**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR TECNOLÓGICA TOULOUSE LAUTREC**

# NARRATIVAS TRANSMEDIA Y AUDIOVISUALES PARA LA DIFUSIÓN DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES COMO HERRAMIENTA DE SANACIÓN PERSONAL EN JÓVENES DE LIMA METROPOLITANA

**PROYECTO DE INNOVACIÓN PARA OBTENER EL GRADO DE BACHILLER EN COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL MULTIMEDIA**

**PRESENTADA POR**

Dayana Elizabeth Andonayre Villacorta
DNI: 75367500, Perú
Andrea Rocio Gaona Juarez
DNI: 76904108, Perú

**ASESOR**

Moisés David Zabalbeascoa Marroquín
DNI: 43685292, Perú
ORCID: 0009-0001-6908-7277

**JURADO**

Martín Alberto Saavedra Saavedra
Kelly Doris Sanchez Villanueva
Erick Manuel Cieza Olano

**Lima, Enero 2026**

# Informe-0000028219-0000025687-Andonayre-Gaona .pdf

Desarrollo Educativo S.A. Instituto Toulouse Lautrec

## Detalles del documento

Identificador de la entrega
**trn:oid:::11391:546366183**

Fecha de entrega
**15 ene 2026, 2:50 a.m. GMT-5**

Fecha de descarga
**15 ene 2026, 2:58 a.m. GMT-5**

Nombre del archivo
**Informe-0000028219-0000025687-Andonayre-Gaona .pdf**

Tamaño del archivo
**5.5 MB**

**95 páginas**

**16.007 palabras**

**89.694 caracteres**

# 10% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

## Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado

## Fuentes principales

5% Fuentes de Internet
1% Publicaciones
8% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

## Marcas de integridad

**N.º de alertas de integridad para revisión**

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

# Dedicatoria

A Dios, por guiarme, cuidarme y darme la fortaleza y la claridad necesarias para llegar hasta aquí. Por abrirme caminos, ponerme pruebas que me hicieron crecer y recordarme que no estoy sola.

A mi familia, por ser mi apoyo de siempre, por sus consejos, su cariño y por estar en los momentos más importantes de mi vida. A mi perrita Mia, por acompañarme en mis desvelos y ratos de estudio, y por hacerme sonreír incluso en días cansados.

Y, sobre todo, me la dedico a mí misma, por el esfuerzo y la dedicación que pongo en todo lo que hago, por la disciplina, la constancia y por no conformarme con menos de lo que sé que puedo lograr. Me la dedico por cada meta que me propuse y cumplí, por la manera en que me organizo, por cómo busco soluciones cuando se presentan dificultades y por la valentía de asumir nuevos retos. Me la dedico también por la confianza que he ido construyendo en mí, por aprender de mis errores sin rendirme y por permitirme crecer en cada etapa del proceso. Me reconozco la paciencia, el compromiso y la capacidad de seguir adelante incluso cuando el camino se hacía largo. Se la dedico a mi mini Dayi, a esa versión pequeña de mí que soñaba, que imaginaba este momento y que nunca dejó de creer que podía llegar más lejos. A ella le digo: Cariño, lo estamos logrando.

Dayana Andonayre

Dedico este trabajo a mi familia por ser el pilar constante que sostuvo cada etapa de este camino. A mi mamá, por siempre estar para mí en cada momento de este trayecto y por creer en mí incluso en los momentos en que yo dudé. A mi abuela, por cada palabra motivadora que me ayudaba a mantenerme en pie. También para mi querida mascota Mochi, por acompañarme cada madrugaba y aliviar los momentos tensos. A Dios, a la virgencita María y al Universo, por guiar mi camino a pesar de los tropiezos.

Dedico también a mi yo de pequeña, que descubrió en lo audiovisual la forma más hermosa donde puedo ser yo misma, especialmente aquellas que se expresan desde los videoclips.

Y, finalmente, a mi yo de hace cuatro años, que inició este camino con miedo y dudas, sin imaginar lo rápido que el tiempo pasaría ni hasta dónde podía llegar.

Andrea Gaona

# Agradecimiento

Quiero expresar mi agradecimiento a mi asesor del proyecto, a quien tuve la fortuna de conocer previamente, por su disposición, orientación y apoyo constante durante todo este proceso. Gracias por su paciencia y por estar siempre presto a ayudar.
A mi compañera de investigación, por acompañarme en este camino, por el trabajo en equipo, responsabilidad y compromiso, desvelos compartidos, las risas y el esfuerzo constante durante todo este proceso. Este logro también es suyo.

Dayana Andonayre

Agradezco a todos mis profesores, quienes a lo largo de estos años compartieron sus conocimientos contribuyendo a mi formación profesional.
De igual manera a mi asesor del proyecto, por sus orientaciones y compromiso para guiar el desarrollo de este trabajo.
Asimismo a mi compañera por su responsabilidad y disposición a lo largo del proyecto y con quien compartí muchos momentos divertidos y de mucho esfuerzo.

Andrea Gaona

# ÍNDICE DE CONTENIDO


**I. Información general** **1**

**1.1 Título del Proyecto de Innovación** **1**

**1.2 Resumen del Proyecto de Innovación** **1**

**1.3 Contextualización del Proyecto de Innovación** **3**

**II. Descripción de la innovación** **5**

**2.1 Planteamiento del Problema** **5**

2.1.1 Impacto ambiental (ODS) 6

**2.2 Población beneficiaria** **8**

**2.3 Objetivo(s) del proyecto** **10**

**2.4 Marco referencial** **11**

**2.5 Proceso creativo y experimentos** **16**

2.5.1 Información sobre el usuario(s) 18

2.5.2 Información sobre el Mercado 22

2.5.3 Concepto y Propuesta de Valor 25

2.5.4 Diseño de producto/servicio 27

2.5.5 Modelo de Negocio 30

2.5.6 Resultados esperados 31

2.5.7 Prototipos desarrollados 32

2.5.8 Experimentos 50

2.5.9 Resumen del Proyecto de Innovación 57

**III. Estimación de costos** **59**

**3.1 Presupuesto** **59**

**IV. Conclusiones y recomendaciones** **65**

**4.1 Conclusiones** **65**

**4.2 Recomendaciones** **67**

**V. Referencias Bibliográficas** **69**

**VI. Anexos** **72**

**6.1 Anexo 1: Guia de la primera encuesta para conocer al público objetivo** **72**

**6.2 Anexo 2: Resultados de encuesta para conocer al público objetivo** **73**

**6.3 Anexo 3: Guía de entrevista para conocer al público objetivo** **78**

**6.4 Anexo 4: Guía de entrevista para validación de prototipos** **80**

**6.5 Anexo 5: Guía de encuesta para validación de prototipos** **83**

**6.6 Anexo 6: Material Audiovisual** **84**

# ÍNDICE DE TABLAS

**Tabla 1** *Datos sociodemográficos de encuesta aplicada a jóvenes adultos en el marco del proyecto.* 20

**Tabla 2** *Encuesta sobre vínculos familiares y emociones heredadas en el contexto del proyecto. Percepciones emocionales y familiares de los encuestados.* 21

**Tabla 3** *Creación de prototipo de Blog Web "Mi historia no empieza conmigo"* 45

**Tabla 4** *Creación de prototipo de Podcast "Raíces de sanación"* 46

**Tabla 5** *Creacion de prototipo del Documental "Las Raíces del Alma".* 48

**Tabla 6** *Creación del prototipo de video shorts en TikTok "Tu voz, tu historia".* 49

**Tabla 7** *Presupuesto estimado del retorno de inversión del Documental "Las Raíces del alma".* 59

**Tabla 8** *Presupuesto estimado del retorno de inversión del Pocast "Raíces de sanación".* 61

**Tabla 9** *Presupuesto estimado del retorno de inversión de video shorts en TikTok "Tu voz, tu historia".* 62

**Tabla 10** *Presupuesto estimado del retorno de inversión del blog "Mi historia no empieza conmigo".* 63

## ÍNDICE DE FIGURAS

**Figura 1** *Árbol de análisis de problemas sobre los malestares emocionales heredados en las familias peruanas* 7

**Figura 2** *Herramienta de mapa de actores que permite visualizar la red de relaciones centrales, directos e indirectos.* 10

**Figura 3** *Arquetipo a base de resultados de encuesta.* 19

**Figura 4** *Análisis FODA del proyecto "Constelaciones Familiares: un viaje transmedia para sanar la historia personal"* 24

**Figura 5** *Ruta para conceptualizar el Proyecto* 25

**Figura 6** *Propuesta de valor del proyecto "Constelaciones Familiares" dirigida a jóvenes adultos de Lima Metropolitana.* 26

**Figura 7** *Modelo de negocio basado en la propuesta.* 31

**Figura 8** *Prototipo de baja Fidelidad completa de Blog Web "Mi historia no empieza conmigo"* 32

**Figura 9** *Prototipo Alta Fidelidad parte 1 - Página Principal de Blog Web "Mi historia no empieza conmigo"* 33

**Figura 10** *Prototipo Alta Fidelidad parte 2 - Página Principal de Blog Web "Mi historia no empieza conmigo"* 34

**Figura 11** *Prototipo de baja Fidelidad del Podcast "Raíces de sanación".* 35

**Figura 12** *Prototipo Alta Fidelidad de Podcast "Raíces de sanación".* 36

**Figura 13** *Prototipo de Baja Fidelidad del documental "Las raíces del alma".* 37

**Figura 14** *Prototipo de Alta Fidelidad del documental "Las raíces del alma".* 39

**Figura 15** *Prototipo de Baja Fidelidad parte 1 - Tiktok "Tu voz, tu historia".* 40

**Figura 16** *Prototipo de Baja Fidelidad parte 2 - Tiktok "Tu voz, tu historia".* 41

**Figura 17** *Prototipo de Alta Fidelidad Tiktok "Tu voz, tu historia"* 42

**Figura 18** *Check List de Prototipado* 44

**Figura 19** *Capturas de las entrevistas realizadas a los participantes del studio* 51

**Figura 20** *Comunicación emocional y repetición de patrones familiares* 53

**Figura 21** *Comprensión del documental e identificación con sus testimonios* 54

**Figura 22** *Evaluación de la estructura del blog y de sus contenidos más valorados* 54

**Figura 23** *Percepción del asistente "Nora" y accesibilidad de los videos de TikTok* 55

**Figura 24** *Aporte del podcast al entendimiento del proyecto y calidad de su atmósfera Sonora* 55

**Figura 25** *Integración del universo transmedia y percepción de seguridad emocional* 56

# I. Información general

## 1.1 Título del Proyecto de Innovación

NARRATIVAS TRANSMEDIA Y AUDIOVISUALES PARA LA DIFUSIÓN DE LAS CONSTELACIONES FAMILIARES COMO HERRAMIENTA DE SANACIÓN PERSONAL EN JÓVENES DE LIMA METROPOLITANA

## 1.2 Resumen del Proyecto de Innovación

El proyecto de innovación “Narrativas transmedia y audiovisuales para la difusión de las constelaciones familiares como herramienta de sanación personal en jóvenes de Lima Metropolitana” se plantea en el contexto del área estratégica de desarrollo prioritario de Salud y bienestar social, y en la actividad económica de Actividades artísticas, de entretenimiento y recreativas. Busca resolver la problemática de los malestares emocionales heredados transgeneracionalmente, que afectan la salud mental de jóvenes y adultos en el Perú, a partir de patrones familiares de silencio, duelos no resueltos y traumas que se transmiten de generación en generación, teniendo como población beneficiaria a jóvenes de 18 a 25 años que viven en Lima Metropolitana, y que buscan comprender su historia familiar, sanar heridas emocionales y encontrar un espacio donde sentirse escuchados, más allá del enfoque clínico tradicional.

Se aplicó la metodología de resolución creativa de problemas con herramientas de Design Thinking para tomar como centro al usuario y Lean Startup para impulsar la implementación de los resultados, estas herramientas contemplan la colaboración y el pensamiento visual, como la técnica persona para plantear arquetipos y validar usuarios, mapa de actores para reconocer el contexto y mercado, mapa de trayectoria, para delinear

la mecánica de la propuesta, canvas de propuesta de valor, para consolidar el concepto innovador, canvas de modelo de negocio que permita observar la sostenibilidad de la propuesta, entre otras, que son presentadas en detalle en el documento a continuación.

La solución innovadora presentada en forma de propuesta de valor consiste en una experiencia transmedia de acompañamiento. Está conformado por un documental central "Las raíces del alma", videos shorts en TikTok "Tu voz, tu historia", un podcast en Spotify "Raíces de Sanación", y un blog "Mi historia no empieza conmigo". Cada espacio ofrece una forma distinta de conectar con las emociones, buscando que los usuarios puedan ver más a fondo sus raíces familiares de manera cercana, accesible y con amor.

Para la experimentación se diseñaron prototipos digitales y audiovisuales, en baja y alta fidelidad, como fragmentos del documental, episodios piloto del podcast, guiones testimoniales para TikTok y el diseño del blog web. Estos materiales fueron compartidos con un grupo del público objetivo, quienes interactuaron con los contenidos a través de pruebas tanto virtual como presencial. A partir de sus respuestas, se recogieron percepciones emocionales, sugerencias de mejora y niveles de identificación con las historias presentadas. Las métricas más relevantes fueron la participación activa, la conexión emocional expresada en los testimonios y la percepción positiva del proyecto como herramienta complementaria de sanación.

Se concluye que la solución propuesta responde a una necesidad social urgente, ya que ofrece un espacio innovador de expresión y reflexión emocional, contribuyendo tanto a la salud mental como a la cohesión familiar y social. Se recomienda avanzar con el escalamiento del proyecto, ampliando su alcance a más regiones del país, estableciendo

alianzas con instituciones educativas y de salud, y consolidando su modelo de negocio sostenible para garantizar continuidad en el tiempo.

### 1.3 Contextualización del Proyecto de Innovación

Este proyecto surge en un contexto social y cultural donde muchas personas experimentan malestares emocionales que no siempre tienen una causa evidente o reconocida. En Perú, se observa una creciente preocupación por la salud mental, debido a que los trastornos emocionales y psicológicos afectan a una parte significativa de la población. De acuerdo con el Plan Nacional de Fortalecimiento de la Salud Mental Comunitaria 2024–2028, entre 1 y 2 de cada 10 personas en el Perú sufren algún trastorno mental cada año, cerca del 60 % de las familias se ven afectadas y sólo una minoría accede a tratamiento especializado (Ministerio de Salud del Perú, 2024). Además, la Organización Panamericana de la Salud advierte que en el Perú habría alrededor de cinco millones de personas que enfrentan problemas de salud mental que requieren atención profesional (OPS, 2023).

En muchas familias peruanas todavía se mantiene una forma de convivencia donde se prioriza callar lo que duele, acatar las decisiones de las figuras de autoridad y cuidar la reputación del hogar, incluso cuando eso implica dejar de lado el bienestar emocional de cada miembro (Corilla, 2025). Ese tipo de patrones, aunque a veces ayudan a mantener el orden o a enfrentar situaciones difíciles, también pueden arrastrar dolores antiguos y dejar heridas que pasan de una generación a otra sin ser reconocidas. Desde la mirada transgeneracional se entiende que cuando un duelo no hecho, cuando una pérdida queda guardada o cuando un trauma no se habla, esas experiencias pueden manifestarse en los hijos o nietos, quienes continúan la historia familiar. Esto ocurre a través de vínculos

afectivos invisibles o identificaciones que nadie elige de forma inconsciente, pero se repiten continuamente (Azpilcueta Ruiz et al., 2025).

Diversas extensiones en la psicología han descubierto cómo las emociones y experiencias pueden trascender de generación a generación. Una de las miradas más conocidas es la de Bert Hellinger, quien señala que las familias repiten historias no resueltas hasta que alguien logra verlas, darles un sentido y trabajar en ellas conscientemente (Medina, 2021). Este enfoque, conocido como constelaciones familiares, ha recibido críticas y debates dentro del área científico por su condición fenomenológica, estudios muestran su utilidad como herramienta complementaria en procesos de autoconocimiento y sanación emocional (Bernués, 2020).

En el caso del Perú, la medicina alternativa y complementaria ha sido incorporada de manera gradual en diversos establecimientos de salud pública, como parte de una respuesta a la demanda creciente de la población por tratamientos más accesibles, naturales y con menos efectos secundarios. Algunas de estas terapias, como la acupuntura, la homeopatía, la fitoterapia y terapias mente cuerpo, las cuales son brindadas en hospitales como el San José y el María Auxiliadora, y numeran con una validación sostenida por parte de los pacientes (Herrera, 2022). Por otro lado, una investigación hecha en el Hospital II EsSalud de Huánuco reveló que más del 90% de los pacientes entrevistados había acudido al menos una forma de medicina alternativa en el último año. lo que afirma que cada vez más personas están dispuestas a probar nuevos métodos terapéuticos distintos a las convencionales para cuidar su salud (Meza & Trinidad, 2024).

Mediante esta situación, el proyecto propone crear un espacio seguro y respetuoso, donde las personas puedan mirar su historia familiar sin necesidad de revivir el dolor, sino más bien con la intención de comprenderla y darle un nuevo significado. Desde la mirada sistémica, la idea es simplificar procesos de autoconocimiento y de cambio personal, que también se manifiestan en la forma en que nos vinculamos con nuestra familia. El impacto que se espera con este proyecto va más allá de las personas que participen directamente. El propósito es también generar un cambio en cómo, como sociedad, entendemos y comprendemos el dolor emocional, sobre todo en situaciones donde cuesta hablar del pasado y de las heridas que se heredan dentro de las familias. Esta propuesta busca abrir esos espacios, desde una mirada más humana y respetuosa, incorporando herramientas alternativas que, sin reemplazar la ayuda profesional, acompañen de forma ética y realista a quienes están en un proceso de sanación. Todo está pensado desde nuestra realidad peruana, con sus propias complejidades, para responder a una necesidad que muchas veces se siente, pero no siempre se dice.

## II. Descripción de la innovación

### 2.1 Planteamiento del Problema

En nuestro país, muchos jóvenes crecen en entornos familiares donde no se expresa lo que se siente y piense. Desde etapas tempranas del desarrollo, se aprende y naturaliza la creencia de que resulta más conveniente callar para no incomodar o generar conflictos, entender que las emociones no son tan importantes, eso hace que conservemos esas tristezas, enojos, miedos, y con el tiempo ese dolor se almacena. Lo que no se conversa dentro de la familia se convierte en un peso que pasa de una generación a otra y termina afectando la vida de quienes vienen después.

Este problema sucede debido a que en la mayoría de hogares todavía no existe el hábito de hablar y expresar los sentimientos. En los colegios no se aprende a manejar nuestras emociones, y en nuestra sociedad, la salud mental se sigue viendo como un tema secundario. Además, los espacios de apoyo psicológico o recreativos suelen ser pocos, costosos o lejanos para los jóvenes que lo necesitan, lo que hace más difícil encontrar ayuda.

Cuando no existe diálogo ni apoyo emocional, este peso a largo plazo se transforma en tristeza, ansiedad, depresión o inseguridad, y poco a poco hasta afecta en la manera en cómo nos vemos a nosotros mismos y en la forma en cómo nos relacionamos con nuestro entorno o con los demás. Al no cortar con esos pesos, se mantiene repitiendo las mismas historias de dolor que vivieron nuestras familias, conservando este ciclo que se hereda.

### 2.1.1 Impacto ambiental (ODS)

El ODS 3: Salud y Bienestar busca que todas las personas puedan vivir en condiciones que favorezcan su desarrollo integral. En el caso de la salud mental en el Perú, los problemas emocionales que se heredan dentro de las familias limitan la calidad de vida de muchas personas y afectan la convivencia social. Al no contar con apoyo suficiente, los jóvenes y adultos repiten ciertos patrones que frenan su crecimiento personal. Este proyecto aporta al cumplimiento del ODS 3 al proponer espacios de diálogo y acompañamiento que permitan afrontar estas dificultades y mejorar su bienestar.

