizó con la intención de entender los tratamientos que ya se aplican para prevenir estas tendencias, y a partir de esto se pudo investigar mucho más a fondo las herramientas usadas y entender como pueden ser aplicadas para prevenir problemáticas en etapas mucho más tempranas.

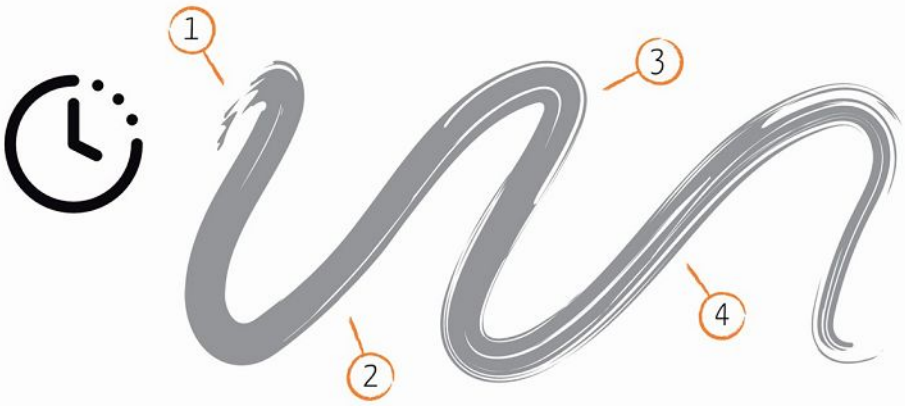
• **Mariana Vazquez (Éxito estudiantil):** Se hicieron tres entrevistas donde se obtuvo información con la que se pudo definir como el uso de una de las herramientas aplicadas por el psicólogo Diego Otalora podría ser aplicada a la construcción del autoestima para así evitar llegar a problemáticas muchas más graves desde una etapa temprana. Así mismo, con la ayuda de Mariana se logró entender más a fondo a el usuario con el que vamos a trabajar para entender los medios que se deben estudiar para desarrollar la idea del producto.

• **Alexandra Escobar:** Se realizaron dos entrevista con la profesora, la primera, con el fin de entender un poco más a fondo que es el arteterapia y distintos detalles de esta para tener en cuenta al momento de desarrollar el producto. En la segunda entrevista ya se contaba con una propuesta de diseño y esta vez lo que se logró fue definir ciertas determinantes que deben estar o no presentes en el producto con el fin de generar un ambiente y un modo uso específico para el éxito del proceso que se va a realizar con este diseño.

• **Testimonios:** Se buscó información de testimonios de personas que presentan o han presentado problemas de autoestima, con el objetivo de entender su forma de ser y las dificultades que presentan. Aquí se pudieron definir ciertos requisitos que el producto debe tener para cumplir con las necesidades del usuario entendiendo lo que ellos esperaban de las terapias a las que han acudido y lo que lograron con ellas.

