



UNIVERSIDAD ALZATE DE OZUMBA
INCORPORADA A LA UNAM CLAVE 8898-25

“LAS ARTES COMO ESTABILIZADOR EMOCIONAL”

T E S I S

PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN
PSICOLOGÍA

PRESENTA:

ALCÁNTARA RAMOS NAYBI
CHÁVEZ PÉREZ VALERIA

ASESOR DE TESIS:

LIC. PISC. NOEL MORALES SOSA

OZUMBA, ESTADO DE MEXICO, MARZO 2022



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

**“El arte es para consolar a los que
están quebrantados por la vida”**

Vincent Van Gogh

AGRADECIMIENTOS

A DIOS:

TÚ QUE EN EL SILENCIO ME HAS ACOMPAÑADO A LO LARGO DE MI VIDA Y SIN PEDIRME NADA A CAMBIO, HOY ME REGALAS LA ALEGRÍA DE VER REALIZADO UNO MÁS DE MIS SUEÑOS, GUARDA MI CORAZÓN CERCA DE TÍ Y GUÍAME DÍA CON DÍA EN EL CAMINO QUE ME LLEVA HACÍA TI.

A MIS PADRES:

POR HABERME FORJADO COMO LA PERSONA QUE SOY EN LA ACTUALIDAD; MUCHOS DE MIS LOGROS SE LOS DEBO A USTEDES ENTRE LOS QUE SE INCLUYE ÉSTE. ME FORMARÓN CON REGLAS Y ALGUNAS LIBERTADES, PERO AL FINAL DE CUENTA, ME MOTIVARON CONSTANTEMENTE CON PALABRAS DE ALIENTO EN LOS MOMENTOS MÁS DIFÍCILES, HAN HECHO MI CAMINO MÁS LIGERO PARA ALCANZAR MIS ANHELOS. QUIERO AGRADECER POR TODO EL AMOR, PACIENCIA Y COMPRENSIÓN PARA CONMIGO POR TODO Y POR MUCHO MÁS.

A MIS PROFESORES:

QUE ME BRINDARON A TRAVÉS DE ESTOS CUATRO AÑOS, LAS HERRAMIENTAS NECESARIAS PARA FORMARME COMO UN PROFESIONAL DE LA SALUD MENTAL

PROFESOR NOEL:

POR BRINDARME EL APOYO QUIEN CON SUS CONOCIMIENTOS ME GUÍO A TRAVÉS DE CADA UNA DE LAS ETAPAS DE ESTE PROYECTO PARA ALCANZAR LOS RESULTADOS DESEADOS, NO HUBIESE PODIDO ARRIBAR A ESTE PROYECTO POR SU INCONDICIONAL AYUDA

INDICE

CAPITULO 1

LAS BELLAS ARTES..... 13

1.1- ¿QUÉ ES UN ARTE? 13

1.2 LAS BELLAS ARTES 15

CAPITULO 2..... 42

“LAS EMOCIONES” 42

2.1- ¿QUÉ SON LAS EMOCIONES? 42

2.2 - TIPOS DE EMOCIONES..... 45

CAPITULO 3 52

“ LA PSICOLOGIA Y LAS BELLAS ARTES” 52

3.1- PSICOLOGIA DEL ARTE 52

3.2- ¿QUÉ ES DESPLAZAMIENTO? 53

3.3- PSICOANALISIS Y EL ARTE..... 54

3.4- GESTALT Y ARTE 58

CONCLUSIONES 69

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 76

RESUMEN

Para la realización de este trabajo y obtener resultados favorables para nuestra investigación fue necesario investigar en primera instancia que es el arte y cuáles son las principales Bellas Artes.

Posteriormente se fue desglosando la información para dar explicación en como las emociones juegan un papel importante en cada una de las Bellas Artes, y como la psicología y las artes van de la mano para poder expresar estas emociones que son desplazadas a las Bellas Artes.

INTRODUCCIÓN

Nuestra investigación consta de tres capítulos en los que se abordan los factores que nosotros consideramos importantes para determinar cómo las Bellas Artes pueden ser un estabilizador emocional de acuerdo a cada capacidad de desplazarlas, es decir la habilidad de percepción que nos ayudan a desbloquear las frustraciones y las dificultades que se presentan en el proceso artístico, para identificar problemas y generar nuevas ideas poniendo en marcha una investigación en la que hemos estudiado con el fin de identificar cuál es el papel de las emociones en el proceso artístico, generando un modelo teórico que explica cómo y por qué inciden en nuestra creatividad.

Si las emociones bien desplazadas son elementos importantes para la creatividad, necesitamos herramientas que nos permitan generar esas emociones y nos ayuden a gestionarlas para favorecer el proceso creativo. Creemos, sin duda, que las artes son la herramienta perfecta y cómo estas desarrollan la creatividad a través de las artes y de las emociones que éstas producen.

JUSTIFICACIÓN

Esta investigación surge por la necesidad de ver si las personas que practican Las Bellas Artes son más estables emocionalmente que las que no lo hacen, podemos mencionar que las artes son un medio de expresión, el cual nos permiten proyectar alegría, empatía, así como confianza, entre otras emociones y estados de ánimo que no solamente son expresados con palabras, creemos que en Las Bellas Artes es la mayor expresión emocional que se hace a través del lenguaje corporal, plasmado en pintura, arquitectura, escultura, literatura, cinematografía, música y danza, ya que por otra parte no se llegarían a proyectar las emociones que se necesitan para cada presentación si no existiera algún tipo de sentimiento para poder ser representada, por ejemplo en cuanto a la música la expresión de emociones se lleva a cabo a través de la emisión de alguna melodía que es emitida por algún instrumento el cual proyecta diversas emociones al oído del ser humano repercutiendo en su estado de ánimo.

Podemos mencionar que las artes nos dan una libre expresión emocional la cual brinda una satisfacción al poder transformar el estado de ánimo, cambian pensamientos e incluso nos permiten desarrollar habilidades creativas, así como desplazar algunas emociones negativas y positivas, hemos observado que no todas las personas que practican algún arte son capaces de poder proyectar algún tipo de efecto si no por lo contrario no proyectan ningún tipo de sensación, ya que en todas las artes se necesita una estabilidad para lograr una máxima expresión de emociones así mismo como una habilidad de empatía social.

En esta investigación nos enfocaremos en Las Bellas Artes, mostrándolas como un estabilizador emocional, potencializando su utilización, y mostrando como éstas pueden llegar a equilibrar las emociones del ser humano, utilizándolas como un método de desplazamiento de emociones haciéndola no solo una terapia alternativa sino utilizándola como un método terapéutico, así que el presente

trabajo nos permitirá mostrar que las personas que practican algún tipo arte poseen la capacidad de desarrollar estabilidad emocional y una buena relación social haciendo que las personas perciban algún tipo emoción a través de estas mismas.

OBJETIVOS

GENERAL

Analizar de qué manera las artes son un estabilizador emocional en las personas que las practican y el papel que desempeñan las emociones en este proceso.

ESPECÍFICOS

Los objetivos a alcanzar por medio del proyecto son los siguientes:

- Identificar como las artes son un medio de expresión y desplazamiento emocional.
- Mencionar de qué manera las artes trabajan como estabilizador emocional
- Argumentar las diferentes cualidades emocionales que se desarrollan en las artes.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad Las Bellas Artes son una herramienta importante en la vida del ser humano ya que estas nos exigen creatividad, así como una libre expresión emocional de las personas que las practican. Hoy en día, la sociedad muchas veces nos reprime aquella libre expresión de nuestras emociones y Las Bellas Artes vienen para acrecentar la creatividad y apreciación pues éstas son profundamente emocionales, Las Bellas Artes nos hacen subir a una montaña rusa llena de tristeza, tranquilidad, angustia y felicidad, pero estas emociones no solo desempeñan un papel importante en la esfera de las artes sino el proceso de expresión e innovación emocional plasmada en cada una de ellas.

Por consiguiente, llegamos a la siguiente pregunta de esta investigación.

¿Cómo Las Bellas Artes podrían ser un estabilizador emocional?

HIPÓTESIS

Las Bellas Artes pueden nivelar la estabilidad emocional por medio de la expresión corporal y visual que estas a su vez nos permiten transmitir todo aquello que no sea fácil de expresar verbalmente.

METODOLOGÍA

La presente investigación es documental-descriptiva, de acuerdo a Duverger (1975), una investigación documental es aquella que se basa en el estudio de todo aquello en lo que ha dejado huella el ser humano (como se cita en Tena y Rivas Torres, 2005, p.49). Es por ello, que la investigación documental es localizable en diversas fuentes de información, las cuales pueden ser instituciones, personas u objetos, que de forma directa o indirecta permitan al interesado obtener información para un mayor conocimiento del tema en cuestión (Valderrábano, Hernández y Trujillo, 2002).

Es importante mencionar que la investigación documental implica el análisis de documentos, así mismo tanto lo personal como lo subjetivo hacen que el elemento cualitativo se vuelva característico en este tipo de investigaciones (Tena y Rivas-Torres, 1998)

Por otro lado, una investigación de tipo descriptiva tiene como objetivo inicial especificar las propiedades importantes de cualquier fenómeno que sea sometido a análisis, es decir, mide y evalúa diversos aspectos y dimensiones del fenómeno de interés de manera independiente, después integra dichas observaciones con el fin de definir cómo es y cómo se manifiesta (Hernández, Fernández y Baptista, 1998).

A si mismo esta investigación, está dirigida hacia un diseño no experimental, ya que el objetivo principal de este modelo es el de observar, los fenómenos tal y como se dan en su entorno y consecuentemente analizarlos. En esta investigación no se ha manipulado ninguna de las variables, únicamente se ha limitado a la revisión, descripción e interpretación de la información obtenida.

El diseño no experimental se divide en dos tipos, el transaccional y el longitudinal (Hernández 1998).

CAPITULO I

LAS BELLAS ARTES

1.1- ¿QUÉ ES UN ARTE?

Un Arte es una forma de expresión entendido generalmente como un conjunto de disciplinas o producciones del ser humano de fines estéticos y simbólicos a partir de un conjunto determinado de criterios, reglas y técnicas. Etimológicamente, la palabra arte procede del latín ars, artis, y del griego τέχνη (téchne), que significa "técnica".

Las artes buscan representar, a través de medios diferentes el universo de inquietudes humanas, sean reales o imaginadas, mediante el uso de símbolos o alegorías como lo datan desde la prehistoria en las que surgieron las primeras obras de arte.

El arte tiene cierta importancia en las relaciones artísticas que existen de las diferentes sociedades y culturas, han permitido conocer las costumbres e identidad de tribus y comunidades; La expresión artística forma gran parte de nuestras vidas y de la cultura que transmite a las demás personas valores e ideas.

El arte es una acción propia del ser humano utilizada con finalidad atractiva y comunicativa, es algo que produce emociones y sensaciones que persiguen un grado de belleza. A través del arte expresamos ideas, sentimientos, y una visión propia del mundo.

La expresión arte se usa también para referir a todos aquellos procesos manuales que requieren de la aplicación de reglas o técnicas específicas, orientadas al disfrute de los sentidos.

Arte también es una palabra utilizada para indicar la capacidad o habilidad para hacer algo con excelencia y pericia; También se usa para hacer referencia a algo

que debe estar bien hecho o algo que debe aprenderse o hacerse con atención y cuidado.

Existen infinidad de formas artísticas y con ellas los tipos de arte, algunos de los cuales han existido a lo largo del tiempo y otros que han surgido recientemente. Hoy en día resaltan campos artísticos como la fotografía, la escultura, la arquitectura y la pintura junto con otras artes como la música, la literatura, la poesía, la danza y el teatro.

A lo largo de la historia en el arte han existido diversas y variadas modas artísticas, estos tipos de arte, es un conjunto y son denominadas “Bellas Artes”.

Las Bellas Artes son entendidas como aquellas producciones que el ser humano realiza para representar el mundo y la realidad que lo rodea de un modo particular, de acuerdo al contexto, a los parámetros culturales de la sociedad en la cual está definido. Se estima que Las Bellas Artes son aquellas que se pueden disfrutar a través de la vista y del oído, razón por la cual casi todas las ramas artísticas podrían entrar dentro de este grupo. Sin embargo, el término de Bellas Artes se utiliza por lo general con cierto sentido académico, dejándose afuera aquellas expresiones artísticas urbanas, modernas y rebeldes.

Los griegos antiguos dividían las artes en superiores y menores, siendo las artes superiores aquellas que permitían gozar las obras por medio de los sentidos superiores, vista y oído, con los que no hace falta entrar en contacto físico con el objeto observado; Las artes menores, serían las que impresionan a los sentidos menores, gusto, olfato y tacto, con los que es necesario entrar en contacto con el objeto.

Por otra parte, Las Bellas Artes pueden generar una clasificación general de arte basada en las principales formas de realización artística o representación estética desarrolladas y practicadas históricamente por el ser humano. Existen 7 Bellas Artes, originalmente eran 5, pero posteriormente se añadieron el cine y la arquitectura. Cada una de esta utiliza una serie de técnicas, prácticas, estilos y tendencias distinguidas.