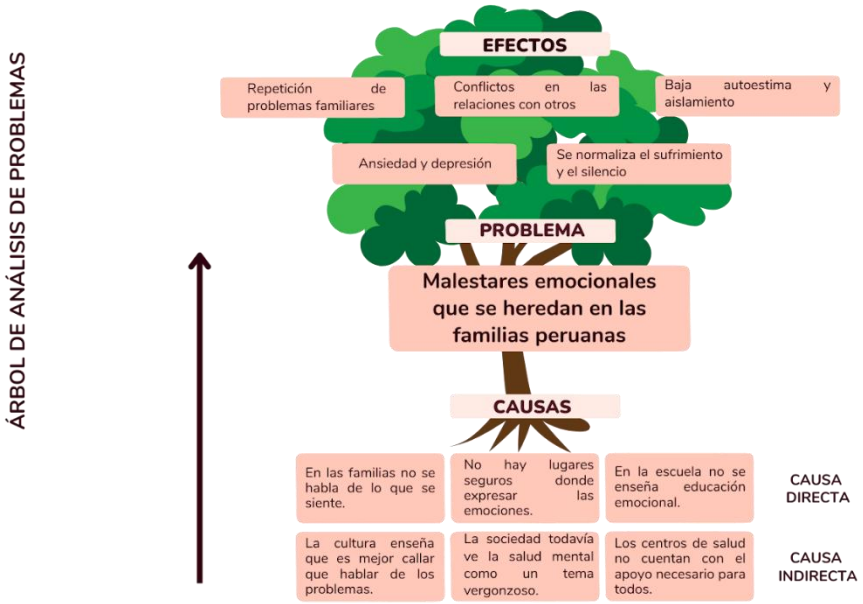
El proyecto se vincula precisamente con la Meta 3.4 de Objetivo de Desarrollo Sostenible 3, la cual busca “reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades

no transmisibles mediante la prevención y el tratamiento, y promover la salud mental y el bienestar". Esta meta se relaciona directamente con la propuesta planteada sobre el uso de una narrativa transmedia, que integra el documental, podcast, blog y video shorts de TikTok, generando espacios de diálogo, identificación y acompañamiento emocional, dirigido a jóvenes. Ya que el enfoque central del proyecto está orientado a la promoción de la salud mental y bienestar emocional, a través de la visibilización de experiencias personales vinculadas a conflictos familiares heredados y procesos de sanación emocional.

Si bien el proyecto no aborda el tratamiento clínico de enfermedades, sí actúa desde una dimensión preventiva y educativa, contribuyendo a la comprensión de los procesos emocionales, la normalización del cuidado e importancia de la salud mental. De este modo, la propuesta aporta al cumplimiento de la Meta 3.4 al fomentar el bienestar psicológico, fortalecer la conciencia emocional y promover prácticas de autocuidado que inciden positivamente en la calidad de vida de los participantes y usuarios.

**Figura 1**

*Árbol de análisis de problemas sobre los malestares emocionales heredados en las familias peruanas*




*Nota.* El gráfico representa el árbol de análisis de problemas elaborado a partir de la investigación del proyecto. En él se identifican las causas directas e indirectas de los malestares emocionales heredados en las familias peruanas, así como sus principales efectos a nivel personal y relacional.

### 2.2 Población beneficiaria

La población beneficiaria de este proyecto se conforman de personas que buscan la forma de sanar y comprender emocionalmente su raíz transgeneracional. Este proyecto se desarrolla en Lima - Perú, que reconoce los conflictos heredados familiares y sus cargas emocionales no resueltas forman parte de una realidad vivida en distintos entornos socioculturales de América Latina y a nivel internacional.

Particularmente, el proyecto es dirigido a jóvenes peruanos, interesados en la auto sanación, autoconocimiento, bienestar emocional y terapias alternativas, aquellos que usualmente se cuestionan sobre patrones que repiten en dolores sin causa previa, relaciones

dañinas, sentimientos y emociones de culpa ajenas, que terminan influyendo en las acciones y decisiones diarias.

De la misma manera, los beneficiarios son las familias indirectas que, cuya experiencia de participantes asistidos a sesiones de constelaciones familiares, fomentan un mejor ambiente de reflexión y diálogo sobre temas poco hablados y tratados como traumas, secretos y problemas familiares que van arrastrando de generación en generación.

Los actores centrales son los participantes o pacientes que asisten a las sesiones terapéuticas de constelaciones familiares, quienes buscan comprender sus vínculos en el entorno familiar y autónomo. Además los actores directos vendrían a ser los terapeutas o consteladores familiares que ocupan un lugar muy importante y esencial, ya que son los intermediarios de la experiencia y de guiar el proceso, acompañar al paciente y sostener el espacio terapéutico en el que se hacen visibles las dinámicas ocultas del sistema familiar. Sin su presencia, la sesión terapéutica no podría desarrollarse. Así mismo son los familiares cercanos de los pacientes, dado que si incluso no participan físicamente en la terapia, su influencia es esencial, ya que las historias familiares son el punto principal que se aborda en el proceso.

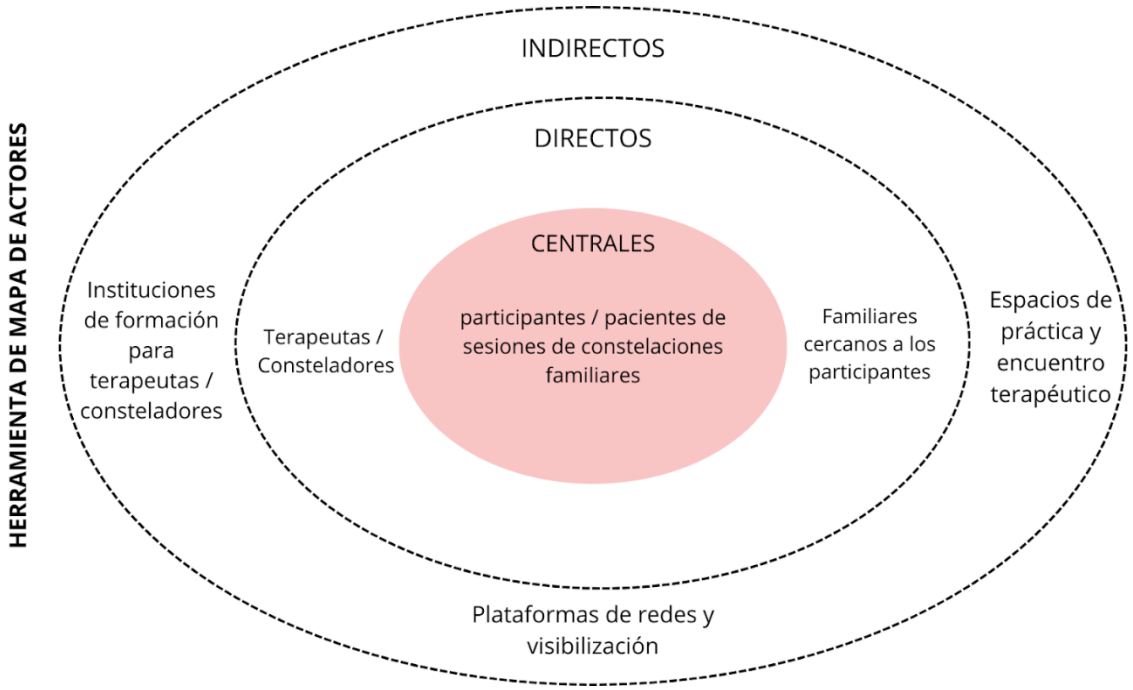
Los actores indirectos influyen mucho en el desarrollo y alcance de las constelaciones familiares. Por un lado, están las instituciones de formación para terapeutas o consteladores, que son las encargadas de formar y preparar a los profesionales que aplicaran la metodología holística, asegurándose de brindar los recursos necesarios para guiar el proceso.

Los espacios de práctica y encuentro terapéutico, tienen un rol indirecto fundamental debido a que garantizan que el servicio pueda realizarse de manera adecuada.

A su vez, las plataformas de redes y visibilización generan un impacto indirecto que recae en la decisión de los actores centrales de realizar o no la práctica.

**Figura 2**

*Herramienta de mapa de actores que permite visualizar la red de relaciones centrales, directos e indirectos.*




*Nota.* Este mapa de actores, nos permite visionar la red de relaciones que sostiene a este proyecto. Mostrando cómo no solo atiende a quienes participan directamente, sino que también impacta en círculos cercanos, e indirectos.

### 2.3 Objetivo(s) del proyecto

El objetivo general es desarrollar un proyecto transmedia nombrado “Las raíces del alma” que, teniendo como punto de partida el tema de las constelaciones familiares, analice

e investigue de manera empática y reflexiva cómo las historias y problemas no resueltos, cargas emocionales, patrones repetitivos heredados dentro del sistema familiar, influyen en la vida emocional, cotidiana, relacional y psicológica de las personas. El proyecto busca visibilizar estos patrones mediante diversos formatos narrativos, documental, podcast, página web, y publicaciones de tiktok, para generar un espacio de introspección, participación y sanación colectiva, donde los usuarios puedan reconocerse en las historias de otros, identificarse y comprender su propia herencia emocional y transformar su manera de relacionarse consigo mismos y con su entorno.

1. Representar mediante el documental principal, las experiencias y testimonios de personas que han acudido a sesiones de constelaciones familiares, exhibiendo diversos panoramas que van desde el escepticismo hasta la aceptación emocional y espiritual.
2. Incluir una mirada profesional clínica de la psicóloga que contribuya con un análisis complementario de comprensión psicológica.
3. Desarrollar en distintas plataformas transmedias, la identificación y participación activa del público.
4. Fomentar la reflexión interpersonal sobre cargas energéticas y emotivas heredadas y la importancia de sanar lo transgeneracional, creando un espacio accesible y significativo de empatía para los usuarios.

## 2.4 Marco referencial

### Antecedentes Internacionales

Según Leunda (2024), hoy en día solemos vernos como personas independientes, como si nuestra existencia fuera completamente de nosotros mismos. Vivimos en una época que

valora intensamente lo individual, y eso nos lleva muchas veces a olvidar que estamos aquí gracias a muchas personas que vivieron antes que nosotros. A través de la sexualidad, la vida fue pasando de generación en generación hasta llegar a nosotros. Y aunque a veces lo pasamos por alto, quienes nos dieron la vida fueron nuestros padres, con todas sus imperfecciones, y antes que ellos estuvieron nuestros abuelos, y así sucesivamente, en una cadena que se extiende muy lejos en el tiempo. Las constelaciones familiares evidencian la influencia que los vínculos con los antepasados ejercen en la vida de cada persona. Cuando en un sistema se han producido injusticias, incluyendo hechos asociados a la violencia política en sus distintas manifestaciones, sus efectos pueden repercutir en los descendientes, generando posibles dificultades de salud y relaciones interpersonales problemáticas. Con un enfoque fenomenológico que permite que los representantes de un sistema experimenten emociones o sensaciones vinculadas con los miembros a quienes representan, incluso sin haberlos conocido previamente. Por su parte, Rived (2021), desarrolló la terapia contextual, una propuesta que integró aspectos psicológicos, comunicativos y éticos en la comprensión de la vida familiar. Este autor resaltó que el bienestar emocional de cada individuo está directamente relacionado con la confianza, la justicia y la reciprocidad que circulan en el sistema familiar. Desde esta perspectiva, el terapeuta actúa como un guía que ayuda a recuperar el equilibrio en las relaciones familiares y a evitar que surjan nuevas heridas. Uno de los aportes más significativos de este enfoque es la idea del "libro de cuentas", con la cual explicó cómo las deudas y méritos acumulados en las interacciones familiares influyen en el sentido de pertenencia y en la equidad de las relaciones. Además, propuso cuatro dimensiones para analizar la dinámica relacional: la factual, la psicológica individual, la comunicacional y la ética relacional. Dichas categorías ofrecen un marco que, al compararse con las constelaciones familiares, permite reconocer patrones de lealtad

invisible, cargas heredadas y situaciones de injusticia que afectan a las generaciones actuales.

De acuerdo con Gómez (2015), dentro de la intervención terapéutica se distinguen dos tipos de sentimientos. Los primarios son los que aparecen de manera inmediata frente a una situación concreta, se expresan de forma sencilla y suelen durar poco tiempo. Este tipo de sentimientos ayudan a que la persona actúe con más claridad y generen confianza tanto en ella misma como en quienes la rodean. En cambio, los sentimientos secundarios suelen tener un efecto contrario, ya que bloquean, se alargan en el tiempo y terminan agotando emocionalmente. Muchas veces se expresan de forma exagerada, lo que hace que la persona se ubique, sin querer, en un lugar de víctima y vea la causa de su malestar solo en los demás. Si el terapeuta enfoca todo el proceso solo en estas emociones, puede perder de vista lo que realmente está detrás, y eso hace que el acompañamiento sea más lento y menos efectivo. Déniz (2016) amplía su clasificación de los sentimientos en el marco de las constelaciones familiares, plantea los sentimientos sistémicamente adoptados, que son aquellos en los que la persona asume emociones que en realidad no le corresponden. En estos casos, la vivencia expresada no se relaciona con la situación actual del individuo, sino que proviene de otra persona dentro del sistema familiar. La tarea terapéutica consiste en devolver dichos sentimientos a su origen, reconociendo que no forman parte de la experiencia personal. Asimismo, describe los meta sentimientos, que se diferencian de las emociones inmediatas en el sentido de que no se asocian a una carga de emoción concreta, sino que apuntan a una fuerza más interior y más concentrada. En este sentido incluye el valor, la calma, la humildad, o lo que podrán denominar como meta amor, el cual será entendido como una forma más pletórica de amar, escapan de lo que podría ser definido como un amor propio, la meta agresión está presente en contextos en los cuales se va a tener que hacer daño y no

se va a buscarlo destructivamente como puede ser la cuchilla en la mano del cirujano o el conocimiento del psicoterapeuta. Desde esta perspectiva, la sabiduría se concibe como la integración de los meta sentimientos, ya que implica actuar con firmeza, claridad y equilibrio, fruto de la experiencia y el aprendizaje.

El conocimiento es importante, pero también puede ser una forma de límite. Cuando creemos que algo es de una manera, automáticamente pensamos que no puede ser de otra. Por eso, la verdad no siempre se puede entender con la mente, a veces solo se puede sentir, como si algo se revelara por dentro. Con el tiempo, uno se da cuenta de que estar juzgándose todo el tiempo no sirve de mucho, porque ese juicio nos aleja de vivir plenamente. Buscar ser perfectos todo el tiempo nos hace estar en una actitud más rígida, como de control, mientras que abrirnos y soltar un poco nos permite estar más presentes, más conscientes. Eso nos ayuda a vivir con más paz y, sobre todo, a tratarnos con más amabilidad y compasión (Gómez, 2017). Las constelaciones familiares se presentan como una forma de terapia que ayuda a comprender mejor los problemas que surgen en las relaciones y en la vida personal. Esta propuesta parte de la idea de que muchas de las dificultades emocionales que vivimos no surgen de la nada, sino que están ligadas a patrones invisibles que se repiten dentro de nuestras familias. Cuando estas dinámicas se hacen visibles, las personas tienen la oportunidad de mirar su historia con otros ojos, reconciliarse con ella y transformar su manera de vivir. Quienes han pasado por este proceso suelen experimentar un aumento en su autoestima, una sensación más fuerte de pertenencia y una actitud más abierta hacia los demás. Además, al promover el respeto por las diferencias, esta práctica también ayuda a disminuir los conflictos y desigualdades, generando un mejor ambiente tanto en casa como en la sociedad (Fernandes et al., 2021).

**Antecedentes Nacionales**

Según Prieto (2020), se desarrolló un estudio pionero en el Perú del método de constelación familiar de Bert Helllinger en el ámbito de supervisión clínica. Este estudio realizado por psicoterapeutas locales, las constelaciones se realizan como una herramienta para estudiar problemas personales y profesionales en un espacio protegido y controlado. Los autores señalan que este método fenomenológico permite a los participantes, conectar con vínculos profundos familiares, visibilizando ciertas dinámicas ocultas que no dejan ver su realidad. Se destacan las conclusiones más apropiadas, de que los cambios experimentados no se limitan en la constelación, sino que son respaldados, al menos durante un mes, lo que confirma su impacto continuo en su propia conciencia y se relacionan con su entorno. El estudio proporciona una contribución significativa, porque muestra que en el contexto del Perú, este método puede usarse no solo para los procesos de tratamiento personal, sino también en el ámbito profesional, creando descubrimientos, conciencia y transformación de mejora personal.

Los resultados mostraron que, después de participar en una constelación, muchos profesionales cambiaron la forma en que veían el método. Al principio, solo el 50 % creía en su utilidad, un 43 % tenía dudas y un 7 % no confiaba en él. Pero después de vivir la experiencia, el porcentaje de personas convencidas subió al 86 %, y un mes después, se mantenía en 79 %. Esto demuestra que la experiencia no solo impacta en el momento, sino que deja huella con el tiempo.

También se notó que los participantes se sintieron más seguros para enfrentar problemas en su trabajo. La confianza pasó de 29 % antes de la constelación a 64 % después, y un mes más tarde llegó a 79 %. Además, percibieron que sus clientes estaban

más satisfechos, lo cual muestra que los cambios internos también influyen en el entorno laboral.

En general, estos resultados muestran que las constelaciones pueden tener un efecto positivo y duradero. Ayudan a tomar conciencia de lo que uno lleva dentro y a mejorar la forma en que se relaciona con los demás. En el contexto peruano, esto es importante porque demuestra que este enfoque también puede funcionar acá, no solo a nivel personal, sino también en lo profesional y terapéutico.

Guerrero (2024) realizó un estudio donde se aplicaron constelaciones familiares en universidades de Perú, Ecuador y España. Ahí explica cómo funciona el método: se necesita un facilitador, un cliente y representantes que ayuden a mostrar las dinámicas familiares ocultas. Antes de empezar, se hace una entrevista corta y, durante el proceso, se usan frases simples como “Gracias”, “Perdón” o “Por favor”, que ayudan a que las personas cierren ciclos o logren reconciliaciones. El estudio también menciona experiencias en universidades peruanas, como la UNSA de Arequipa, donde los estudiantes participaron para ver cómo esta práctica podía impactar en su vida personal y académica. Esto confirma que en nuestro país ya se está usando el método y que puede ser una herramienta útil para conocerse mejor, manejar emociones y fortalecer vínculos.

### 2.5 Proceso creativo y experimentos

El desarrollo del proceso creativo que se buscó, conceptualización, construcción de personajes, y validación narrativa. Desde el principio se propuso diseñar un universo transmedia que además de mostrar el mundo de las constelaciones familiares, ofreciera al

usuario la oportunidad de visibilizar su historia autónoma y familiar, así participar de cada narrativa de manera activa.

Uno de los pasos fundamentales fue la búsqueda de los personajes principales, como los terapeutas Joseph y Arleny, quienes generan un enlace directo al relato. Fueron previamente entrevistados bajo preguntas y dinámicas de constelaciones familiares que desarrollan, con el fin de fomentar un espacio de conexión, confianza, frente a su previa aceptación en el proyecto.

Posteriormente, se realizaron los fragmentos narrativos pre producidos para asegurar la correspondencia de relatos que podían transmitir la esencia de constelaciones familiares, estos fragmentos incluyeron secuencias, testimonios, momentos simbólicos, que buscan reflejar la dimensión de terapia holística y sobre todo la experiencia emocional de quienes acuden a este tipo de prácticas.

A partir de la interacción con los usuarios y entrevistas obtenidas, se recogieron hallazgos que confirman la relevancia del tema, muchas personas reconocieron tener traumas, problemas o emociones heredadas que no podían explicar del todo, pero que identificaban como parte de una carga transgeneracional.

En recopilación, el proceso creativo se estructuró como una combinación entre investigación, entrevistas y fragmentos narrativos pre producidos. Cada fase permitió no solo dar forma a los personajes y a las transmedia, sino también integrar la visibilidad de los usuarios y la dimensión simbólica propia de las constelaciones familiares, logrando un proyecto con un fuerte componente emocional, reflexivo e informativo.

### 2.5.1 Información sobre el usuario(s)

Para la identificación y definición del arquetipo de usuario se empleó una encuesta, que permitió comprender tanto los comportamientos, pensamientos y las motivaciones emocionales del público objetivo.

El proceso inició con el diseño de una encuesta estructurada (véase anexo 1), aplicada de manera virtual a un grupo de participantes entre 18 y 25 años a más, con el propósito de recopilar información sobre emociones, vínculos familiares y hábitos de consumo digital. Las preguntas incluyeron escalas de frecuencia y opciones múltiples para medir niveles de acuerdo, así como una pregunta abierta que permitió registrar reflexiones personales y familiares.

El análisis cuantitativo (véase anexo 3) permitió identificar tendencias generales, el 97% de los participantes se encontraba entre los 18 y 25 años, el 96,5% se identificó con el género femenino, y el 89,5% indicó desempeñarse como trabajador dependiente. Estos datos sirvieron para definir el rango etario, perfil ocupacional y género predominante del usuario principal.