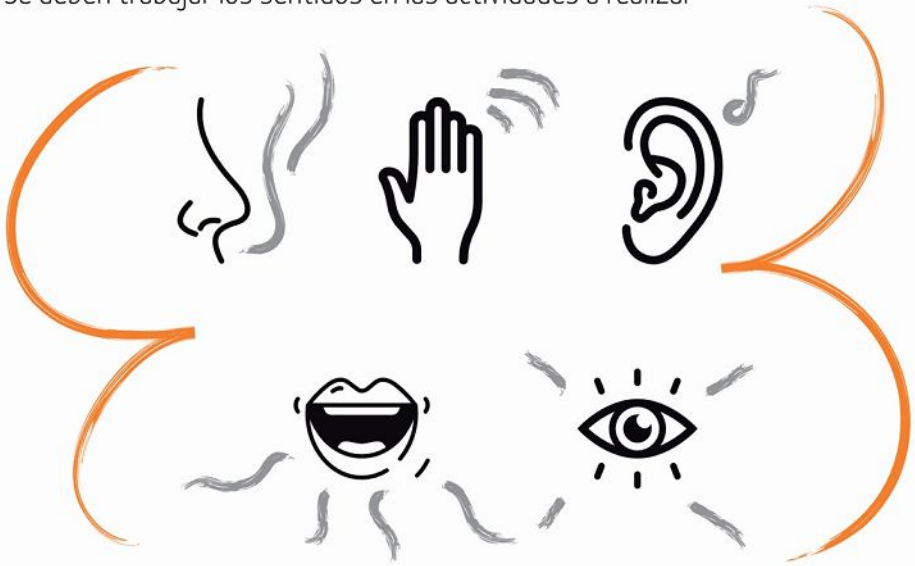
4.1.2 Conclusiones

• La problemática a resolver necesita de un proceso, es por esto que es necesario definir un lapso de tiempo de tiempo en el que se va a realizar el proceso.



• El producto a diseñar debe de algún modo generar en la persona una recordación constante del proceso que se va a llevar.

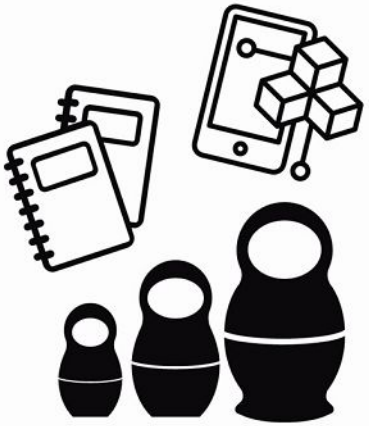
• Se deben trabajar los sentidos en las actividades a realizar



• Existen ciertos determinantes como lo son frases motivacionales y algunas herramientas para el desarrollo de las actividades artísticas que deben estar presentes en el producto para lograr que la persona logre cumplir con el proceso que se llevará para la construcción del autoestima.

4.2 Propuesta del producto

4.2.1 Brainstorming



• Las matrioskas sirvieron como inspiración para desarrollar este concepto, ya que se pudieron relacionar con las tres etapas por las que una persona debe pasar para construir o mejorar su autoestima, así mismo estos pueden funcionar para hacer actividades definida por los psicólogos como un mini yo, junto a una libreta donde se comunique la actividad a realizar y donde se pueda escribir y hacer bocetos para las respectivas tareas, y una aplicación para que a través de notificaciones le recuerde al usuario cuando tiene actividades pendientes por realizar.

4.2.2 Propuesta conceptual

Generar un grupo de objetos que en conjunto le permitan al usuario realizar su proceso de construcción o mejora del autoestima. Estos objetos serán herramientas o elementos que guíen a la persona a realizar actividades basadas en el arte terapia. Los elementos serán: Tarjetas de actividades, libreta de seguimiento, pieza para representación artística, plantillas y herramientas para trabajo artístico y manilla y calendario como recordatorios.

DISEÑO

5.3 Comprobaciones

5.3.1 Proceso de prototipado y pruebas de usabilidad

A continuación, se mostrarán las distintas pruebas que se hicieron con los objetos que trae Artym:

Figura 2. Primer prototipo

En este primer prototipo (ver figura 2) se buscaba definir los elementos que se necesitan para llevar a cabo todo el proceso y las formas que estos deben tener para ser usados en el arte terapia. También se tuvo un primer acercamiento a la propuesta gráfica. Como resultado encontramos que las formas deben ser más orgánicas para que se vean más agradables para el usuario y así mismo definir un lenguaje formal para todos los elementos.