Por ello, la clasificación de Las Bellas Artes solo abarca siete disciplinas, que son pintura, escultura, literatura, música, danza, arquitectura y cine. Esta última fue añadida en la primera mitad del siglo XX.

La noción de Bellas Artes jerarquiza el valor de las disciplinas artísticas de acuerdo al principio de "pureza", esto es, la libertad total con respecto al principio de utilidad, lo que subraya su carácter estético y autónomo, definiéndose a través de valores estéticos particulares, como la belleza, la armonía o el equilibrio.

1.2 LAS BELLAS ARTES

Las Bellas artes, es un término que describe en sí mismo la belleza y la estética de todo aquello que nos rodea, de todo un mundo tanto real como el que es producto de nuestra imaginación.

Las siete Bellas Artes conocidas como la arquitectura, danza, escultura, música, pintura, literatura y cinematografía, se empiezan a definir a partir de sus características dentro de las emociones plasmadas en cada una de estas

Arquitectura

La arquitectura (del latín *architectūra*, *architectūrae*, a su vez del griego antiguo *ἀρχιτέκτων*, *architécōn*, ‘arquitecto’ o ‘constructor jefe’, compuesto de *ἀρχός*, *archós* ‘jefe’, ‘guía’ y *τέκτων*, *técōn*, ‘constructor’) es el arte y la técnica de proyectar, diseñar y construir, modificando el hábitat humano, estudiando la estética, el buen uso y la función de los espacios, ya sean arquitectónicos o urbanos.

Es el arte de ordenar las superficies y volúmenes en un espacio para habitar, lugares de reuniones públicas o monumentos conmemorativos, se conjugan el arte y la técnica de proyectar, emplazar, construir y adornar edificaciones, creando espacios en función de alguna de las dimensiones de la vida humana.

La ordenación del espacio vital se delimita generalmente por volúmenes sólidos (elementos tectónicos como muros, vigas, cubiertas o losas, pilares, arcos, etc.), los cuales determinan la forma y configuración del ambiente.

Según para Rem Koolhaas(1993) “La arquitectura es una mezcla peligrosa de omnipotencia e impotencia, la incoherencia, o más bien la casualidad, es lo que sustenta la carrera de todos los arquitectos. Se enfrentan con peticiones arbitrarias, con parámetros que no establecen ellos, en países que apenas conocen, sobre temas de los que son vagamente conscientes, y de ellos se espera que resuelvan problemas que se han demostrado irresolubles para cerebros mucho más capacitados. La arquitectura es, por definición, una aventura caótica. No hay ningún campo determinado que genere la arquitectura, sino que se trata de una interrelación de muchas actividades que se fusionan de una manera en la que no se puede determinar si se trata de un campo o de otro”.

La arquitectura tiene que ser un objeto de nuestra memoria. Cuando evocamos, cuando conjuramos la memoria para hacerla más clara, apilamos asociaciones de la misma manera que apilamos ladrillos para construir un edificio. La memoria es una forma de arquitectura, debido a que es un reflejo de las necesidades, los valores y los intereses de las distintas sociedades humanas, es una importante manifestación cultural que nos permite entender la manera en que el ser humano se ha relacionado con su entorno a lo largo del tiempo. Dentro de la arquitectura se derivan tres formas de representación arquitectónica que son:

ARQUITECTURA HISTÓRICA O ESTILÍSTICA. Es la arquitectura que ha surgido a través del tiempo en diversos lugares y que tiene sus propias características y estilos arquitectónicos. Como por ejemplo los monumentos tradicionales, las catedrales; Esta arquitectura estilística recibe los nombres teniendo en cuenta el estilo artístico predominante en la época. Es decir, barroca, renacentista, gótica, etc.



Ilustración 1 coliseo

ARQUITECTURA POPULAR O TRADICIONAL. Son las edificaciones que construyen gente de a pie o artesanos con poca instrucción y conocimientos técnicos, como las cuadras para el ganado, las casas rurales, sin grandezas y de uso cotidiano. Suelen ser de materiales naturales y fácilmente manejables como la madera, la piedra o el ladrillo.



Ilustración 2 casa rural

ARQUITECTURA COMÚN O VULGAR. Son las construcciones prácticas, es decir, aquellas construcciones cuyo único objetivo es satisfacer de una forma útil una necesidad. No importa el diseño, el estilo artístico o la tradición sino lo práctico que vaya a ser ese edificio.



Ilustración 3 edificio

Danza

En la Grecia antigua, la influencia de la danza egipcia fue propiciada por los filósofos que habían viajado a Egipto para ampliar sus conocimientos. El filósofo Platón, catalizador de estas influencias, fue un importante teórico y valedor de la danza griega. Los rituales de la danza de los Dioses y Diosas del Panteón Griego han sido reconocidos como los orígenes del teatro contemporáneo occidental.

Alrededor de Dionisio, el dios griego del vino y la embriaguez (conocido también como Baco), grupos de mujeres llamadas ménades iban de noche a las montañas donde, bajo los efectos del vino, celebraban sus orgías con danzas exóticas. Estas danzas incluían, eventualmente, música y mitos que eran representados por actores y bailarines entrenados. A finales de siglo V antes de Cristo estas danzas comenzaron a formar parte de la escena social y política de la antigua Grecia.

Entre los romanos, la aceptación de la danza por parte de los poderes públicos fue decayendo. Hasta el 200 a.C. la danza formó parte de las procesiones romanas, festivales y celebraciones. Sin embargo, a partir del 150 a.C. todas las escuelas romanas de baile cerraron sus puertas porque la nobleza romana consideró que la danza era una actividad sospechosa e incluso peligrosa.

De todos modos, la fuerza del movimiento no se detuvo y bajo el mandato del emperador Augusto (63 a.c.14d.c.) surgió una forma de danza conocida actualmente como pantomima o mímica en la que la comunicación se establece sin palabras, a través de estilizados gestos y movimientos y se convirtió en un lenguaje no verbal en la multicultural Roma. La cristianización del Imperio Romano introdujo una nueva era en la que el cuerpo, la sexualidad y la danza resultaron unidas y fueron objeto de controversia y conflictos.

La danza es un baile, la acción o forma de movimiento generalmente siguiendo el ritmo de una música. Es una de las manifestaciones artísticas más antiguas de la humanidad y en muchas culturas tiene un valor simbólico, ritual y representativo. La danza se realiza por motivos lúdicos, sociales, religiosos y artísticos. Algunos de los elementos que componen una danza son el ritmo, el movimiento, la expresión corporal, el estilo y el espacio, así mismos se podría decir que la danza es la única de las artes que el ser humano manifiesta de forma instintiva porque es compromiso, energía, libertad y emoción por que convierte al cuerpo en el único e impredecible elemento creador de este arte, el arte de la danza renace como un modelo de comportamiento intangible, inmaterial, fluido y volátil.

Existen varios tipos o estilos de danza; en general, en todos ellos se incluyen características comunes como la expresividad, flexibilidad y la coordinación de los movimientos con el ritmo de la música. La danza puede realizarse individualmente o en grupo. También puede ser improvisada o responder a una coreografía o pasos de baile. Los tipos de danza muchas veces van asociados a un determinado género o estilo musical. Igualmente, aunque algunas sean de carácter internacional, suelen tener origen en un lugar y época concreta y se asocian a determinada cultura. A continuación, se presenta una clasificación genérica de los distintos tipos de danza:

Danza clásica

En esta categoría se incluye el ballet clásico, la danza contemporánea, así como danzas características de la Edad Media (por ejemplo, la tarantela), el Barroco (como el minué o minueto) y el Renacimiento (la gallarda, por ejemplo). Muchos de

ellos se caracterizan por realizar movimientos suaves, elegantes, coordinados y armoniosos.



Ilustración 4.1 Ballet clásico

Danza folclórica

También llamada tradicional. Son danzas populares asociadas a determinada cultura, con elementos propios como la vestimenta, el tipo de música y los instrumentos musicales empleados. Algunos ejemplos son la danza azteca y el flamenco.



Ilustración 5 Bailable de Guadalajara

Escultura

Para la civilización GRECO-ROMANA, la escultura es la manifestación artística en la que más destacaron el arte-griego. El tema que más repitieron fue el del cuerpo humano, que sirvió para representar a héroes, divinidades y mortales.

Al igual que en su arquitectura, los griegos valoraron especialmente la proporción, el equilibrio y el ideal de belleza. Los materiales que más emplearon fueron el mármol (coloreado) y el bronce.

En función de la evolución técnica, pueden distinguirse tres etapas:

Época Arcaica: Durante la misma las figuras eran representadas normalmente de manera estática (sin movimiento), de frente en posturas rígidas. Sus ojos eran grandes y expresaban una sonrisa forzada. En ellas se aprecia una clara influencia de la escultura egipcia. Son muy representativos de este período los llamados "Kuroi" (estatua de jóvenes atletas).



Ilustración 6 kuros

Época clásica: Las figuras se hicieron más naturales y expresivas, adquiriendo más movimiento y posturas menos forzadas.

Los escultores se afanaron en la búsqueda de la perfección y la belleza ideal, aplicando estrictos cánones o reglas en sus obras.



Ilustración 7 Discóbolo de Mirón

Época Helenística: En este período las esculturas fueron dotadas de mayor dinamismo (movimiento), así como de gran realismo. Ya no se trataba de representar el ideal de belleza, sino la naturaleza tal cual es, fuese alegre o dolorosa, bella o fea o, incluso, trágica.



Ilustración 8 El David

La escultura griega fue imitada y reproducida por los romanos. Gracias a ellos conocemos cómo fueron muchas de las grandes obras hoy desaparecidas. Al igual que la arquitectura, ejerció una importantísima influencia en estilos más modernos, tales como el renacentista y el neoclásico.

Las esculturas son un espacio majestuoso del arte que representa nuestra naturaleza artística. Cada uno cuenta una historia especial sobre nuestra existencia, no solo entretienen a los espectadores, sino que provienen de los artistas que

necesitan expresar sus deseos internos mientras experimentan con diferentes formas y materiales.

Y es que la escultura ha sido durante mucho tiempo una poderosa forma de arte. Desde los clásicos del Renacimiento que destacaron la belleza ideal hasta las obras modernas que traspasan los límites de los materiales y los medios, las esculturas evocan belleza y asombro.

Las esculturas suelen ser una forma de arte poco apreciada. Si bien algunas personas simplemente suponen que la mayoría representan un montón de rocas juntas, los verdaderos fans del arte saben lo complejas que pueden ser en realidad. Se necesita una gran creatividad y habilidad para crear esos fabulosos y modelos materiales naturales.

La mayoría de las veces, estas esculturas representan un gran significado histórico. Ya sea bueno o malo, el lugar, el artista y la obra en sí misma, cuentan una historia única e interesante.

Música

Esta palabra música procede de la expresión latina “ars musica”, que es una copia del griego “mousiké téchne” que quiere decir “arte música” o, lo que es lo mismo, “arte de las musas”.

Es por esta razón que la “música” es el arte de las musas.

¿Quiénes eran las musas en la mitología griega?

Las musas, que en un principio tenían un número indeterminado, terminaron consolidándose en toda Grecia como nueve, las nueve Musas. Fue con Hesíodo cuando se les otorgaron nombres.

La leyenda cuenta que las nueve nacieron en nueve noches consecutivas de amor entre Zeus y Mnemósine, una de las Titánides. Por lo que, estas musas son las nietas de dioses como Urano y Gea.

Las nueve musas presentes en las artes son:

Calíope: Musa de la elocuencia y de la poesía épica. Sus diferentes representaciones artísticas son una corona de laureles, un libro, una tablilla y una trompeta.

Clío: Es la musa de la historia. Sus diferentes representaciones artísticas son una corona de laureles, un libro o un pergamino, una tablilla y un cisne.

Erato: Es la musa del arte lírico de la elegía. Sus representaciones artísticas son con una lira, una viola y un cisne.

Euterpe: Es la musa de la música. Su representación artística suele ser una flauta.

Melpómene: Es la musa de la tragedia. Se representa con una corona, con una espada o con una máscara trágica.

Polimnia: Es la musa de la retórica. Se representa con un gesto serio y con un instrumento musical (normalmente un órgano).

Talía: La musa de la comedia. Normalmente se la representa con un instrumento de música (generalmente una viola), una máscara cómica y un pergamino.

Terpsícore: La musa de la danza. Se la representa con un instrumento musical de cuerda: una viola o una lira.

Urania: La musa de la astronomía y de la astrología. Es representada habitualmente con un compás, con una corona de estrellas y con un globo celeste.

Es importante recordar que las musas son divinidades femeninas que presiden las artes y las ciencias, e inspiran a los filósofos y a los poetas.

La música es el Arte de organizar sensible y lógicamente una combinación coherente de sonidos y silencios utilizando los principios fundamentales de la melodía, la armonía y el ritmo, alcanza su más alto grado de expresión artística con la utilización de varios instrumentos realizados por el ser humano que generan sonidos, ritmos y melodías armónicamente orquestadas para generar una experiencia estética de la escucha.

Despierta los sentimientos, favorece el aprendizaje, activa determinadas áreas del cerebro, mejora la memoria, estimula el relacionamiento entre las personas y puede ayudar también a superar situaciones de pobreza y vulnerabilidad social.