Paralelamente, el análisis cualitativo de la encuesta (véase anexo 2) permitió detectar emociones, reflexiones y motivaciones profundas asociadas al tema de las constelaciones familiares. La información recopilada fue sintetizada mediante el uso de herramientas de Design Thinking, específicamente el Arquetipo de usuario.

A partir de los resultados obtenidos, se elaboró el arquetipo de usuario denominado como “Lucía Rodríguez Zapata”, figura que representa al grupo mayoritario de la muestra. El análisis del arquetipo permitió comprender que el público objetivo de “Las raíces del alma” está compuesto mayormente por jóvenes mujeres adultas con un interés real en sanar sus emociones y entender mejor los vínculos que tienen con su familia.

Esta información resultó clave para la comprensión del proyecto transmedia, priorizando una comunicación emocional, cercana y empática, que busque la reflexión y la participación activa del usuario.

Los hallazgos orientaron la elección de los formatos más eficaces como el documental, podcast y tiktok, manteniendo el tono íntimo, simbólico y accesible. Además, permitió definir los valores esenciales de la propuesta, empatía, sanación y conexión emocional, garantizando que cada extensión transmedia responda a las necesidades reales detectadas en el público.

En conclusión, la creación del arquetipo de usuario no solo permitió visualizar de forma clara a quién se dirige el proyecto, sino también desarrollar un enfoque más coherente con sus emociones, motivaciones y formas de consumo digital.

**Figura 3**

*Arquetipo a base de resultados de encuesta.*




*Nota.* Se aplicó información directa de encuesta realizada, utilizando datos de porcentajes, emociones, motivaciones y comportamientos para cada parte del arquetipo de usuario, para un fundamento real en los datos.

**Tabla 1**

*Datos sociodemográficos de encuesta aplicada a jóvenes adultos en el marco del proyecto.*

| Variable | Categoría | 114 encuestados |
|---|---|---|
| Edad | 18-25 años<br>más de 25 años | 97.0%<br>3.0% |
| Género | Femenino<br>Masculino | 96.5%<br>3.5% |
| Ocupación | Trabajadores dependientes<br>Independientes / estudiantes | 89.5%<br>10.5% |

*Nota.* Esta tabla resume la información básica de los participantes. Sirvió para describir la muestra y contextualizar a quiénes se aplicó la encuesta.

**Tabla 2**

*Encuesta sobre vínculos familiares y emociones heredadas en el contexto del proyecto. Percepciones emocionales y familiares de los encuestados.*

| Pregunta | Respuesta predominante | 114 encuestados |
|---|---|---|
| Influencia de los padres y abuelos en su vida actual. | Sí, influye mucho. | 94.7 % |
| Dificultad para hablar de emociones con su entorno. | Sí, les cuesta hablar de lo que sienten. | 91.2 % |
| Palabra que describe su historia familiar | "Dolor" | 88.6 % |
| Cargas emocionales heredadas | Sí, sienten que cargan emociones que no son suyas | 90.4 % |
| Importancia de expresar emociones en casa | Muy importante | 98.2 % |
| Tipo de contenido preferido para reflexionar | Documentales | 90.4 % |
| Conocimiento previo sobre constelaciones familiares | Han escuchado o conocen el término | 89.5 % |
| Plataforma preferida para interactuar con el proyecto | Youtube | 92.1 % |
| Creencia de que mirar la historia familiar ayuda a entenderse mejor | Sí, totalmente | 93.0 % |

| | | |
|---|---|---|
| Lo que dirían a su familia | “Necesito hablar más de lo que siento” | 92.9 % |

*Nota.* Esta tabla concentra los resultados que se relacionan directamente con el tema central, los vínculos familiares, emociones heredadas y el impacto de las constelaciones familiares.

### 2.5.2 Información sobre el Mercado

El proyecto identifica una oportunidad de mercado en la creciente necesidad de espacios accesibles para la reflexión y el acompañamiento emocional, especialmente entre jóvenes que buscan alternativas distintas a la atención psicológica tradicional. Este grupo muestra interés por contenidos digitales que integren lenguaje audiovisual, participación y experiencias reales, lo cual abre un campo favorable para propuestas transmedia con enfoque en salud mental y bienestar emocional.

En cuanto a la competencia, existen iniciativas como Psiconecta o Habla.pe, que ofrecen información y orientación psicológica en línea. Sin embargo, la mayoría se centra en el ámbito informativo o clínico. La propuesta “Constelaciones Familiares: un viaje transmedia para sanar la historia personal” se diferencia al incorporar una narrativa emocional y participativa, donde el público puede reconocerse en las historias y reflexionar sobre su propio proceso familiar.

Una de las principales barreras que enfrenta el proyecto es el desconocimiento del público sobre las constelaciones familiares y su valor como herramienta de autoconocimiento. Aunque el tema despierta interés, todavía existe cierta confusión respecto a su propósito y beneficios. Para superar este reto, el proyecto busca apoyarse en

la participación de una especialista en psicología DBT, cuya intervención contribuye a brindar una mirada clínica complementaria. Su aporte permite contextualizar las experiencias mostradas desde una perspectiva profesional, ofreciendo al espectador una comprensión más amplia y reflexiva de los procesos emocionales que se abordan. De esta manera, se fortalece el componente formativo del proyecto, integrando la visión psicológica con la narrativa audiovisual sin alterar su esencia vivencial.

El alcance esperado es posicionar el proyecto como una propuesta innovadora dentro del campo de la comunicación audiovisual con enfoque social. En una primera etapa, se busca consolidar su presencia en Lima Metropolitana mediante la difusión en entornos digitales y académicos. A mediano plazo, se proyecta ampliar su impacto hacia otras regiones del país y generar alianzas con instituciones educativas, culturales y de salud mental que compartan el propósito de fomentar espacios de reflexión y diálogo. De este modo, el proyecto aspira a contribuir a la construcción de una cultura más consciente, empática y abierta a la comprensión emocional.

Está dirigido a hombres y mujeres de entre 18 y 25 años, en su mayoría residentes de ciudades como Lima, Arequipa y Trujillo, con formación técnica o universitaria. Se encuentran una etapa de su vida en la que buscan equilibrar el trabajo, la familia y sus proyectos personales, al mismo tiempo que lidian con el estrés cotidiano y con heridas emocionales o patrones heredados que aún no han logrado resolver. Su consumo digital se centra en Tik Tok, donde siguen cuentas de motivación y bienestar, y complementan con contenidos más profundos en Youtube y podcasts de Spotify sobre espiritualidad, sanación y desarrollo personal. Les motiva crecer en su proceso emocional, tiene curiosidad sobre

las terapias holísticas y buscan encontrar un sitio que les brinde calma, claridad y ejercicios prácticos para transformar su historia y vivir con mayor satisfacción.

La demanda potencial del proyecto se refleja en la búsqueda constante de los jóvenes por contenidos que aborden el bienestar emocional desde una perspectiva creativa y accesible. En los últimos años, este público ha mostrado mayor interés por propuestas que integren reflexión, arte y conexión personal, especialmente dentro de los entornos digitales. Este comportamiento evidencia la existencia de una audiencia dispuesta a involucrarse con proyectos que les permitan reconocerse en experiencias compartidas. En este sentido, la propuesta transmedia del proyecto representa una oportunidad para responder a esa necesidad, ofreciendo un espacio de acompañamiento y diálogo a través de distintos formatos audiovisuales.

**Figura 4**

*Análisis FODA del proyecto "Constelaciones Familiares: un viaje transmedia para sanar la historia personal"*



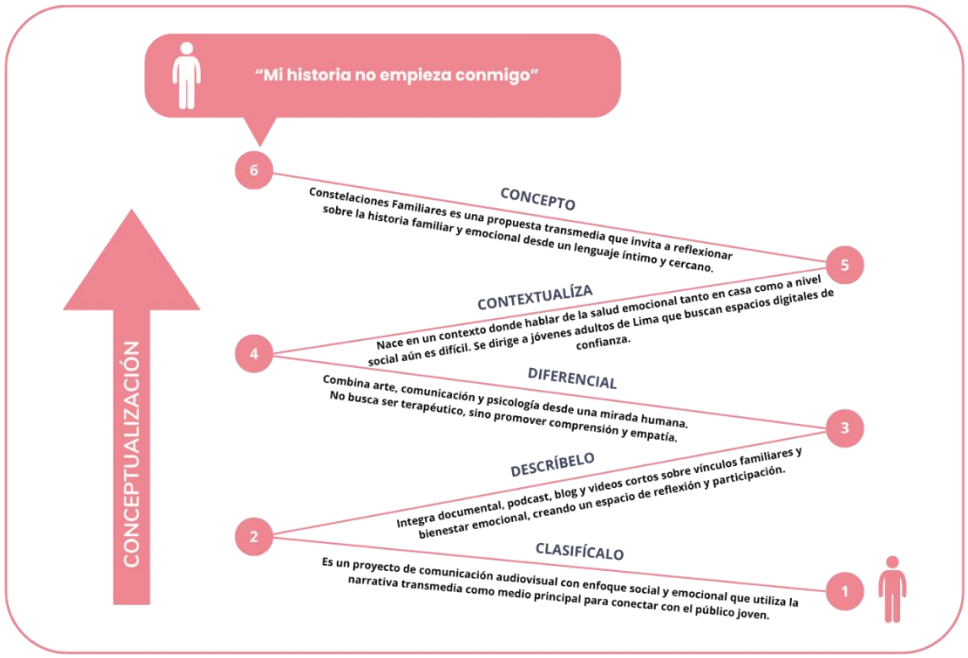
*Nota.* El gráfico sintetiza los factores internos y externos que influyen en el proyecto.

### 2.5.3 Concepto y Propuesta de Valor

Este proyecto pertenece a la categoría de comunicación audiovisual con enfoque social y emocional. Se basa en una narrativa transmedia que combina diferentes contenidos transmediales, como un documental, un podcast, un blog y videos cortos, que se enfocan en el bienestar emocional y los vínculos familiares. Surge en un contexto donde la salud emocional ha cobrado mayor importancia en el Perú, pero aún existen barreras para hablar abiertamente de los sentimientos o buscar ayuda profesional. En este escenario, el proyecto busca aprovechar el potencial de las redes y los medios digitales como canales de acompañamiento y expresión, creando un espacio donde los jóvenes adultos puedan hablar de sus sentimientos, ser comprendidos y compartirlas sin miedo alguno.

**Figura 5**

*Ruta para conceptualizar el Proyecto*

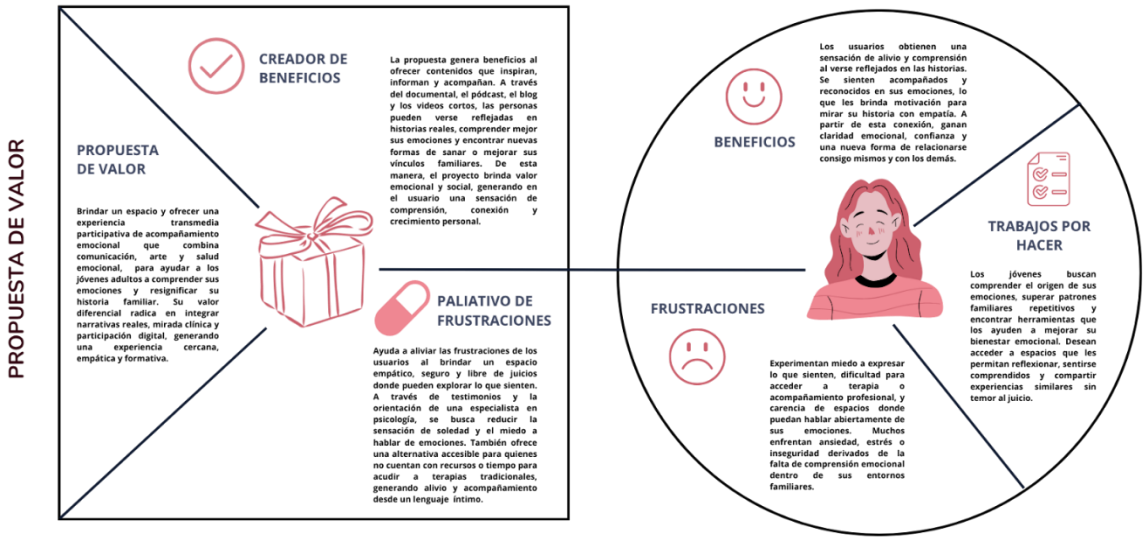



*Nota.* Representa las etapas utilizadas para definir el concepto del proyecto.

La propuesta busca ofrecer una experiencia transmedia de acompañamiento emocional que combina comunicación, arte y psicología para conectar con los jóvenes adultos desde un lenguaje íntimo y cercano. A partir de historias reales, el proyecto busca que cada persona pueda reflexionar sobre su propia historia familiar y entender cómo las emociones heredadas influyen en lo que vive día a día. Su valor diferencial radica en integrar la mirada audiovisual con una perspectiva terapéutica y psicológica de manera profesional, generando un espacio que no pretende reemplazar la terapia, sino fomentar espacios de comprensión y sanación personal, al igual que una mirada más consciente y empática hacia uno mismo y los demás.

**Figura 6**

*Propuesta de valor del proyecto "Constelaciones Familiares" dirigida a jóvenes adultos de Lima Metropolitana.*




*Nota.* El gráfico representa los principales beneficios, frustraciones y necesidades del público objetivo, así como los elementos que conforman la propuesta de valor del proyecto.

### 2.5.4 Diseño de producto/servicio

El proyecto se presenta como una propuesta digital que utiliza diferentes formatos narrativos para generar una experiencia emocional y participativa. Cada espacio está diseñado para que el público pueda mirar su historia desde distintos ángulos, encontrando en cada uno una manera única de conectar, reflexionar o sentirse acompañado. El usuario puede comenzar su recorrido según el formato con el que se identifique más. De esta forma, la navegación entre plataformas se convierte en un proceso de autodescubrimiento guiado por la emoción, la curiosidad y la búsqueda personal de bienestar.

El documental en Youtube “Las raíces del alma” es la parte principal del proyecto y funciona como el punto de partida para todo el universo transmedia. A través de testimonios

reales y situaciones cotidianas, muestra cómo las experiencias familiares, los silencios y las emociones heredadas influyen en la vida de las personas sin que muchas veces lo noten. Con una narrativa cercana y visualmente sencilla, busca conectar con el espectador desde lo humano, despertando preguntas sobre el origen de ciertos patrones emocionales y la manera en que estos se repiten dentro de los sistemas familiares. Su propósito no es dar respuestas cerradas ni soluciones inmediatas, sino abrir un espacio de empatía y reflexión donde cada persona pueda verse reflejada, identificarse y sentir acompañamiento en su propio proceso. A lo largo del documental se entrelazan historias que permiten comprender la importancia de reconocer lo heredado y mirar con compasión lo que antes se evitaba, mostrando que sanar también puede ser una forma de reconciliarse con la historia familiar. Desde lo audiovisual, se cuida cada detalle, la música, la fotografía y el ritmo narrativo, para transmitir una sensación de intimidad y verdad, invitando al público a mirar hacia adentro y reconocer que en cada historia hay una raíz que nos conecta.

El blog “Mi historia no empieza conmigo”, es la parte complementaria del documental, un espacio de acompañamiento emocional que busca invitar al lector a mirar su historia familiar desde otra perspectiva. A través de textos, fotografías y experiencias compartidas, se muestran temas sobre los vínculos familiares, las emociones heredadas y los patrones que repetimos sin darnos cuenta. Su propósito es crear un sitio seguro donde la lectura, la escritura y la reflexión se conviertan en herramientas de sanación y autoconocimiento. Este espacio está estructurado en cinco guías temáticas que profundizan en los patrones familiares, traumas heredados, autoconocimiento y ejercicios prácticos, abordando la sanación desde una mirada integral. Además, contará con un asistente conversacional que permitirá explorar los contenidos de forma dinámica, así como recursos de MyHeritage para dar movimiento a fotografías familiares.

“Tu voz, tu historia”, son videos cortos forman la parte más dinámica e interactiva del proyecto, pensada para difundirse en TikTok y conectar más rápido con el público. A través de relatos en primera persona, los participantes comparten cómo vivieron su experiencia en las constelaciones familiares, narrando lo que sintieron y comprendieron durante su proceso. Cada testimonio se combina con una estética de planos cerrados y recursos de mixed media. cómo texturas, superposiciones y fragmentos abstractos que transforman las emociones en imágenes simbólicas. Estas piezas buscan representar lo que no se ve y se calla, convirtiendo las vivencias personales en un reflejo compartido.

El podcast en Spotify “Raíces de Sanación” da continuidad a los testimonios presentados en los videos cortos de TikTok. En cada episodio se profundiza en las experiencias compartidas por los usuarios, tocando temas como el perdón, la búsqueda de equilibrio personal, las heridas emocionales y familiares. Los audios son comentados por María Fernanda Saavedra, psicóloga especializada en terapia dialéctica conductual, y Max Mange, constelador familiar con amplia experiencia en procesos terapéuticos. Ambos ofrecen miradas complementarias una desde la psicología clínica y otra desde el enfoque sistémico que ayudan a comprender lo que hay detrás de cada historia. A través de sus voces y de una atmósfera sonora cuidadosamente construida, el podcast genera un ambiente de calma y reflexión donde el oyente puede sentirse acompañado y comprendido. Más que analizar, busca crear cercanía, mostrando que detrás de cada testimonio hay emociones universales que todos, en algún momento, hemos sentido.

Esta iniciativa busca generar un impacto social al fomentar la reflexión emocional entre los jóvenes, motivándolos a expresarse con libertad y a mirar su historia familiar desde una

nueva perspectiva con amor. En el aspecto económico, se concibe como una propuesta sostenible que aprovecha las plataformas digitales para su desarrollo y difusión, promoviendo colaboraciones con instituciones educativas y especialistas en bienestar emocional. Desde el enfoque ambiental, se orienta hacia una comunicación responsable al priorizar recursos virtuales y reducir el uso de materiales físicos, manteniendo coherencia con su mensaje de equilibrio, cuidado y respeto por el entorno.

### 2.5.5 Modelo de Negocio

El modelo de negocio, se basa en una propuesta de comunicación audiovisual con enfoque social y emocional, orientada a la creación de contenidos transmedia que fomenten el autoconocimiento, la reflexión y la sanación emocional interna y conjunta. Este modelo combina la difusión gratuita en plataformas digitales con estrategias de sostenibilidad que incluyen colaboraciones con instituciones educativas, centros de bienestar emocional y patrocinadores vinculados al ámbito psicológico, así como la implementación de contenidos exclusivos, sistemas de suscripción y membresía.

El propósito central es ofrecer una experiencia participativa que no solo informe, sino que también acompañe y conecte emocionalmente al espectador, invitándolo a interactuar y reconocerse dentro de las transmedias. La comercialización se plantea a través de las alianzas estratégicas, la difusión en medios digitales (Youtube, Spotify, Tiktok) y la apertura de talleres y charlas presenciales vinculadas al contenido audiovisual, permitiendo así una expansión sostenible del proyecto.

**Figura 7**

*Modelo de negocio basado en la propuesta.*




*Nota.* El modelo de negocio representa los campos de la propuesta de manera viable puesta en el mercado.

### 2.5.6 Resultados esperados

Se espera que, al entrar en contacto con el público, el proyecto se consolide como un proyecto transmedia de impacto social y emocional, capaz de generar una comunidad digital comprometida con la reflexión y la sanación colectiva. El resultado ideal es que los usuarios no solo consuman los contenidos, sino que participen, aprendan y sanen activamente, compartiendo sus propias historias, generando así un diálogo emocional entre generaciones.

Asimismo, se proyecta que el documental y sus extensiones, página web, podcast y video shorts, logren ser visibles ante los jóvenes y genere reconocer la importancia de la sanación familiar, promoviendo conversaciones familiares más abiertas y conscientes.

Desde el punto de vista comunicacional, el proyecto busca posicionarse como una referencia en el uso del formato transmedia para el bienestar emocional, mostrando que la narrativa audiovisual puede ser también una herramienta terapéutica y educativa.

En el ámbito económico, el modelo de negocio aspira a ser autosostenible mediante colaboraciones estratégicas y monetización digital, mientras que desde el enfoque social y ambiental, pretende fomentar una cultura del bienestar basada en la empatía, la reflexión y el uso responsable de los medios digitales.