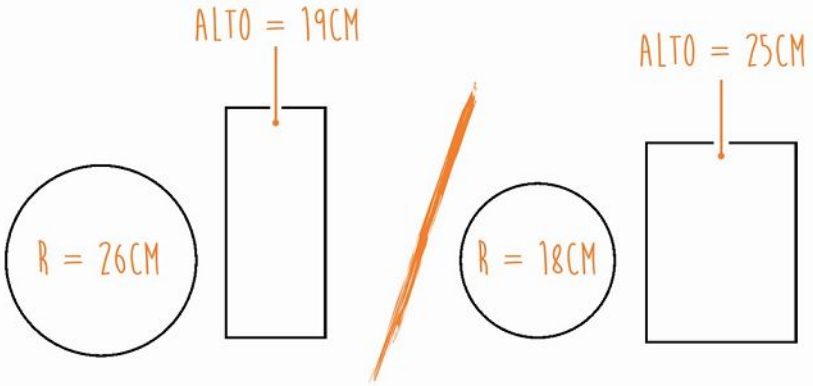


Figura 3. Propuestas de tamaño

También se hicieron pruebas con distintos tamaños del emapaque (ver figura 3), dependiendo la organización de los elementos que lo conforman para lograr definir el que menos espacio ocupa y que no fuera tan grande pues se volvería estorboso para el usuario.

Figura 4. Prueba de usabilidad de piezas y elementos para las actividades artística

Se realizaron pruebas con la pieza propuesta sobre la cual se realizarán algunas actividades artísticas. Con estas primeras pruebas se definió que la pieza era muy grande, así mismo logro definir el material ideal para las plantillas. Con el cambio de tamaño cambio el concepto de la matrioshka.

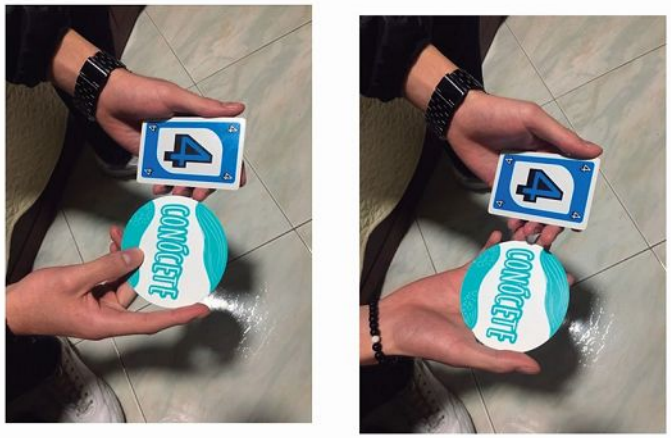


Figura 5. Prueba de tamaño

Con las tarjetas se hicieron pruebas para encontrar el menor tamaño posible donde no se viera afectada la legibilidad de las correspondientes actividades que éstas traen (ver figura 5). Y para la libreta nuevamente se hicieron pruebas para llegar a el menor tamaño pero que no afectará su comodidad de uso a la hora de escribir.

Figura 6. Prueba libreta manos de una mujer

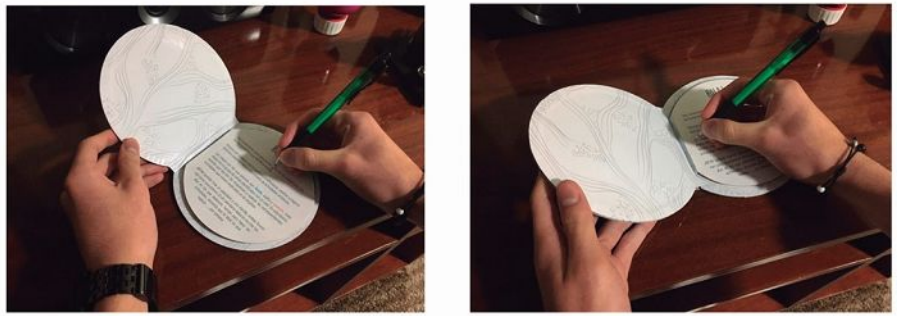


Figura 7. Prueba libreta manos de un hombre

Para el diseño del calendario se manejó la estética formal que se viene trabajando en todos los elementos. Al principio se manejaban formas octogonales, finalmente la forma cambio y se fueron pruebas de usabilidad.

5.3.2 Pruebas gráficas

Para definir la tipografía a usar se realizaron distintas pruebas donde se le pidió a algunos usuarios elegir entre un grupo de tipografías la que consideraba que lograba leer más claramente, con la que no tuviera que esforzarse o acercarse mucho para poder observar lo que dicen las cartas de actividades (ver figura 8).