Dentro de los tipos de música puede clasificarse de muchas maneras, bien sea de acuerdo a la forma, instrumentación, función, origen o estilo y contexto.

Un criterio bastante amplio de clasificación es el que distingue entre música vocal, destinada para ser cantada, y música instrumental, destinada a ser interpretada por instrumentos estrictamente.

La clasificación más generalizada que existe es la que distingue música académica y música popular. En ambas hay expresiones tanto de la música cantada como instrumental.

Sin embargo, la clasificación entre música académica y música popular hoy resulta bastante compleja, pues muchos géneros de la música popular se han dejado influenciar por las tendencias académicas y viceversa. De hecho, en la actualidad la música popular ha pasado a formar parte de los programas educativos de las academias y han alcanzado gran reconocimiento de las elites.

De cualquier manera, en el imaginario social se sigue distinguiendo entre ambos. Conozcamos algunos elementos distintivos.

Música académica

La música académica corresponde a aquella que ha sido creada a partir de un texto musical, es decir, a partir de una partitura que sigue un conjunto de reglas de composición y estilo claramente delimitados dentro de la academia.

De acuerdo con su función puede clasificarse en los siguientes géneros:

Música dramática: se trata de géneros musicales concebidos para representarse sobre la escena, combinando elementos como actuación y danza.



Ilustración 9 Música Dramática

Música incidental: es la música que se compone para acompañar las diferentes atmósferas que se producen en una obra. Incluye la música para teatro, videojuegos y producciones audiovisuales (cine y televisión).

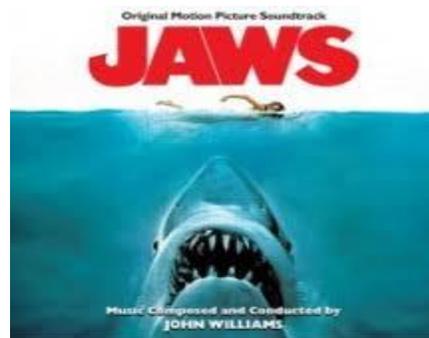


Ilustración 10 Música Incidental

Música folclórica

La música tradicional o folclórica está estrechamente vinculada a la música popular, pero no deben ser considerados términos equivalentes. La música folclórica

representa las tradiciones y costumbres de un pueblo específico, que son transmitidas de generación en generación como parte de sus valores y de su identidad.



Ilustración 11 Música Folclórica

Musicoterapia

La musicoterapia es una disciplina de desarrollo relativamente reciente, que concibe a la música como una herramienta sanadora en determinado tipo de procesos emocionales, psicológicos y afectivos de las personas.

La música puede ser empleada como terapia gracias a que, por medio de un plan de intervención guiado por un profesional, permite al individuo liberar emociones para mejorar su comunicación, integración social y expresión individual.



Ilustración 12 Musicoterapia

Pintura

El término pintura procede del latín “pigmenta”, que se traduce por tinte o pigmento. Más allá de eso, el concepto de pintura puede hacer referencia a varias cosas:

La pintura es el arte que usa pigmentos para hacer representaciones gráficas. El resultado de esas representaciones también se llama pinturas.

La pintura es el fluido que se aplica en capas delgadas sobre una superficie y, al secarse, se convierte en una película que la recubre. Aparte de pigmentos, que son los que dan el color, la pintura lleva otros componentes como disolventes y aglutinantes.

En Grecia se desarrollaron las principales manifestaciones artísticas que han marcado la evolución del arte occidental, con un estilo basado en la naturaleza y en el ser humano, donde preponderaba la armonía y el equilibrio, la racionalidad de las formas y los volúmenes, con un sentido de imitación de la naturaleza que sentaron las bases del llamado arte clásico. Tras unos inicios donde destacaron tres periodos: arcaico, clásico y helenístico.

La pintura griega se desarrolló sobre todo en la cerámica, en escenas cotidianas o de temática histórica o mitológica. Se suele establecer dos épocas, en función de la técnica utilizada en la confección de cerámica pintada: figuras negras sobre fondo rojo (hasta el siglo VI a.C.) y figuras rojas sobre fondo negro (desde el siglo VI a.C.). Aunque no han llegado numerosas muestras hasta la actualidad, se tiene constancia por fuentes históricas del nombre de varios famosos pintores griegos, como Zeuxis, Apeles, Parrasio, Eufanor, Polignoto.

Posteriormente en Roma con un claro precedente en el arte, recibió una gran influencia del arte griego. Gracias a la expansión del Imperio Romano, el arte clásico grecorromano llegó a casi todos los rincones de Europa, norte de África y Próximo Oriente, sentando la base evolutiva del futuro arte desarrollado en estas zonas.

La pintura romana es conocida sobre todo por los restos hallados en Pompeya, donde se perciben cuatro estilos: el de incrustación, que imita el revestimiento en mármol; el arquitectónico, llamado así por simular arquitecturas; el ornamental, con arquitecturas fantásticas, guirnaldas y amorcillos; y el fantástico, mezcla de los dos anteriores, con paisajes imaginarios, variadas formas arquitectónicas y escenas mitológicas.

La pintura es una manifestación artística de carácter visual que se sirve de un conjunto de técnicas y materiales para plasmar, sobre una superficie determinada, una composición gráfica.

La pintura conjuga elementos de la representación plástica como las formas, los colores, las texturas, la armonía, el equilibrio, la perspectiva, la luz y el movimiento. De esta manera, busca transmitir una experiencia estética. En este sentido, la estética se refiere a la percepción del arte por los sentidos y cada pintura manifiesta los valores estéticos del artista pintor, evocando emociones, conceptos, ideas, e innumerables interpretaciones en un sentido social, psicológico, cultural.

Este tipo de arte es una de las expresiones más antiguas de Las Bellas Artes. Su origen se rastrea en las pinturas rupestres diseminadas por todo el planeta y que se mantienen vigentes como obras de arte.

En las artes visuales, la pintura es una de las disciplinas tradicionales, junto con el dibujo, el grabado y la escultura. A su vez, la pintura forma parte de las 7 Bellas Artes o formas de manifestación artística.

Las pinturas artísticas pueden ser referidas por el tipo de tema que abarca, pudiendo estas ser sobre temas históricos, religiosos, paisajísticos, abstractos, conceptuales, de naturaleza muerta, de desnudos o sobre críticas sociales.

Los tipos de pinturas artísticas pueden clasificarse en base a cosas como el estilo y los materiales empleados. Pero cuando la gente piensa en tipos de pintura de arte, normalmente se refiere a los estilos o corrientes artísticas. Ha habido muchas a lo largo de la historia y cada una de ellas ha tenido su momento de gloria. Los principales estilos de pintura son los siguientes:

Realismo

El realismo busca representar la vida de la forma más fiel. Para eso los pintores realistas usan hábilmente la pintura, el color y el tono. Mucha gente considera esta pintura como el “verdadero arte”.



Ilustración 13 La Gioconda, mejor conocida como la Mona Lisa

Hiperrealismo

El hiperrealismo es un paso más allá del realismo. Se busca que la realidad sea con mayor fidelidad que la fotografía. La pintura hiperrealistas suele hacerse a partir de una fotografía.



Ilustración 14 Autorretrato con monos

Surrealismo

Las pinturas del surrealismo son a menudo ilógicas y tienen una calidad onírica, haciendo hincapié en el subconsciente. Sin duda Salvador Dalí es el pintor surrealista más famoso de la historia.



Ilustración 15 La persistencia de la memoria

Impresionismo

El impresionismo se fija más en las formas que en los detalles. Por eso muestra sus preferencias por las pinturas de paisajes (de echo los impresionistas prefieren pintar al aire libre) y le dan especial importancia a la luz.



Ilustración 16 La noche estrellada

Expresionismo

Como reacción al impresionismo nace el expresionismo. Se llama expresionismo porque busca reflejar la expresión de los sentimientos y emociones más que la realidad.



Ilustración 17 El Grito

Arte abstracto

El arte abstracto se refiere a un estilo de pintura que no utiliza la realidad figurativa como referencia. Se usan colores y formas se utilizan para retratar las emociones y el paisaje del mundo interior de una persona.



Ilustración 18 Música por Números. PICASSO

Arte Pop

El arte Pop gira alrededor de la cultura popular de los E.E.U.U: comics, famosos, publicidad. Seguro que todos hemos visto el famoso cuadro de Marilyn Monroe pintado por Andy Warhol.



Ilustración 19 Marilyn Monroe

Literatura

La literatura es una manifestación artística basada en el uso de la palabra y del lenguaje tanto escrito como oral. Así mismo es el nombre de una materia académica y el nombre de la teoría que estudia las obras literarias. La palabra literatura proviene del latín *littera*, término para “letra”, común en vocablos como *litterator*

Con este término también se conoce al conjunto de las producciones literarias, por ejemplo, de un país, una lengua o una época. Por extensión, se utiliza además para referirse al conjunto de obras que tratan sobre un tema determinado

Anteriormente el término literatura no existía, fue a partir que en el siglo XVII cualquier obra escrita era conocida bajo el nombre de poesía o elocuencia. Incluso, a lo largo del Siglo de Oro español se denominaba como poesía diversos tipos de obras que fueran escritas en verso, prosa o como una obra dramática.

A partir del ligo XVIII que comenzó a hacerse uso de la palabra 'literatura', sin embargo, no fue hasta el siglo XIX que el término tomó el sentido con el cual se conoce en la actualidad.

Posteriormente, en siglo XX el Formalismo ruso, en especial Román Jakobson estudió con detenimiento aquello que era definido como literatura y sus características. De esta manera, logró diferenciar la función poética del lenguaje y la estética de la escritura para emitir un mensaje.

Por tanto, no todo lo que se escribe se considera literatura; por ejemplo, los textos periodísticos o las investigaciones académicas no cumplen con una función poética del lenguaje, aunque sí compartan un mensaje o información.

La literatura es propia de la cultura del ser humano y tiene características propias de cada época y lugar donde se ha desarrollado. En la Antigüedad, en la literatura griega se crearon obras de referencia que marcarían a la producción literaria posterior como La Ilíada y La Odisea, ambas de Homero. En este sentido, el autor hace un uso estético de la palabra a fin de expresar una idea, sentimiento, experiencia o historia (real o ficticia) de manera no convencional o tradicional.

Las descripciones en los relatos literarios tienen la capacidad de exponer emociones, sensaciones, olores, sabores, lugares, personajes y situaciones de manera particular, lo que destaca la función poética del lenguaje.

Asimismo, la literatura como arte se caracteriza por usar elementos estéticos, generar placer por la lectura, despertar la imaginación del lector y ser capaz de trasladarlo a lugares y tiempos inimaginables. A lo largo de su vasta y compleja historia, la literatura no sólo ha experimentado en sus formas expresivas, sino también se ha hecho eco de los cambios profundos en la cultura y la forma de pensar del ser humano, convirtiéndose en un poderoso espejo de la época.

La literatura no posee una clasificación universal o estándar, dado que se suele clasificarse a técnicas o recursos empleados, conformando así distintas "escuelas" literarias que, a grandes rasgos, podemos resumir en:

- **Literaturas antiguas.** Aquellas que pertenecen a la Edad Antigua, lógicamente, y que en su mayoría se componen de textos religiosos, épicos o de naturaleza similar.

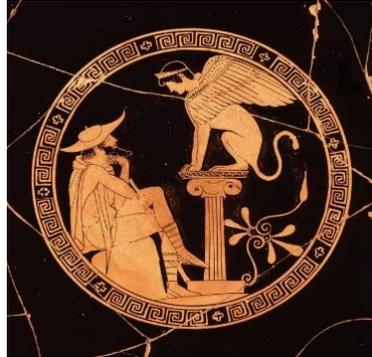


Ilustración 20 Edipo el Rey (Sófocles)

- **Literaturas clásicas.** Aquellas que pertenecen a la era clásica grecorromana, o sea, a la Grecia Antigua y a la civilización romana.



Ilustración 21 La Ilíada y la Odisea (Homero)

- **Literatura moderna.** Aquella que es propia de la Edad Contemporánea, o sea, de los siglos XIX y XX.



Ilustración 22 Don Quijote de la Mancha (Miguel de Cervantes)

- **Literatura mística.** Aquella que responde a una cultura religiosa, y que aborda temas religiosos o relata episodios místicos. La literatura cristiana forma parte de ella.

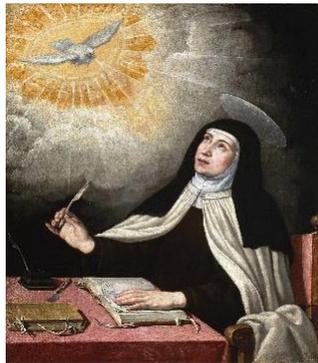


Ilustración 23 Santa Teresa de Ávila

- **Literatura romántica.** Aquella propia del romanticismo, cuyos valores tendían a la exaltación de la subjetividad del artista, del mundo de las emociones y de la irracionalidad. El término también se usa popularmente para la literatura popular del romance o las relaciones afectivas.