### 2.5.7 Prototipos desarrollados

**Figura 8**

*Prototipo de baja Fidelidad completa de Blog Web "Mi historia no empieza conmigo"*

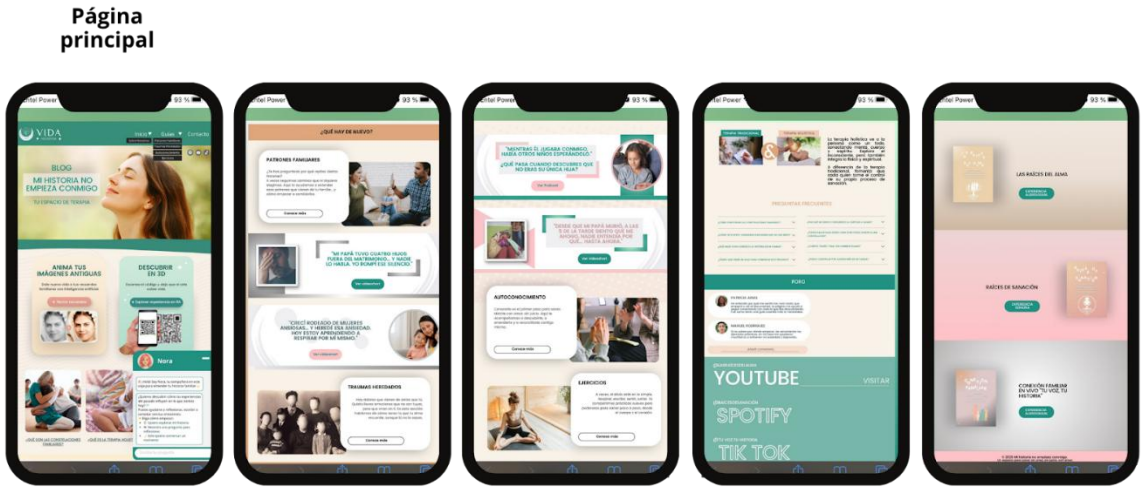



*Nota.* La figura muestra el esquema inicial del blog web, desarrollado a nivel conceptual para definir su estructura, secciones y flujo de navegación.

Para el desarrollo del prototipo de baja fidelidad de la página web “Mi historia no empieza conmigo”, se realizaron bocetos a mano alzada en papel, representando la estructura y funcionalidad principal de cada sección del sitio. Estos esquemas permiten visualizar la distribución de los elementos, la navegación entre páginas y la jerarquía visual del contenido antes de pasar a la etapa digital. Los bocetos muestran las principales pantallas del sitio web: la página de inicio, la sección de artículos del blog, el espacio de autoconocimiento, la galería de ejercicios terapéuticos y el apartado de recursos multimedia. Cada una de ellas fue representada dentro de marcos de dispositivo móvil, simulando la visualización en teléfonos para garantizar una experiencia responsive.

**Figura 9**

*Prototipo Alta Fidelidad parte 1 - Página Principal de Blog Web “Mi historia no empieza conmigo"*




*Nota.* Se muestra el diseño visual de la página principal del blog, donde se definen la estética, jerarquía de contenidos y experiencia de navegación del usuario.

**La página principal.** Comienza con el logotipo y una portada, debajo se encuentran dos secciones interactivas que permiten animar fotografías antiguas y descubrir recuerdos en 3D. Más abajo aparecen tres apartados introductorios que explican qué son las constelaciones familiares, cuándo surgieron y cómo ayudan a trabajar en uno mismo. En esta misma parte se presenta a Nora, la asistente virtual que guía al usuario por el recorrido transmedia y le sugiere contenidos según su propio ritmo. Luego se muestra una vista general de los temas principales del sitio, como patrones familiares, traumas, autoconocimiento y ejercicios personales, acompañados por imágenes pequeñas que enlazan con las plataformas transmedia del proyecto. Al final, se incluye una comparación entre la terapia tradicional y la terapia holística, un foro de participación donde los visitantes pueden comentar e intercambiar experiencias, y una última franja con enlaces directos a las distintas plataformas del universo transmedia, como YouTube, Spotify y TikTok.

**Figura 10**

*Prototipo Alta Fidelidad parte 2 - Página Principal de Blog Web "Mi historia no empieza conmigo"*




*Nota.* La imagen muestra la continuación del diseño del blog, enfocada en la organización de secciones y en la interacción del usuario con los contenidos emocionales.

**Sección 1.** Se desarrollan los contenidos sobre patrones familiares, donde se brinda información general, ejemplos y recursos de lectura. Al ingresar, el usuario puede acceder a distintas subsecciones que amplían cada tema.

**Subsección 1**. Se muestran las páginas con artículos detallados que explican por qué se repiten ciertos comportamientos o cómo influyen las dinámicas familiares en la vida cotidiana.

**Subsección 2.** Se presentan noticias o reflexiones complementarias, que amplían la información y conectan con otras partes del proyecto, invitando al usuario a seguir explorando y reflexionando sobre su historia personal.

**Figura 11**

*Prototipo de baja Fidelidad del Podcast "Raíces de sanación".*




*Nota.* Representa el primer boceto del podcast, realizado para definir la estructura general del episodio y los elementos sonoros antes de su desarrollo final.

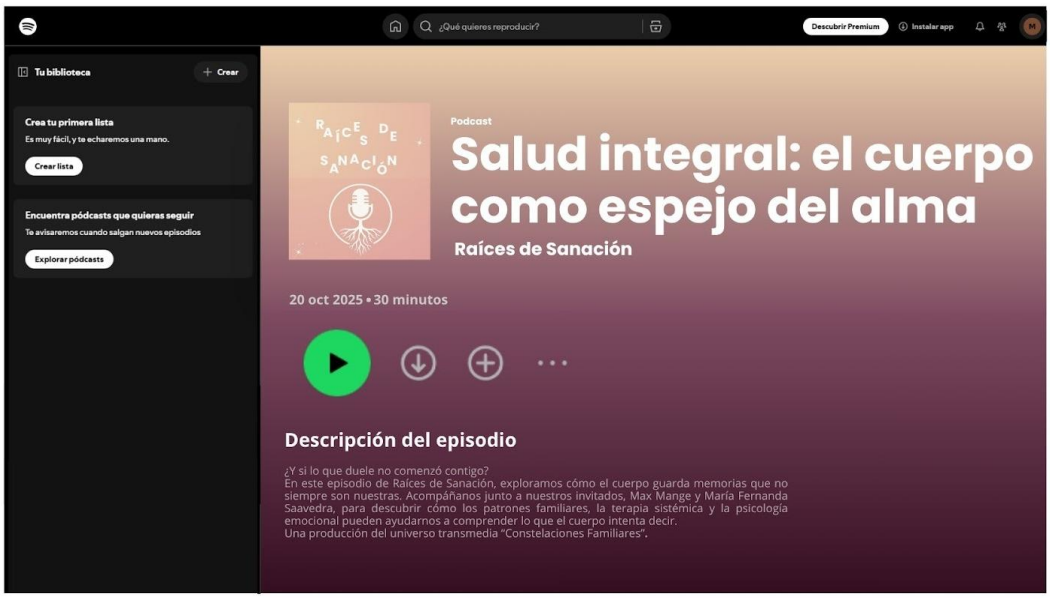
**Guión sonoro.** A detalle, donde se planificó todo lo que se diría en el episodio, desde la introducción hasta el cierre. Este guión permitió organizar los diálogos, las pausas, la música y los efectos de sonido para mantener coherencia y ritmo en la narración.

**Podcast en Spotify.** Se creó un boceto visual a lápiz que representa cómo se vería en la plataforma digital. Este prototipo ayudó a visualizar la estructura del episodio y a prever cómo se presentará al público antes de pasar a la grabación y publicación real.

**Figura 12**

*Prototipo Alta Fidelidad de Podcast "Raíces de sanación".*

**Interfaz de Spotify**



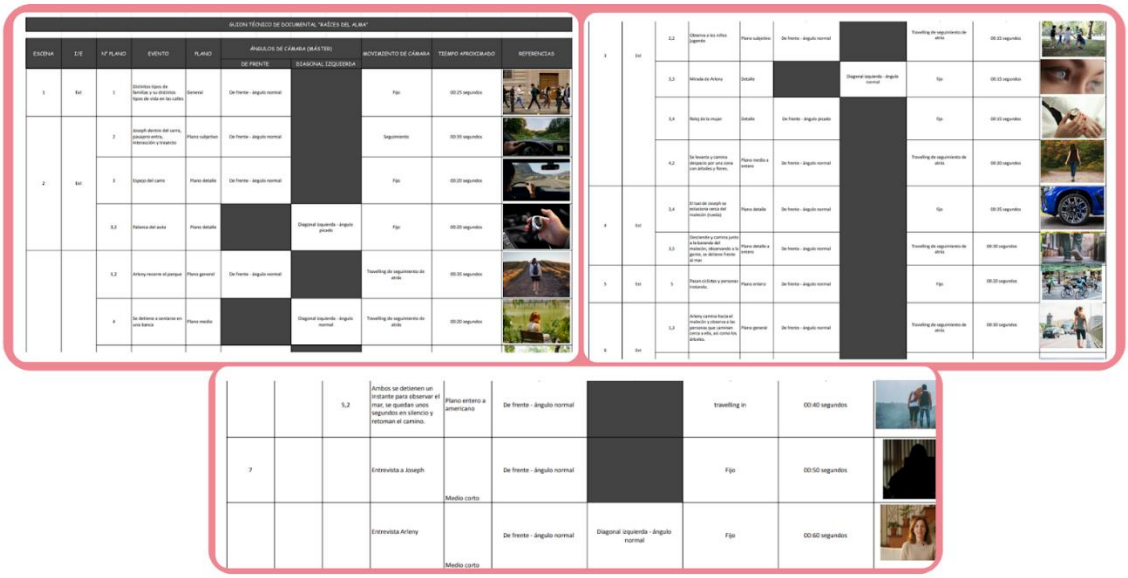

*Nota.* Corresponde al prototipo final del podcast, desarrollado para evaluar su experiencia auditiva y narrativa.

**Interfaz de Spotify.** A partir del guión sonoro y del boceto inicial, se grabó, editó y diseñó el episodio con todos sus elementos: voz, música, descripción, portada y metadatos. Este prototipo de alta fidelidad muestra cómo el contenido se verá y escuchará realmente en la plataforma, simulando la experiencia completa del usuario. Además, permitió evaluar aspectos como la claridad del audio, la estructura del episodio y la coherencia visual con la identidad transmedia del proyecto “Constelaciones Familiares”.

**Figura 13**

*Prototipo de Baja Fidelidad del documental “Las raíces del alma”.*

**Guion técnico con fotoboard**



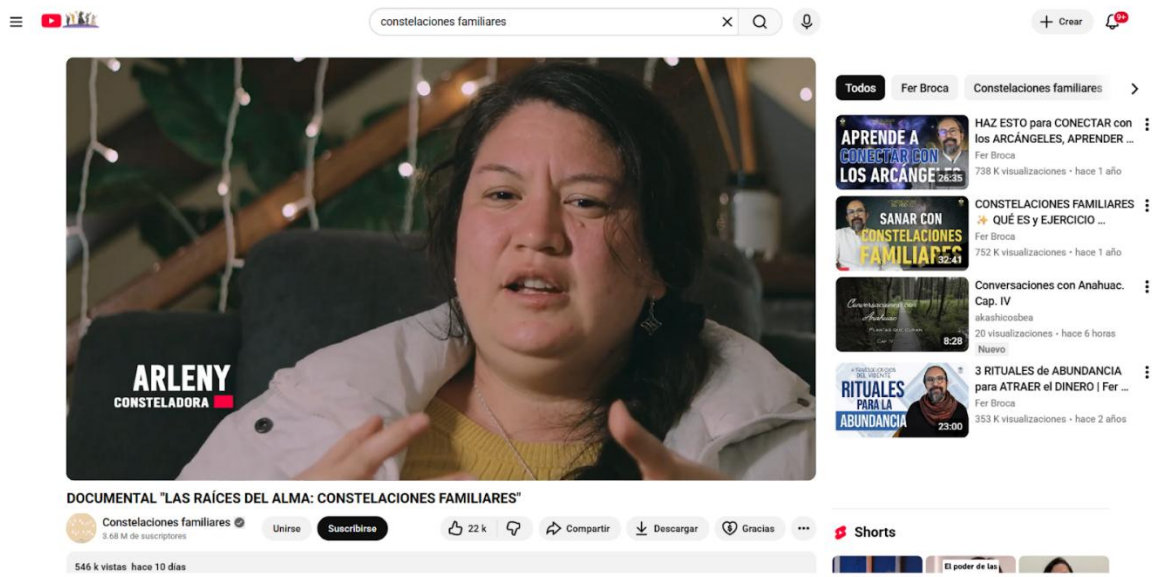
*Nota.* Este prototipo forma parte de la etapa preliminar audiovisual que sirvió de referencia para la organización de escenas por medio de la propuesta visual general del proyecto.

La creación del prototipo de baja fidelidad del documental “Las raíces del alma”, se basó en un guión técnico junto a un fotoboard donde se desglosaron las escenas ante la propuesta narrativa y visual del proyecto antes de realizar la etapa de producción. El guión técnico cuenta con el número y descripción emocional de las escenas, número de planos, ángulos y movimiento de cámara, observaciones técnicas a tener en cuenta como la iluminación, voz en off, aparición de los consteladores y psicólogo específicas en cada escena, estimación de tiempo por planos y las referencias visuales que fueron el soporte visual para prever cómo se articularían los testimonios visualmente emocionales en los momentos precisos garantizando que los relatos clave estuvieran alineados con la sensibilidad el proyecto.

El prototipo hizo posible analizar y verificar que cada parte del documental se enlace de manera coherente, asegurando que la narrativa fluya sin rupturas y que en cada escena se transmita el mismo tono reflexivo y emocional planteado.

**Figura 14**

*Prototipo de Alta Fidelidad del documental "Las raíces del alma".*

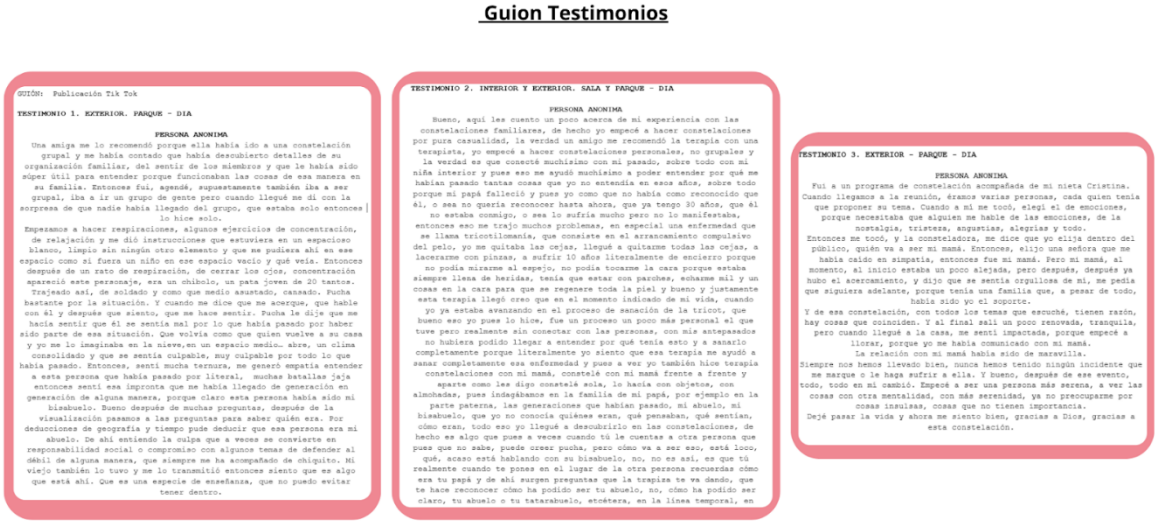



*Nota.* Este prototipo de alta fidelidad simula la versión final del documental en Youtube, garantizando su funcionamiento experiencia y apariencia antes de su lanzamiento oficial.

Tras previamente desarrollar el guión técnico junto a un fotoboard, se elaboró una versión avanzada del documental, obteniendo casi la versión final, en la que íntegramente contaba con una edición completa, ajustes de audio y musicalización, incorporación de imágenes análogas, corrección de color, títulos y transiciones que acompañan la narrativa. A la par de este previo avance también se trabajó la miniatura y descripción del video, de modo que el prototipo simulara de forma cercana cómo interactuará el público con el video.

**Figura 15**

*Prototipo de Baja Fidelidad parte 1 - Tiktok "Tu voz, tu historia".*




*Nota.* Este prototipo corresponde a la etapa preliminar del desarrollo narrativo, definiendo los testimonios que guían la estructura emocional de los videos de Tiktok.

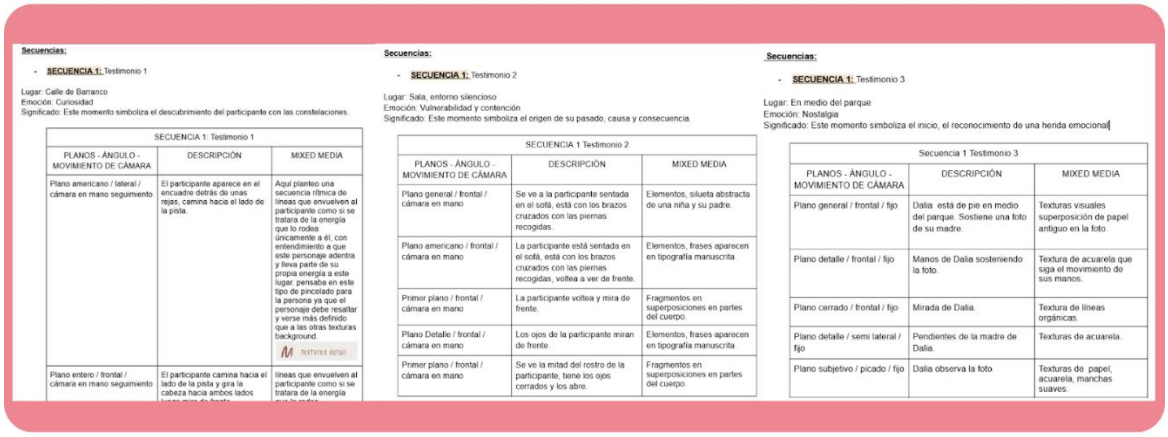
Para el desarrollo del prototipo de baja fidelidad correspondiente a la transmedia de Tiktok, primero se realizó un proceso de búsqueda y convocatoria dirigido a personas que hayan participado previamente a sesiones de constelaciones familiares. Este primer proceso nos permitió identificar testimonios que aportan profundidad emocional y coherencia temática al proyecto con el fin de elegir testimonios que representaran distintos matices de la experiencia terapéutica. Cada participante compartió su historia de manera libre y personal, y estos relatos fueron registrados mediante grabaciones de audio para conservar su espontaneidad.

Tras aplicar estos criterios, todos los relatos obtenidos fueron transcritos de forma íntegra en documentos. Este material transcrito permitió analizar con mayor claridad los elementos emocionales, siendo así tres los seleccionados que cumplian de manera adecuada

con los requisitos para integrarse al proyecto transmedia. Estas transcripciones fueron organizadas y estructuradas en guiones testimoniales, representando así el prototipo de baja fidelidad. Este prototipo permitió definir las secuencias narrativas en cada testimonio que posteriormente serían llevadas a grabación, edición y diseño en formato mixed media.

**Figura 16**

*Prototipo de Baja Fidelidad parte 2 - Tiktok "Tu voz, tu historia".*




*Nota.* Este prototipo corresponde a la fase preliminar de planificación visual y narrativa mediante la definición de secuencias que guiarán la grabación de los videos de Tiktok.

Luego de realizar la transcripción y selección final de los tres testimonios, se desarrolló una segunda etapa bajo el prototipo de baja fidelidad, el proceso de construcción de las secuencias técnicas, visuales y narrativas. Esta etapa tuvo como objetivo convertir los relatos verbales en una propuesta audiovisual precisa, estructurada y coherente con las emociones y significados presentes en cada historia.