Así mismo se hicieron pruebas para identificar si las actividades eran claras al momento de leer, esto con el fin de identificar si el público objetivo pueda realizar las actividades de la manera más eficaz posible.

Se hicieron varios prototipos del empaque tanto a nivel formal como gráfico, con el objetivo de llegar a la pieza gráfica que éste comunique el concepto de arte terapia que se está trabajando. Así mismo, que este maneje un equilibrio entre la serie-

dad al ser un producto planteado como solución a una problemática grave y la diversión o vivacidad de ser un producto dirigido a un público joven.

5.3.3 Definición de detalles

Los colores que se plantearon usar son:

Azul celeste: Se identifica con la tranquilidad y se emplea para relajar y calmar las emociones e incluso ayuda para la meditación.

Gris: Este color representa reflexión, constancia, adaptación, conciliación. Así mismo, se identifica con el pasado.

Naranja: Se relaciona con la motivación y valentía, con una actitud optimista ante la vida. Está muy asociado con la juventud.

(Heller, E, 2004)

Figura 8. Prueba tipografía

5.4 Modelo final

5.4.1 Modelo

La falta de productos tangibles diseñados para la construcción del autoestima es una oportunidad donde el diseño puede ser aplicado para generar herramientas 2D y 3D (ver figura 9) que sean consecuentes con las metodologías aplicadas por psicólogos o terapeutas y que permitan al usuario cierto nivel de autonomía para hacer uso de estas.

Figura 9. Modelo final

- EMPAQUE

Figura 10. Empaque

En este empaque se busca reflejar en enfoque que este producto tiene que es el arte terapia. Los colores usados van conectados con las etapas por las que se pasan al realizar el proceso de construcción o mejora del autoestima.

- MINI YO

Figura 11. Mini Yo

Esta pieza en cerámica esta diseñada con el fin de permitir al usuario dibujar sobre esta, y son tres ya que se plantea que al terminar cada etapa el usuario refleje como se sintio hasta ese momento.

- LIBRETA

Figura 12. Libreta

Esta libreta esta diseñada con el fin de ser una guía sobre el proceso que se esta realizando y hacer un seguimiento a las actividades planteadas.

- TARJETAS

Figura 13. Tarjetas

Estas tarjetas están divididas en etapas y a cada etapa le corresponde un color. En estas vienen actividades explicadas, cada una enfocada a la etapa correspondiente.

- CALENDARIO Y MANILLA

Figura 14. Calendario y manilla

Estos elementos funcionan como recordatorios del proceso que la persona acaba de emprender. En el calendario se organizaran los tiempos para la realización de las actividades, y la manilla será un recordatoria durante el día.

- MARCADORES Y PLANTILLAS

Figura 15. Marcadores y plantillas

Estas son herramientas de ayuda para el usuario al momento de realizar las distintas actividades artísticas.

