



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Reflejarse en los demás para autorretratarse

Reflecting on others for self-portraits

Autora

Sheila Judith Calvo Díaz

Directora

Carmen Martínez Samper

Grado en Bellas Artes

2022



**Facultad de
Ciencias Sociales
y Humanas - Teruel**
Universidad Zaragoza

ÍNDICE

Resumen /Palabras Clave.....	1
Introducción.....	2
Objetivos.....	3
Metodología.....	5
Contextualización	6
Marco teórico	
1. La percepción del color.....	7
2. Simbología del color	8
2.1. El MBTI la personalidad y los colores	9
2.2. MaxLüscher y su test del color.....	10
2.3. Riccardo Falcinelli y su interpretación del color.....	11
2.4. Eva Heller y el color relacionado con los sentimientos y la razón	12
2.5. Interpretación personal de los colores.....	15
3. Sinestesia.....	16
4. Percepción y sensación	17
4.1. Emociones y Colores	18
4.2. Los juicios de valor	19
4.3. La sociedad y el color.....	19
5. Historia del retrato.....	20
5.1 El retrato psicológico.....	22
5.2 La personalidad según los rasgos del rostro	23
5.3 Los ojos ¿son ventana del alma?	25
6. Arteterapia	27
7. La construcción de los vínculos	29
7.1 José Luis Sampedro y la creación de los vínculos.....	29
7.2 Exposición Grandma.....	30
7.3 Derivas	33
8. Referentes artísticos.....	34
Proyecto Artístico/ Expositivo	
9. Memoria Técnica.....	35
9.1 Disposición del espacio expositivo.....	35
9.2 Documentación visual	36
9.3 Cronograma.....	37
9.4 Presupuesto	37
10. Exposición y Post-exposición.....	38

Conclusión	39
Bibliografía	42
Webgrafía	43
ANEXO	
Breve retrospectiva	46
Mapas conceptuales	49
Documentación visual complementaria	50
Ilustraciones	54

Reflejarse en los demás para autorretratarse

Resumen

Bajo el título “Reflejarse en los demás para autorretratarse” se ha desarrollado un proyecto que recoge la evolución experimentada desde varias perspectivas a lo largo de estos cuatro años de carrera. Temas como la introspección, la soledad, la necesidad de encontrarse, el crear vínculos, el deshacerlos, el cómo los mismos nos cambian, nos impulsan, nos crean y nos destruyen y cómo todo ello forma parte de su contenido. Lo que trato de exponer en este trabajo es la manera en la que interpreto y expreso mediante gamas cromáticas cómo percibo a los demás, de forma que ellos mismos puedan llegar a comprender, a través de los colores asignados, qué emociones me transmiten empleando el color que asocio a los demás y que concluye con un autorretrato donde los colores están aplicados de forma impulsiva sin seguir ningún acorde predeterminado creando, en ocasiones, *aberraciones* cromáticas porque las mezclas realizadas que siguen los impulsos de mezclar y hacer propias nuevas tonalidades que formarán parte de nuestra paleta cromática.

Palabras clave

Comunicación, emociones, entorno, introspección, vínculos.

Introducción

El Trabajo Fin de Grado que se ha desarrollado en esta memoria se ha planteado siguiendo una doble vertiente; por un lado, abordando el tema desde la teoría, al investigar autores, obras y fuentes escritas y, por otro, desarrollando una serie de propuestas plásticas en las que la temática tratada toma cuerpo. Se plantea el desarrollo de un proyecto que busca la representación y la materialización visual de cómo se establecen las relaciones entre las personas, los diferentes vínculos que se crean con el paso de las sucesivas etapas que conforman lo que se conoce como desarrollo personal. En nuestro caso se trabaja desde el punto de vista de la artista. Seguimos planteamientos basados en unas cuestiones previas: ¿Cómo se cataloga cada una de las personas que aparece en la exposición? ¿Qué define el color de cada uno de los individuos que la componen? ¿La ubicación del retrato? ¿El tamaño?

El proyecto se plantea de forma simbólica, consiste en la elaboración de una serie de conexiones entre personas con las que, la personalidad del individuo que aparece en los retratos realizados, con diferentes gamas monocromáticas en acuarela, queda determinada en función del color asignado. El trabajo va aún más allá, cuando tiene presentes obras anteriores, se involucra la figura del otro; el espectador es capaz de seguir el progreso, a lo largo del espacio que se diseña para la exposición que acompaña a esta investigación, a través de un recorrido marcado en el suelo, en dos colores, gracias a los cuales identificamos en qué línea temporal nos encontramos: azul engloba el tiempo pasado y rojo el pasado más reciente. En este caso, se encuentran, trabajos de retrato de segundo de carrera y dos piezas, elaboradas durante el tercer año de carrera, en el proyecto “Ambient-arte” (2021). Todas las ilustraciones que aparecen en el recorrido son tomas de contacto con el retrato de los demás, desde sus inicios, cuando se encontraban retratados en gamas monocromáticas, con ligeros detalles de color. Se evoluciona al introducir una gama cromática más rica, trabajando sobre todo la técnica de acuarela húmeda sobre húmedo, continuando con autorretratos con tonalidades más planas, pero ya introduciendo las manchas y los golpes de color. En uno de los retratos se trabaja a fondo la profundidad simbólica de los colores donde aparecen, además, los dos colores utilizados para recrear el recorrido del trayecto de la exposición. Continuamos con la pieza “Ambient-arte”, donde el color azul y la disposición de la misma aporta un juego de significados que acompañan el progreso, el avance de lo simbólico dentro de la trayectoria artística. Finalmente se llega al trabajo final y finalidad principal del desarrollo de este proyecto y exposición paralela en la que se traza un recorrido cromático, donde la asociación de una serie de retratos de personas cercanas a la autora. Una leyenda situada en la parte inferior derecha de la sala muestra qué significado se asocia a cada uno de los colores presentados, llegando finalmente y fuera del recorrido marcado en el suelo a un autorretrato donde, de acuerdo a los colores establecidos en los demás, denotan influencias de los mismos, dando por concluida la exposición, dejando el mensaje en el que se manifiesta que a través de los demás nos construimos a nosotros mismos.

*“Apareces cuando me quedo a solas
conmigo misma,
en ese infierno en que la soledad
es una multitud de gente y ruido”*

Objetivos

Entre los principales objetivos que se plantean al iniciar este proyecto está el de indagar dentro de uno mismo, en un proceso de introspección donde la representación gráfico visual es su manifestación por medio de gamas cromáticas. La intención es conseguir transformar las auras, emociones, gestos y comportamientos englobándolos dentro de un mismo parámetro, en este caso, ambientado en una parada de metro, donde las diferentes líneas (roja, verde, azul...) se asocian a los comportamientos de las personas involucradas. Se pretende con ello una liberación del pensamiento del artista, donde, al no ser capaz de expresar las emociones contenidas de forma verbal se vinculan con el mundo cromático, dejando recaer así el peso del diálogo a los colores y al propio espectador, que se reconoce en la obra. De esta forma, la persona deja fluir sus emociones y deja a libre interpretación, la percepción del otro, como individuo a parte que no debería estar presente en la pieza que pretende ser una despedida.

La persona más implicada con la intención final de la percepción del público es la autora, y su deseo de por fin poder liberarse de la pesada carga que es el no poder expresarse con las personas como verdaderamente le gustaría, ser consciente de, que, en ocasiones, es más fácil agachar la cabeza y asentir en respuesta de la cercanía del otro, que, verdaderamente expresar lo que uno piensa. Lo que se pretende contemplar con la realización de esta pieza es la necesidad de la importancia de poder expresarse, el no tener que llegar hasta el punto de tener que dedicar a la figura del otro, toda una exposición por no tener la oportunidad o la valentía de poder transmitir nuestros sentimientos. A lo largo de este año académico hemos buscado nuestro discurso artístico; comúnmente, suele decirse que trabajo en base al ensayo y error, sobre todo a nivel técnico, sin embargo, he aplicado este tipo de medida sobre conceptos en los que pretendía trabajar. En un principio aparecieron términos como la introspección, el camino, las derivas... conceptos que involucraban un proceso vinculado a ellos, ya fuera a la hora de llevarlos a cabo, o al tenerlos visualizados y planificados.

Entrados a principios de año apareció el concepto del otro, el cual, yo como artista había trabajado a lo largo de varias obras en los últimos años, a raíz de ese punto de inflexión comencé a reflexionar más acerca del porqué tenía la necesidad de hacer partícipe al espectador: ¿cuándo había sucedido aquello? Y plantear, al reflexionar sobre el asunto, la pregunta más importante ¿beneficiaba eso a mi obra?