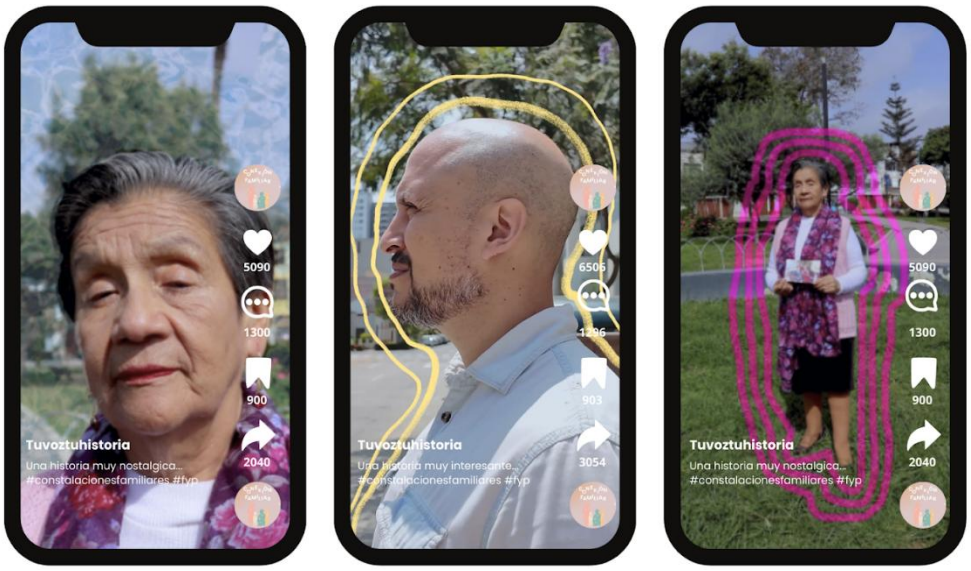
Se identificaron los momentos clave de cada testimonio, clasificándolos según el tipo de emoción predominante, significado narrativo y transición emocional que percibía cada participante en las sesiones de constelaciones familiares. Estos elementos fueron base para diseñar las secuencias iniciales que servirían como guías para la producción y post producción de los videos.

Cada testimonio fue desglosado en secuencias específicas, definiendo cuidadosamente tres componentes fundamentales: la parte técnica, que abarca los planos, ángulos y movimientos de cámara que permitirían reforzar las emociones del relato; la descripción visual de la acción, que mantendría el comportamiento, postura y acciones del participante; y la propuesta mixed media, que nos permitiría reflejar el lado emocional del protagonista y darle una estética única a cada video.

El resultado de este proceso fue un documento secuencial por testimonio, en el que cada historia se organizó en varias secuencias diferenciadas, según los cambios emocionales, significado narrativo y de locación. Este prototipo no solo permitió pre visualizar cómo se representaría en el momento emocional preciso, sino que también hizo posible comprender la evolución interna de cada testimonio a través de sus distintas etapas, facilitando el tratamiento estético y visual antes de iniciar el proceso de grabación.

**Figura 17**

*Prototipo de Alta Fidelidad Tiktok "Tu voz, tu historia"*




*Nota.* Este prototipo final de la plataforma Tiktok refleja la versión final del contenido.

Con las secuencias ya validadas y aprobadas, se coordinaron las fechas, locación de grabación y horarios para cada testimonio, asegurando que las emociones, ambientes y propuestas visuales planteadas en la etapa previa, pudieran ser representadas con fidelidad en el registro audiovisual.

Una vez concluidos los rodajes, se realizó el prototipo de alta fidelidad, cuyo propósito consistió en elaborar la versión final de los videos para su publicación en TikTok. Esta etapa comenzó con la postproducción del material grabado, mediante la selección minuciosa en las tomas y organizando el montaje previamente definido. Terminando el montaje se añadió un qr como call to action, diseñado para redirigir al usuario hacia las otras plataformas del universo transmedia y promover la exploración del proyecto en su totalidad.

Posteriormente, se modificaron fragmentos técnicos como la limpieza de ruido, ecualización y balance de niveles, con el fin de garantizar una adecuada claridad sonora en

los testimonios. Además se llevó a cabo la colorización, ajustando tonos, contrastes y temperatura de color con el propósito de reforzar la atmósfera emocional de cada escena.

Una vez consolidada la edición base, se procedió a trabajar el mixed media, bajo la propuesta de dirección y dirección de arte, se desarrollaron ilustraciones y trazos digitales específicos para cada plano y secuencia, representando elementos simbólicos, emociones centrales de cada relato. Estas piezas fueron integradas sobre el metraje, sobreponiéndose al registro audiovisual para intensificar el carácter introspectivo y sensorial de cada testimonio.

Esta etapa permitió conectar la vivencia personal con una estética emocionalmente expresiva y coherente con la identidad del proyecto. Seguido a ello se incorporaron subtítulos adaptados al formato vertical, para mantener el estilo narrativo característico del proyecto.

Con los elementos visuales, sonoros y gráficos completamente integrados, se obtuvo la versión final del video, lista para ser publicada en TikTok. Esta versión basada en formato vertical, mantiene un ritmo narrativo adecuado para plataformas de consumo fugaz, conservando el impacto emocional propio de cada testimonio.

La publicación de estos videos en TikTok se convierte así en la última etapa del proceso de alta fidelidad, consolidando un producto audiovisual completo que refleja de manera fiel la esencia del proyecto y permite que los usuarios interactúen de forma real.

**Figura 18**

*Check List de Prototipado*




*Nota.* Evaluación de grado de desarrollo, coherencia y funcionalidad de productos transmedia.

**Tabla 3**

*Creación de prototipo de Blog Web "Mi historia no empieza conmigo"*

| ¿QUÉ PROBARÁ EL PROTOTIPO? | OBJETIVOS DEL PROTOTIPO | TRABAJO DE TALLER (ELABORACIÓN) |
|---|---|---|
| Se probará la funcionalidad y facilidad de la página web como espacio de acompañamiento emocional. Se busca evaluar si la navegación resulta intuitiva, si el contenido logra conectar emocionalmente con el usuario y si los recursos digitales como el blog, guías, asistente conversacional y módulo AR funcionan correctamente. | - Evaluar la claridad del contenido y la accesibilidad del diseño.<br>- Comprobar si el usuario comprende la estructura de las guías temáticas.<br>- Validar la interacción con el asistente conversacional y los recursos de innovación tecnológicas empleadas.<br>- Medir el nivel de conexión emocional que genera la página. | - Equipo de diseño, programador web, redactores (las mismas integrantes), y un asesor psicológico (un conocido), lo que nos facilitó los contenidos estructurales de la página.<br>- Recursos tecnológicos como Canva para el mockup y herramientas para la experiencia en AR MyWebAR y la ia MyHeritage para animar fotos antiguas.<br>- Recursos materiales como bocetos (lápiz y papel) y pruebas de paleta para el diseño visual.<br>- Proceso: diseño del esquema, elaboración del prototipo en Canva, testeo con usuarios y ajustes antes de la publicación. |
| **CONTACTO USUARIO/PROTOTIPO:** | Durante las pruebas con usuarios, se observó una buena recepción hacia los contenidos visuales y las guías emocionales. Los participantes mencionaron que la página "transmite calma y confianza", principalmente por la "paleta de colores suaves" y la manera en que está organizada la información. También comentaron que "sería útil tener un buscador interno para encontrar los temas más rápido". En general, expresaron que el diseño "es amigable y fácil de navegar", permitiéndoles "sentirse acompañados y comprendidos" mientras recorrían el prototipo. | |

*Nota.* La Tabla describe el proceso de diseño y validación del prototipo del blog web “Mi historia no empieza conmigo”.

Este espacio digital se planteó como un lugar de acompañamiento emocional, pensando para que los usuarios pudieran conectar con sus propias experiencias personales a través de la lectura, la reflexión y la navegación de contenidos sobre sanación familiar. El blog busca convertirse en un refugio virtual, donde las personas pueden sentirse comprendidas, validar sus emociones y descubrir nuevas formas de mirar su historia sin miedo ni juicio.

El prototipo permitió evaluar la funcionalidad, la claridad de los textos y el nivel de conexión emocional que el contenido generaba en los lectores. Asimismo, se analizaron elementos visuales como la paleta de colores, la tipografía y la estructura de navegación para determinar si transmitían una sensación de calma y cercanía, en coherencia con el mensaje del proyecto. Durante el proceso, también se observó cómo el público respondía a las secciones interactivas, valorando especialmente los espacios destinados a testimonios y guías prácticas, que aportaban un sentido de apoyo real dentro de la experiencia digital.

**Tabla 4**

*Creación de prototipo de Podcast “Raíces de sanación"*

| ¿QUÉ PROBARÁ EL PROTOTIPO? | OBJETIVOS DEL PROTOTIPO | TRABAJO DE TALLER (ELABORACIÓN) |
|---|---|---|
| Se probará la estructura y el ritmo del podcast, así como la conexión emocional que genera en los oyentes. Se evaluará la claridad del contenido, la calidad del sonido y la manera en que las historias y comentarios del psicólogo logran mantener el interés del público. También se medirá si el formato permite reflexionar sobre las emociones y los vínculos familiares. | - Ver si los oyentes entienden el tema y se sienten identificados con las historias.<br>- Evaluar si el tono de voz y la música crean una atmósfera tranquila y agradable.<br>- Comprobar si el psicólogo aporta claridad y refuerzo emocional.<br>- Analizar si el formato y la duración del podcast resultan cómodos para escuchar. | - Equipo, un locutor, asesor psicológico y sonidista (las mismas integrantes).<br>- Recursos como guion sonoro elaborado en Word, grabación con micrófono digital y edición en Adobe Audition.<br>- Recursos materiales: computadora, audífonos y espacio acondicionado para grabar.<br>- Proceso: planificación del guion, grabación de las voces, edición del audio, mezcla de música y subida del episodio a Spotify. |
| **CONTACTO USUARIO/PROTOTIPO:** | Durante las pruebas, los oyentes mencionaron que el podcast "les transmite calma y reflexión". Algunos comentaron que "la voz se siente cercana y da confianza", mientras otros destacaron que "los temas son fáciles de entender y emocionan". En general, el público dijo que el episodio "es agradable de escuchar y deja un mensaje positivo", lo que ayudó a confirmar que la propuesta logra conectar con el público objetivo. | |

*Nota.* La tabla resume las etapas y recursos utilizados en el desarrollo del prototipo del podcast.

Este prototipo sonoro se desarrolló con el propósito de explorar cómo un formato de podcast puede convertirse en un espacio de conexión emocional y aprendizaje. A partir del guion elaborado, se estructuró un episodio piloto con introducción, desarrollo y cierre, que combina testimonios reales con la intervención de especialistas en psicología y constelaciones familiares. La planificación incluyó la creación de un guión sonoro detallado, la selección de voces y música, y la definición del tono narrativo que mejor transmitiera serenidad, empatía y cercanía.

Durante la fase de prueba, se analizó la claridad del discurso, la coherencia del contenido y la forma en que los sonidos, pausas y silencios influían en la percepción del oyente. Los participantes mencionaron que "escuchar las historias los hacía reflexionar sobre sus propias emociones" y que "la atmósfera sonora generaba calma y conexión". Estos comentarios confirmaron que el formato logra transmitir el propósito del proyecto:

acompañar emocionalmente a las personas a través de la escucha y generar espacios de sanación en conjunto.

**Tabla 5**

*Creacion de prototipo del Documental "Las Raíces del Alma".*

| ¿QUÉ PROBARÁ EL PROTOTIPO? | OBJETIVOS DEL PROTOTIPO | TRABAJO DE TALLER (ELABORACIÓN) |
|---|---|---|
| Se probará la coherencia narrativa y emocional del documental, así como la correcta articulación de testimonios, escenas y recursos audiovisuales. Se busca evaluar si la estructura visual y sonora transmite el tono reflexivo planteado, al igual de los elementos técnicos que acompañan de manera fluida el relato. | - Verificar la claridad narrativa y continuidad entre escenas.<br>- Evaluar la correcta integración de testimonios, voz en off y participación de especialistas.<br>- Comprobar que el tratamiento visual y sonoro refuerce la carga emocional del documental.<br>- Validar la experiencia de visualización previa a su publicación. | - Desarrollo del guión técnico con descripción emocional de escenas, planos, ángulos y movimientos de cámara.<br>- Elaboración de un fotoboard como referencia visual del proyecto.<br>- Consideraciones técnicas de iluminación, tiempos por plano y presencia de especialistas.<br>- Edición avanzada del documental como montaje, ajustes de audio, musicalización, corrección de color, títulos y transiciones.<br>- Diseño de miniatura y redacción de descripción del video para simular la experiencia real de usuario en la plataforma. |
| **CONTACTO USUARIO/PROTOTIPO:** | Durante la prueba, se comprobó que la estructura narrativa mantiene una fluidez coherente y que el tono emocional se sostiene a lo largo del documental. La organización de escenas y el tratamiento audiovisual permitieron anticipar una experiencia de visualización reflexiva, empática y alineada con los objetivos del proyecto. | |

*Nota.* La tabla presenta las etapas y elementos usados para el desarrollo del prototipo del documental.

El prototipo de la transmedia central documental, surgió con el objetivo de explorar como el formato documental puede funcionar como un espacio de reflexión, identificación y acompañamiento emocional en torno a las constelaciones familiares. A partir del guion técnico y el fotoboard, se estructuro una narrativa visual que permitió anticipar la estructura de los testimonios, la presencia de especialistas y el ritmo emocional de cada escena antes de iniciar la producción.

Durante esta etapa, se definieron los elementos técnicos y narrativos necesarios para garantizar coherencia visual y discursiva. Posteriormente, se elaboró una versión avanzada del documental que permita simular una experiencia cercana a la versión final. El proceso de validación del prototipo permitió verificar que la narrativa fluya de manera continua y que el tono reflexivo se mantenga a lo largo del documental, confirmando de que cumpla con el propósito de generar reflexión y conexión emocional.

**Tabla 6**

*Creación del prototipo de video shorts en TikTok "Tu voz, tu historia".*

| ¿QUÉ PROBARÁ EL PROTOTIPO? | OBJETIVOS DEL PROTOTIPO | TRABAJO DE TALLER (ELABORACIÓN) |
|---|---|---|
| Se probará la efectividad del formato como vía de expresión emocional y puerta de entrada al universo transmedia. Se busca evaluar si los testimonios, secuencias y recursos de mixed media logran transmitir la experiencia vivencial de las constelaciones familiares de forma clara, sensible y accesible. | - Evaluar la selección y representación de testimonios reales.<br>- Comprobar la claridad emocional y narrativa en formato vertical.<br>- Validar la coherencia entre relato, secuencias audiovisuales y propuesta de mixed media.<br>- Analizar la experiencia de consumo en TikTok antes de su publicación. | - Convocatoria y selección de participantes con experiencia en constelaciones familiares.<br>- Registro de testimonios mediante grabaciones de audio y posterior transcripción íntegra.<br>- Selección de tres testimonios según criterios emocionales y narrativos.<br>- Construcción de guiones testimoniales como prototipo de baja fidelidad.<br>- Desarrollo de secuencias técnicas, visuales y narrativas por testimonio (planos, emociones, significados y mixed media).<br>- Grabación de los testimonios según las secuencias validadas.<br>- Postproducción, montaje, limpieza de audio, colorización, subtítulos y QR como call to action.<br>- Integración de ilustraciones y trazos digitales mixed media según la propuesta de dirección de arte.<br>- Exportación del video final en formato vertical, listo para su publicación en TikTok. |
| **CONTACTO USUARIO/PROTOTIPO:** | El prototipo permitió previsualizar la evolución emocional de cada testimonio a través de múltiples secuencias, facilitando decisiones estéticas y narrativas antes de la publicación. El resultado final consolidó un producto audiovisual coherente con la identidad del proyecto y adecuado al consumo digital en TikTok. | |

*Nota.* La tabla señala el desarrollo de la conceptualización y estructuración de los video shorts de testimonio.

El prototipo de los video shorts para TikTok se generó con la finalidad de adaptar las vivencias vinculadas a las constelaciones familiares a un lenguaje audiovisual, capaz de comunicar emociones profundas dentro de la plataforma de consumo inmediato.

Mediante el prototipo se permitió observar cómo el relato testimonial, acompañado de una propuesta visual simbólica, favorece la conexión emocional con el espectador. A través de la organización de secuencias, el uso del lenguaje audiovisual y la integración del mixed media, se analizó si las emociones o significados narrativos se comprendían con claridad. Asimismo, se evaluó la adecuación del ritmo y coherencia estética del formato vertical, verificando que el contenido mantuviera su carga emocional sin perfer fluidez ni cercanía con el público joven.

En conjunto, este prototipo permitió consolidar una propuesta audiovisual estructurada y sensible, orientada a exhibir las experiencias terapéuticas.

### 2.5.8 Experimentos

Para validar los prototipos desarrollados, realizamos un teaser de documental, unos videos cortos de Tik Tok con el mixed media, un blog web y un podcast, se realizaron pruebas de manera presencial con usuarios de 18 y 25 años, grupo al que corresponde al público principal del proyecto. En total participaron 6 personas, quienes en primera instancia observaron para luego proceder con la entrevista para recoger sus percepciones, sugerencias y nivel de enganche. El objetivo fue analizar cómo interactúan en cada formato, así como también qué tan clara les resultaba la narrativa y si los contenidos les generaban conexión emocional, tal cómo se planteó en las hipótesis iniciales.

Primero se presentó una breve introducción sobre el proyecto y se solicitó consentimiento para el uso académico de las respuestas (véase anexo 4). Posteriormente, cada participante interactuó con los prototipos en el siguiente orden: documental, blog web,

videos de TikTok y podcast. Durante la experiencia se observó su navegación, reacciones espontáneas y comentarios iniciales. Al finalizar, se aplicó un cuestionario que incluía preguntas sobre claridad narrativa, diseño, facilidad de uso, tono emocional y nivel de identificación con los contenidos.

En el caso del documental, la mayoría de usuarios mencionó que “las historias se sienten reales y cercanas”, lo cual confirma que el formato genera conexión emocional. En el blog, destacaron la paleta de colores y la estructura de guías temáticas, señalando que “transmite calma y se entiende bien”, aunque algunos sugirieron agregar un buscador interno. En los videos de TikTok, los participantes valoraron el ritmo dinámico y comentaron que “el formato corto ayuda a reflexionar sin sentirse abrumado”. Finalmente, el podcast obtuvo respuestas positivas respecto a la atmósfera sonora, varios indicaron que “la mezcla de testimonios con la explicación psicológica ayuda a entender mejor lo que están viviendo”.

Los resultados mostraron que la hipótesis principal que los jóvenes buscan espacios digitales accesibles para reflexionar sobre su historia familiar se valida ampliamente. Los usuarios confirmaron que estos contenidos sí generan identificación y acompañamiento emocional. Asimismo, la hipótesis de que una proyecto transmedia facilita la conexión con distintos perfiles de usuarios también fue confirmada, pues cada formato fue valorado de manera diferente según los hábitos de consumo de cada participante.

**Figura 19**

*Capturas de las entrevistas realizadas a los participantes del studio*




*Nota.* Las imágenes corresponden a las sesiones de entrevista realizadas a seis participantes adultos jóvenes (24–25 años). Las grabaciones completas se encuentran disponibles en el siguiente enlace: https://onedrive.live.com/?id=%2Fpersonal%2F4dbd21fba3e40afd%2FDocuments%2FENTREVISTAS

Además de las entrevistas en profundidad, se complementó el proceso de validación aplicando una encuesta estructurada a 100 jóvenes a nuestro público objetivo (véase anexo 5), con el fin de recoger información cuantitativa sobre su percepción del universo transmedia. Esta encuesta permitió analizar, desde una perspectiva más amplia, cómo este grupo etario consume contenidos emocionales en entornos digitales, así como su capacidad para comprender narrativas personales y reflexivas en distintos formatos.