5.4.2 Empaque

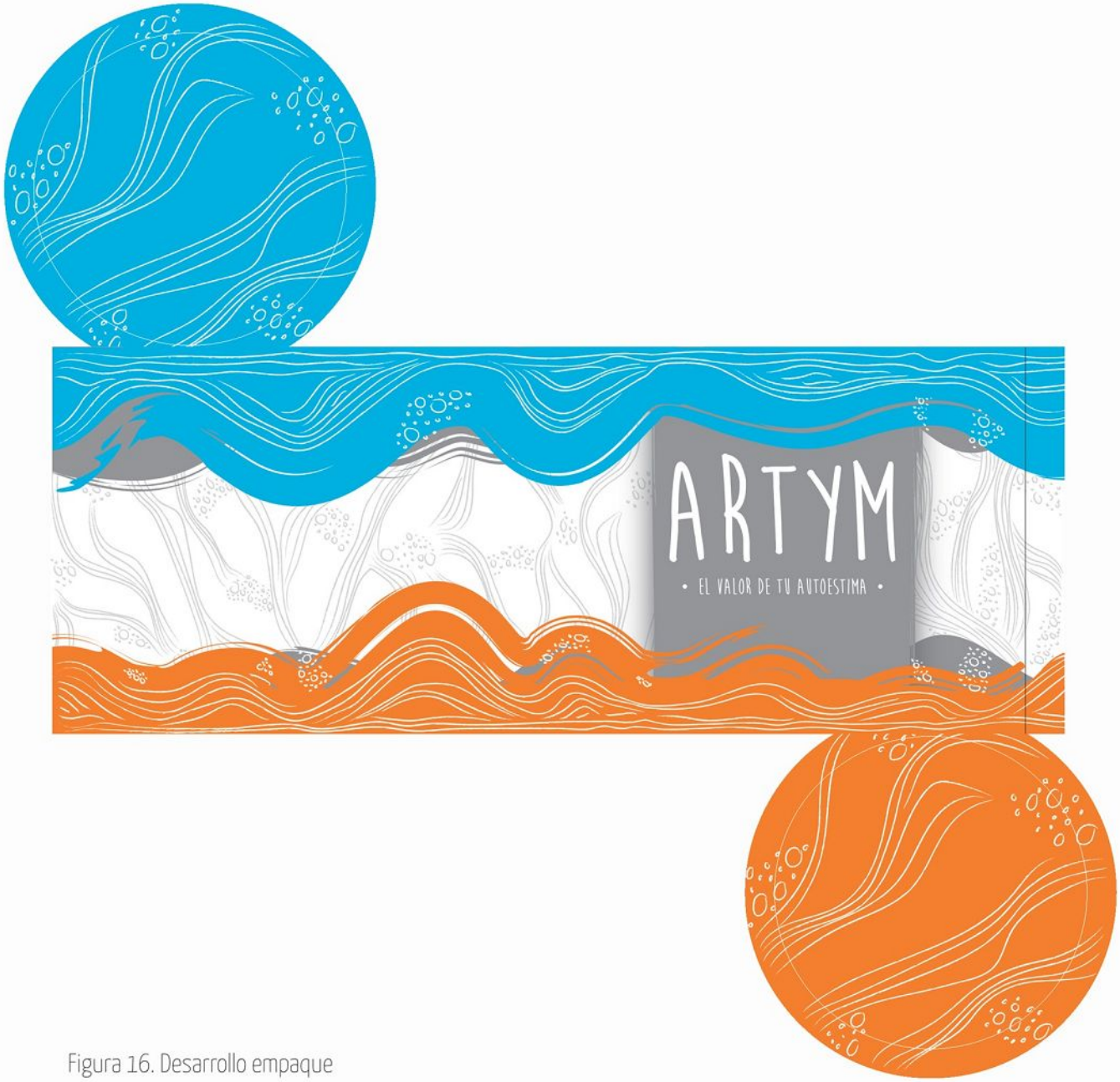


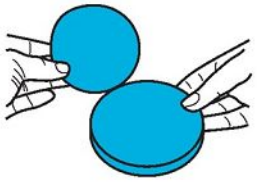
Figura 16. Desarrollo empaque

5.4.3 Secuencia de uso

1

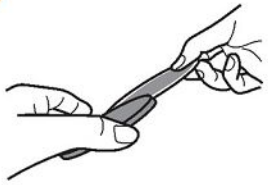
Abre el empaque

2



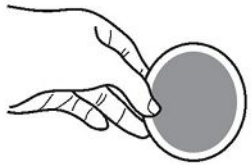
Saca la libreta y lee los pasos a seguir

3



Dependiendo de la etapa, saca una tarjeta

4



Pon la tarjeta en un lugar visible y léela.