El atraer al espectador como finalidad principal de las piezas ¿a qué me estaba llevando? Me estaba perdiendo, no era yo, sin embargo, detrás de todas las horas de trabajo, y proyectos, y planteamientos fue cuando di con la posible solución, trabajar encarando directamente la figura del otro, del espectador, de la persona que no era yo, ahí nació la idea al trabajar el cómo la percepción sobre los demás de cierta forma, modificaba aspectos, actitudes o comportamientos propios, como si de una adaptación al medio se tratase. Mediante la simbología del color he pretendido llegar a poder clasificar a las personas en función de la gama cromática que transmitían, más concretamente, la que yo, percibía acerca de ellos. En síntesis, los objetivos serían los siguientes:

- Comprender el funcionamiento de la simbología del color mediante los estudios de las diferentes teorías estudiadas y desarrolladas en este trabajo.
- Crear mi propia simbología y ser capaz de englobar y contener las emociones y personalidades de los demás a través de un estilo de retrato monocromático.
- Emplear la percepción como medio de observación y canalización del ser.
- Crear una pieza comprensible para todo el mundo, pues deseo centrarme en compartir una obra accesible a todos los públicos, y más, si algunos de los mismos aparecen representados en la obra.
- Indagar por medio de un proceso introspectivo sobre el tema del retrato psicológico como representación de emociones.
- Involucrar al espectador dentro de las piezas elaboradas.
- Crear un diálogo entre la persona retratada y el espectador.
- Comunicar emociones por medio de un código limitado a “x” colores

Metodología

Para el desarrollo de este proyecto se necesitó realizar una investigación exhaustiva acerca de cómo los teóricos y la sociedad asociaban los colores con las emociones y sentimientos. En la fase expositiva y del trabajo aplicado nos enfrentamos a la selección de las personas que iban a participar para ser retratadas, y plantear cómo los resultados iban a ser expuestos en sala. Se orientó la distribución de los mismos en el espacio pues, en un principio la localización iba a ser diferente a la que después se planteó. En la fase inicial, en vez de trabajar acerca de las paradas de metro, los tickets y la señalización mediante líneas de colores se iba a reconsiderar la distribución de la pieza en las paredes como si de un cuaderno de viaje, o, un álbum de fotos se tratase, ambos proyectos versaban sobre un recorrido, sin embargo, no enfocado desde el mismo punto de vista. Se consideró en su momento el utilizar un código QR que explicase de forma oral todos y cada uno de los retratos de las personas incluidas; sin embargo, al trabajar desde un emplazamiento diferente hubo que reconsiderar una nueva leyenda (como en un mapa) para poder identificar cada color con su significado, como se hace comúnmente en las líneas de metro de las ciudades donde para representar las líneas y los destinos se aplican colores, que permiten identificarlos para una comprensión más rápida y sencilla. Es más fácil recordar la información mediante la asociación de conceptos con colores que tratar de recordarlos por bloques de texto.

La elaboración de las piezas se planteaba para caminar, en una disposición en forma de trayecto, con dos líneas guía para caminar: una azul, la cual se asociaba al pasado, al recorrido finalizado, aquel que transmitía paz y seguridad porque a raíz del mismo se habían adquirido unos conocimientos que luego desembocaban en la línea discontinua que llevaba al trabajo más reciente realizado, el TFG. Lo que supone señalar con líneas el trayecto que es nuestro trayecto a lo largo de este estudio.

En la primera parte del recorrido se mostraban los primeros trabajos en las que aparecían personas cercanas retratadas. Se trataba de retratos en blanco y negro, trabajados con tinta y acuarelas metalizadas de pequeño formato (A5), con pequeños toques de color (dorado, plateado y rojo). En ese momento se habían realizado de esa manera por temor a trabajar el color y, al tratarse de personas conocidas, resultaba más intimidante la idea de aventurarse a utilizar grandes tamaños. En el siguiente grupo de ilustraciones ya acopiaban el primer contacto con el acercamiento al color, una serie de retratos a compañeros, ejecutados con acuarelas, trabajados en un formato DINa4, este conjunto de pinturas se enfocaban en captar mediante la menor cantidad de pinceladas posibles los rasgos más característicos de las personas retratadas, sin embargo, quedaban tonalidades muy planas y apenas se distinguían manchas de color, los colores se encontraban muy aguados y no se percibían los brochazos de los pinceles. Continuando en el recorrido encontrábamos una serie de autorretratos, trabajados también con acuarelas, porque, como se podrá apreciar en el anexo de las imágenes, es la técnica que más empleo para realizar piezas gráficas plásticas, además de tratarse del material con el que he estado desarrollando trabajos a lo largo de los últimos cinco años. La serie de autorretratos se trató de un trabajo elaborado para una asignatura de la universidad, por lo que, como menciono en la explicación, no se trata de un retrato elaborado por el mero placer de retratarme, en varias ocasiones menciono mi oposición a realizar trabajos donde deba aparecer mi rostro. Al haberse trabajado con pocos meses de diferencia con respecto a los anteriores no se aprecia una mejoría en la técnica, por lo que nuevamente advertimos unos colores planos y unas

manchas no del todo bien ejecutadas. El único trabajo diferente del resto de autorretratos es aquel trabajado con rotuladores *promakers*, rojo y azul, el cual se trataba de un retrato más disruptivo, más metafórico, en el que también se ven presentes los colores que trabajan ambas líneas presentes en el recorrido dentro de la exposición, se trata del que sería el primer acercamiento al tratamiento psicológico emocional del color dentro de la obra, donde el color azul perteneciente a las gamas más frías, resaltada ese lado más pacífico, más tranquilo, aquel presente en el día a día. Por ello se hallaba situado al frente sin embargo tras él, situado en el fondo de la pintura se encontraba ocupando la misma superficie de espacio, el retrato trabajado en color rojo, relacionándose con ese lado más irascible, más agresivo; aquel que solo aparece en ocasiones contadas, pero el hecho de representar ambas partes con un tamaño similar implicaba una necesidad de coexistencia entre ambas partes; una no podía existir sin la otra, ambas eran inseparables y ambas válidas. Continuando encontrábamos una obra realizada el curso anterior, donde tanto el color como la disposición volvían a adoptar una simbología importante, a pesar de tratarse de una obra del pasado a la hora de su colocación en la exposición sufrió una serie de cambios, el principal fue la finalidad que en un inicio pretendía seguir la pieza, puesto que en su momento, hablaba acerca de la necesidad de protección de los demás para afrontar los problemas, y en la situación actual se afianzaba en el significado de respaldo, en el ser conscientes de que tenemos a alguien tras nosotros apoyándonos, sin embargo, se percibía como detrás de dos personas había tres, detrás de tres, cuatro, y tras las cuatro nadie...con ello quería representar que no debemos caer en la creencia de que siempre tendremos que esperar que alguien se encuentre tras nosotros, porque puede llegar el momento en el que nadie se halle en esa posición, necesitamos ser conscientes acerca de ello. Por último y continuando por la línea discontinua de color rojo llegábamos al momento presente, al trabajo final, a la recopilación de todo lo aprendido estos últimos años, a mi trabajo final, una cartografía cromática, donde expresaba mediante distintos colores la interpretación de las sensaciones que me transmitían los demás, y finalmente como yo me veía influenciada por las emociones y comportamientos de los otros. Mencionar la distribución cromática

Contextualización

Se trata de la producción de una pieza que responde a una necesidad de mostrar como las personas nos vemos influenciadas por los vínculos, en este caso, representado a través de la asociación de los sentimientos y emociones que transmiten las personas a través de los colores. En la sociedad de estos días nos vemos tan abducidos por la necesidad de llegar a los lugares que no nos percatamos siquiera de las personas que nos acompañan en el camino, veamos este proyecto como el medio de transporte para desplazarnos del pasado al presente. Byung Chul Han menciona en su libro la sociedad del cansancio ese desenfreno de la sociedad en el que nos vemos envueltos, he pretendido, en respuesta a esa inhumana visión del mundo otorgarle un punto de color y de reconocimiento a aquellas personas que han aportado, aunque fuera en pequeñas dosis, una contribución a diferentes aspectos de mi vida. Se trata de reconocimiento, de saber agradecer, de ser conscientes de que nos formamos de acuerdo a los demás.

Marco teórico

Dentro de este apartado haré alusión a los diferentes puntos estudiados para la realización del Trabajo fin de Grado, el cual, ha sido trabajado desde aspectos psicológicos, emocionales y sentimentales, estudiando desde los conceptos más generales, el cómo se han seleccionado y personalizarlos para la creación de dicho proyecto.

1. La percepción del color

Actualmente no solo tenemos palabras para nombrar y definir los colores, sino también sus matices secundarios y terciarios, pero no siempre fue como en la actualidad. La sinopia medieval podía referirse al rojo y al verde, ¿cómo podían combinarse, al menos hasta el siglo XV? De hecho, el error radica en la clasificación griega de los colores, siendo los extremos blanco y negro, claro y oscuro. El rojo y el verde son colores medios y por lo tanto equivalentes, y según esta escala, la oscuridad de las nubes se describe con la misma palabra que la oscuridad de la sangre, o el brillo del metal es el mismo que el brillo de los árboles. Curiosamente, a pesar de estar separados en las escalas amarilla y azul, también tienen un nombre. Por razones que hoy no están claras, el mismo hecho se encuentra en las lenguas eslavas, japonesas, africanas y americanas, y más aún, el azul es solo una variante negra de los griegos, y los celtas son vietnamitas, y los coreanos no lo distinguen lingüísticamente de verde, y si le agregas que el marrón y el gris no tienen nombres en la mayoría de las culturas, significa que ciertos colores son discriminados, sí, y hay un rango que muestra que el blanco y el negro son lo primero, casi todas las culturas tienen nombres diferentes, luego rojo, y tercero verde y amarillo, no azul, marrón, gris, naranja y rosa, que no parecen llamar nuestra atención por el poder de los seres humanos. Tiene que ver con cómo percibimos el color. Si un haz de luz blanca atraviesa un prisma, se descompone en distintas sombras, cuyas longitudes son diferentes, y cada vez que vemos un color en la realidad, lo único que hacemos es identificar una de las ondas, entre una y otra. Las diferencias son microscópicas, se miden en nanómetros, unidad de medida que resulta de dividir un metro en miles de millones de partes iguales. Es sorprendente cómo estos cambios absolutamente pequeños pueden conducir a cosas que son obvias para nosotros, como el color.