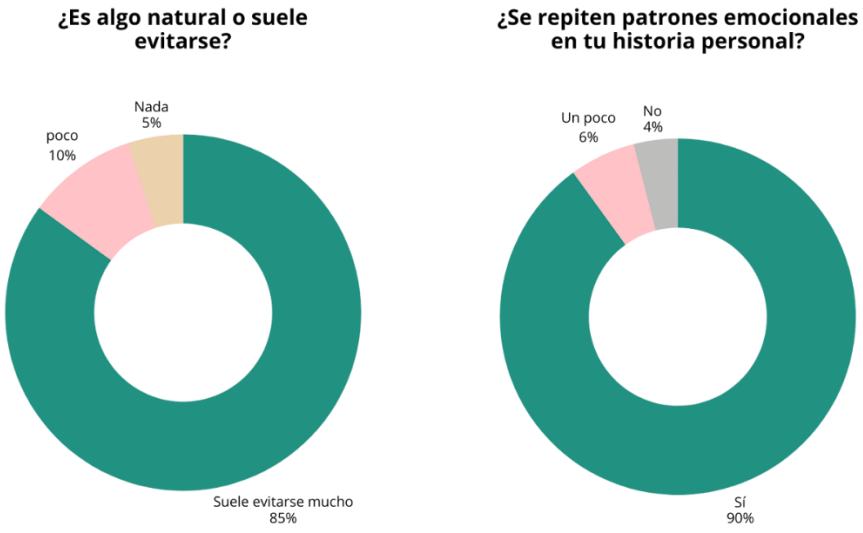
El instrumento incluyó preguntas sobre hábitos de uso de plataformas digitales, grado de familiaridad con temas vinculados a la salud emocional, nivel de claridad de los prototipos y el impacto que cada formato generaba en su experiencia personal. También se

evaluó la facilidad de navegación, la estética visual y sonora, el nivel de cercanía emocional y la intención de continuar explorando los contenidos después del primer contacto.

Las respuestas de esta encuesta brindaron una visión más completa sobre la recepción del proyecto. Las respuestas permitieron identificar patrones de consumo y preferencias claras, como la tendencia a conectarse primero con contenidos breves como los videos tipo mixed media, para luego profundizar en formatos más extensos como el documental, podcast o el blog. Asimismo, se evidenció una valoración positiva hacia las narrativas que combinan lo emocional y la reflexión, confirmando que los jóvenes buscan espacios seguros donde puedan explorar temas familiares sin sentirse juzgados o abrumados. A continuación, se presentan los resultados:

**Figura 20**

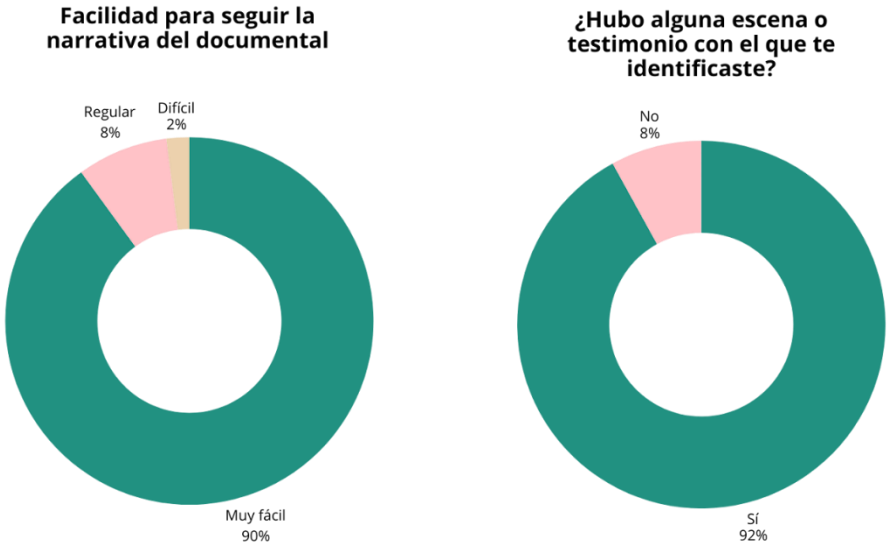
*Comunicación emocional y repetición de patrones familiares*




*Nota.* Los datos provienen de la encuesta aplicada a 100 jóvenes, donde se aprecia una tendencia clara sobre cómo se viven las dinámicas emocionales dentro del entorno familiar.

**Figura 21**

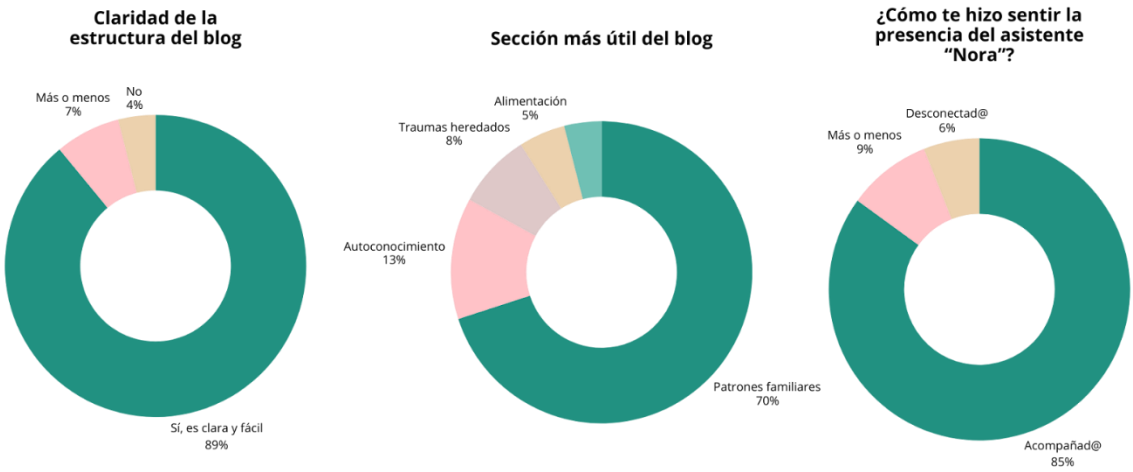
*Comprensión del documental e identificación con sus testimonios*




*Nota.* Esta figura sintetiza la respuesta de los participantes respecto a la claridad narrativa y al impacto personal generado por las escenas mostradas.

**Figura 22**

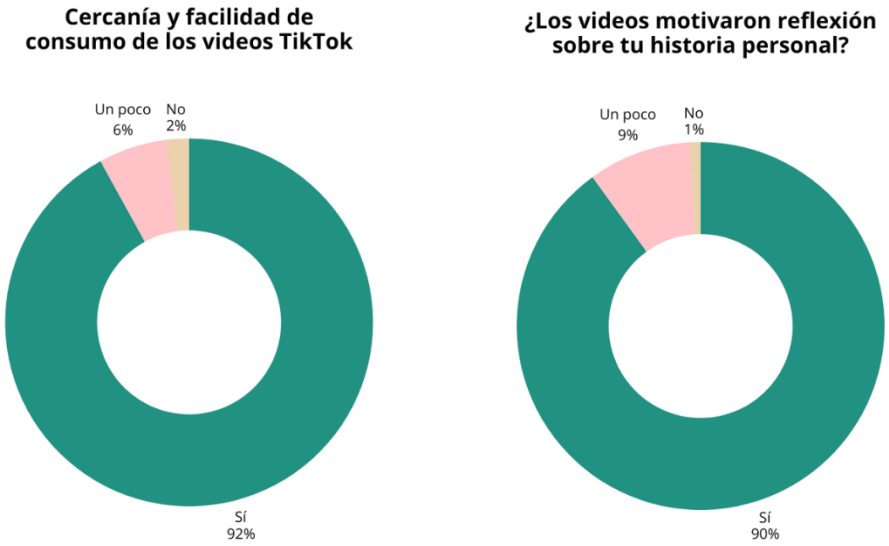
*Evaluación de la estructura del blog y de sus contenidos más valorados*




*Nota.* Los resultados reflejan el nivel de orden, utilidad y preferencia temática percibido por los usuarios durante la navegación del prototipo web.

**Figura 23**

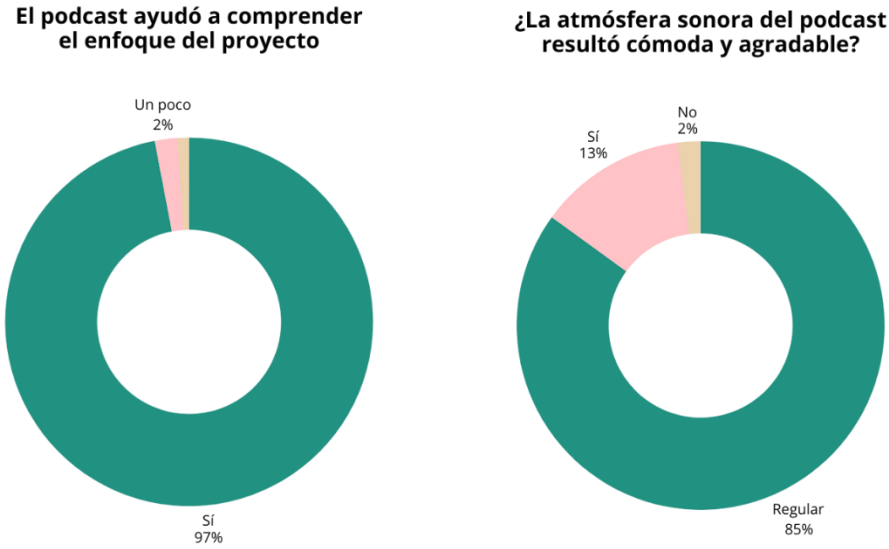
*Percepción del asistente "Nora" y accesibilidad de los videos de TikTok*




*Nota.* La figura reúne las valoraciones sobre el acompañamiento emocional brindado por el asistente virtual y la facilidad de consumo del contenido audiovisual breve.

**Figura 24**

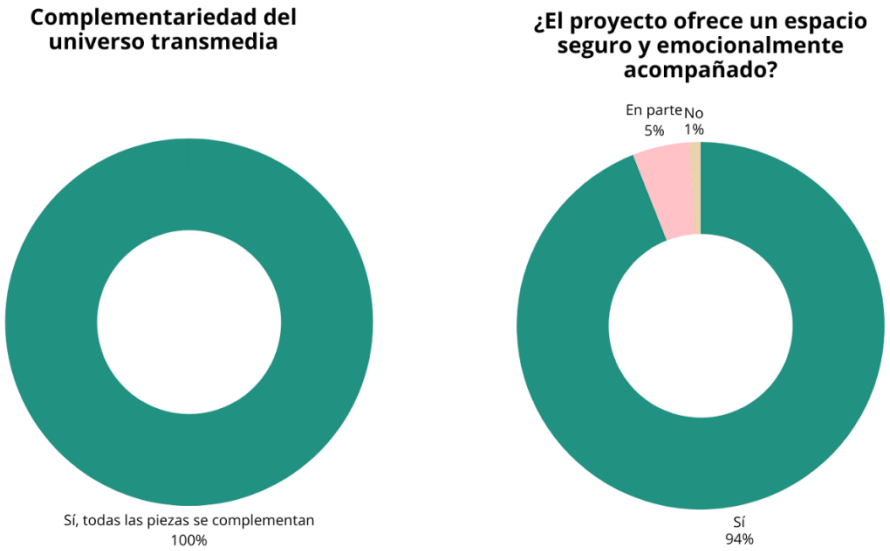
*Aporte del podcast al entendimiento del proyecto y calidad de su atmósfera Sonora*



*Nota.* Se presentan las respuestas de los usuarios sobre el nivel de claridad conceptual transmitido por el podcast y la comodidad generada por su diseño sonoro.

**Figura 25**

*Integración del universo transmedia y percepción de seguridad emocional*




*Nota.* La figura recoge la percepción global de los usuarios sobre la coherencia entre las plataformas y la sensación de contención emocional ofrecida por el proyecto.

Métricas y hallazgos

- 92% de los participantes mencionó sentirse identificado con al menos una de las historias.
- 83% afirmó que el blog sí transmite calma y ofrece información clara.
- 75% consideró que los videos de TikTok son el formato más accesible para jóvenes.
- 80% dijo que el podcast les ayudó a comprender mejor conceptos emocionales o familiares.
- 100% estuvo de acuerdo en que las plataformas se complementan entre sí.

Entre los hallazgos más importantes, se identificó que la combinación de miradas tanto psicológica como sistemática contrarrestan entre sí y generan un alto nivel de confianza en los usuarios. La presencia profesional que acompaña y contextualiza las experiencias fue percibida como un elemento clave, ya que permite comprender mejor el trasfondo emocional de cada testimonio sin perder la esencia vivencial del proyecto. Asimismo, el branding visual basado en tipografía, paleta de colores y el lenguaje cercano, fue valorado por transmitir lo ya antes propuesto en nuestra transmedia y favorecer una experiencia de navegación cómoda especialmente en el blog y podcast, donde la sensación de "acompañamiento emocional" fue mencionado de forma recurrente.

Otro hallazgo fue que los videos cortos de Tik Tok funcionan como una puerta de entrada para captar la atención de los jóvenes de hoy en día. Los usuarios señalaron que este formato les permite conectarse rápidamente con las historias y que a partir de ahí, sienten más curiosidad de acceder a las siguientes transmedias del universo narrativo, espacios más profundos como el documental y blog. Aquello confirma que esta narrativa transmedia facilita diferentes niveles de inmersión según el tipo de usuario y sus hábitos digitales.

Las observaciones recogidas ofrecen una base clara para la siguiente etapa de mejora, incorporando ajustes sugeridos por los participantes como mayor orden de secciones, buscador interno y variaciones de ritmo de ciertos contenidos que fortalecerán la propuesta y la acercarán aún más a las necesidades reales del público. Finalmente, los experimentos validan tanto la pertenencia social del proyecto como la capacidad de conectar con las experiencias personales de los usuarios.

### 2.5.9 Resumen del Proyecto de Innovación

La solución innovadora se basa en la creación de un universo transmedia orientado al acompañamiento emocional de jóvenes adultos, combinando distintos formatos digitales para generar una experiencia cercana, accesible y reflexiva. La propuesta integra un documental central, un blog web, un podcast y videos cortos difundidos en TikTok. Cada uno aporta un lenguaje distinto, pero todos convergen en un mismo propósito, ofrecer un espacio seguro donde las personas puedan comprender su historia familiar, identificar patrones heredados y explorar procesos de sanación emocional desde una mirada empática. La propuesta de valor radica en unir comunicación, arte y análisis psicológico dentro de una sola experiencia, logrando que el usuario pueda avanzar a su propio ritmo en la plataforma que le resulte más cómoda.

El modelo de negocio que sostiene la iniciativa se fundamenta en la difusión digital y en la colaboración con instituciones educativas, centros de bienestar emocional, especialistas y organizaciones culturales. Esta estrategia permite garantizar una oferta gratuita para el público mientras se generan oportunidades de sostenibilidad a través de talleres, conversatorios, charlas y monetización moderada en plataformas digitales. Además, la propuesta mantiene una base ética al tratar con temas emocionales sensibles, priorizando la seguridad y el bienestar del usuario a lo largo de todo el recorrido transmedia.

En términos de sostenibilidad, el proyecto articula tres dimensiones fundamentales. A nivel social, ofrece una alternativa accesible para jóvenes que no encuentran espacios donde hablar de sus emociones sin juicio o estigma. Desde el aspecto económico, propone un modelo con bajo costo de producción que utiliza herramientas digitales y alianzas estratégicas para asegurar su continuidad. Finalmente, en lo ambiental, la naturaleza digital

del proyecto reduce significativamente el uso de recursos físicos, promoviendo prácticas responsables y coherentes con un enfoque de bienestar integral.

Con respecto al plan de actividades, la siguiente fase contempla la mejora de los prototipos en base a las observaciones de los usuarios, fortaleciendo aspectos narrativos, visuales y funcionales. Posteriormente, el proyecto podrá replicarse en nuevas temáticas emocionales relacionadas con duelos, vínculos parentales, autoestima y patrones familiares repetitivos. La masificación se plantea mediante campañas digitales dirigidas a jóvenes de diferentes regiones del país, así como a través de alianzas con instituciones educativas, comunidades terapéuticas y plataformas de contenido cultural que permitan ampliar la presencia del proyecto tanto en entornos físicos como virtuales.

El desarrollo de esta propuesta requiere de un equipo conformado por especialistas en comunicación audiovisual, producción, edición, diseño, psicología, programación web y gestión digital, además de herramientas tecnológicas como software de edición, equipos básicos de grabación, plataformas de hosting web y herramientas de inteligencia artificial y realidad aumentada. Gracias a estos recursos, el proyecto puede escalarse de manera sostenible, creando un entorno digital que no solo informa, sino que también acompaña, orienta y genera un impacto positivo en quienes buscan comprender y sanar su historia personal.

# III. Estimación de costos

## 3.1 Presupuesto

**Tabla 7**

*Presupuesto estimado del retorno de inversión del Documental "Las Raíces del alma".*

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Cálculo 1 Presupuesto de Documental ¨Las raíces del alma¨** | **MEMBRESÍA** | **Mes 1** | **Mes 2** | **Mes 3** | **Mes 4** | **Mes 5** | **Mes 6** |
| | Suscriptores del canal | 3,000 | 5,000 | 7,000 | 9,000 | 11,000 | 13,000 |
| | Número de miembros | 45 | 75 | 105 | 135 | 165 | 195 |
| | Precio mensual de la membresía | S/5.00 | S/5.00 | S/5.00 | S/5.00 | S/5.00 | S/5.00 |
| | Ingreso mensual estimado | S/225.00 | S/375.00 | S/525.00 | S/675.00 | S/825.00 | S/975.00 |
| | **Ingreso Total Semestral sin IGV** | **S/3,600.00** | | | | | |
| | **Ingreso Total Anual sin IGV** | **S/ 7,200.00** | | | | | |
| **Cálculo de ingresos por uso de contenido educativo – Alianzas estratégicas** | **Uso de contenido educativo digital** | **Mes 1** | **Mes 2** | **Mes 3** | **Mes 4** | **Mes 5** | **Mes 6** |
| | Número de alianzas mensuales | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Pago por alianza | 500 | 500 | 500 | 500 | 500 | 500 |
| | Ingreso mensual estimado | 2,000 | 2,000 | 2,000 | 2,000 | 2,000 | 2,000 |
| | Ingreso Total Semestral sin IGV | **S/12,000** | | | | | |
| | **Ingreso Total Anual sin IGV** | **S/ 24,000** | | | | | |

*Nota.* La tabla detalla la estimación del retorno de inversión asociado al documental mediante el sistema de membresía en Youtube. Asimismo, el licenciamiento y uso de contenido educativo digital mediante alianzas estratégicas.

**Tabla 8**

*Presupuesto estimado del retorno de inversión del Pocast "Raíces de sanación".*

| **CÁLCULO 2** | **MONETIZACIÓN SPOTIFY** | **Mes 1** | **Mes 2** | **Mes 3** | **Mes 4** | **Mes 5** | **Mes 6** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Presupuesto de podcast** | Reproducciones estimadas | 1,000 | 5,000 | 10,000 | 25,000 | 50,000 | 100,000 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **"Raíces de sanacion"** | Ingreso por reproducción | $4 | $0.004 | $0.004 | $0.004 | $0.004 | $0.004 |
| | Ingreso mensual estimado al cambio | $4 - S/15 | $20 - S/75 | $40 - S/150 | $100 – S/375 | $200- S/750 | $400 - S/1500 |
| | **Ingreso Total Semestral sin IGV** | **S/2,865.00** | | | | | |
| | **Ingreso Total Anual sin IGV** | **S/34,380.00** | | | | | |

*Nota.* La tabla presenta la estimación del retorno de inversión del podcast, considerando los ingresos generados por reproducciones, a partir del promedio de escuchas mensuales.

**Tabla 9**

*Presupuesto estimado del retorno de inversión de video shorts en TikTok "Tu voz, tu historia".*

| | **VENTAS TIKTOK** | **Mes 1** | **Mes 2** | **Mes 3** | **Mes 4** | **Mes 5** | **Mes 6** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Calculo 3 Presupuesto de video shorts en TikTok "Tu** | Precio Unitario de subscripcion sin IGV | S/10.00 | S/15.00 | S/20.00 | S/25.00 | S/30.00 | S/35.00 |
| | Suscripción de 100 personas por contenido exclusivo | S/1,000 | S/2,500 | S/4,000 | S/6,250 | S/9,000 | S /12,250 |

| | | |
|---|---|---|
| **voz, tu historia”** | **Ingreso Total Semestral sin IGV** | **S/34,750.00** |
| | **Ingreso Total Anual sin IGV** | **S/ 69,500.00** |

*Nota.* La tabla presenta la estimación del retorno de inversion de los video shorts de TikTok, considerando el modelo de suscripción por contenido exclusivo.