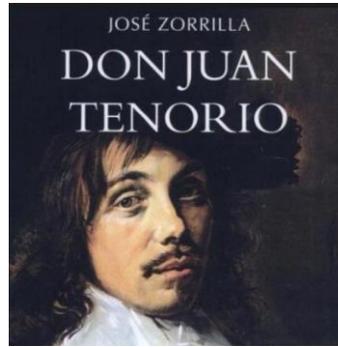


Ilustración 24 Don Juan Tenorio (José Zorrilla)

- **Literatura de ciencia ficción.** Aquella en la que se plantean dilemas propios de la sociedad industrial, a partir de la exageración o extrapolación de las posibilidades técnicas o científicas contemporáneas.

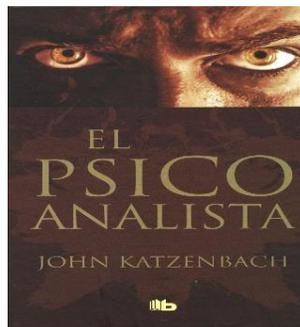


Ilustración 25 El Psicoanalista (John Katzenbach)

- **Literatura erótica.** Aquella que relata episodios sugerentes o excitantes desde un punto de vista erótico o sexual.



Ilustración 26 120 días de Sodoma (Marqués de Sade)

- **Literatura realista.** Aquella en la que se representan ficciones que responden a los mismos principios del mundo real.

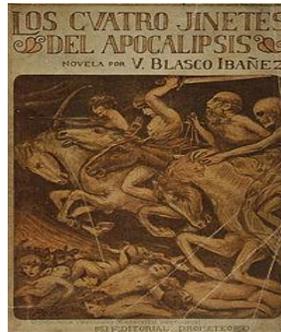


Ilustración 27 Los cuatro jinetes del apocalipsis

- **Literatura fantástica.** Aquella que se aleja del mundo real y crea las normas de su propio universo, dando cabida a eventos mágicos, irreales, etc.

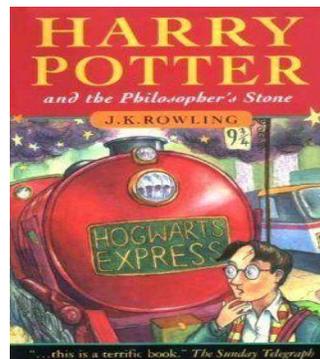


Ilustración 28 Harry Potter (J.K.Rowling)

Cinematografía

El cine (abreviatura de cinematógrafo o cinematografía) es la técnica y el arte de crear y proyectar metrajes (como se conocía a las películas en sus inicios). Etimológicamente, la palabra cinematografía fue un neologismo creado a finales del siglo XIX y compuesto a partir de dos palabras griegas: por un lado (kiné), que significa movimiento (cinético, cinética, kinesis, cineteca); y por otro γραφός (grafos). Con ello se intentaba definir el concepto de imagen en movimiento.

La historia del cine como espectáculo comenzó en París el 28 de diciembre de 1895.

Desde entonces se ha experimentado una serie de cambios en varios sentidos. Por un lado, la tecnología del cinematógrafo ha evolucionado mucho, desde sus inicios con el cine mudo de los hermanos Lumière que fue la primera proyección pública de un registro fílmico que exhibieron una escena que documentaba la salida de los obreros de una fábrica.

Es la técnica que consiste en proyectar Fotogramas de forma rápida y sucesiva para crear la impresión de movimiento, mostrando algún Vídeo o película.

Utilizando instrumentos técnicos avanzados, capta la luz, el sonido y el tiempo al proyectarlos en una serie de fotogramas que narran una historia y que generan un efecto visual al verlos.

Cabe recalcar que este arte es muy importante, ya que forman la historia y tradición de los elementos duraderos del ser humano. Elementos que son considerados como dignos de la alta cultura, ya sean documentos o testimonios de una edad, una expresión de sentimientos, o como una representación que afecta el concepto de la existencia y el mundo.

Al hablar de tipos de cinematografía nos referimos a los géneros cinematográficos. Esto se puede clasificar según diferentes criterios, como el tema, el estilo, el destinatario o el formato. Sin embargo, como discurso, la cinematografía puede clasificarse en los siguientes tipos básicos:

Cine comercial: Son las películas creadas por la industria cinematográfica orientadas al gran público y con la generación de beneficios económicos como objetivo principal. A esta categoría pertenecen la mayoría de las películas que se proyectan en las salas de cine, y algunas de ellas son promocionadas mediante grandes campañas de publicidad.



Ilustración 29 Película TITANIC

Cine de animación: El cine de animación es aquel en el que se usan mayoritariamente técnicas de animación. El cine de imagen real registra imágenes reales en movimiento continuo, descomponiéndose en un número discreto de imágenes por segundo. En el cine de animación no existe movimiento real que registrar, sino que se producen las imágenes individualmente y una por una (mediante dibujos, modelos, objetos y otras múltiples técnicas, como el Stop Motion), de forma tal que al proyectarse consecutivamente se produzca la ilusión de movimiento. Es decir, que mientras en el cine de imagen real se analiza y descompone un movimiento real, en el cine de animación se construye un movimiento inexistente en la realidad.



Ilustración 30 PELICULAS DE DISNEY

Cine documental: El cine documental es el que basa su trabajo en imágenes tomadas de la realidad. Generalmente se confunde documental con reportaje, siendo el primero eminentemente un género cinematográfico, muy ligado a los orígenes del cine, y el segundo un género televisivo.

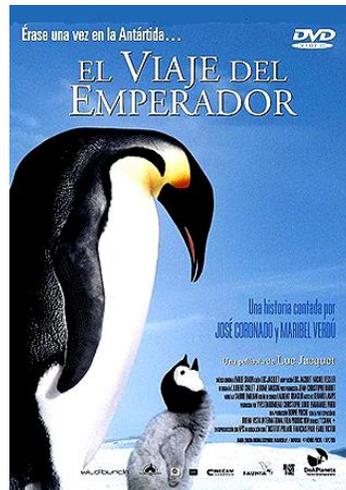


Ilustración 31 Película del viaje del emperador

Por último, Las Bellas Artes tienen grandes diferencias entre sí, pero al ser un conjunto de artes disponen de una serie de características que las identifican.

Tienen una gran duración: Las obras artísticas hechas por Las Bellas Artes deben durar durante todo el tiempo, con el objetivo de comunicar y expresar el contenido y las ideas a las próximas generaciones del ser humano. Pueden guardarse en museos, soportes especializados o reproducciones.

Pretenden a la belleza: El resultado de Las Bellas Artes realizado a través de técnicas y materiales debe comunicar y expresar una sabiduría o experiencia de lo bello, lo profundo y lo armónico.

Deben ser universales: El producto de Las Bellas Artes tiene que ser apreciado y contemplado por toda la raza humana sin importar el sexo, la religión, la clase social o la nacionalidad.

CAPITULO 2

“LAS EMOCIONES”

2.1- ¿QUÉ SON LAS EMOCIONES?

En general todos podríamos entender el término “emoción” o “emociones”, puesto que todos las sentimos todos los días de nuestra vida.

Para el psicólogo David G. Meyers (1993), las emociones están compuestas por “arousal fisiológico, comportamiento expresivo y experiencia consciente”. En la actualidad, se acepta que las emociones se originan en el sistema límbico y que estos estados complejos tienen estos tres componentes:

- Fisiológicos: Es la primera reacción frente a un estímulo y son involuntarios: la respiración aumenta, cambios a nivel hormonal, etc.
- Cognitivos: La información es procesada a nivel consciente e inconsciente. Influye en nuestra experiencia subjetiva.
- Conductuales: Provoca un cambio en el comportamiento: los gestos de la cara, el movimiento del cuerpo.

Según Paul Ekman (1967) las emociones influyen en todo lo que hacemos y en el modo en el que nos enfrentamos a los acontecimientos las define como los modos de respuesta que se han seleccionado en el curso de la evolución para favorecer la adaptación del organismo al entorno, serían mecanismos adaptativos que le sirven al hombre para enfrentarse mejor al entorno que le rodea.

Son relaciones, y por tanto son el producto de una construcción social y cultural, y se expresan en un conjunto de signos que el hombre siempre tiene la posibilidad de desplegar, incluso si no las sienten. La emoción es a la vez interpretación, expresión, significación, relación, regulación de un intercambio; se modifica de acuerdo con el público, el contexto, se diferencia en su intensidad, e incluso en sus manifestaciones, de acuerdo a la singularidad de cada persona; Las emociones son afectadas por los sentimientos.

Una emoción es un proceso que se activa cuando el organismo detecta algún peligro, amenaza o desequilibrio con el fin de poner en marcha los recursos a su alcance para controlar la situación (Fernández-Abascal y Palmero, 1999).

Por lo tanto, las emociones son mecanismos que nos ayudan a reaccionar con rapidez ante acontecimientos inesperados que funcionan de manera automática, son impulsos para actuar. Cada emoción prepara al organismo para una clase distinta de respuesta; por ejemplo, el miedo provoca un aumento del latido cardiaco que hace que llegue más sangre a los músculos favoreciendo la respuesta de huida.

Cada persona experimenta una emoción de forma particular, dependiendo de sus experiencias anteriores, su aprendizaje y de la situación concreta. Algunas de las reacciones fisiológicas y comportamentales que desencadenan las emociones son innatas, mientras que otras pueden adquirirse. Unas se aprenden por experiencia directa, como el miedo o la ira, pero la mayoría de las veces se aprende por observación de las personas de nuestro entorno.

- Según Lazarus (1981,1998) la valoración e identificación de los acontecimientos también determinan nuestras respuestas emocionales.

Las emociones son propias del ser humano; Todas las emociones son válidas. No existen emociones buenas o malas. Las emociones son energía y la única energía que es negativa es la energía estancada. Por esta razón, es necesario expresar las emociones negativas retenidas que pueden desencadenar problemas mayores.

- Según Zajonc (1980, 1984) nuestras emociones pueden ser más rápidas que nuestras interpretaciones de una situación, lo cual implica que sentimos algunas emociones antes de pensarlas y que algunas vías nerviosas implicadas en la emoción no pasan por las áreas corticales vinculadas al pensamiento.

No podemos desconectar o evitar las emociones. Cualquier intento por controlarlas puede generar problemas más importantes a largo plazo; Podemos aprender a manejarnos con nuestros estados emocionales.

Las emociones son debidas a la evaluación cognitiva de un acontecimiento, pero también a la respuesta corporal. La persona nota los cambios fisiológicos, advierte lo que ocurre a su alrededor y denomina sus emociones de acuerdo a ambos tipos de observaciones; La primera teoría explica las emociones únicamente desde la fisiología, la segunda desde las cogniciones y la tercera basa su teoría en la interacción de ambas factores fisiológicos y factores cognitivos. (Schacter-Singer 1962)

La emoción no es una sustancia, de un enfoque estrictamente biológico identifican las emociones de odio, amor, celos, alegría, miedo, dolor, etc. como objetos reconocibles que se localizan como si buscáramos miles de formas para nombrar el agua u otro objeto; La emoción nace de como el ser humano evalúa un evento o un acontecimiento en su vida.

"Para que una emoción sea sentida, percibida y expresada por el individuo, debe pertenecer a una u otra forma del repertorio cultural del grupo al que pertenece hay que decirlas, y si hay que decirlas es porque todo el grupo las entiende. Por lo tanto, no sólo se manifiestan los propios sentimientos, se manifiestan a los demás porque hay que manifestarlos. Se los manifiestan a sí mismos expresándolos a los demás y para los demás. Es esencialmente un simbolismo". (Mauss, 1968-1969)

Las emociones son reacciones a las informaciones que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre como la información recibida va a afectar nuestro bienestar. En estas evaluaciones subjetivas intervienen conocimientos previos, creencias, objetivos personales, percepción de ambientes provocativos, una emoción depende de lo que es importante para nosotros.

Los desajustes emocionales alteran toda la vida de la persona, desde el aspecto personal hasta la convivencia y el bienestar necesarios en la sociedad actual. Debido a este hecho, se ha convertido en prioridad investigar sobre todo el tema. Se ha prestado atención a las emociones negativas, pero se está empezando a prestar interés por las positivas en cuanto que se muestran como la mejor manera

para inhibir las negativas y conseguir así los objetivos y metas que nos planteemos en esta investigación.

Como hemos visto, algunas de las teorías anteriores mencionan tanto el aprendizaje como la evolución de las emociones. Siguiendo esta misma, estudios revelan que el desarrollo de éstas se debe a dos factores: la maduración y el aprendizaje; en cuanto a la maduración, el desarrollo intelectual permite percibir significados que anteriormente no se podían advertir. También supone que aumente la imaginación, la comprensión y el incremento de la capacidad para recordar y anticipar cosas lo que hace que sean capaces de captar y responder ante estímulos a los que antes no prestaban atención, lo que supone una influencia para las emociones que experimenta de alguna manera a la forma de expresar las emociones o de responder ante ellas.