2. Simbología del color

Colores	Positivas	Negativas	Emociones
Rojo	Deseo Amor Pasión	Peligro Guerra	Apetito Estimulación
Azul	Libertad Fidelidad Lealtad	Nostalgia Tristeza	Quietud
Amarillo	Luz, Felicidad Energía	Peligro, Engaño	Alegría
Verde	Naturaleza, Equilibrio Estabilidad	Envidia Celos Necedad	Esperanza
Negro	Poder Fuerza Autoridad	Miedo Misterio Muerte Maldad	Elegancia
Blanco	Bondad Inocencia Limpieza	Debilidad	Paz
Gris	Objetividad Autocontrol Neutralidad	Indiferencia Tristeza	Apatía
Rosa	Creatividad Coquetería Infancia	Debilidad	Nostalgia de la infancia
Marrón	Fiabilidad	Sobriedad	Acogedor
Violeta	Lujo Elegancia Delicadeza	Vanidad	Enorgullecer

La intención de los siguientes apartados se centra mayormente en la relación directa que se establece entre los colores, las personalidades, las emociones y las diferentes formas de evaluación y percepción de los mismos, pues encontramos desde Test que aseguran revelar la personalidad en función de la posición determinada de los colores elegidos de acuerdo a su orden de elección, estudios acerca de la percepción del color, diferentes teorías, ensayos y conferencias.

2.1 El MBTI la personalidad y los colores

MBTI son las siglas que responden a Myres-Briggs Type Indicator. Es considerada una herramienta para valorar cómo nos profesamos o nos comportamos en condiciones concretas. Se trata de una presunción de los tipos mentales tratados por Carl G. Jung (Jung, 1921) donde las personas se caracterizan por sus preferencias generales de actitud en base a tres dicotomías. Briggs Myers añadió una cuarta. El test que revela el MBTI consta de 88 preguntas; según preferencia, no hay correcta o incorrecta, se intenta determinar cómo nos sentimos más cómodos.

- Extrovertido(E) o introvertido (I) se trata de personas que prefieren exteriorizar sus sentimientos abriéndose a los demás o por el contrario tienden a la introversión y resolver sus problemas con ellos mismos.
- Sentimiento (S) o intuición (N) prefiere centrarse en la información básica o prefiere explicar y añadir significado.
- Piensa(T) o siente (F) cuando toman decisiones se centra primero en la lógica y coherencia o por el contrario en personas y circunstancias especiales.
- Juzgar(J) o Percibir (P) cuando trata con el mundo exterior, prefiere cosas ordenadas que estén estructuradas y controladas o que estén abiertas a nueva información y opciones.

Las características asociadas al test del MBTI supone una de las primeras tomas de contacto con la relación de la personalidad y los colores, pues como se puede ver con lo mencionado anteriormente, este cuenta con cuatro letras representativas de las cualidades que se pretenden analizar, siendo posibles los 16 tipos de resultados, los cuales se dividen en cuatro grupos asociados a diferentes colores, siendo los verdes los que comprenden cualidades como el ser personas empáticas, solícitas y pacientes, los azules son reconocidos por ser, prudentes, personas precisas, y reflexivas, los catalogados dentro del bando de los amarillos, se relacionan con aptitudes sociables, entusiastas y persuasivas, y, los morados se identifican con comportamientos mayormente competitivos, exigentes, decididos.

Morados (Analíticos): INTJ, INTP, ENTJ, ENTP

Verdes (Diplomáticos): ENFP, INFJ, INFP, ENFJ

Azules (Sentimentales): ISTJ, ISFJ, ESTJ, ESFJ

Amarillos (Exploradores): ISTP, ISFP, ESTP, ESF

2.2 MaxLüscher y su test del color

A partir del test de color desarrollado por Max Lüscher se plantea una prueba de color, se trata de un prototipo de valoración proyectiva establecida por el psiquiatra suizo Max Lüscher. La misma reconoce el estado emocional y psicológico del individuo distinguiendo y categorizando ocho diferentes colores. Esto ayuda a conocer el carácter, cómo se ve realmente o cómo pretende verse el individuo. Dicha examinación generada por Lüscher está definida por dos axiomas:

- Axioma de la estructura: La organización es invariable. El color asume un significado tanto en el aspecto psicológico como en el fisiológico, canalizado de manera imparcial por todo el mundo, incitan el mismo tipo de respuesta psicológica en prácticamente todos los individuos, sin tener en cuenta aspectos como lo podrían determinar cuestiones como el sexo, la edad, el saber, la lengua...
- Axioma funcional: cada individuo determina una respuesta personal ante el color. Se puede referir a una predilección o una desaprobación.

Los colores se catalogan como:

- Colores primarios: en los que se incluyen los colores azul, verde, rojo y amarillo. Según el psiquiatra, la suave percepción de estas tonalidades es un signo de equilibrio psicoemocional y ausencia de conflicto.
- Colores complementarios: en los que se incluyen los colores marrón, gris, negro y morado. La predilección de los colores mencionados anteriormente pretende revelar que estás experimentando estrés o una situación negativa. No obstante, dependiendo de cómo se ubiquen, son capaces de dejar ver aptitudes humanas más asociadas a rasgos positivos.

La preferencia a la hora de seleccionar y organizar los colores también tiene un papel determinante a la hora de evaluar. El color azul si está predeterminado, indica calma emocional, armonía o una necesidad fisiológica de descanso. Sin embargo, si su posición corresponde a una de las últimas posiciones logra simbolizar una ligera inclinación a la ansiedad mental y un deseo de romper relaciones. El color verde simboliza la exigencia de asertividad y autoprotección. Seleccionado en primeras posiciones encarna la ambición de acrecentar el reconocimiento por parte de los otros. Si por el contrario se encuentra seleccionado entre las últimas ocupaciones esta persona concebirá mermada su imagen debido a la escasez de reconocimiento, dicho pensamiento se asocia con el sentimiento de molestia y fracaso, que en ocasiones podría crear la necesidad de inculpar a los demás por sus fracasos.

El color rojo muestra la voluntad de vivir y el deseo de triunfar. Cuando alguien los elige en primero, quieren que sus actividades les brinden experiencias y logros. Diferentes actitudes relacionadas con dicho color vienen a ser: liderazgo, actuación exagerada y dramatismo, y búsqueda del deseo físico intenso. De otra manera, las personas que evaden este color pueden encontrarse sobre estimuladas y susceptibles. Una de las principales características del color amarillo es su asociación con el sentimiento de la alegría, la influencia, la exploración de ignorados espacios. La elección del mismo en primera instancia indica el deseo de independencia y la expectación de una mayor

prosperidad. Si, por el contrario, puede indicar soledad y vacío, este tipo de emociones vienen acompañadas de sentimientos como lo son la depresión o la posible desconfianza de los demás. El color morado simboliza cierto sentimentalismo, metamorfosis, excitación sexual e inocencia, se trata un color muy valorado, sobre todo por la franja de edad conformada mayormente por adolescentes, mujeres embarazadas y personas con desequilibrio tiroideo e hipotiroidismo, pretende mostrar conductas de identidad más íntimas y sensuales. Sin embargo, si se encuentra localizad entre las últimas posiciones puede revelar inmadurez o desequilibrio. El color marrón corresponde al ámbito puramente sensitivo, estrechamente relacionado con el cuerpo físico. En el momento en el que hay presente un trastorno o malestar físico, el color marrón indica la necesidad de refuerzo físico. Si se selecciona en últimos lugares la persona se considera sólida y no cede a las pretensiones del cuerpo. Si le presencia del color negro prevalece entre los primeros puestos simboliza desidia, abandono y sufrimiento. Según las estadísticas encontrar este color en las posiciones más bajas es lo más común, lo que indica un deseo bastante natural de no renunciar a nada y de asumir el mando de las propias labores y decisiones. Establecer el color gris primero puede indicar falta de sesgo, probablemente aislamiento y apatía. Alternativamente, estar en el octavo lugar indica precaución y compostura.

2.3 Riccardo Falcinelli y su interpretación del color

Riccardo Falcinelli es un profesional del diseño gráfico, comenta en su libro "Cromorama" de manera rica y extensa con muchos ejemplos relacionados con cine, publicidad, arquitectura e historia del arte, de qué manera había funcionado el color a lo largo de los años. Al principio de la historia humana, los colores eran esencialmente tres: el ocre de la tierra, el negro del carbón y el blanco de la arcilla. En la Roma Antigua el manto de los altos magistrados y emperadores eran de color morado ya que dicho color era muy caro. Por medio de gráficos y diseño visual, también alude a la fotografía, redes sociales como medios tan influyentes en la actualidad. El color ha cambiado la forma en que vemos el mundo.

Falcinelli resalta la función del color verde como un color problemático que está muy presente en nuestra vida; lo podemos encontrar en el césped, en las hojas, siendo un color donde se encuentran muchos matices, sin embargo, no lo encontramos en los colores primarios ya que tenemos la idea de que en el s XVIII había unos colores más importantes que otros, que del amarillo, rojo y azul conseguimos el resto. La mejor manera de obtener una amplia gama de colores es combinar varios colores como se hace en la cuatricromía en las que se utilizan el cian, el magenta, el amarillo y el negro. La posición de tomar colores dominantes, más destacados que otros y derivar todo el espectro a una posición ideológica. Estamos acostumbrados a considerar el color como algo natural. El color siempre es un factor clave debido a que gracias a él somos capaces de contemplar la realidad siempre teniendo en cuenta la presencia del color.