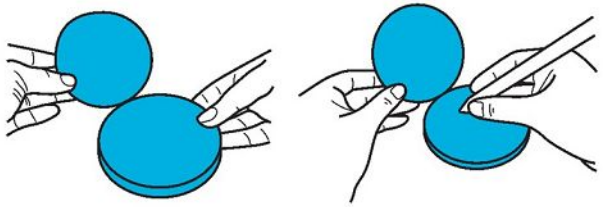
→ La continuación puede ser al paso: A1 / B1 o directamente el paso 5

A1

Saca una de las piezas de cerámica, los marcadores y las plantillas

→

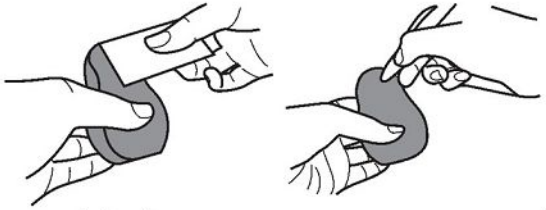
A2



Lee lo que has escrito es tu libreta en la correspondiente etapa y haz apuntes de como te sientes en el momento

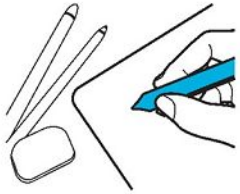
↓

A3



Haz uso de las herramientas para expresarte en la pieza.

B1



Realiza la actividad que esta planteada en la tarjeta

5

Saca el calendario y marca los días destinados a hacer las actividades de ARTYM

6

Saca la manilla y póntela

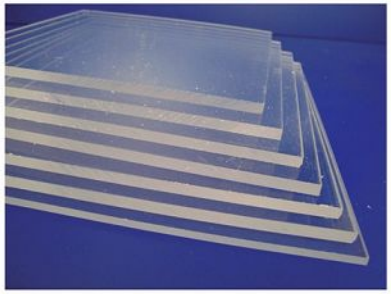
5.4.4 Materiales

Cerámica:

Usado en el mini yo, ya que es un material que le da valor al objeto y así mismo permite dibujar encima de este.

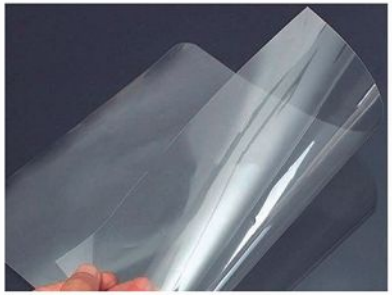
Cartón Plastificado:

Usado para el empaque y las tarjetas, ya que le da la resistencia suficiente para generar estructura y los protege haciendolos más duraderos.



Acrílico:

Definido para el calendario, es un material de calidad transparente, permite escribir en el y borrar.



Lamina PVC:

Material para las plantillas ya que es un material flexible y se puede adaptar a la forma del objeto sobre el que se va a dibujar.

Madera:

También definido para el calendario, le da estructura y estabilidad a este.

Silicona:

Este material se selecciono para la manilla puesto que es un material flexible que permite que esta se adapte a varias personas.

5.5 Plan de negocio

5.5.1 Valor diferencial

El valor diferencial de Artym se encuentra en el equilibrio que busca tener frente a los otros productos que se encuentran en el mercado como lo son libros, cursos, tratamientos con psicólogos y/o terapeutas y medicamentos.