2.2 - TIPOS DE EMOCIONES

Existen distintos tipos de emociones, a continuación, una lista con una breve explicación de cada una de ellas; podemos afirmar que las emociones constituyen la manifestación corporal de la relevancia que para el sujeto tiene algún hecho del mundo natural o social. La emoción es una conciencia corporal que señala y marca esta relevancia, regulando así las relaciones que un sujeto concreto mantiene con el mundo.

Se clasifican en positivas y negativas en función de su contribución al bienestar o al malestar pero todas ellas, tanto las de carácter positivo como las de carácter negativo, cumplen funciones importantes para la vida.

Las emociones primarias también se conocen como emociones básicas, y son las emociones que experimentamos en respuesta a un estímulo.

- Para Paul Ekman (1972), las afirmó que las emociones básicas son 6: tristeza, felicidad, sorpresa, asco, miedo e ira. Todas ellas constituyen procesos de adaptación y, en teoría, existen en todos los seres humanos, independientemente de la cultura en la que se hayan desarrollado.

- Según Izard (1991), los requisitos que debe cumplir cualquier emoción para ser considerada como básica son los siguientes:
 - -Tener un sustrato neural específico y distintivo.
 - -Tener una expresión o configuración facial específica y distintiva.
 - -Poseer sentimientos específicos y distintivos.
 - -Derivar de procesos biológicos evolutivos.
 - -Manifestar propiedades motivacionales y organizativas de funciones adaptativas.

Según este mismo autor, las emociones que cumplirían estos requisitos son: placer, interés, sorpresa, tristeza, ira, asco, miedo y desprecio. Considera como una misma emoción culpa y vergüenza, dado que no pueden distinguirse entre sí por su expresión facial.

Las emociones primarias se consideran respuestas universales, fundamentalmente fisiológicas, evolutivamente relevantes o biológicas y neurológicamente innatas. Por el contrario, las secundarias, que pueden resultar de una combinación de las primarias, están muy condicionadas social y culturalmente.

- La culpa, la vergüenza, el amor, el resentimiento, la decepción o la nostalgia serían emociones secundarias (Lawler; 2001).

Dependiendo del grado en que las emociones afectan al comportamiento del sujeto, éstas pueden ser o bien positiva o bien negativas. Las emociones positivas también se conocen como emociones saludables, porque afectan positivamente al bienestar del individuo que las siente. Favorecen la manera de pensar, de razonar y de actuar de las personas. Por ejemplo, la alegría, la satisfacción, la gratitud no provocan una actitud positiva frente a la vida y nos hacen sentir experiencias que nos ayudan a sentirnos bien.

Las emociones negativas son opuestas a las emociones positivas, porque afectan negativamente al bienestar de las personas. También se conocen como emociones tóxicas, y suelen provocar el deseo de evitarlas o evadirlas. El miedo o la tristeza son algunos ejemplos.

Sin embargo, hay que tener en cuenta que este tipo de emociones, en pequeñas cantidades y relativa baja intensidad, no son perjudiciales. De hecho, forman parte del proceso de aprendizaje, ya que gracias a ellas nuestra memoria emocional nos ayuda a recordar las consecuencias que tienen ciertas conductas (o exponernos a ciertos contextos).

Las emociones ambiguas se conocen también como emociones neutras, puesto que no provocan ni emociones negativas ni positivas, ni saludables ni no saludables. Por ejemplo, la sorpresa no nos hace sentir ni bien ni mal.

La existencia de estas emociones deja claro que somos animales complejos, y que nuestras experiencias presentan muchos matices.

Algunos autores también han hecho referencia a las emociones estáticas. Son aquellas que se producen gracias a distintas manifestaciones artísticas, por ejemplo: la música o la pintura.

Así, al escuchar una canción podemos sentirnos muy felices o muy tristes, pero esa sensación sería cualitativamente diferente a la felicidad o la tristeza que se experimenta ante cualquier otra experiencia, ya que se vive en un contexto artístico, mediado por símbolos y atribuciones sobre las intenciones del autor.

Las emociones sociales no se refieren a las emociones culturalmente aprendidas, sino que es necesario que haya otra persona presente o de lo contrario no pueden aflorar. Por ejemplo, la venganza, la gratitud, el orgullo o la admiración, son emociones que sentimos respecto a otros individuos.

Las emociones instrumentales son aquellas que tienen como fin u objetivo la manipulación o el propósito de lograr algo. Son complicadas de reconocer porque puede parecer que sean naturales. Sin embargo, son emociones forzadas y esconden una intención. En ocasiones, son fruto de la autosugestión: someterse a ciertos contextos voluntariamente para hacer que una parte de esa emoción de nuestra forma de comportarnos.

6 CATEGORÍAS BÁSICAS DE EMOCIONES:

- **MIEDO:** Anticipación de una amenaza o peligro (real o imaginario) que produce ansiedad, incertidumbre, inseguridad.

El miedo es necesario ya que nos sirve para apartarnos de un peligro y actuar con precaución; El miedo es la sensación de angustia que se genera ante la percepción de una amenaza. Esta emoción siempre va a depender de nuestras experiencias y de los recursos que tengamos (o pensamos que tengamos) para evaluar si esa situación es amenazante en sí o no. El miedo, en su forma más básica tiene que ver con la existencia y podemos tener dos tipos de miedo, el miedo a la vida y el miedo a la muerte. Como emoción primaria y saludable el miedo está orientado a escapar del peligro, cuando aparece como desadaptativa, analizar a nuestro niño interior que puede que siga teniendo miedo por algo ocurrido en el pasado en su familia, será útil e interesante. Cuando surge como emoción secundaria suele ser un miedo a que nuestra emoción principal pueda dañar la relación con otra persona.

- **SORPRESA:** Sobresalto, asombro, desconcierto. Es muy transitoria y nos permite una aproximación cognitiva para saber qué está ocurriendo.

Nos ayuda a orientarnos, a saber, qué hacer, ante una situación nueva.

- **AVERSIÓN:** Disgusto o asco hacia aquello que tenemos delante.

Nos produce rechazo y solemos alejarnos.

- **IRA:** Rabia, enojo que aparece cuando las cosas no salen como queremos o nos sentimos amenazados por algo o alguien.

Puede conllevar riesgos de inadaptación cuando se expresa de manera inadecuada. El detonante o el origen universal de la emoción del enfado se encuentran en la sensación de hallarse amenazado (de ahí que se relacione con el miedo) de forma física, a nuestra autoestima o a nuestro amor propio, a

nuestros límites o frustrado en conseguir un determinado objetivo. Esta emoción activa dos diferentes tipos de respuesta: la lucha o la huida. Cuando es primario y adaptativo hay que escuchar a la emoción a ver qué nos dice y actuar en consecuencia a ser posible con asertividad. Si es no saludable (un enfado crónico), el objetivo será acceder a ese esquema emocional des adaptativo e identificar lo ocurrido y la necesidad que existe detrás. Cuando es secundario suele haber emociones como el miedo o la tristeza escondidos que se suelen descargar a través del enfado.

- **ALEGRÍA:** Sensación de bienestar y de seguridad que sentimos cuando conseguimos algún deseo o vemos cumplida alguna ilusión.

Es adaptativo cuando impulsa a hacer algo para resolver un problema o cambiar una situación difícil. Podríamos decir que la alegría es algo generado por algún hecho determinado, algo más o menos puntual en el tiempo que puede durar unas horas, pero que no deja de ser específico en la línea de tiempo.

- **TRISTEZA:** Pena, soledad, pesimismo ante la pérdida de algo importante o cuando nos han decepcionado.

La función de la tristeza es la de pedir ayuda. Nos motiva hacia una nueva reintegración personal.

La tristeza aparece en diferentes circunstancias: aparece por el distanciamiento, la separación o la pérdida del vínculo. Cuando nos sentimos que nos dejan de lado, que no pertenecemos a un grupo o que nos sentimos olvidados. Aparece cuando no somos capaces de expresar o comunicar nuestros verdaderos sentimientos. También puede surgir por engaños, al sentirnos defraudados o al perder la esperanza, cuando fracasamos intentando alcanzar algún logro importante y cuando perdemos la autoestima. Y por supuesto la tristeza también aparece cuando perdemos a un ser querido.

La tristeza nos va a hacer que busquemos a otros para consolarnos o buscar la soledad para recuperarnos de esa pérdida.

Esta emoción cuando es primaria y saludable, es útil y puede ayudarnos a enfrentarnos al dolor, pasar el duelo correspondiente y superarlo. Cuando no es saludable, hablamos de una tristeza enquistada que hay que trabajar para volver a sentirnos mejor con nosotros mismos; (Gordon,1981) distingue entre emociones y sentimientos, que según él serían pautas socialmente construidas de sensaciones, gestos expresivos y significados culturales organizados en torno a la relación con un objeto social.

EMOCIONES SECUNDARIAS

Los estudios de Ekman revelaron, por tanto, la relación entre las emociones y la comunicación no verbal. Con el tiempo, sus teorías evolucionaron y en la década de 1990 incluyó nuevas emociones, aunque secundarias, que son universales, pero no siempre se identifican con una expresión facial, además de estar formadas muchas de ellas por combinaciones de dos o más emociones básicas. Algunas de estas emociones secundarias son:

- Diversión.
- Desprecio.
- Emoción.
- Culpa.
- Orgullo por los logros.
- Alivio.
- Satisfacción.
- Vergüenza.

Es importante tener presente que esta clasificación no es exhaustiva, y existe controversia acerca de ella. A pesar de ello, podemos apreciar como las primeras son aquellas que quizás nos vienen más rápidamente a la mente, poseen un carácter más universal, y sobre todo son innatas a todo individuo. Las secundarias, en cambio, se pueden considerar aprendidas ya que las vamos adquiriendo en base a nuestras experiencias, y principalmente en la interacción con los demás. Si nos

fijamos, y aunque las primeras también pueden aparecer en estas circunstancias, las segundas son probablemente más fáciles de imaginar en ejemplos con situaciones en las que están involucradas otras personas.

CAPITULO 3

“ LA PSICOLOGIA Y LAS BELLAS ARTES”

3.1- PSICOLOGIA DEL ARTE

La psicología del arte es el ámbito psicológico que estudia los fenómenos de la creación y la apreciación artística desde una perspectiva psicológica. Han sido trascendentales para el desarrollo de esta disciplina contribuciones tales como las de Gustav Fechner, Sigmund Freud, la escuela de la Gestalt (dentro de la que destacan los trabajos de Rudolph Arnheim), Lev Vygotski y Howard Gardner.

Por una parte, se trata de dar explicación a las dificultades de la Psicología a la hora de abordar la producción y la comprensión del arte; y por otra, se pretende apuntar las direcciones que siguen las últimas investigaciones, que permiten construir actualmente una Psicología del Arte.

Los objetivos que persigue vinculan esta rama de la Psicología con muchas otras que pertenecen al campo de dicha disciplina, y muy particularmente con aquellas que hacen referencia a los procesos básicos (como la percepción, la emoción y la memoria) y a las funciones superiores del pensamiento y el lenguaje.

Una de las principales cuestiones que la Psicología del Arte se plantea es el hecho de si el gusto individual es lo suficientemente inconcluso como para no permitir el desarrollo de la misma. Se pone como ejemplo de una visión del gusto como algo no inconcluso, que el gusto individual, en muchas ocasiones, está determinado por cuestiones étnicas, sociales, económicas o de edad, que hacen que cuanto más se compartan dichas cuestiones los gustos coincidan.

El estudio de la relación entre Arte y Psicología se basa en los objetivos de estimular, investigar y experimentar los procesos creativos. Se están utilizando como un dispositivo pedagógico con el que sea posible generar recursos que ofrezcan el acceso a una gran diversidad de prácticas.

Se hace uso de la creatividad humana para afrontar y superar el dolor, pero también para extraer de él una nueva forma de crear. No se persigue el encontrar nuevos modelos, sino que se trata de abrir senderos hacia lo complejo, sin dejar de lado el aspecto esencial de la experiencia vital.

Los psicólogos profesionalizados en el área de las artes plásticas, pueden utilizar la producción creativa como mediador en la relación terapéutica atendiendo cuestiones relacionadas con la sociedad.

La actividad profesional del psicólogo arte-terapeuta, dentro del campo de la salud mental, le ofrece la posibilidad de trabajar en ámbitos tan diversos como la atención psicosocial, y prestando ayuda en todas aquellas problemáticas relacionadas con el psiquismo, la subjetividad, la cultura y la sociedad. Está demostrado que la expresión artística optimiza los alcances psicoterapéuticos, con la arte-terapia se permite relacionar lo interno y lo externo.

No se trata de la creación de una nueva cura psicológica, sino de una invitación a la reflexión acerca de una forma de trabajo en salud mental, que conjuga procedimientos circunscritos a cierto tipo de arte y salud mental, creatividad y psicología.

3.2- ¿QUÉ ES DESPLAZAMIENTO?

Este mecanismo permite eludir la censura transfiriendo el significado emocional de ciertos elementos a otros, en algunos sueños, se atribuye un papel insignificante a algo importante y, por el contrario, se da mayor relevancia a algo secundario en el mundo real.