2.4 Eva Heller y el color relacionado con los sentimientos y la razón

De acuerdo a los estudios realizados por Eva Heller y publicados en su tratado “Psicología del color” encontramos una serie de estudios donde, gracias a la participación de un alto número de participantes obtiene datos objetivos que nos permiten conocer, de manera imparcial, el efecto que causan determinados colores en nuestras vidas por medio de estadísticas y una metodología cuantitativa.

Del color rojo, destaca que es elegido como su favorito por el 12% de la población, se asocia con las pasiones, las más comunes el odio y el amor, se identifica con lo vivaz, el periodo y con la alegría, es un color con mucha fuerza, por lo que no es de extrañar que las personas que lo elijan sean personas con un fuerte carácter, una gran seguridad y con las ideas muy claras, se entrelaza fuertemente con la imagen del fuego. Si hacemos un recorrido por toda la historia podremos observar que el mismo es un color asociado mayoritariamente al género masculino (sangre), es el color más visto en aquel entonces relacionado a la figura de los reyes, también se relaciona con el comunismo. Ya hace miles de años era considerado como un color de lujo, al provenir de la cochinilla (era difícil de obtener), de manera omnipresente aparece en la publicidad, debido a su poder de atracción llama la atención al tratarse de un color tan llamativo. Es el primer color al que le otorgamos un nombre y a día de hoy es el más común entre las banderas.

El color azul pasa a identificarse como el favorito del público, ya que es considerado como su color favorito por el 45% de la población, si antes mencionábamos que el rojo se asocia con los masculino, el azul, por el contrario, se relaciona con lo femenino, también mencionábamos que el rojo se entiende en ciertos ámbitos con lo costoso, bueno, el color azul también posee su variante cara, y esta se halla concretamente en el color azul ultramar, el cual se extrae directamente de la piedra preciosa lapislázuli, y en ocasiones ha llegado a alcanzar la escalofriante cifra de 15200 € el kilo del mismo pigmento, ya que se trata del más caro existente. Se entiende como el color infinito puesto que elementos que creemos infinitos como pueden ser el cielo, o el mar en el horizonte son de dicho color, también es asociado con la fidelidad, y una prueba de ello es en las bodas, cuando uno de los elementos que se deben portar incluye el color azul (entre los objetos que se deben llevar se encuentran, uno viejo, uno nuevo, uno prestado y uno de color azul). También va relacionado con las buenas cualidades como lo pueden ser la amistad, la bondad y la simpatía, por lo que es muy fácil relacionar al color azul a las personas con quienes son sentimos cómodos y a quienes queremos mantener a nuestro lado. Como curiosidad mencionar que es un color muy presente en la iconografía religiosa y que también es el color de paz, siempre que aparezca sin ningún signo, y no como comúnmente se cree y se asocia dicha simbología al color blanco, la bandera blanca significa redención.

Ahora hablaremos del color más contradictorio de todos, el amarillo, es el elegido como su favorito por al menos el 6% de la población, y, por el contrario, el más odiado por hasta el 7%. Se trata de un color con muchas connotaciones, tanto positivas, como negativas, entre últimas encontramos su simbología asociada a la iconografía religiosa, y es que, asociado con términos como lo son la envidia, la avaricia, los celos y la traición, Judas claro representante de las mismas características era constantemente representado bajo un manto de color amarillo. También, abandonando

la herencia religiosa es un color asociado comúnmente con la figura de los artistas y con el mundo del arte, algunos como lo hizo Vincent Van Gogh lo empleó mucho en sus obras. Otra mala connotación que se le otorga, sin embargo, esta última va más ligada a la superstición, la encontramos dentro del mundo del teatro, donde se dice que subir al escenario vestido con algo de dicho color atraerá la mala suerte a aquel que lo porte. Entre sus connotaciones positivas encontramos las más comunes siendo estas, la alegría, el optimismo, relacionadas con las cualidades del sol y lo diurno.

El verde es el color de la naturaleza, lo podemos encontrar en los paisajes, se trata de un color que aporta paz y serenidad, además de asociarse a sentimientos relacionados con la tranquilidad y calma también es afín a la fertilidad. A pesar de que es el color más presente en los entornos naturales si lo extrapolamos fuera de ese ambiente cambia radicalmente de significado, sobre todo si lo asociamos con lo humano, y esto es debido a que, durante la historia del arte, los artistas representaban los componentes venenosos son verdes muy llamativos, además recalcar que, en la naturaleza, fuera del entorno natural no existe ningún mamífero que posea el color verde en su pelaje. Comúnmente si preguntamos acerca de qué color pensaría la gente que son los monstruos, o los zombis asegurarían que, de un color verde, por lo anteriormente mencionado, fuera de su lugar más común adquiere un significado inhumano. La simbología más relacionada a este color es aquella ligada a la esperanza, las personas a las que asociamos dicho color son aquellas dotadas de una gran espiritualidad, aquellas que quieren estar en contacto con el entorno, las caritativas, las llenas de paz.

El color negro es el asociado con el luto, el duelo, la muerte... a pesar de sus connotaciones negativas en el elegido como su favorito por el 10% de la población, se entiende como el color de los finales debido a su colocación en la secuencia de colores (blanco, gris y negro). Un aspecto importante a tener en cuenta acerca del color negro es su manera de afectar al resto de colores de la gama cromática según su intervención, y es que el libro dice:

“El negro invierte todo significado positivo de cualquier color mismo, esto que suena tan teórico es una experiencia práctica y elemental el negro establece la diferencia entre el bien y el mal porque el negro establece la diferencia entre el día y la noche, el amor es rojo, pero el rojo acompañado de negro caracteriza lo contrario del amor, el odio, la inversión de todos los valores tal es el efecto más poderoso del negro”

El color negro se relaciona con lo viril, lo poderoso y la seriedad, las personas asociadas a este color son aquellas consideradas muy cuadradas, con un fuerte sentido de la justicia, que comprenden las diferencias entre el bien y el mal.

A pesar de lo mencionado anteriormente el negro, como todos los demás colores también posee asociaciones positivas, por ejemplo, se trata del color de la moda por excelencia, su uso se relaciona con la elegancia, por ello, marcas como Chanel, Dior e Yves Saint Laurent lo utilizaban constantemente. Como dato curioso, el año 1900 las novias en las bodas no vestían trajes blancos sino negros, si la novia pertenecía a una clase social de familia situada económicamente, el vestido era hecho de seda, si, por el contrario, pertenecía a una clase social baja se casaban con

cualquier prenda de color negro mate, y esto era debido a que en aquel entonces los matrimonios eran por conveniencia, y no por amor, por lo que solían ser vistos como un negocio, por lo que lo normal para cerrar exitosamente los negocios era portar el color negro.

El color blanco es color favorito del 2% de la población, se relaciona directamente con la pureza, la luz, la deidad, se trata del color perfección, o por lo menos, es el considerado más estrechamente afín con dicho término, pues, no posee ninguna connotación negativa. Si el color negro se asociaba con los finales, el blanco, por el contrario, lo hace con los inicios, y como el color citado anteriormente también posee la capacidad de transformar colores, aunque siempre otorgándoles significados más positivos. Se trata de un color que relacionamos con personas que poseen sentimientos muy puros, un dato curioso es que, el color blanco es el más producido del mundo, pues, gracias a su versatilidad con el resto de colores es el más empleado por los artistas. Es el color vinculado a la inocencia, a aquello no ha sido corrompido, al bien, a lo bueno, a lo justo, a lo divino, a los ángeles... por consecuente es el color de la verdad, es un color que psicológicamente es asociado a emociones y simbologías que encarnan muchas cosas bonitas, nunca asociaríamos este color con personas en quienes no confiamos. Dentro del marco político significa rendición, de ahí que cuando en la guerra uno de los bandos alzada una bandera blanca significaba que no quería continuar luchando.

El rosa es el color elegido como su favorito por el 3% de las mujeres, pero, casi no hallamos resultados entre el género masculino, se trata de un color que suele ser más llamativo para nosotros cuando somos pequeños, entre las etapas de la infancia y la adolescencia, sin embargo, a medida que crecemos y nos hacemos mayores perdemos el interés por este color.

El color rosa se relaciona con el desnudo, el erotismo, es un color suave y para la mayoría de las personas es un color ligado a la infancia, siendo por eso que cuando somos adultos lo despreciamos y no lo incluimos en nuestra vida de adultos. Curiosamente en los últimos años la tendencia de utilizar el rosa en niñas recién nacidas y azul en los niños recién nacidos ha cambiado, creencia desde 1920 ya que anterior a ese año, el azul correspondía a lo femenino y el rojo al masculino, el rosa era como un tono del rojo claro y se correspondería con las personas soñadoras

El color violeta es favorito de un 3% de la población, se ha considerado un color ambiguo a lo largo de la historia, que un rojo vinculado a masculino y azul vinculado a femenino, en el pasado era considerado el color del poder, de lo grandioso, era más prestigioso que vestir con oro, era extravagante, si no querías pasar desapercibido tenías que usar este color sino el marrón era el adecuado. También es considerado un color fantástico, mágico y el color del feminismo, en 1908 la inglesa Emmeline Pethick Lawrence enalteció los tres colores relacionados con el movimiento feminista que son violeta, blanco y verde

“el violeta color de los soberanos simboliza la sangre real que corre por las venas de cada luchadora por el derecho a voto, simboliza su conciencia en libertad y la dignidad el blanco simboliza la honradez en la vida privada y en la vida política y el verde simboliza la esperanza en un nuevo comienzo”

El color violeta también se relaciona con la homosexualidad, cuando estaba penada hace bastantes años, los homosexuales portaban algo violeta para reconocerse entre ellos.