**Tabla 10**

*Presupuesto estimado del retorno de inversión del blog “Mi historia no empieza conmigo”.*

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Calculo 4 Presupuesto de blog “Mi historia no empieza conmigo”** | **INGRESOS POR GOOGLE ADSENSE** | **Mes 1** | **Mes 2** | **Mes 3** | **Mes 4** | **Mes 5** | **Mes 6** |
| | Visitas mensuales estimadas. | 10,000 | 25,000 | 40,000 | 55,000 | 70,000 | 85,000 |
| | RPM promedio estimado | S/6.00 | S/6.00 | S/6.00 | S/6.00 | S/6.00 | S/6.00 |
| | Ingreso mensual estimado. | S/60.00 | S/150.00 | S/240.00 | S/330.00 | S/420.00 | S/510.00 |
| | **Ingreso Total Semestral sin IGV** | **S/1,710** | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| | **Ingreso Total Anual sin IGV** | **S/3,420** |

*Nota.* La tabla presenta la estimación del retorno de inversión del blog, considerando los ingresos generados por publicidad digital a través de Google AdSense.

Las tablas desarrolladas para cada plataforma que conforman el proyecto transmedia, permiten visualizar de manera integrada la viabilidad, sostenibilidad y proyección del proyecto en el tiempo. En conjunto, estas estimaciones no solo detallan costos e ingresos, sino que evidencian una estrategia coherente orientada a generar impacto y retorno económico de forma responsable.

En el caso del documental, tas tablas reflejan su rol como pieza central, funcionando tanto como eje narrativo como generador de valor a largo plazo mediante mecanismos de monetización progresiva, como membresías y difusión en plataformas digitales. Su retorno prioriza la construcción de comunidad.

Los videos shorts de TikTok, se presentan como el principal canal de entrada del proyecto, con un alta potencial de alcance y circulación orgánica. La tabla asociada a esta transmedia evidencia su función estratégica para atraer usuarios jóvenes, direccionarlos hacia otras plataformas y fortalecer la visibilidad del universo narrativo, contribuyendo indirectamente al retorno de inversión del proyecto.

El podcast, se posiciona como un espacio de profundización y acompañamiento emocional, cuyo retorno estimado se vincula al consumo constante del contenido y a la construcción de una audiencia comprometida. Las proyecciones económicas asociadas muestran que, aunque el ingreso por reproducción es moderado, su valor reside en la

permanencia del usuario y en el fortalecimiento de la credibilidad del proyecto mediante la participacion de especialistas.

Por su parte, el blog, cumple con una función clave como plataforma de contenido educativo y reflexivo. La tabla contempla ingresos complementarios a través de publicidad digital y acuerdos con alianzas estratégicas, demostrando que el espacio web puede convertirse en un soporte sostenible para el proyecto.

Finalmente, la tabla referida a alianzas con centros holísticos, proyectos culturales e instituciones educativas evidencian una línea de sostenibilidad basada en la colaboración. Estas alianzas permiten ampliar el alcance del proyetco, reutilizar el contenido educativo de forma ética y generar ingresos que refuercen la continuidad del universo transmedia sin comprometer su propósito social.

En conjunto, las tablas permiten concluir que el proyecto no se concibe únicamente como una propuesta audiovisual, sino como uno sostenible, donde cada transmedia cumple un rol específico y complementario.

# IV. Conclusiones y recomendaciones

## 4.1 Conclusiones

Según el proceso y validación del proyecto transmedia “Las raíces del alma”, se pudo identificar una serie de hallazgos relacionados con la forma en que los jóvenes adultos comprenden, consumen y se relacionan con narrativas de carácter emocional y reflexivo.

Los prototipos creados, documental, videos de Tiktok, podcast y blog web, fueron evaluados a través de entrevistas presenciales con seis participantes y una encuesta aplicada a 100 jóvenes entre 18 y 25 años, lo que permitió conseguir una visión más definida de la

experiencia de usuario, la pertinencia temática y el impacto emocional generado por la propuesta.

Los hallazgos derivados relacionados al documental “Las raíces del alma”, señalaron que las historias se sienten cercanas y reales, confirmando que este formato genera una fuerte conexión emocional. Además de haber una valoración de autenticidad de los testimonios y la forma en que la narrativa permitió reflexionar sobre experiencias familiares sin sentirse juzgados. La estructura y el ritmo narrativo fueron bien recibidos aunque algunos usuarios sugirieron ajustar ciertos momentos para mantener una continuidad emocional.

Con relación a la transmedia blog web “Mi historia no empieza conmigo”, fue percibido como un espacio visualmente calmado y accesible, destacando la paleta de colores, tipografía y secciones temáticas. El 83% afirmó que la plataforma transmite calma y que la información es precisa y útil. Se señaló como posible incorporación de un buscador interno, mejoras de navegación y jerarquía de contenidos.

Continuando a la transmedia de Tiktok “Tu voz, tu historia”, se destacó que el formato corte permite conectarse rápidamente sin sentirse abrumador. Se apreció el uso del mixed media, elementos visuales, texturas, que simbolizan emociones. El 75% consideró a Tiktok como el formato más accesible para iniciar la experiencia transmedia.

Finalmente, la transmedia podcast “Raíces de sanación”, se resaltó la atmósfera sonora, señalando que la mezcla de testimonios con explicaciones profesionales ayuda a entender lo que están viviendo. El 80% manifestó que el podcast les ayudó a comprender mejor los

conceptos emocionales y familiares. La presencia de una psicóloga y un constelador fue percibida como un elemento clave para generar más legitimidad y confianza.

En suma, los hallazgos confirman que el público joven valora los espacios digitales que combinan reflexión , contenido emocional y relatos íntimos, además de demostrar que la estructura transmedia facilita distintos niveles de inmersión según los hábitos de consumo de cada usuario.

### 4.2 Recomendaciones

A partir de los resultados obtenidos, se identifican acciones prioritarias para la siguiente fase del proyecto. Fortalecer la narrativa emocional desde testimonios reales, continuando recopilando testimonios reales y ampliar los relatos que aborden distintos tipos de vínculos y experiencias familiares, manteniendo un enfoque íntimo y humano que facilite la identificación del público.

Mejorar la usabilidad del blog, añadiendo un buscador interno, y mejorar la experiencia de navegación para reforzar la sensación de acompañamiento emocional que ya es valorada por la mayoría. Mantener Tiktok como plataforma de entrada principal, producir más contenido basado en mixed media y testimonios emocionales, integrando llamadas de acción que conecten directamente con el documental, podcast y blog, potenciando la ruta transmedia.

Expandir el podcast con nuevos episodios que aborden temas con relación a conceptos emocionales o familiares, integrando la doula psicológica y de constelación.

Sostener la integración transmedia del proyecto, entre plataformas mediante enlaces, qr, estructuras narrativas progresivas que permitan al usuario avanzar de un formato a otro con fluidez.

Con el fin de garantizar la continuidad, mejora y sostenibilidad del universo transmedia, se establece un plan de monitoreo y seguimiento orientado a evaluar la evolución de cada plataforma, así como la experiencia emocional y el nivel de involucramiento del público. Este seguimiento permitirá ajustar contenidos, estrategias de difusión según la evolución de las necesidades de los usuarios.

Se realizará una revisión propia de cada medio transmedia, comenzando por el documental “Las Raíces del alma”, como los tiempos de reproducción, visualización por capítulos, para identificar qué momentos generan mayor conexión emocional y coherencia. Para TikTok “Tu voz, tu historia” se hará seguimiento de las métricas de visualización, retención e interacción por cada video y clics hacia las demás plataformas. Esto permitirá validar su rol principal como acceso principal tras haber sido reconocido como el formato más accesible por los usuarios.

El blog “Mi historia no empieza conmigo” mantendrá un seguimiento sobre las secciones más visitadas, el uso del buscador una vez implementado. Este monitoreo permitirá confirmar si la atmósfera web continúa transmitiendo calma y claridad informativa.

El podcast “Raíces de sanación” conservará niveles de reproducción completa, consultas temáticas, este seguimiento permitirá observar si continua su función educativa.

## V. Referencias Bibliográficas


Azpilcueta Ruiz Esparza, M. de J., González Torres, V. H., & Ereu Ledezma, E. (2025). Constelaciones pedagógicas: Comprensión de las dinámicas educativas contemporáneas. Constellations Pedagógicas, 4(1), 12–32. https://doi.org/10.69821/constellations.v4i1.61

Bernués, C. (2020). Historias que se cuentan en silencio: Constelaciones familiares, teoría, prácticas y efectos. Perlego. https://www.perlego.com/es/book/1901187/historias-que-se-cuentan-en-silencio-constelaciones-familiares-teora-prcticas-y-efectos-pdf

Corilla Usquiano, H. J. (2025). "El profesor no es adivino para que pueda saber lo que sucede en clase": Percepciones docentes sobre sus competencias para la promoción de la convivencia escolar en el aula [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio Institucional. http://hdl.handle.net/20.500.12404/30783

Déniz, O. (2016). Cómo sanar tu árbol genealógico. Academia.edu. https://www.academia.edu/99996226/Como_sanar_tu_arbol_genealogico_octavio_deniz

Fernandes Sales, V., Freitas, V., Reis, C., & Monroy Romero, J. A. (2021). Relaciones más afectivas mediante las constelaciones familiares. En Ámbitos de intervención psicológica (p. 108). COMEPI. https://comepsi.mx/wp-content/uploads/2021/12/4-Ambitos-de-intervencion-psicologica.pdf

Gómez Gómez, F. (2015). Aprendizaje mediante la conciencia plena y las constelaciones familiares. Universidad Complutense de Madrid.

https://docta.ucm.es/rest/api/core/bitstreams/d4184781-060f-4301-ba3e-1419a7b21572/content

Gómez Gómez, F. (2017). Familia, escuela y conciencia plena: Cómo afecta el enfado de la niñez en la vida adulta de familia y pareja. Repositorio Institucional. https://hdl.handle.net/20.500.14352/22914

Guerrero, R. (2024). Praxis docente desde las constelaciones familiares en educación universitaria. Visión Educativa, 6(1), 109–124. https://revistasuba.com/index.php/VISIONEDUCATIVA/article/view/1075

Herrera Aramburu, A. V. (2022). Medicina tradicional y complementaria: Una experiencia de innovación desde EsSalud. Repositorio Institucional UNMSM. http://hdl.handle.net/20.500.12404/22994

Leunda, L. (2024). Documental audiovisual: Constelaciones familiares [Trabajo final de grado, Universidad de San Andrés]. Repositorio Institucional. https://repositorio.udesa.edu.ar/handle/10908/24948

Medina Pacheco, B. (2021). ¿Qué son las constelaciones familiares? Revista Uaricha. http://www.revistauaricha.umich.mx/index.php/urp/article/view/392/332

Meza Villaneda, X. W., & Trinidad-Guzmán, H. J. (2024). Uso de medicina alternativa y factores asociados en pacientes de un establecimiento de salud en Huánuco, Perú. Revista Peruana de Medicina Integrativa. https://rpmi.pe/index.php/rpmi/article/view/769

Ministerio de Salud del Perú. (2024). Resolución Ministerial N.° 686-2024-MINSA: Plan Nacional de Fortalecimiento de los Servicios de Salud Mental Comunitaria 2024–2028 (Documento técnico, Parte 1). https://www.gob.pe/institucion/minsa/normas-legales/6094628-686-2024-minsa

Organización Panamericana de la Salud. (2023). Avances y desafíos de la reforma de salud mental en el Perú en el último decenio. OPS. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/58312/OPSPER230004_spa.pdf

Prieto Osorio, S. D. (2020). Configuraciones organizacionales del modelo de Bert Hellinger y su influencia en la gestión del talento humano [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Colombia]. Repositorio Institucional. https://hdl.handle.net/20.500.11839/8071

Rived Ocaña, M. (2021). Adaptación y validación de un instrumento para el estudio de la ética relacional y análisis de su vinculación con la diferenciación del self [Tesis doctoral, Universidad de Barcelona]. http://hdl.handle.net/10803/672172

# VI. Anexos

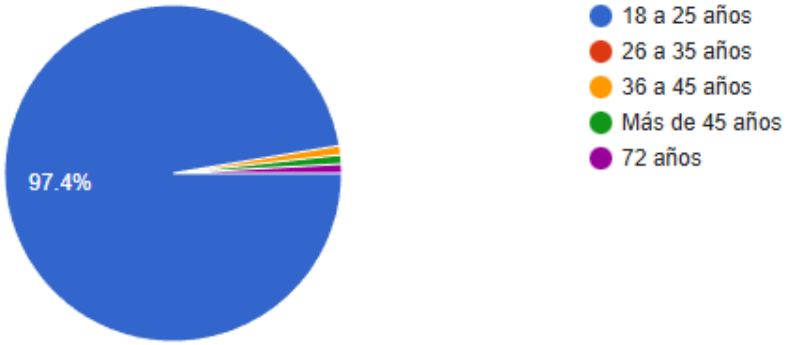
## 6.1 Anexo 1: Guia de la primera encuesta para conocer al público objetivo

1. EDAD
2. SEXO
3. OCUPACIÓN ACTUAL
4. ¿Sientes que lo que vivieron tus padres o abuelos ha influido en cómo eres hoy?
5. ¿Te cuesta hablar de lo que sientes con tu familia o amigos cercanos?
6. Si pudieras describir tu historia familiar con una palabra, ¿cuál sería?
7. ¿Alguna vez has sentido que llevas encima emociones o problemas que no son tuyos?
8. ¿Qué tan importante crees que es aprender a expresar lo que sentimos en casa?
9. ¿Qué tipo de contenido te gusta más para reflexionar sobre temas personales?
10. ¿Has escuchado hablar antes de las constelaciones familiares?
11. ¿Qué plataforma usarías más para conectarte con un proyecto como este?
12. ¿Qué te hace pensar o sentir la frase “mi historia no empieza conmigo”?
13. ¿Crees que mirar tu historia familiar puede ayudarte a entenderte mejor?
14. Si pudieras decirle algo a tu familia sobre cómo te sientes, ¿qué les dirías?
15. ¿Qué te motiva o porqué te gustaría sanar de tu historia familiar?

## 6.2 Anexo 2: Resultados de encuesta para conocer al público objetivo

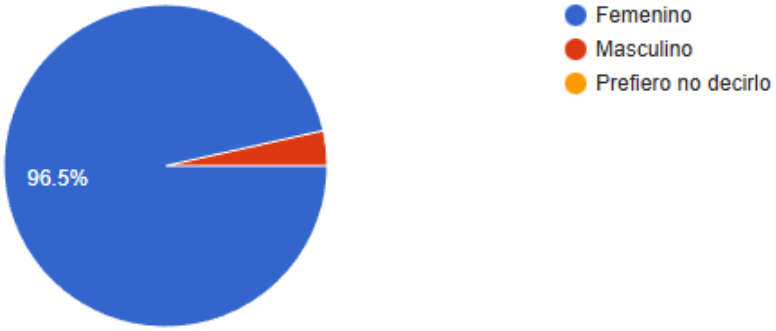
### EDAD

114 respuestas



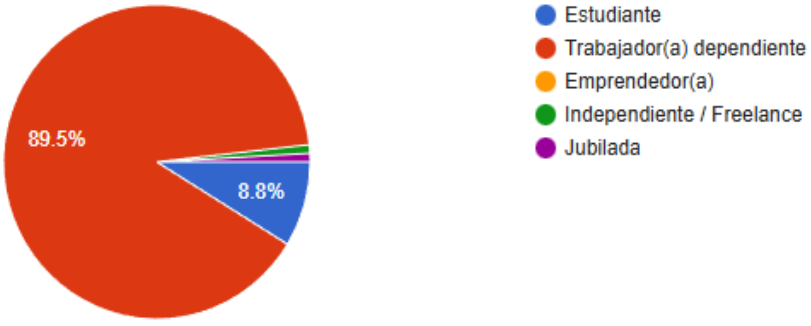

### SEXO

114 respuestas



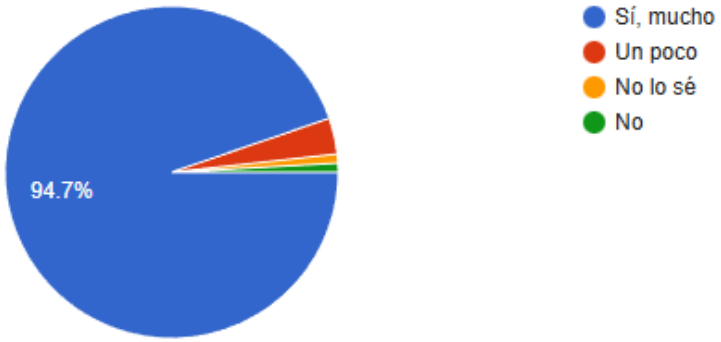

### OCUPACIÓN ACTUAL

114 respuestas



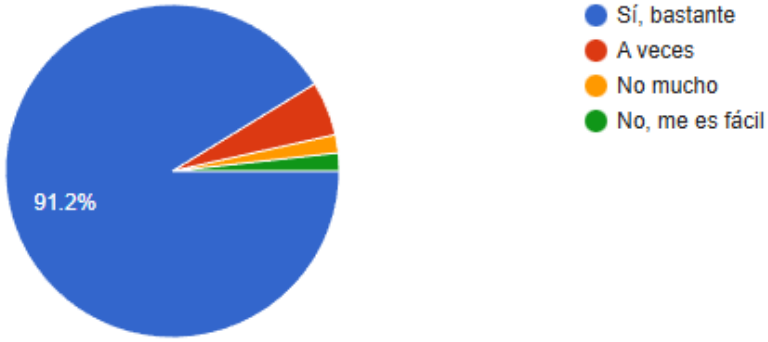
**¿Sientes que lo que vivieron tus padres o abuelos ha influido en cómo eres hoy?**

114 respuestas



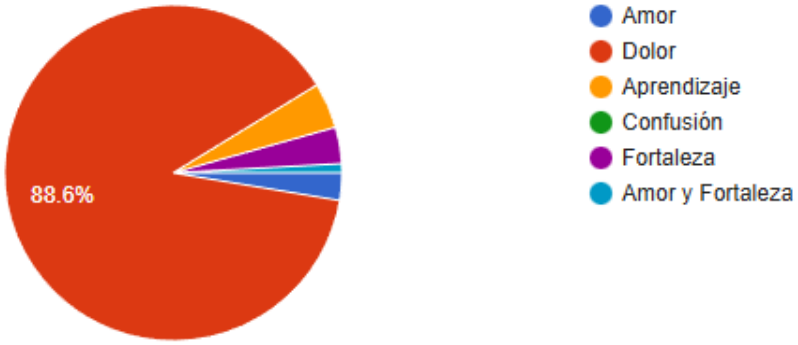

**¿Te cuesta hablar de lo que sientes con tu familia o amigos cercanos?**

114 respuestas



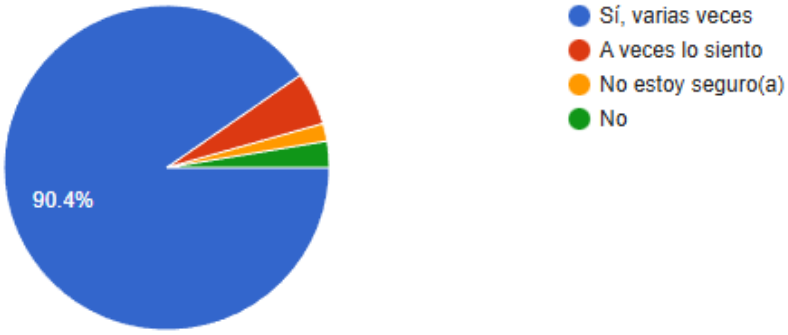

**Si pudieras describir tu historia familiar con una palabra, ¿cuál sería?**

114 respuestas



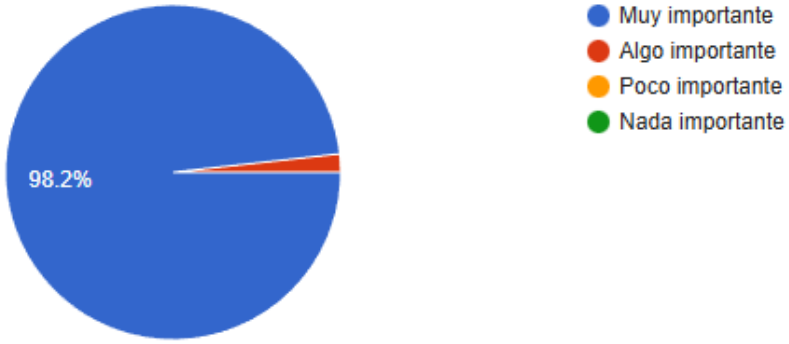
**¿Alguna vez has sentido que llevas encima emociones o problemas que no son tuyos?**