El tono emocional de un elemento puede invertirse y convertirse en su contrario (amor-odio). De este modo, si el soñador efectúa un acto indeseable, lo hará bajo una apariencia distinta a la suya; si manifiesta una atracción o un deseo de venganza, no le dará demasiada importancia si disfruta de un placer prohibido, en la vigilia lo recordará de un modo vago y confuso. La censura lo habrá camuflado todo y podremos continuar durmiendo, soñando y satisfaciendo nuestros deseos.

Lo significativo se vuelve marginal y lo mínimo pasa a un primer plano. El analista debe prestar atención a aquellas situaciones en las que el paciente, al narrar lo soñado, indica que algo no importa o no tiene nada que ver con el resto, o que no recuerda un episodio en concreto. El desplazamiento, en la medida en que procesa los pensamientos latentes en el sueño, impide que estos afloren y sean reconocidos durante la terapia.

Para Freud (1974), es la relativa independencia del afecto respecto a la representación que permite al primero desplazarse de una a otra: “El desplazamiento y la condensación oníricos son los dos maestros artesanos a cuya actividad podemos atribuir principalmente la configuración del sueño. Resultado de este desplazamiento es que el contenido del sueño ya no presenta el mismo aspecto que el núcleo de los pensamientos oníricos, y que el sueño sólo devuelve (refleja) una desfiguración (dislocación) del deseo onírico del inconsciente”. Además del sueño, el desplazamiento actúa en las neurosis obsesivas donde la angustia resulta circunscrita a una serie de rituales insignificantes, en la conversión, donde la energía cambia de registro, pasando del campo representativo al somático; en la representación que se facilita cuando, con el desplazamiento, se efectúa el paso de una idea abstracta a una equivalente capaz de visualizarse. Podemos suponer que el desplazamiento onírico se produce por influencia de esa censura, la de la defensa endopsíquica. Lo endopsíquico expresa la relación de los elementos psíquicos y las funciones como mecanismo interno de la personalidad.

3.3- PSICOANÁLISIS Y EL ARTE

Para el padre del psicoanálisis, el arte es una forma de sublimar o convertir las pasiones humanas, transitar la agresividad y la sexualidad convirtiéndolas en una forma de expresión de las sensaciones pulsionales. El tema del arte en psicoanálisis es muy frecuente, desde sus inicios Freud y los pioneros del psicoanálisis recurrieron a los artistas como una forma de aproximarse a problemas de la práctica clínica, para hacer ejercicios teóricos e ilustrar conceptos de su disciplina. El Edipo de Sófocles, Hamlet de Shakespeare, Fausto de Goethe, La virgen de las rocas de Leonardo da Vinci, el Moisés de Miguel Ángel y, más recientemente, la música, el

arte moderno, contemporáneo y el cine han sido temas de interés mutuo para el psicoanálisis y el arte. El psicoanálisis es una herramienta para explicar al creador y su obra a través de la carga genética, la sociedad y lo aprendido, su historia y la cultura en la cual se desarrolló y así establecer relaciones asociativas. La creación artística en general se parece mucho a los sueños, parte realidad, parte fantasía.

Para Freud, la producción artística era una expresión humana del inconsciente que se encontraba al mismo nivel de otros del mismo, lo cual queda asentado en uno de sus escritos “sobre psicoanálisis” (1913). El método psicoanalítico ha hecho posible descubrir la estrecha relación entre los productos anímicos patológicos y las estructuras normales, como los sueños, las pequeñas equivocaciones de la vida cotidiana y fenómenos tan estimables como los chistes, los mitos y las creaciones artísticas.

Es decir, para Freud las creaciones artísticas se relacionan estrechamente con el inconsciente, siendo productos emanados del mismo que nos reflejan su contenido, expresando pulsiones, las cuales solo se logran observar mediante el psicoanálisis. Entre estas creaciones cuyo nexo con un inconsciente inasible encuentra la creación literaria y las artes plásticas.

Por otra parte, la producción artística se vio reflejada en un concepto dentro del psicoanálisis, la sublimación, proceso mediante el cual los productos resultantes, entre estos, la creación artística, parecen ser ajenos a la sexualidad, aunque realmente emanan de la fuerza de la pulsión, misma que se deriva hacia un nuevo objetivo de naturaleza no sexual y lleva a la producción de objetos valorados o aceptados socialmente. Las expresiones más comunes de la sublimación son las artísticas y las intelectuales. Este proceso se basa en la desexualización de la pulsión. No le resulta difícil al psicoanálisis investigar, junto a la parte manifiesta del goce artístico, una parte latente, pero mucho más eficaz de la satisfacción del deseo.

Freud expone el proceso mediante el cual, en la literatura, los autores llegan a la creación artística, crea un mundo de fantasía al que dota de grandes montos de

afecto, al tiempo que lo separa tajantemente de la realidad afectiva. El lenguaje ha recogido este parentesco entre juego infantil y creación poética de la irrealidad del mundo poético derivan consecuencias para la técnica artística, existen muchas cosas que de ser reales no depararían de la fantasía y muchas excitaciones que pueden convertirse en fuentes de un placer para el auditorio y los espectadores del poeta.

El poeta dirige su atención a lo inconsciente dentro de su propia alma, espía sus posibilidades de desarrollo y les permite la expresión artística en vez de sofocarlas en una crítica consiente.

Referente a las artes visuales, Freud expresa que como una realidad objetiva convencionalmente admitida, en la cual, merced a la ilusión artística, los símbolos y formaciones sustitutivas son capaces de provocar afectos reales y efectivos, el arte constituye el reino intermedio entre la realidad que deniega los deseos y el mundo de fantasía que los cumple, la cual es una perspectiva cercana a la surrealista.

De la misma manera que la creación artística, los sueños eran para Freud una importante vía de acceso al inconsciente, donde se puede cumplir los deseos inconscientes reprimidos. Para los artistas los sueños son deseos reprimidos que suelen ser manifestados en sus obras, que en ocasiones están cargadas de emociones.

La emoción más común experimentada en los sueños fue la ansiedad. Otras emociones incluyen el abandono, la ira, el miedo, la alegría y la felicidad. Las emociones negativas eran mucho más comunes que las positivas.

La naturaleza visual de los sueños es generalmente muy fantasmagórica; es decir, diferentes ubicaciones y objetos se mezclan continuamente entre sí. Las imágenes (incluidos lugares, personajes / personas, objetos / artefactos) generalmente reflejan los recuerdos y experiencias de una persona, pero la conversación puede tomar formas muy exageradas y extrañas. Algunos sueños incluso pueden contar historias elaboradas en las que el soñador entra en mundos completamente nuevos

y complejos y se despierta con ideas, pensamientos y sentimientos nunca experimentados antes del sueño.

La Psicología ha podido descubrir en el Arte, el juego de los mismos procesos dinámicos que actúan en el Fenómeno Onírico. El objeto estético permanece en un nivel intermedio entre el Objeto Imaginario del Sueño y el Objeto Concreto del Mundo Real. Es una proyección de lo Imaginario en lo Real: no es incomunicable como el sueño, sino que, por el contrario, se caracteriza por ser discernible por el hombre.

Los Símbolos del arte, en la medida en que son “vivientes” se comportan como los símbolos del sueño, pero con diferencias específicas. En el estado onírico, las funciones racionales, volitivas y de reflexión se hallan casi suspendidas, y los elementos impulsivos y tendenciales se encuentran en su hábitat primigenio.

El arte reúne todas las regiones del espíritu, incluso las más elevadas, en un proceso que el sueño pone habitualmente sólo en las regiones de las Vivencias Pulsionales, a través de Imágenes Simbólicas Primordiales. También el arte se manifiesta en forma de imágenes y de símbolos primordiales, cuya línea es el Inconsciente Profundo.

Tanto los sueños como la obra de arte son generados por una Esfera Supra personal que Jung llamó Inconsciente colectivo, y de este Fondo surgen las estructuras originarias, primitivas, que se manifiestan a través de imágenes simbólicas de carácter universal, por lo que Jung expresaba: “Esta parte del Inconsciente gusta evidentemente de expresarse a través de imágenes mitológicas, porque esta modalidad de expresión se halla en tono con su naturaleza”

Podemos decir que el Arte, a diferencia de un sueño intangible, es un sueño transcendido que nace de un centro de vibración y que puede abrir nuevas puertas intermedias entre el mundo real y el mundo imaginario.

Cuando dormimos y el consciente se desvanece, surge el inconsciente que se une a los sueños creando otra realidad, con vivencias, emociones y pensamiento igual o más real que la propia realidad consciente de vigilia.

3.4- GESTALT Y ARTE

El arte es una forma de expresión de la psique humana, es decir, una manera en la que el corazón, la mente y el alma se manifiestan. Por medio del arte se exteriorizan las ideas, sentimientos, conflictos, anhelos y todo aquello que se nos ocurra imaginar, tanto del mundo real como del mundo subjetivo.

Las técnicas expresivas de la Gestalt cuentan con la presencia de recursos artísticos, como la utilización de pintura o la escultura para que el sujeto se manifieste. “En terapia gestáltica, las técnicas expresivas podrían ser consideradas como instancias de alguno de estos tres grandes principios: la iniciación a las acciones, el completar acciones, la búsqueda de lo directo o en otras palabras: expresar lo inexpresado.” (Naranjo, 2001, p.85)

Es decir, expresar una idea no sólo se realiza por medio de la palabra; pueden expresarse sentimientos o emociones a través del cuerpo con el movimiento o la ejecución de una acción, como podría ser la elaboración de un cuadro o una escultura. La Psicoterapia Gestáltica, se enfoca según Perls (2011) en el “aquí y ahora”, y en dar importancia al espacio corporal del sujeto en el presente donde de hecho se produce la creación artística. Carranza (2011) explica que “La terapia gestáltica no es, en efecto, ni verbal ni interpretativa, sino fenomenológica y vivencial. El consultante no ha de recordar sus traumas y hablar de ellos, sino que ha de re vivenciarlos como asuntos inconclusos en el presente”.

Las técnicas expresivas con recursos artísticos sirven para que el sujeto exprese y quizás dimensione aspectos que no solía ver anteriormente, ayuda a la toma de conciencia. Existen personas que no tienen tanta facilidad para establecer comunicación verbal, de manera que la escultura, la pintura y el dibujo, pueden complementar el éxito de un proceso psicoterapéutico. Sin embargo, la inquietud

emerge en qué sucede con personas que ya realizan actividades plásticas de forma cotidiana, cómo responden a estas técnicas expresivas que ofrece la Gestalt, que proyectan por medio de ellas los aficionados en el área artística, como toman conciencia de estos aspectos proyectados, se contactan con la actividad e integran lo expresado, a fin de conocer si las técnicas expresivas de la Gestalt facilitan el ajuste creativo.

Es el uso de los materiales y técnicas de las artes, así como la atención al proceso creativo y a la obra. De esta forma, se da lugar a que el mundo interno del artista, exprese sus sentimientos, emociones y pensamientos, para ser transformados en formas, trazos, figuras, movimientos, sonidos y colores, logrando así una percepción de las emociones plasmadas en cada obra.

La teoría de la psicología gestáltica otorga un rol central a la estructura, es decir a la solidaridad entre los elementos de un conjunto, a la relación entre sus términos, a la interdependencia.

La teoría gestáltica presenta sus conceptos en forma de leyes básicas de la percepción, sobre todo visual y auditiva. La ley principal de la teoría gestáltica establece que "el todo es más que la suma de las partes", es decir, lo que percibimos no es un caos de propiedades o una suma sino un conjunto integrado de elementos en una estructura.

Otras leyes de la percepción son:

Ley de figura-fondo: la captación más simple que es posible obtener en la percepción es una dualidad de figuras y de fondo. Todo objeto sensible existe en relación con un fondo. Un sonido se destaca sobre un fondo de silencio o de otros ruidos. El fondo es siempre oscuro e indiferente. La figura es clara, precisa. Sin embargo, el fondo puede pasar a convertirse en figura y la figura pierde relevancia.

Ley de pregnancia: se la denomina usualmente "buena configuración" o "buena forma". Se refiere a la idea de que el observador organiza su percepción del ambiente de manera tal que aparezca tan ordenado como sea posible. Se considera

una "buena figura" a aquella que posee las propiedades de simplicidad, simetría, balance y facilidad para ser recordada, por ejemplo, el rectángulo, el círculo. Tendemos a ver formas de este tipo cuando queremos aprehender una imagen de forma simple.

Ley de cierre: es la que supone que hay una tendencia a percibir una forma completa, aunque sólo veamos una parte de ella. Por ejemplo, cuando escuchamos una palabra por la mitad y, sin embargo, la completamos porque la interpretamos en el contexto.

Ley de agrupación: dado un conjunto de elementos no tendemos a verlos por separado, sino a organizarlos dentro de la percepción. Las organizaciones pueden responder a diferentes características: proximidad, continuación direccional, etc.

Estas leyes intentan establecer principios generales que caracterizan los actos de conocimiento, que permiten aprehender estructuras coherentes, cerradas y satisfactorias. La forma, para la Gestalt, no debe ser entendida en términos de realidad sino de conocimiento, lo que importa es cómo se arma la estructura, no cómo es realmente el objeto.

3.5 CONDUCTISMO Y ARTE

Su fundador John Watson, nos da el conductismo como una ciencia natural que se arroga todo el campo de las adaptaciones humanas.