El color naranja lo prefieren el 3% de la población, su nombre proviene de la fruta denominada naranja y no al revés, es un color exótico que en Europa hasta que no llegó el fruto como tal, nos referíamos a él como rojo amarillento, era el color de lo divertido, de lo alegre. El color naranja nace en la India y está directamente relacionado con el budismo su espiritualidad, es muy llamativo, representativo de la extraversión, no se utiliza para el lujo ni cosas prestigiosas, pocos partidos políticos lo utilizan, se relaciona con el otoño que corresponde con meses de entre tiempo, transición, también es color del intermitente de los coches, el ámbar de los semáforos, los chalecos salvavidas también utilizan este color de indica alerta.

El color marrón es el favorito del 1% de la población, el menos apreciado, pasa desapercibido a pesar de que es el más presente en nuestro alrededor de ahí que no se aprecie ya que estamos acostumbrados a él por eso representa lo corriente y lo acogedor, ejemplos de material robusto como la madera, la planta del algodón, el cuero, tiene que ver con lo natural como el verde relacionado con personas sencillas, pero también relacionado con la pereza y la necesidad. La persona que viste de marrón no quiere destacar, se quiere adaptar, es el color del amor secreto y furtivo opuesto al rojo que corresponde al amor pasional, si al rojo le añadimos negro saldría marrón correspondiente al amor secreto.

2.5 Interpretación personal de los colores

<i>Color</i>	<i>Significado</i>
Vino	Refleja la intensidad máxima que son capaces en ocasiones de manifestar las personas asociadas a este color
Rojo	El entusiasmo es la principal cualidad asociada a este color, son personas que demuestran sus pasiones y la exteriorizan de forma constante
Naranja	La energía de estas personas se transmite al momento, son personas manifiestan que quieren hacer cosas y te animan a ello
Amarillo	La felicidad de este reducido grupo de personas es abrasante, son personas que contagian la alegría con solo sonreír
Verde	Se centra en el optimismo, sin embargo, lo asocio al perfil de la persona guía, aquellos que portan sabiduría y la comparten para ilustrar a los demás
Azul	Relaciono conceptos como la tranquilidad, el perfil de persona con bondad, que ayuda y que se asocia con cualidades buenas
Morado	Estrechamente relacionado con la cualidad de sinceridad, con el perfil de persona mediadora que sabe escuchar y aconsejar, pero sobre todo apoyar
Negro	Asociado al luto, al contrario, a lo que comúnmente se concierne, se relaciona con la pena de no llegar a formar el vínculo, a quedar incompleto

3. Sinestesia

El científico Isaac Newton manifestó a través sus estudios el hecho de que la luz blanca se podía descomponer en diferentes colores, cada uno de estos correspondía a una determinada longitud de onda que era interpretada por nuestro cerebro y sentidos. Newton era consciente de que una muestra equivalente se sucedía dentro del mundo del sonido, en el que cada tono era dependiente de la extensión de onda, posiblemente influenciado directamente por ello conceptuó un teclado melódico que trataba de proyectar disímiles colores sobre una pantalla en relación a las notas que fueran pulsadas en el momento, puede que Newton se encontrara facilitando uno de los incipientes pasos para hallar la analogía entre sonido y color con la finalidad de delimitar la sinestesia.

Un individuo que padece de sinestesia es capaz de divisar el mundo de una forma asombrosa, consiguen advertir sonidos, degustar colores o acariciar emociones, con esa condición, ciertas personas con sinestesia declaran poder ver diferentes tonalidades al escuchar diversas notas en un instrumento de cuerda, por poner un ejemplo, para muchas personas la nota do, es percibida azul, el re verde, y el sí amarillo, otros individuos aprecian emociones concluyentes al palpar diferentes tramas, por ejemplo, una persona podría profesar emociones como lo son la tristeza al momento de tocar madera, calma al rozar algodón o vergüenza al tocar cera.

No es cuestión de que determinadas texturas puedan llegar al extremo de evocar una emoción en un rotundo momento concreto, sino que, los implicados advierten en primera persona esa emoción, ciertas personas conciben diferentes tonalidades con todos y, cada uno, de los días de la semana o, incluso con los meses del año, por lo tanto, que tipo de correlación existe entre estos sentidos para que suceda. También, uno de los científicos originarios en debatir acerca de la sinestesia resultó ser el primo de Darwin, Francis Galton, quien habló de la existencia de dos variedades, la sinestesia auditivo-visual, en la cual los sonidos rememoran colores y la sinestesia grafema-color, donde la visión de dígitos suscita diferentes tonalidades. A lo largo del siglo XX, manaron teorías heterogéneas que trataban de exponer el principio de la sinestesia, así, mientras que para algunos podía entenderse como un salto atrás evolutivamente hablando (que suponía volver a un estado cerebral primitivo donde los sentidos no se habían separado) para terceros, la sinestesia llegaba a suponer la posibilidad de evocar recuerdos o asociaciones que se habían producido en la infancia. Incluso, otra suposición esbozaba el planteamiento de que la sinestesia podía ser la consecuencia de una imprecisión dentro del lenguaje, vacío que llevaba a las personas a explotar alegorías para poder manifestar sus emociones. Según los estudios del psicólogo Ramachandran, ninguna de estas hipótesis es cierta, y para ello partieron de una serie de test pop out sencillos, un test pop out es un ejercicio de percepción. Los estudios aseveran que está presente la posibilidad de que existan dos tipos de personas con sinestesia en empleo del fragmento del cerebro en el cual se expresa el gen anómalo, los sinestésicos superiores cuyos efectos tendrán lugar con conceptos numéricos, por ejemplo, podrían captar el color azul con el sonido de la palabra viernes, y los sinestésicos inferiores, que se producirán por el aspecto visual verían la palabra viernes en tonalidades azules al poder verla por escrito. Concorre la afirmación tradicional de que la sinestesia es más usual entre artistas y personas con aptitudes creativas. Según los estudios se estima que una de cada seis personas es sinestésica. Artistas como lo fueron Wassily Kandinsky o Jackson Pollock eran considerados sinestésicos. Vladimir Nabokov divagó acerca de la experiencia sinestésica con

la que convivía con cada letra del abecedario y Arthur Rimbaud escribió algo equivalente sobre las vocales (A negro, E blanco, I rojo, U verde, O azul).

¿Puede una persona sinestésica ser más creativa gracias a su condición? Los estudios afirman que no, dado que influyen otros elementos genéticos y ambientales pero la sinestesia le predispone a serlo, la condición de padecer sinestesia es, por tanto, una percepción donde intervienen varios sentidos.

4. Percepción y sensación

Debemos ser conscientes de que hay tener en mente que los procesos psicológicos realizados por nuestro cerebro se agrupan en tres:

- Los procesos cognitivos: se trata fundamentalmente de aquellos que nos permiten solucionar las dificultades de nuestro día a día.
- Los procesos afectivos: se trata de aquellos que nos ofrecen una pequeña ayuda a la hora de socializar y tener la oportunidad de relacionarnos con otras personas.
- Los procesos volitivos: se trata de aquellos definidos por las aptitudes directamente relacionadas con la voluntad.

En la cognición encontraremos la sensación, la percepción, la atención, la memoria, así como la inteligencia, el pensamiento, etc. Estos son procesos cognitivos. La sensación y la percepción son procesos cognitivos básicos y primitivos, que tienen los animales, especialmente los humanos, considerando el primer proceso cognitivo mencionado anteriormente, se puede considerar como el proceso cognitivo más simple en los humanos, es decir, el sentimiento. el mundo exterior a través de nuestros sentidos. A la percepción que captamos le damos un significado, y luego el significado se convierte en percepción. Entonces no debemos olvidar que los dos ambos relacionados, uno que capta los sentidos externos que les da significado a través de los sentidos y otro que se encarga de otorgarles en específico el significado. A través de la sensación se nos especifica que es un proceso cognitivo, que consiste en captar "estímulos" a través de órganos sensoriales (también llamados receptores). Sabemos desde la infancia que los órganos de los sentidos externos, la vista, el oído, el olfato... Estos órganos son los encargados de captar la información de los estímulos externos y enviarla al cerebro exclusivamente a través de nuestro sistema nervioso. En la sensación encontramos sus diferentes umbrales que representan las limitaciones que surgen para captar la sensación, a continuación, se mencionan los tres posibles umbrales:

- Umbral mínimo: es el estímulo más pequeño para excitar los órganos sensoriales.
- Umbral diferencial: es la cantidad de estímulo necesaria para identificar cambios sensoriales.
- Umbral máximo: es el número máximo de estímulos que se pueden percibir.