114 respuestas




**¿Qué tan importante crees que es aprender a expresar lo que sentimos en casa?**

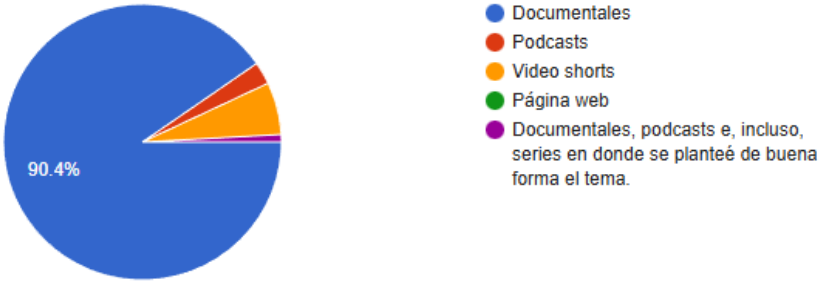
114 respuestas




**¿Qué tipo de contenido te gusta más para reflexionar sobre temas personales?**

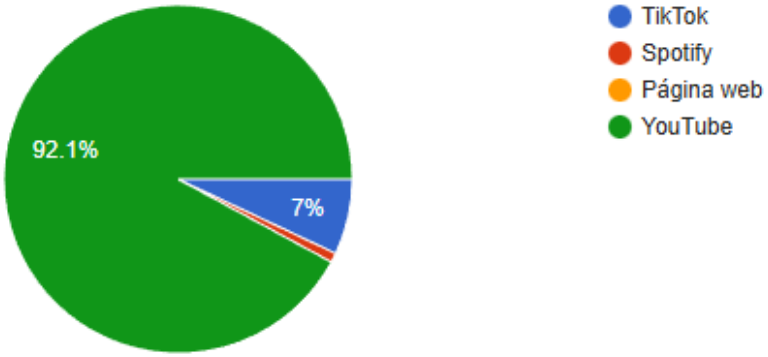
Copiar gráf

114 respuestas



## ¿Qué plataforma usarías más para conectarte con un proyecto como este?

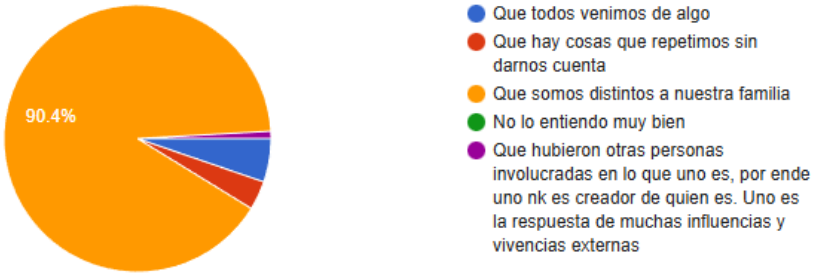
114 respuestas




## ¿Qué te hace pensar o sentir la frase “mi historia no empieza conmigo”?

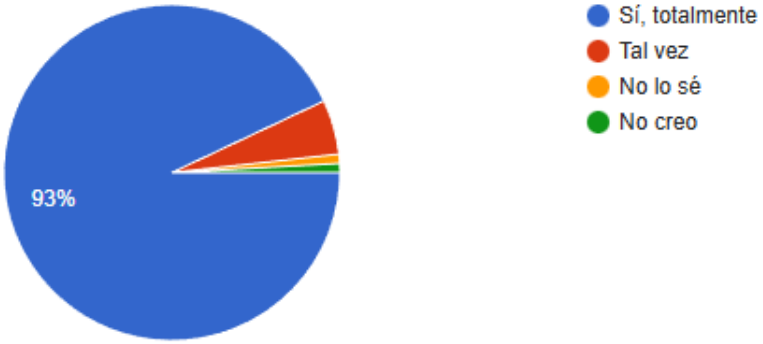
Copiar gráfico

114 respuestas



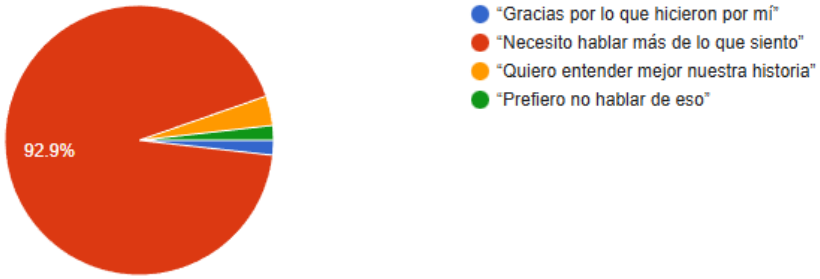

## ¿Crees que mirar tu historia familiar puede ayudarte a entenderte mejor?

114 respuestas



**Si pudieras decirle algo a tu familia sobre cómo te sientes, ¿qué les dirías?** Copiar gráfico

113 respuestas



### 6.3 Anexo 3: Guía de entrevista para conocer al público objetivo

"Por favor, menciona tu nombre completo, edad y lugar de residencia."

"Confirmas que das tu consentimiento para usar este testimonio con fines académicos y audiovisuales."

**Contexto personal**

¿Podrías contarnos un poco sobre ti y tu entorno familiar actual?

¿Qué lugar ocupa la familia en tu vida y en tu forma de entenderte como persona?

¿En tu hogar se solía hablar de lo que se sentía o era un tema que se evitaba?

**Emociones y vínculos familiares**

¿Qué emociones o situaciones familiares sientes que se repiten en tu historia personal?

¿Crees que algunas de esas experiencias vienen de generaciones anteriores?

¿Cómo ha influido tu entorno familiar en la forma en que enfrentas tus emociones hoy?

**Experiencia con constelaciones familiares (si asistió)**

¿Cómo llegaste a conocer las constelaciones familiares?

¿Qué fue lo que te motivó a participar por primera vez?

¿Qué recuerdas o qué te marcó más de esa experiencia?

Después de participar, ¿notaste algún cambio en ti o en tu relación con tu familia?

¿Qué aprendiste o comprendiste a partir de esa vivencia?

**Reflexión personal**

¿Qué significa para ti “sanar tu historia personal”?

¿Qué te gustaría que cambie en la manera en que las familias peruanas hablan de sus emociones?

Si pudieras darle un mensaje a alguien que está empezando su proceso de sanación, ¿qué le dirías?

**Cierre**

¿Hay algo más que quieras compartir o añadir?

¡Muchas gracias por participar!

### 6.4 Anexo 4: Guía de entrevista para validación de prototipos

Por favor, menciona tu nombre completo, edad y lugar de residencia. ¿Confirmas que brindas tu consentimiento para que tus respuestas sean usadas con fines académicos de investigación?

**Conexión personal con la temática**

En tu experiencia, ¿hablar de emociones en tu familia es algo natural o suele evitarse?

¿Sientes que ciertos patrones emocionales o situaciones familiares se repiten en tu historia personal? ¿Cómo lo percibes?

¿Cómo te ha influido tu entorno familiar en la forma en que gestionas tus emociones hoy en día?

**Experiencia navegando el prototipo transmedia**

**1. Documental "Las raíces del alma" (pieza madre)**

¿Qué fue lo que más te llamó la atención del documental?

¿Te sentiste identificado/a con alguna historia o escena?

¿La narrativa te ayudó a reflexionar sobre tu propia historia familiar?

¿Hubo algún momento que te generó incomodidad, confusión o demasiado impacto emocional?

**2. Blog "Mi historia no empieza conmigo"**

¿Qué impresión te dio la página apenas ingresaste?

¿La estructura del blog (secciones, guías, artículos) te pareció clara y fácil de usar?

¿Qué sección te resultó más útil o interesante?

¿Cómo te sentiste con la presencia del asistente “Nora”?

¿Percibes que este espacio realmente acompaña emocionalmente, o se siente muy informativo?

**3. Videos TikTok “Tu voz, tu historia”**

¿Cómo sentiste el ritmo, estética y tono emocional de los videos?

¿Te generaron alguna reflexión o identificación personal?

¿Te motivaría compartir tu propia historia en un formato similar?

¿Crees que este tipo de contenido conecta mejor con jóvenes que formatos tradicionales?

**4. Podcast “Raíces de Sanación”**

¿La forma en que se mezclan testimonios con la mirada psicológica y sistémica te ayudó a comprender más el tema?

¿Qué tan cómoda te resultó la atmósfera sonora?

¿Hubo algún aprendizaje o frase que te haya quedado resonando?

¿Escucharías más episodios?

**Evaluación del ecosistema transmedia completo**

¿Sentiste que las plataformas (documental, TikTok, podcast, blog) se complementan entre sí de forma natural?

¿Te generó la sensación de un espacio seguro y de acompañamiento emocional?

¿Qué formato fue el que más te ayudó a conectar con tu propia historia personal? ¿Por qué?

**Reflexión personal**

Después de interactuar con el prototipo, ¿qué significa para ti “sanar tu historia personal”?

¿Qué te gustaría que cambie en la manera en que las familias peruanas hablan de sus emociones?

Si una persona estuviera empezando su proceso de sanación, desde lo que viviste hoy, ¿qué mensaje le darías?

¿Hay algo más que quieras compartir, o algo que consideres importante para mejorar nuestro proyecto?

¡Muchas gracias por participar! Tu voz también forma parte de esta sanación en conjunto.

### 6.5 Anexo 5: Guía de encuesta para validación de prototipos

1. En tu experiencia, ¿hablar de emociones en tu familia es algo natural o suele evitarse?

2. ¿Sientes que ciertos patrones emocionales o situaciones familiares se repiten en tu historia personal? ¿Cómo lo percibes?

3. ¿Cómo te ha influido tu entorno familiar en la forma en que gestionas tus emociones hoy en día?

4. ¿Qué tan fácil fue seguir la narrativa del documental?

5. ¿Hubo alguna escena o testimonio con el que te identificaste especialmente?

6. ¿Cuál fue?

7. ¿La estructura del blog te pareció clara y ordenada?

8. ¿Qué sección del blog te resultó más útil o interesante?

9. ¿Cómo te hizo sentir la presencia del asistente "Nora"?

10. ¿Los videos de TikTok te parecieron cercanos y fáciles de consumir?

11. ¿Los videos te motivaron a reflexionar sobre tu propia historia o compartirla?

12. ¿El podcast te ayudó a entender mejor el enfoque sistémico y emocional del proyecto?

13. ¿La atmósfera sonora te resultó cómoda y agradable?

14. ¿Sientes que todas las piezas (documental, blog, TikTok, podcast) se complementan entre sí?

15. ¿Percibiste que el proyecto ofrece un espacio seguro y emocionalmente acompañado?

16. Si pudieras mejorar algo del prototipo, ¿Qué sería?

### 6.6 Anexo 6: Material Audiovisual

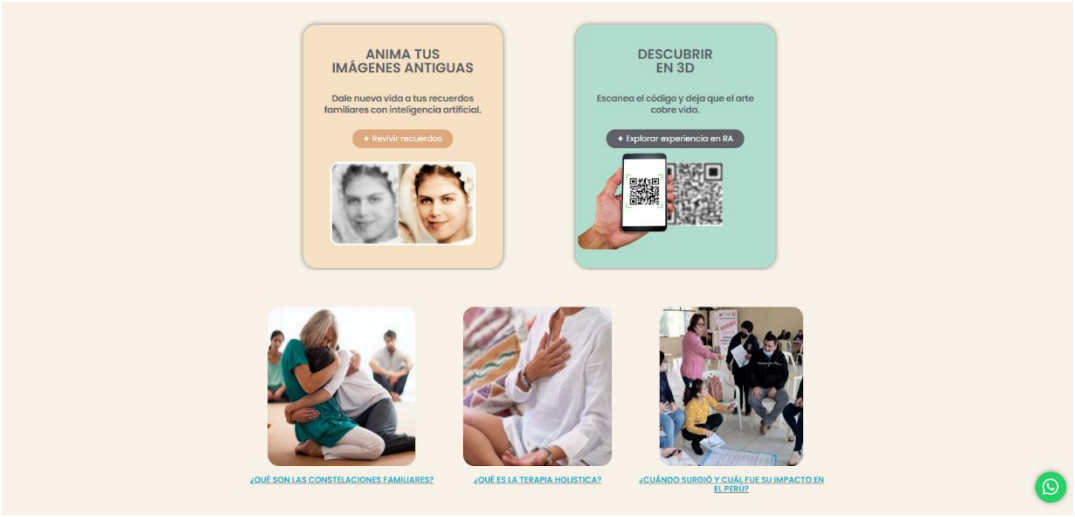
Documental: https://www.youtube.com/watch?v=pGsDJJXWru4




Blog Web “Mi historia no empieza conmigo": https://mihistorianoempiezaconmigo.com

A continuación se incluye la captura de la página principal del blog, que permite visualizar su estructura y presentación.




ANIMA TUS IMÁGENES ANTIGUAS
Dale nueva vida a tus recuerdos familiares con inteligencia artificial.
✦ Revivir recuerdos
DESCUBRIR EN 3D
Escanea el código y deja que el arte cobre vida.
✦ Explorar experiencia en RA
¿QUÉ SON LAS CONSTELACIONES FAMILIARES?
¿QUÉ ES LA TERAPIA HOLISTICA?
¿CUÁNDO SURGIÓ Y CUÁL FUE SU IMPACTO EN EL PERÚ?


PATRONES FAMILIARES
¿Te has preguntado por qué repites ciertas historias?
A veces seguimos caminos que ni siquiera elegimos. Aquí te ayudamos a entender esos patrones que vienen de tu familia... y cómo empezar a cambiarlos.
Conoce más

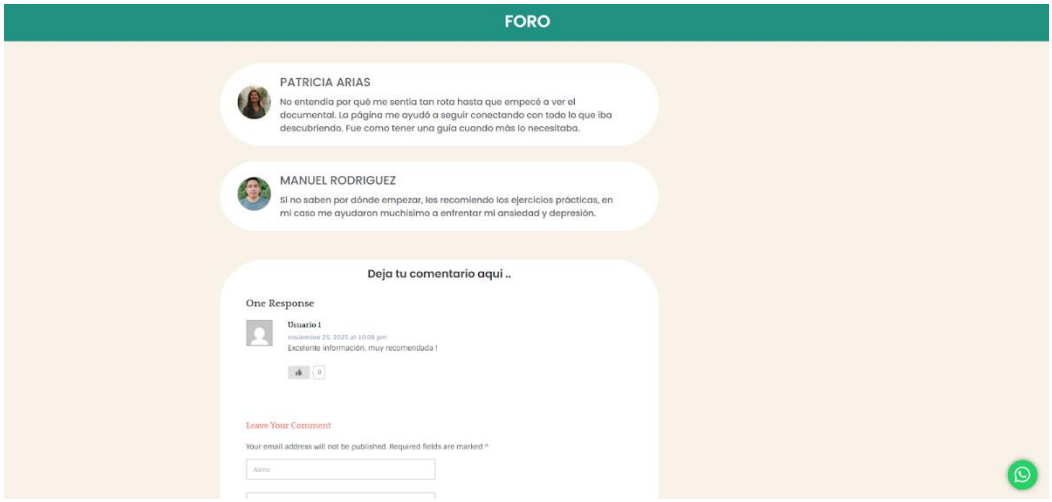

"MI PAPÁ TUVO CUATRO HIJOS FUERA DEL MATRIMONIO... Y NADIE LO HABLA. YO ROMPÍ ESE SILENCIO"
Ver videoshort

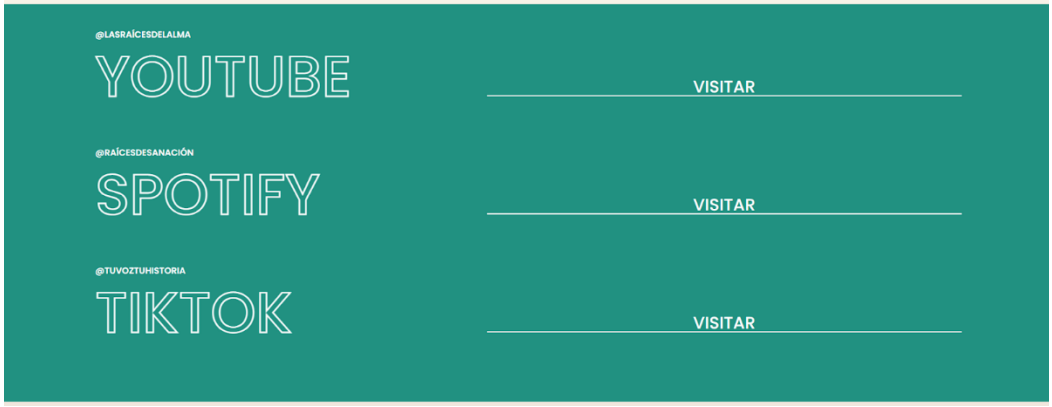

"CRECÍ RODEADO DE MUJERES ANSIOSAS... Y HEREDÉ ESA ANSIEDAD. HOY ESTOY APRENDIENDO A RESPIRAR POR MÍ MISMO."
Ver videoshort
TRAUMAS HEREDADOS
Hay dolores que vienen de antes que tú. Quizás llevas emociones que no son tuyas, pero que viven en ti. En esta sección hablamos de cómo sanar lo que tu alma recuerda, aunque tú no lo sepas.
Conoce más


"MIENTRAS ÉL JUGABA CONMIGO, HABÍA OTROS NIÑOS ESPERÁNDOLO." ¿QUÉ PASA CUANDO DESCUBRES QUE NO ERAS SU ÚNICA HIJA?
Ver podcast
"DESDE QUE MI PAPÁ MURIÓ, A LAS 5 DE LA TARDE SIENTO QUE ME AHOGO. NADIE ENTENDÍA POR QUÉ... HASTA AHORA."
Ver videoshort


AUTOCONOCIMIENTO
Conocerte es el primer paso para sanar.
Mirarte con amor, sin juicio. Aquí te acompañamos a descubrirte, a entenderte y a reconciliarte contigo mismo.
Conoce más
EJERCICIOS
A veces, el alivio está en lo simple.
Respirar, escribir, sentir, soltar. Te compartimos prácticas suaves pero poderosas para sanar poco a poco, desde el cuerpo y el corazón.
Conoce más


TERAPIA TRADICIONAL
TERAPIA HOLÍSTICA
La terapia holística ve a la persona como un todo, conectando mente, cuerpo y espíritu. Explora el inconsciente, pero también integra lo físico y espiritual.
A diferencia de la terapia tradicional, fomenta que cada quien tome el control de su propio proceso de sanación.
PREGUNTAS FRECUENTES
¿CÓMO FUNCIONAN LAS CONSTELACIONES FAMILIARES?
¿CÓMO SÉ SI ESTOY CARGANDO EMOCIONES QUE NO SON MÍOS?
¿QUÉ HAGO SI NO CONOZCO LA HISTORIA DE MI FAMILIA?
¿TENGO QUE CREER EN ALGO PARA COMENZAR ESTE PROCESO?
¿POR QUÉ ME SIENTO CONFUNDIDO AL EMPEZAR A SANAR?
¿PUEDO HACER ALGO DESDE CASA SI NO PUEDO ASISTIR A UNA CONSTELACIÓN?
¿CUÁNTO TIEMPO TOMA VER CAMBIOS REALES?
¿PUEDO CONSTELAR POR ALGUIEN MÁS DE MI FAMILIA?


FORO
PATRICIA ARIAS
No entendía por qué me sentía tan rota hasta que empecé a ver el documental. La página me ayudó a seguir conectando con todo lo que iba descubriendo. Fue como tener una guía cuando más lo necesitaba.
MANUEL RODRIGUEZ
Si no saben por dónde empezar, les recomiendo los ejercicios prácticas, en mi caso me ayudaron muchísimo a enfrentar mi ansiedad y depresión.
Deja tu comentario aqui ..
One Response
Usuario 1
Excelente información, muy recomendada !
Leave Your Comment
Your email address will not be published. Required fields are marked *


@LASRAÍCESDELALMA
YOUTUBE
VISITAR
@RAÍCESDESANACIÓN
SPOTIFY
VISITAR
@TUVOZTUHISTORIA
TIKTOK
VISITAR


LAS RAÍCES DEL ALMA
EXPERIENCIA AUDIOVISUAL
RAÍCES DE SANACIÓN
EXPERIENCIA SONORA


CONEXIÓN FAMILIAR EN VIVO "TU VOZ, TU HSITORIA"
EXPERIENCIA AUDIOVISUAL