Analiza e experimenta con el comportamiento humano, entendido éste como la interacción históricamente construida entre el individuo y su ambiente físico, biológico y social. Cubre, así, rangos cognitivos, emotivos, sensorios y motores.

En si el conductismo experimenta con las experiencias y sentimientos internos mecanizados de una persona, dando con esto desarrollar acciones involuntarias y con un proceso repetitivo. Prácticamente nos explica que el hombre dependiendo de las acciones repetitivas que se impongan éste las realizará de manera automática e inconsciente, al estar expuesto al mismo detonante de acciones.

Nos hace ver que el hombre como ser individual está guiado y dirigido por sus instintos más salvajes, y que pese a su “conciencia” al tomar acciones, estas pueden ser manipuladas e impuestas por alguien. En resumidas palabras, se manipula al ser atrás ves de su ambiente, físico, lo social, las emociones, la sensibilidad, la percepción sensorial y motor de una persona, para generar patrones de conducta los cuales pueden ser activados con un elemento detonante, es decir, todo gira a un estímulo y respuesta.

El conductismo en el arte deja mucho que desear, realmente no son dos materias que puedan coexistir en un mismo ámbito, pues el arte habla con respecto a liberación de emoción, pensamientos, cuerpo y alma, transmitidos en cada creación. El conductismo que está basado en “estímulo y respuesta” no deja esa libertad al momento de aplicarla, todo lo contrario, nos pone en una situación esclavista en donde es necesario del detonante para realizar acción y que se puede modificar esa acción mecánica por alguna otra, quedando completamente vacío cualquier resultado generado por este modelo psicológico. Es casi como si una máquina reprodujera miles de copias de una misma imagen.

3.6- HUMANISMO Y ARTE

El Humanismo no es un movimiento artístico, sino un movimiento intelectual que, a su vez, está íntimamente relacionado con el Renacimiento. Por “movimiento intelectual” se refiere a una corriente de pensamiento, una nueva manera de ver al ser humano, una nueva concepción del orden de las cosas, todo un universo de nuevos valores.

El Humanismo pone en el centro de la escena al ser humano, resalta las cualidades de la naturaleza humana. Por un lado, se desarrollan las artes en un “renacer” de la antigüedad clásica (la de los antiguos griegos y romanos), en una búsqueda de la belleza idealizada del hombre y del mundo terrenal.

El arte del humanismo, más conocido como “Renacimiento”, reprodujo estéticamente esta nueva fascinación y estima por el individuo. Las figuras de cuerpo entero expresan un goce sin tapujos ante la forma humana. Ellas reflejan el

gran optimismo de aquel tiempo sobre el hombre. Se trata de un arte burgués, humanista y antropocentrista.

De la misma forma que para el intelectual humanista la exaltación de lo bello es inseparable de la exaltación de lo verdadero, para el artista del Renacimiento, el hombre es la medida de todo. Y en este caso es también la Antigüedad clásica la que se rescata como modelo de creación. Había, entonces, que rescatar la belleza y la simetría tan cultivadas por los artistas griegos y romanos. Al momento de levantar un palacio, esculpir una figura o pintar un cuadro, había que respetar los órdenes clásicos y las proporciones del cuerpo humano.

El uso del arte o proceso creativo que desde la perspectiva humanista existencial se plantea desde un principio como un recurso terapéutico o de intervención, donde se establece que es un vehículo por el cual se logra una exploración y expresión de las experiencias, desde esta perspectiva, la visión que se le da al “arte o proceso creativo” es más amplia, ya que su uso habla de lo particular y genuino que puede llegar a ser todo este proceso, esto se articula bastante frente a los planteamientos de la perspectiva, ya que por medio del arte o proceso creativo se logra reconocer y tener un acercamiento de la experiencia como tal, de las vivencias, de forma singular, particular, como se lo plantea la fenomenología, principal método en la perspectiva humanista existencial.

También se encuentra que el uso del arte o proceso creativo desde la perspectiva permite en la persona evocar, darse cuenta y salirse de sí mismo para enfrentar, reafirmar, clarificar, esclarecer y direccionar algunos acontecimientos de su existencia, teniendo conciencia y concordancia frente a las decisiones a tomar, por otro lado, se hace la claridad que desde la perspectiva no hay una imposición alguna para su uso, ya que resulta artificial si se hace de esta forma, no todas las personas están dispuestas a una apertura desde el arte o proceso creativo, en este sentido se piensa que su uso debe estar contextualizado, es decir, por parte de quien se desea intervenir debe haber un acercamiento al arte.

A partir de estas claridades, se establece que el uso del arte posibilita la transformación hacia experiencias de paz, para esto, desde lo encontrado la perspectiva se plantea, los conflictos resultan ser necesarios en la existencia para la consecución de experiencias de paz, no es necesaria la búsqueda de eliminación de estos, esto en si es conflictivo, ya que anular o reprimir lo que se nos presenta en las relaciones posibilita más de lo mismo, a cambio se trata es de conocer estas experiencias, acercarse y reconocerlas tal como se nos presenta, es dejar de luchar frente a lo que se nos presenta del mundo, ya sea de armonía o de conflictos, aceptando las diferencias, lo contradictorio y la singularidad de cada persona.

En relación a esto, se hace énfasis en la comprensión holística e integradora del ser humano, desde un ámbito subjetivo y relacional se pueden generar acciones que posibiliten experiencias de paz, generar acciones desde lo individual o lo subjetivo, no anula el hecho del otro, siempre están inmersos entre sí. Aquí es donde se comprende que desde la perspectiva el arte o proceso creativo permite acercarse y poder tener experiencias o situaciones de armonía y conflicto, poder reconocerlas y generar un mayor acercamiento al mundo presente.

Se concibe entonces que para lograrlo, se debe encaminar el arte como posibilitador y vehículo de transformación en las diferentes dimensiones de la experiencia humana, ahí yace el impacto que puede llegar a tener el uso del arte o proceso creativo, para cada una de estas el arte resulta ser una posibilidad para movilizar y favorecer la transformación, el arte desde sus características se encamina para lograr una lucidez, claridad y redescubrimiento de sí y de los demás en cada vivencia y experiencia para una transformación hacia experiencias de paz.

En cuanto al uso del arte desde la perspectiva humanista existencial, se logra reconocer que este es un vehículo subjetivo para la creatividad ante la solución de problemas, puesto que permite un encuentro consigo mismo para transitar los propios conflictos, tensiones, angustias, incertidumbre entre otros, logrando en la persona el reconocimiento de estos de forma natural, genuina y espontánea, dando la posibilidad de tener estadios momentáneos de paz para la clarificación de sus experiencias permitiendo la toma de decisiones. La perspectiva permite reconocer

la multiplicidad de formas de construir arte, no sólo aludiendo a lo tradicional enmarcado por lo estético, armonioso y agradable del producto artístico, sino otorgando el reconocimiento o captación total de la realidad de la experiencia de quien hace uso de éste, entendiendo que esta misma está enmarcada por diversas situaciones que fluctúa entre lo conflictivo y lo armonioso de dichas experiencias. De igual forma, se alude que el arte no sana ni cura a la persona, pero si posibilita y permite que ésta plasme la situación que está vivenciando o experimentando, siendo este un momento donde se dan las cosas muy genuinamente logrando de esta forma que la realidad se represente en el producto artístico lo más natural posible, siendo este un momento único en la persona, dejando de lado los posibles prejuicios que se puedan tener de la situación. Por último, frente al uso del arte se hace importante que este no sea impuesto en terapia, porque de ser así, ya se estaría predisponiendo a la persona impartiendo contenidos por parte del psicoterapeuta que no dejarían la libre expresión y manifestación de sentimientos, emociones y sensaciones que logra el arte.

3.7 -SISTEMICO Y EL ARTE.

El enfoque sistémico tiene como objeto de estudio las relaciones, especialmente las relaciones familiares (se tienen en cuenta de forma bidireccional).

El modelo sistémico nació al mismo tiempo que la terapia familiar, aunque hoy en día tiene muchas más aplicaciones, y no es extraño que su unidad de análisis es la familia para entenderla, no bastan los modelos tradicionales centrados en el individuo. Este nuevo foco requiere una nueva conceptualización, una nueva forma de pensar, en la que el objeto de análisis no sea el ente individual sino el sistema. Así es que el modelo sistémico se basa en presupuestos meta-teóricos que se alejan de los tradicionales (por ej. física clásica) y se inspiran en la Teoría General de sistemas, primero, y las teorías de la complejidad después. Se define por sus funciones, estructura, circuitos de retroalimentación (feedback) y relaciones de interdependencia. Aplicada a la familia, supone entenderla como un todo organizado, en que cada miembro cumple un rol, y con sus acciones regula las acciones de los demás en las que se ve afectado por ellas. Forman parte de una

danza o patrón interaccional en el que las acciones de cada miembro son interdependientes de las de los demás.

En la Terapia Sistémica es un camino para trabajar con nuestras imágenes internas; esas imágenes que todos hemos guardado a lo largo de nuestra historia de vida con experiencias crudas, traumáticas, violentas, dolorosas, de pérdida, o de alguna manera, ligadas a sentimientos inconvenientes, están en nuestro diálogo, nuestro pensar, sentir y actos cotidianos. La expresión plástica, con cualquier material y sin ningún juicio estético ni crítico, nos da la posibilidad de ver externamente con claridad, lo que internamente es borroso. Además, que, el proceso creativo por sí mismo, nos da la forma de explorar cómo fue que hicimos esa imagen. Así, al ver nuestra imagen en papel, escultura, costura o cualquier forma de armado, podemos reconocer parte de nosotros: lo que estaba de alguna forma guardado porque lo vivimos con intensidad o de forma repetitiva en nuestra vida y lo significamos de alguna manera.

Más aún, lo que alguno o algunos de nuestros ancestros vivieron intensa o repetitivamente en su vida y se quedó impreso en la información de nuestro sistema o alma familiar, pasándose de generación en generación de forma inconsciente y hasta perdiéndose el contexto original en el que se significó en alguna ocasión. Al detectar nuestras imágenes y el significado que les dimos o recibimos, a través de nuestro sistema, podemos hacer consciente los sentimientos que les hemos otorgado y cómo las hemos repetido en nuestra vida. Lo interesante del proceso creativo es que, este significado que le dimos a temprana edad o que recibimos de lo que vivieron otras generaciones en nuestra familia, puede resignificarse cuando lo observamos y lo trabajamos en terapia sistémica.

Esto que llamamos resignificación, es darle un nuevo significado, a través de los objetivos de la Psicología Sistémica y el proceso creativo mismo. En esto se centra buena parte de la labor de la terapia sistémica, en ir de una primera imagen de conflicto a una imagen de solución. Podemos nombrar distintos ejemplos como: de la imagen temida a la imagen que lo fortalece, de la imagen de duelo a la imagen de aceptación, de la imagen de caos a la imagen de orden, de la imagen del amor

infantil a la imagen del amor adulto, por tan sólo citar algunos ejemplos. Es una constante resignificación de imágenes las que se realizan en la terapia sistémica con el fin de descubrir nuevas soluciones, desarrollar recursos personales, expresar emociones para trascenderlas sin bloquearlas, poner en marcha las órdenes y las leyes de los sistemas, entre otros objetivos.

El proceso creativo, en la terapia sistémica, es un proceso de continua auto-observación, auto reflexión y auto creación, que se hace hilvanando piezas, haciendo puentes, descubriendo conexiones, solo se logra sintonizando una fuente creadora y creativa con la intención clara de autoconocimiento de las Imágenes El proceso personal de la terapia sistémica es rico en metáforas, crecimiento y consciencia, a través del arte.

3.8- ¿CÓMO SE DESPLAZA UNA EMOCIÓN EN UNA BELLA ARTE?

Cualquier medio de expresión artística puede ayudar en la mejora de conflictos internos y en conseguir un mayor autoconocimiento. No se necesita saber dibujar o pintar, el objetivo no es crear una obra de gran valor artístico, sino que a través del proceso que esto implica, pueda tomar conciencia de las estrategias con las que cada persona cuenta para enfrentarse a los obstáculos que se le presentan

Con la utilización de diversos medios artísticos una persona de cualquier edad, capacidad artística y cultura puede revisar sus procesos internos, involucrándose en un camino que lo conducirá al crecimiento personal.

La comunicación no verbal predomina desde el nacimiento en el bebé, que se expresa a través de sus emociones. La sonrisa o el llanto le sirven como medio para manifestar lo que siente. En el transcurso de su vida, el ser humano se continuará expresando mediante el cuerpo, a través de aspectos no verbales. Es por eso que el arte puede servir como herramienta terapéutica válida, como espacio de expresión emocional no verbal.

Desde sus orígenes la humanidad ha recurrido al arte para expresar sus sentimientos. Ya desde la antigüedad clásica se conocían las propiedades terapéuticas y los beneficios de practicarlo para el equilibrio general del ser humano.

El arte se puede expresar de diferentes formas (música, danza, dibujo, pintura, escultura, literatura y cine).

La utilización del arte es una herramienta que facilita la expresión y comunicación de aspectos internos de las personas utilizando formas de comunicación no verbales.