Las modalidades de la sensación encontramos son:

- Exteroceptivas: Visión, audición, gusto, tacto y olfato
- Propioceptivas: Vestibular (equilibrio) / Kinésica (informa sobre la posición, tensión y resistencia del cuerpo).
- Interoceptivas: Cenestésica (informa el estado vital de los órganos internos y el organismo: fatiga, bienestar, malestar).

4.1 Emociones y colores

José Díaz de la Cruz, psicólogo, en su conferencia “Emociones y colores” busca explicar y trasladar la información captada a través los órganos de los sentidos proveniente de la materia prima formada por las gamas cromáticas. Hace referencia a un sentimiento que nos invade con fuerza es expresado mediante los gestos del rostro. Un buen ejemplo sería cuando nos sonrojamos (son-rojar, enrojecimiento), el rostro adquiere un color rojo correspondido a la timidez. En el momento en que alguien siente miedo, se puede oír el término se quedó blanco del susto, pero si por el contrario queremos mencionar que se es feliz, lo asociamos con el sol y opinamos que está radiante.

El espectro científico relaciona nuestra manera de pensar con nuestras emociones que son influenciadas a través de la cultura en la que nos vemos envueltos. En nuestro contexto, el negro se identifica con el color del luto, sin embargo, en oriente sería el blanco que en nuestra sociedad occidental se emplea para acentuar la “pureza de la novia”. En la cultura occidental no iríamos a un funeral vestidos de rojo, pero en sociedades de Sudáfrica sería un rito de luto muy común.

Existen comportamientos que en nuestra sociedad son corrientes y en otros países pueden provocar irritación e ira. Si mirar a los ojos en nuestra sociedad corresponde a una señal de franqueza en Japón mirar a los ojos a alguien de más edad que la nuestra se considera una falta de respeto. La ciencia dice que podemos sentir emociones antes de pensarlas y esto se debe a que hay vías nerviosas implicadas en la emoción que no pasan por las áreas corticales asociadas al pensamiento, así podemos perder los nervios o tener una reacción emocional que nos desborde sin tener tiempo para poder procesarla, esto es lo que el psicólogo Daniel Goleman llamó secuestro emocional. Por otro lado, Paul Ekman afirma que hay seis emociones básicas que son la alegría, la tristeza, la ira, el miedo, la sorpresa y el asco que podemos percibir en décimas de segundo con microexpresiones faciales aunque no queramos, también se pueden observar en el resto del cuerpo, se hace un estudio con 701 personas en Finlandia, Suecia y Taiwán para que dieran color a las emociones, se demostró que hay partes de nuestro cuerpo que no sentimos tan activas, sentimos que la actividad se ralentiza no es tan fuerte, al estar presente una emoción en el cuerpo les pidió que utilizaran colores más vivos desde el rojo al naranja y el máximo el amarillo.

4.2 Los juicios de valor

Plantear juicios de valor es un el acto de evaluación al que sometemos a los demás bajo nuestra propia interpretación de los hechos, reforzando la idea de que estos mismos, se dan bajo un punto de vista totalmente subjetivo. Únicamente se tiene en cuenta la propia percepción del individuo que ejerce el juicio. Para poder declarar que un juicio de valor tenga una posible veracidad ante el reto debe resultar lo más objetivo posible, en cuanto al primer análisis realizado, pues, cuando nos encontramos bajo la tutela de nuestros padres irremediamente nos vemos sujetos a su línea de pensamiento por lo que no estamos capacitados para emitir un juicio de valor válido, ya que no estamos formados para ello, por lo tanto, tan solo la experiencia propia y el paso del tiempo nos permitirán ser capaces de elaborar un mejor juicio, basado en sólidos fundamentos y buena argumentación.

*"Mis amigas, por ejemplo, son el mejor paracaídas,
un seguro de vida ante cualquier desperfecto."*

4.3 La sociedad y el color

La sociedad definida bajo una tendencia a participar en un espectáculo es el mal de nuestro tiempo, pervirtiendo la espontaneidad de nuestras relaciones humanas y adulterando todo el conocimiento del mundo, el estudio de las ciencias y la expresión de las artes. Nos hemos convertido en esclavos de nuestra imagen al estar nuestras realidades tan deterioradas. La necesidad de disfrutar del espectáculo y transformar nuestra propia vida provoca que convirtamos nuestra realidad en una interminable representación. Todo ello provoca que seamos esclavos de la inmediatez del momento presente. Lo que nos lleva al hecho de pensar que mostrar la intimidad no se perciba como peligroso. "Si no queda representado, ya no somos lo que somos". Hago referencia a este apartado en concreto por la relación a la que nos hemos visto forzados a causa del bombardeo de información constante al que nos hemos visto expuesto a lo largo de este periodo de globalización, internet, la televisión, el cine, la música... Nos encontramos tan expuestos en las redes sociales, tanto que estamos a un solo clic de cualquiera, la necesidad de que el *feed* encaje con los colores o la temática, las aplicaciones de retoque, los diseños de ropa extravagantes, los mil y un tonos de esmalte de uñas, los cuarenta tonos de pintalabios rojo, los colores, ahí están, presentes, en todo momento, ser capaces de identificar una aplicación únicamente por los colores que componen su diseño, hasta este punto hemos llegado. Crear un álbum de música llamado colores para designar a todas y cada una de sus canciones con nombres de los colores que componen el arcoíris y, por si no era suficiente crear los videoclips correspondientes a cada canción... sobreinformación, necesaria o innecesaria, ¿es necesario tener que dejar todo explicado? Lo es no dar opción al público para pensar o delimitar las fantasías necesarias es el fin, vender el producto, dejarlo en claro, continuar bombardeando, sobrecargar, sobre generar, vender, comprar, acumular, explotar.

Para continuar se presenta brevemente como el retrato ha sido protagonista a lo largo de la Historia del Arte, desde sus inicios y como su evolución se ha visto influenciada por las sociedades que se han sucedido a lo largo de los diferentes periodos de la historia.

5. La historia del retrato

En la historia del arte, los retratos (proveniente de la palabra en latín *retractus*) consisten en la representación de la figura humana (centrándose particularmente en la parte del rostro). Estos pueden ser, bidimensionales, si se encuentran realizados en disciplinas como lo son la fotografía, la pintura o el dibujo o tridimensionales, si se encuentran representados mediante la escultura. Según avanzaba la historia, se podía apreciar cómo el ser humano trataba constantemente de ser recordado, y el arte del retrato es un claro ejemplo de ello, ya que, si apreciamos con mayor detenimiento podemos observar cómo, en las distintas culturas del mundo se han rescatado retratos de personalidades que pretendían ser recordadas tras el paso del tiempo.

Se ha corroborado que los primeros retratos, según restos encontrados, son tridimensionales, representados mediante técnicas escultóricas. Los restos de cráneos ubicados en la ciudad de Jericó mostraban la voluntad de reconstruir el rostro del fallecido mediante conchas en los ojos y la recreación de los rasgos del volumen de la fisonomía mediante materiales como el yeso, pudieron considerarse como los primeros intentos de representación en los que se implicaba magia y rituales sagrados.

En el pueblo egipcio se mostraba a los retratados exagerando sus facciones hacia rasgos más estereotipados, basándose sobre todo en leyes que implicaban la frontalidad y la simetría, hecho que se veía justificado por la necesidad de hacer ver a los gobernantes del país como divinidades en el día a día, mientras que, en países como lo era Grecia el retrato pasaba a ser una cuestión secundaria, los principios filosóficos de la sociedad antigua demandaban que los ciudadanos fuesen representados en términos universales. Aquí la representación buscaba la idealización, centrada en la exploración de la perfección para glorificar a sus dioses y diosas. En la ciudad de Roma, el desarrollo económico permitió la aparición de la figura de los mecenas que influyeron de forma directa en la elaboración y comercio de retratos. Dichos mecenas, en ocasiones pactaban, con artistas provenientes de Grecia para retratar o, para suscitar el arte. Observamos un claro ejemplo con el dinero en la sociedad romana, las monedas que portaban el retrato del emperador en ellas, persona quién representaba el máximo poder del momento (a pesar de que la posición del emperador retratado podía variar según los gustos, siempre los retratos eran trabajados en detalle).

Entrando en el periodo de la Edad Media, el arte del retrato pasa a estar en un segundo plano, y será una época en la que los artistas se centraran más en la elaboración de representaciones de figuras bíblicas, seres irreales, criaturas sobrenaturales... por lo que se puede apreciar que se trata de un momento en el que el retrato, dentro de las cuestiones artísticas pasará a ser algo más irreal, dejando de lado la racionalidad y dando lugar a la importancia del papel de la imaginación. Llegado el Renacimiento, artistas como Jan Van Eyck y Rogier Van Der Weyden, llevando con ellos

en el siglo XV un nuevo paso en la realización del retrato, el cual pasaría a identificarse como uno más fiel a la realidad gracias a la invención de técnicas como lo fueron el óleo, técnica la cual permitía retratar con un mayor nivel de precisión gracias a su lento secado (más que el fresco). En aquellos años en el país italiano predominaba la creación del retrato en $\frac{3}{4}$, los mismos se encontraban distanciados del fondo del cuadro (el más común de todos era el color oscuro para los fondos) revelando una sensación más real, más viva.