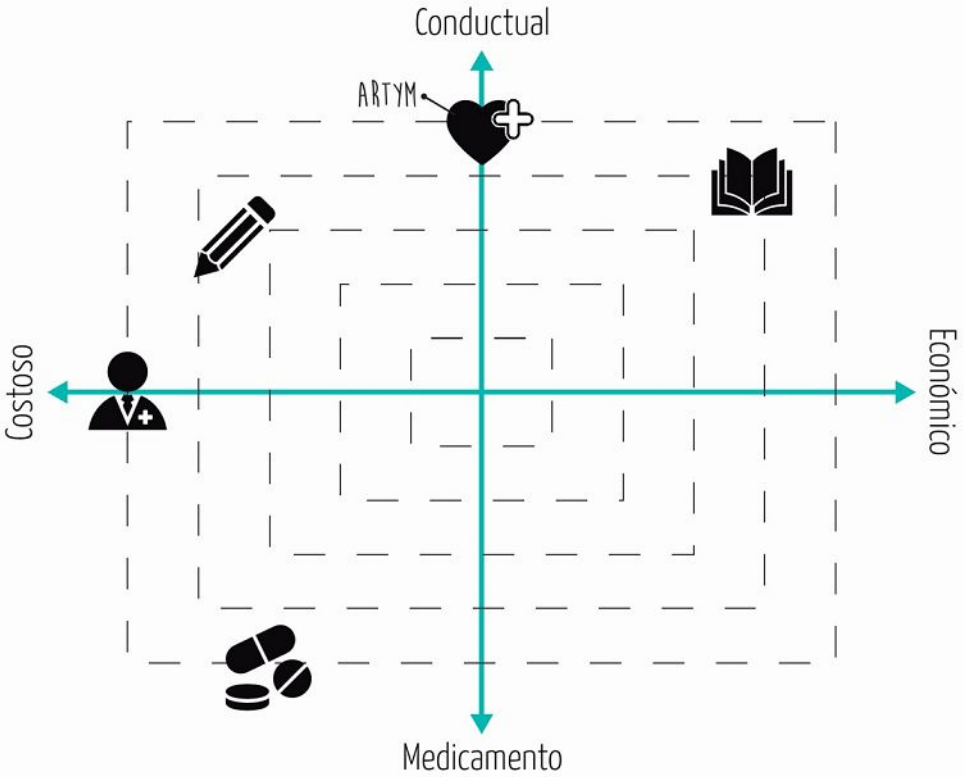


Figura 16 . Valor diferencial

5.5.2 Gestión de producto

Plaza

La distribución de este producto se hará por medio de intermediarios, en este caso, psicólogos y terapeutas que manejen problemáticas de autoestima y a través de tiendas especializadas de venta de productos de arte terapia.

Promoción

Se plantea promocionar a través de capacitaciones en centros de salud y redes sociales haciendo uso de las cookies.

BIBLIOGRAFÍA

• Cocemfecyl.es. (s. f) .La autoestima. ¿Qué es la autoestima?. Recuperado de: http://www.cocemfecyl.es/index.php/cuidadores/71-la-autoestima-que-es-la-autoestima
• Europa.eu. (20 de Noviembre de 2013) . La importancia de la autoestima en los problemas sociales. Recuperado de: https://europa.eu/youth/es/article/39/12611_es
• Sánchez, L.. (26 de Julio de 2018). La baja autoestima perjudica gravemente la salud: 5 consecuencias. Recuperado de: https://www.diariofemenino.com/articulos/psicologia/autoestima/la-baja-autoestima-perjudica-gravemente-la-salud-5-consecuencias/
• Krauskopof, Dina. (1999). El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios. Adolescencia y Salud, 1(2), 23-31. Recuperado de: http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-41851999000200004&lng=en&tlng=es.
• Pérez, J. (2008). Autoestima. Recuperado de: https://definicion.de/autoestima/
• Autoestima10.com. (s. f). ¿Qué es la autoestima alta?. Recupertado de: http://autoestima10.com/que-es-la-autoestima-alta
• F.S.Estaire. (25 de Julio de 2010). Baja autoestima. Recuperado de: http://psicologosenmadrid.eu/baja-autoestima/
• Divulgaciondinaminca.es. (13 Septiembre de 2017). ¿Qué es la arteterapia?. Recuperado de:https://www.divulgaciondinamica.es/blog/arteterapia/
• Wikipedia.com (s. f). Adolescencia. Recuperado de: https://es.wikipedia.org/wiki/Adolescencia
•Lasso, S. (28 de Julio de 2017). Teoría del color. Recuperado de: https://www.aboutespanol.com/teoria-del-color-180310
•Bender (13 de Diciembre de 2010). La teoría del color. Recuperado de: https://www.vix.com/es/btg/curiosidades/2010/12/13/la-teoria-del-color
• Delgado, H. (24 de Octubre de 2018). Psicología y teoría del color - Qué efectos producen Recuperado de: https://disenowebakus.net/psicologia-y-teoria-del-color.php
• Heller, E. (2004). Psicología del color: cómo actúan los colores sobre los sentimientos y la razón. Editorial: Gustavo Gili