El arte, como la manifestación pura del Yo interior, lleva al artista a expresar la realidad según su propia manera de percibirla y, al hacerlo, se expresa a sí mismo en un diálogo distinto para quien lo contempla. Esta vivencia maravillosa del encuentro conduce a un estado de plenitud de amor, que se mueve entre una experiencia personal y un contacto portentoso con el que participa en relación con la obra contemplada, una danza de vida que nunca termina, como nunca se acaba el proceso de “comunicar”, “de sentir” y de compartir. Espiral que unifica, que armoniza, proceso que incluye lo corporal, lo racional, lo afectivo, lo social, lo trascendente; corresponde a una necesidad personal que envuelve al ser humano en su constante recorrido por la vida y, en el momento que toca al otro, involucra, sensibiliza, afecta, intelectualiza así se universaliza y trasciende.

Las formas de expresión artística son inagotables. El intercambio del ser humano con el medio, le permite constantemente abrirse a nuevas ideas, a nuevos conceptos y vivencias; no hay peligro de que se acabe, la renovación es constante como es la comunicación.

La experiencia artística tiene que ver con el acto creativo una interpretación personal del mundo de lo real, de lo material, para llevarlo al mundo de las ideas, emociones y sentimientos, transformándolo para darle una nueva vida, un sentido distinto, más pleno, más humano, que involucra un dolor profundo, ya que dar luz a la idea implica un gran esfuerzo, una enorme energía en pensamiento, sentimiento y emoción.

Cuando el ser humano logra centrarse en sí mismo, aprende a discriminar lo auténtico de lo falso, y es capaz de experimentar la emoción que provoca crear o contemplar una obra de arte produciendo un placer espiritual, un movimiento interno que aflora todo tipo de emoción, ya sea de sufrimiento, de dolor, alegría o de placer artístico. Existen relaciones estrechas entre sí mismo que específicamente proviene del inconsciente y que a través de un proceso de simbolización se abre camino a los ajustes creativos, que nos llevan a la expresión artística, dándose en el creador y extendiéndose al receptor.

CONCLUSIONES

En conclusión, podemos decir que las artes y el ser humano proyectan de forma instintiva un compromiso el cual da energía, libertad y emoción por que convierte al cuerpo en el único e impredecible elemento creador de este arte, como un modelo de comportamiento intangible, inmaterial, fluido y volátil.

El arte es un medio de comunicación por el cual expresamos de formas muy diversas y a través de una serie de patrones particulares, dependiendo de la obra y su materia prima; pero la característica más importante y que la relaciona totalmente con la psicología es que el arte es una representación constante del ser humano, sus emociones, pensamientos, incluso, de su forma de vida, religión, y contexto histórico. Se podría decir que el arte es humano y subjetivo en todos sus niveles. Conocer el procesamiento desde el punto de vista cognitivo es entender por qué es un área del ser humano tan compleja y fascinante al mismo tiempo. Los distintos estilos artísticos dan buena cuenta de dicha complejidad y se acercan a una visión holística que se ha de tener de esta dimensión del ser humano. No se trata de la creación de una nueva cura psicológica, sino de una invitación a la reflexión acerca de una forma de trabajo en salud mental, que conjuga procedimientos circunscritos a cierto tipo de arte y salud mental, creatividad y psicología, dirige su atención a lo inconsciente dentro de su propia alma, espía sus posibilidades de desarrollo y les permite la expresión artística en vez de sofocarlas en una crítica consiente.

El estudio de la relación entre Arte y Psicología se basa en los objetivos de estimular, investigar y experimentar los procesos creativos, los objetivos que persigue vinculan esta rama de la Psicología con muchas otras que pertenecen al campo de dicha disciplina, y muy particularmente con aquellas que hacen referencia a los procesos básicos (como la percepción, la emoción y la memoria) y a las funciones superiores del pensamiento y el lenguaje. La Psicología ha podido descubrir en el Arte, el juego de los mismos procesos dinámicos que actúan en el fenómeno onírico. El objeto estético permanece en un nivel intermedio entre el objeto Imaginario del Sueño y el Objeto Concreto del Mundo Real. Es una

proyección de lo Imaginario en lo Real: no es comunicable como el sueño, sino que, por el contrario, se caracteriza por ser discernible por el hombre. Se hace uso de la creatividad humana para afrontar y superar el dolor, pero también para extraer de él una nueva forma de crear

Las creaciones artísticas se relacionan estrechamente con el inconsciente, siendo productos emanados del mismo que nos reflejan su contenido, expresando pulsiones, las cuales solo se logran observar mediante el psicoanálisis. Entre estas creaciones cuyo nexo con un inconsciente inasible encuentra la creación literaria y las artes plásticas; El arte es una forma de sublimar o convertir las pasiones humanas, la agresividad y la sexualidad convirtiéndolas en una forma de expresión de las sensaciones pulsionales, la creación artística en general se parece mucho a los sueños, parte realidad, parte fantasía.

ANEXOS

En este apartado se hace referencia en cómo se puede aplicar distintos talleres para poder canalizar las emociones en base a las bellas artes, se da una propuesta de tres talleres diferentes las cuales se presentan en un cuadro comparativo para observar en que taller se acoplan mejor las necesidades de cada persona, ya que nuestra tesis no va en base a lo aplicable si no solo en él lo teórico.

Tema:	AUDICIONES MUSICALES	VIDEO FORUM	GRÁFICAS (UNA ACTIVIDAD PARA DESCUBRIRSE A SI MISMO)
Síntesis de la dinámica	Nos encontramos ante una dinámica en la que la comunicación se estimula y desarrolla a través de la música. Muchas veces nos encontramos ante la situación de que el grupo tiene dificultades al comunicarse de forma verbal y utiliza otros cauces. Mediante esta dinámica el grupo puede aprender a conocerse según los gestos y ademanes, en definitiva con lo no verbal, que diariamente utilizan entre ellos y fomentar mayor nivel de complicidad entre los individuos.	Visionado de una película que trata una temática de interés para el grupo y debate o dinámicas posteriores en torno a la misma.	A continuación se enumeran ejercicios estructurados que ofrecen información para descubrirse a sí mismos a través de gráficas. Una de las ventajas de estos métodos es la de que los participantes a menudo pueden abrirse a sí mismos más rápidamente y con menos esfuerzo que a través de intercambios verbales. El instructor debe estar seguro de que cuenta con suficiente tiempo para analizar cada actividad
Para qué situaciones	Para todas las situaciones. Especialmente para grupos en el que algunos miembros tienden a hablar menos por la razón que sea.	Cualquier grupo y situación	Cualquier grupo y situación
Qué intenta trabajar	Estimular la comunicación a través de los lenguajes musicales. Favorecer el mutuo conocimiento. La percepción del lenguaje corporal.	Según la necesidad detectada en el grupo.	Estimular el autoconocimiento del individuo.
Desarrollo	Se trata de escuchar pequeños fragmentos de distintos estilos y ritmos musicales y cada uno de los participantes debe dejarse llevar por lo que le inspira la música. A continuación, cada jugador comunica a los demás lo que ha sentido, percibido o le ha sugerido dicha audición, pudiendo repetir brevemente alguna parte de la misma para potenciar su comunicación. Es fundamental que cada uno haga "vivir", hacer partícipes a los demás de sus emociones y sus	Se selecciona una película que trate aspectos que son importantes para la realidad y el momento del grupo. Estos temas pueden ir desde la vivencia de la sexualidad, a los consumos de drogas, a los conflictos interpersonales, la violencia, etc. Se adjunta un listado de películas con las temáticas que se abordan que puede servir de guía. A partir del visionado se trata de crear un debate abierto	1. EL CAMINO DE LA VIDA. Se le da una hoja de papel y un plumón a cada uno de los participantes. Estos tienen que poner un punto en el papel, el cual representa su nacimiento y sin levantar el plumón del papel, representar una serie de incidentes críticos en su vida. 2. ANUNCIARSE A SI MISMO. Empleando

	<p>gustos musicales. Al mismo tiempo podemos valorar lo que el grupo percibe de la comunicación no verbal de cada participante. Para ello debe evitarse todo tipo de valoraciones negativas sobre lo que se comunica, así como sobre los gustos musicales de cada uno. Los fragmentos musicales pueden ser elegidos por el animador o se les puede pedir a los propios participantes que aporten los diferentes estilos de música que les gusten.</p>	<p>directamente o realizar alguna sencilla dinámica (moralejas, debates en pequeños grupos,) que ayude a relacionar u obtener aprendizajes sobre lo que la película ha querido transmitir.</p>	<p>materiales diversos (tales como papel, tijeras, pegamento, cintas, periódicos y recortes de revistas), los participantes crean collages en los que se anuncian a sí mismos.</p> <p>3. ESCUDO DE ARMAS. Después de una breve introducción a la heráldica, los participantes elaboran escudos de armas que los representen.</p> <p>4. TIRA COMICA. Se da a cada uno una hoja de papel y lápices, con líneas se divide la hoja en doce partes iguales. En cada sección deberán dibujar un acontecimiento importante en que se vieron involucrados (Estos acontecimientos deberán limitarse a los ocurridos durante la vida del grupo)</p> <p>5. SILUETAS. El instructor forma parejas. Los participantes se turnan para dibujar en hojas grandes siluetas de gran tamaño de la persona que forma su pareja. Estos dibujos se pegan en la pared y se tratan de identificar. Entonces, los participantes añaden características que asocian con la persona.</p> <p>6. EL GRUPO Y YO. Al terminar la primera sesión de un grupo, el</p>
--	---	--	--

			<p>instructor reparte cartulinas y plumones. Se dividen las cartulinas en tantas secciones cuántas reuniones del grupo vaya a haber y se pegan en la pared. Cada participante en forma gráfica representa en ella su relación con el grupo Después de cada sesión.</p> <p>7. DIBUJOS EN COLABORACIÓN. Se da una hoja de papel y plumones a las parejas. Sin hablar, todos colaboran en la creación de una pintura.</p> <p>8. PINTURA DEL GRUPO. Dando materiales como los señalados en el segundo punto, el grupo elabora una pintura de lo que representa.</p> <p>9. MURAL. Un grupo grande, como en el caso de una comunidad entera, puede hacer un mural que lo represente. Esto puede hacerse en hojas de rotafolio para evaluar todo el trabajo, en este trabajo se pueden utilizar recortes de revistas. Se pega en una pared y cada uno da una breve explicación de lo que hizo.</p>
Tiempo	90 minutos	2 horas y media	30 minutos

Materiales	Reproductor de CDs y CDs	DVD TV Pizarra	Hoja papel, tijeras, pegamento, cintas, periódicos, revistas, lápices, plumones, pintura acrílica y cartulina.
Aspectos a tener en cuenta	Si se pide al grupo que se encargue de traer diferente música, según sus gustos, hacerlo con algo de antelación. Dinámica a desarrollar en un espacio donde se mantenga la intimidad del grupo.	Elegir bien la película. Visionar los educadores antes. Pensar cómo se va a facilitar la reflexión Seleccionar una película que logre mantener la atención del grupo durante toda la proyección. Sino es preferible seleccionar fragmentos de la película y trabajar solo sobre ellos. Proyectar la película solamente al grupo (No hacer una proyección abierta).	Tener en cuenta en dar correctamente las instrucciones para no tener errores al realizar la actividad y los participantes la concluyan satisfactoriamente.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Antúñez del Cerro, N. (2005). ¿Qué es arte? Evolución del concepto de arte en los alumnos de la licenciatura de Bellas Artes. *Arte, individuo y sociedad*, 17, 157-175.

Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/5135/513551273008.pdf>

Álvarez Villar, A. (1974). *Psicología del arte*. Madrid, España: Biblioteca Nueva

Arnheim, R. (1995). *Hacia una psicología del arte: Arte y entropía. Ensayo sobre el desorden y el orden*. Madrid, España: Alianza (1.a Ed. 1966).

D.F. Elkonin. (2006). "Analizando a Vigotsky". Esbozo de la obra científica de Lev Semionovich Vigotsky. Artículo disponible en línea a través de Internet.

Dra. Moya Guirao (2010) El Desplazamiento es según el Psicoanálisis un mecanismo inconsciente. <https://psicoterapeutas.eu/desplazamiento/>

Freud, Sigmund *Psicoanálisis del arte* Alianza Editorial 1970

La interpretación de los sueños, Editorial Biblioteca nueva 1974

Giraldo, Efrén *Los límites del índice. Imagen fotográfica y arte contemporáneo en Colombia*. Medellín. La carretera editores, 2010

Morales Rojo Elizabeth (28 de Junio 2019) *Psicología Del Arte: Definición, Historia, Aspectos, Aplicaciones Y Críticas*. <https://psicoportal.com/psicologia/del-arte>

Oviedo G. L. (2004). La definición del concepto de percepción en psicología con base en la teoría Gestalt. *Revista de Estudios Sociales*, 18, 89-96. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81501809>

Peña Sierra Gabriel Orlando, *VIGOTSKY, ARTE Y PSICOLOGIA*

http://www.unipamplona.edu.co/unipamplona/portallG/home_70/recursos/01general/04072013/acpvigotskyarteypsicologia.jsp