Al tiempo también se incorporaron fondos que mostraban elementos arquitectónicos y, la innovación de situar la mirada del retratado enfocando al espectador, técnica a la que se unirían artistas como Leonardo Da Vinci, Tiziano Vecellio di Gregorio, Alberto Durero...entre muchos otros. En este periodo nace la creación de la perspectiva y la proporción de los elementos que aparecen en la obra adquieren mayor importancia. Entrando al periodo del Barroco situado en el siglo XVII, encontramos que las Cortes de distintos países europeos cuentan con retratistas oficiales, por lo que las familias de alto poder adquisitivo como los nobles, tenían la oportunidad de ser retratados, sobre todo para realzar la categoría social de la que gozaban, el poder de las familias, las actitudes de la persona retratada. Nombres a resaltar durante este momento de la historia de arte, grandes artistas como Doménikos Thetokópoulos, más conocido "El Greco", Diego Velázquez, Rembrandt Harmenszoon van Rijn... En el siglo XVIII, tras la Revolución Francesa se inicia una nueva sociedad, tanto a nivel social, como a nivel político, como económico. En este momento histórico se explora por encima de todo la prominencia moral de la imagen del hombre a través de arte, entre los principales artistas que siguieron esta tendencia encontramos a Francisco de Goya y a Jean-Auguste-Dominique Ingres.

Durante el siglo XIX, en el periodo del Impresionismo se introducen nuevas técnicas acerca del empleo de la luz y el color. La aparición de la fotografía aportaría al arte del retrato un amplio abanico de posibilidades temáticas, además de poder contemplar nuevos puntos, tanto de encuadre, como de vista. Aquí ya no importa tanto la relación con la representación de la realidad, sino la calidad plástica del empleo de los materiales, a través sobre todo de aptitudes como la forma, color y composición, destacarán en este momento artistas conocidos como lo fueron, Vincent van Gogh, Paul Gauguin, Paul Cézanne y Edgar Degas entre muchos otros. Entrando en el siglo XX, tras las agitaciones sociales y artísticas de inicios de siglo se diluyen las normas impuestas por la academia (las relacionadas con el resultado realista), la aparición de las vanguardias acarrearían unas renovadas propuestas a nivel técnico e intelectual, en ese instante la desfiguración y libertades tomadas por el artista a la hora de elaborar el retrato no eran asociadas a los deseos del artista, sino más bien a la finalidad final de conseguir una retratación más determinante de la expresión de la persona retratada. Entre las principales corrientes que marcaron el inicio de siglo encontramos: El Cubismo, el Fauvismo, el Pop Art, la fotografía, el Expresionismo, el Futurismo y el Surrealismo.

5.1 El retrato psicológico

Un retrato psicológico es un tipo de retrato que se centra en las emociones y las expresiones. Al igual que con otros tipos de retratos, se verá una gran variedad de técnicas para llevar a cabo retratos. Idealmente, un retrato mental capturaría la naturaleza emocional y psicológica de una persona, de ahí el nombre. Muchos autores de retratos psicológicos creen que han capturado un poco de la esencia del alma cuando están creando, ¿es eso cierto? El retrato psicológico captura el alma de la persona implicada. En general, un buen retrato psicológico puede reflejar la personalidad de la persona retratada o la percepción que el artista tiene de ellos. Entonces, cuando vemos un retrato psicológico, podemos relacionarnos emocionalmente con el trabajo. Esta es en realidad una de las principales características de los retratos psicológicos. Si algo está claro es que los retratos psicológicos son muy diferentes a otro tipo de retratos. Estas son algunas de las principales características de un retrato psicológico: se centra más en reflejar la naturaleza y el carácter de la persona que retrata. Si bien los retratos psicológicos pueden elegir representaciones realistas, a menudo son más abstractos o simbólicos.

Enfatiza las expresiones del representado, ya que las utiliza como un medio para transmitir sus detalles psicológicos. Este tipo de retratos tiene como finalidad el esforzarse por expresar la personalidad, la emoción y la psicología de la persona retratada. Con este fin, se enfoca en hacer representaciones físicas que usan las expresiones faciales de las personas para reflejar claramente sus sentimientos. A veces también emplea técnicas más abstractas o simbólicas para replicar mejor ciertos elementos psicológicos. Para poder contabilizar la cantidad de retratos psicológicos se pueden agrupar en dos grupos: El que incluye, y en el que trabajo yo, retrato facial el cual se realiza capturando las características físicas de la persona retratada para expresar la personalidad y emoción del modelo. Retratos reconstruidos: es más liberal porque se basa en descripciones de las características del retratado o, en algunos casos, características intangibles como emociones o sentimientos.

El concepto de retrato psicológico va más allá de la apariencia física, de individualidad y personalidad a la persona retratada. Busca representar las emociones y aporta datos psicológicos que van más allá de lo puramente visual.

5.2 La personalidad según los rasgos del rostro

La psicología morfológica es considerada una pseudo-ciencia de la investigación de la personalidad que intenta abordar la supuesta relación entre las características morfológicas del rostro humano y sus características psicológicas. La psicología morfológica en la actualidad fracciona la fisionomía del rostro en tres partes, la frente o parte superior se asocia a los aspectos mentales y habilidades de razonamiento, la parte media que engloba tanto ojos, como pómulos, como nariz, se asocia a los aspectos emocionales y, la parte inferior del rostro, como lo son labios y la boca se asocian al instinto. Estas afirmaciones son algunas de las correlaciones que señala dicha pseudo-ciencia entre los rasgos faciales y los rasgos de personalidad. El marco es uno de los principios fundamentales en la psicología morfológica presente, se refiere a la estructura ósea del rostro y debe reflejar el nivel de energía, fuerza física de una persona, además, en la dilatación del mismo se observa a primera vista si el rostro es ancho y convexo, o, por el contrario, si se haya más dilatado, se asocia con una imagen más jovial, dispuesta y cordial. La frente es otra característica más importante que debe señalar las tendencias y comportamientos básicos de una persona, cuanto más grande es la frente en relación con el resto de la cara, más dominante es.

Dentro de los elementos reflexivos de una persona, un aspecto importante son las sienes, cuando son planas y bien definidas indican una mayor capacidad de concentración para lograr los objetivos, pero, cuando son redondeadas y poco definidas indican mayor dispersión del carácter. La psicología morfológica llama receptores a los ojos, nariz y boca que exteriorizan el carácter frente al mundo, en el caso específico de los ojos, se ubican en la parte emocional del rostro, se asocian dependiendo de la forma y el tamaño, a personas inteligentes y activas si son de pequeño tamaño, aunque también consideradas poco receptivas al mundo, mientras que por el contrario las personas con ojos grandes corresponden tanto a personas soñadoras, como a personas sinceras, como a algunas con comportamientos egoístas. Los ojos con forma almendrada son característicos de personas sensibles, que necesitan ser aceptadas por un grupo, en caso de que la forma de los ojos corresponda a una más rasgada se identificara mayormente con personas con una alta capacidad de percepción.

Cejas, su significado depende de su proximidad con respecto los ojos, las que se encuentran más próximas a los ojos se asocian con una mayor capacidad de aglomeración de las ideas, y más alejadas de ellos significa más capacidad de percibir, aunque también hay cierta dispersión, si son cejas hacia arriba también indica mayor impulsividad y audacia. El tamaño de la nariz según la morfopsicología es determinante porque, si una nariz es grande indica una mayor tendencia al autoritarismo, pero también más generosa emocionalmente, mientras que una nariz pequeña puede corresponder a comportamientos menos altruistas, en cuanto a la forma, la parte superior hacia arriba (una nariz respingona) se asocia a actitudes más nobles y a una necesidad de afecto, una nariz aguileña determina que la acción se realiza por interés, en cambio, si el puente de la nariz es estrecho, se puede asociar a personas inmaduras emocionalmente. En la parte inferior del rostro, concretamente en la boca, podemos encontrar dos posibles

expresiones, una tónica (sonrisa hacia arriba) son personas activas, al contrario que las personas con sonrisas átonas (sonrisa hacia abajo) que es más característica de personas con aptitudes más pasivas. En relación a su tamaño, labios finos indican claridad en la expresión y pensamiento, mientras que los gruesos corresponden a personas de gran generosidad. Por último, pero no menos importante, la fisionomía de las orejas, si las mismas son más carnosas se asocian con la sensualidad, por el contrario, las que son más finas se corresponden con personas más sensibles y delicadas, por el contrario, las que son redondas con las personas con aptitudes creativas.

5.3 Los ojos ¿son las ventanas del alma?

Seleccionar esta parte del rostro, los ojos, es dar cabida a la relación entre el sentido de la vista y la capacidad de razonar e interpretar el mundo exterior y pasarlo por las capacidades del cerebro. Este apartado que se centra en el rostro, por medio de la mirada, es un método sencillo para identificar el estado de ánimo de una persona, como se comporta, cuál es su personalidad... todo ello transmitido con una sola mirada, de ahí que los ojos revelen tanto de uno mismo, son las verdaderas puertas abiertas a conocer el mundo y a dejarse conocer. En relación a la creencia popular de que los ojos son las ventanas del alma, se recoge en los siguientes párrafos una explicación detallada acerca de cómo son percibidos los mismos, que sensación proyectan, como se comprenden...

Me centro particularmente en los ojos porque sin la mirada, los retratos carecerían de una identidad fundamental que los diferencia unos de otros. Son la puerta abierta al mar de claroscuros que encontraremos después, cuando profundicemos en la relación con esas personas. Quizás los ojos sean la antesala de las sensaciones y el primer vínculo que nos podemos permitir establecer.

En el MOMA de Nueva York se han realizado diversas exposiciones de éxito que tienen que ver directamente con la interpretación a través de la mirada. En una de ellas se invitaba al público a sentarse por parejas y pasar un tiempo en silencio tratando de "leer" en los ojos de quien tenían en frente.

En la disciplina teatral no es posible la "fuga de la mirada", se practica y ensaya constantemente el contacto visual directo, entendiéndose que la fuerza del diálogo o de la obra interpretada ha de unirse de forma compacta a la mirada entre los actores y actrices. No es sólo lo que se dice, sino cómo, y a quién, lo que convierte en creíble el mensaje.

Si desde la infancia nos entrenasen para la resolución de conflictos comenzando por mirarse a los ojos, tendríamos mucho ganado en esta sociedad de la competencia que, paradójicamente, se caracteriza a la hora de posicionarse en temas fundamentales, por "mirar hacia otro lado". Si se mira a otra parte se esconde no sólo la mirada, sino el posicionamiento, la respuesta, lo inequívoco. Queda evidente el SER.

El recién nacido emite una sonrisa considerada "social" desde prácticamente el principio de sus días, ese relajamiento del músculo de la boca con el que ensaya sus primeras expresiones, nos conectan en una relación emotiva, en la que consideramos que sonrío porque aprecia lo que le decimos, el abrazo que en ese momento le estamos transmitiendo, si a eso le añade una mirada, la tarjeta de presentación está lista para la vida, es su modo de mostrarse ante el mundo que le rodea y recibir su aceptación.

Si somos seres sociales es por nuestra capacidad de comprender al otro y de interpretar su forma de estar en la vida, otra cosa es cómo lo practiquemos, con mayor o menor habilidad. En cualquier caso, ese ejercicio empático, tan

necesario, comienza por atender lo que los ojos necesitan expresar. Si se dice que son el espejo del alma es porque les atribuimos mayor verdad, pureza, nitidez, que a las palabras. La boca puede expresar una cosa, un discurso establecido, normativo, necesario, y los ojos todo lo contrario y al mismo tiempo.

En los retratos no es objetivo fundamental el parecido físico logrado, sino la captación de la identidad a través de la mirada, reconocernos en ellos pasa fundamentalmente por la intención que los ojos expresan.

Nuestra mirada está llena de pasado, de itinerario vivido, eso puede apreciarse en las personas dibujadas de mayor edad, sus facciones, pero sobre todo sus ojos, son un libro abierto del que podemos aprender de un simple vistazo. En las personas más jóvenes retratadas los ojos tienen otra carga o menos carga, ni mejor ni peor, solo correspondiente a la captación del presente en el retrato. En los que se repiten dibujados en distintos años podemos comprender la evolución vital de su mirada, rasgo fundamental para interpretar el paso del tiempo y la necesidad de reflejarlo en la expresión artística de quien quiere contarnos cómo capta el alma o la mirada de esas personas.

Hay múltiples estudios y fuentes que revelan la importancia e interpretación de la mirada como vínculo relacional inexcusable pero lo cierto es que cada día mirar directamente a los ojos de las personas con las que nos cruzamos, con las que trabajamos o convivimos, nos dota de herramientas para interpretar la vida y cuánto podemos complicarla... o no.

*"La quinta cosa son tus ojos,
no quiero dormir sin tus ojos,
no quiero ser sin que me mires..."*

6. Arteterapia

El interés en esta pseudociencia resulta de la necesidad de liberación a través de las distintas disciplinas artísticas, en mi caso en particular, en el empleo de la emancipación de la expresión verbal y el traslado a la manifestación de ideas, pensamientos y sentimientos a través de obras artísticas entre las que trabajo, la performance, la instalación, el dibujo y la pintura. Concretamente en la elaboración de este TFG se encuentra la expresión gráfico plástica a través de un recorrido que muestra el recuerdo, las vivencias y las emociones en distintos proyectos relacionados directamente con la sintonía entre el color y las personas retratadas.

La arteterapia es una forma de terapia que emplea diferentes métodos de expresión como pueden ser disciplinas como la danza, la música, el teatro y la literatura, junto con las artes visuales, como medio de expresión, comunicación y liberación del potencial de creatividad. El principal propósito de la arteterapia consiste en salvar, desarrollar y difundir el potencial creativo del sujeto, mediante el proceso de arteterapia, con el arte como elemento esencial de la existencia de toda persona. El uso de la metáfora y el simbolismo a través de la expresión artística permite una facilitación a la hora de corregir problemas a personas que padecen problemas como podrían ser dificultades al momento de expresarse de manera verbal ofreciéndoles una forma de solucionar sus problemas de una forma más divertida.

La obra en sí misma es capaz de transmitir emociones como satisfacción, desesperanza, padecimiento y bienestar, de una modo único y propio, relacionado con el estado mental del autor de la obra, en el momento de su realización. La arteterapia salva el potencial creativo de las personas, busca un estado espiritual sano y estimula el autocontrol y el cambio internos, con el fin de reestructurar a la persona. Utilizar diferentes recursos artísticos (bolígrafos, tintas, colores, papel, arcilla, cola, dibujos, recortes...) para formular la expresión más precisa del "yo", no relacionado con la belleza, sino con el contenido personal. Latente en cada creación y evidente en el resultado final.

“El arte es la expresión más pura que existe para expresar el subconsciente de las personas. Es libertad de expresión, es sensibilidad, es creatividad y es vida”.

Encontramos diferentes enfoques de arteterapia

- El enfoque humanista favorece la escucha interior, la atención y la espontaneidad.
- Enfoque Gestalt, que es un enfoque de no interpretación, donde el cliente se explica a sí mismo sobre el trabajo y lo que significa para él.
- El método Junguiano explora la relación que existe entre el trabajo y la persona que lo hace y esta persona, a través de preguntas, deriva sus propios conceptos.
- Los métodos psicoanalíticos tratan de convencer a los clientes de que se expresen con la mayor libertad posible para que puedan deshacerse de la relación con su trabajo.

Los intereses compartidos ayudan a solventar conflictos, desarrollan habilidades de comunicación interpersonal, perfeccionan la conducta y agrandan la autoestima del sujeto, el autoconocimiento, la conciencia, el interés y la creatividad. Si hablamos de enfermedad, el valor de la arteterapia en este ámbito es invaluable porque la persona

siente que tiene un motivo para continuar, olvidándose de su malestar, dando cabida al proceso creativo y dejando el mundo doloroso del que es parte. Ahora, también para la enfermedad mental es un reflejo de cómo se siente en un estado como la depresión, la persona saca esa melancolía, esa tristeza que siente, quiere vivir y quiere hacer muchas cosas, pero es incapaz de continuar. Las terapias de arte expresivo y el drama terapia (arteterapia relacionada con el teatro) son numerosas, ayudan a personas normales que no tienen problemas médicos ni mentales. Son capaces de beneficiar su modo de vida, engrandecer la autoestima, el amor propio, mejorar el autoconcepto, mejorar sus niveles de ansiedad y reducir el estrés que trae el mundo en el que vivimos.

Algunos de los beneficios clave que podemos encontrar en el empleo de dichas terapias enfocadas para un público infantil y adolescente:

- Se trata de un tipo de terapia muy útil por la flexibilidad del cerebro, la capacidad de expresarse espontáneamente, tienen una creatividad innata, facilitan la expresión externa de pensamientos, sentimientos y emociones, y se puede utilizar para problemas de conducta, problemas escolares o enfermedades, a excepción de aquellos en los que trabajamos con la mente y la imaginación de los adolescentes, que es lo que se considera esta etapa. Se trata de un período difícil de la vida en el que se debería trabajar ayudando a los/as niños/as a ser capaces de manejar emociones y sentimientos de manera creativa, creando condiciones para cambiar comportamientos y hábitos formados, mejorando la comunicación, fortaleciendo el carácter.

7. La construcción de los vínculos

La elección de trabajar con los vínculos se debe mayormente a la presencia constante de las personas que me rodean en mi recorrido de vida, manifestado a lo largo de mi trayectoria artística, contantemente hago referencias a los demás y trato de crear piezas en las que los mismos puedan verse reflejados o interactuar. Se trata de una línea de trabajo que pretende mostrar y catalogar las relaciones dentro de un espectro más ambiguo, en este caso gracias a la asociación de colores con emociones podemos plantear una dinámica distinta de percepción de los demás, una asociación de ideas más diferida de la objetividad, pues, todos somos distintos y por lo tanto percibimos nuestro entorno de manera subjetiva. La construcción de los vínculos es algo planteado en mi obra desde el primer momento, trabajo el reflejo de los sentimientos y emociones de los demás en mi persona, teniendo presente el empleo de colores como elemento representativo de la identidad de cada persona, para hacer más sencilla la comprensión de la esencia que nos caracteriza como individuos de forma individual sin embargo, en la resolución de la pieza se entiende como la comprensión de varias identidades volcadas dentro de uno mismo, representando el hecho de que nos formamos gracias a las personalidades de los demás.

7.1 José Luis Sampedro y la creación de los vínculos

La sonrisa etrusca se trata de mi confort place, este año he recurrido a él en varias ocasiones tratando de localizar el punto común con mi trabajo. Se trata de un libro escrito en 1985, casi catorce años antes de que naciera, la temática del libro se centra en la creación de las relaciones, en cómo, a pesar de compartir sangre si los vínculos no se cuidan pierden su fuerza y en cierto momento se destruyen. Nos narra la historia de un anciano señor de pueblo que, a causa de su edad, enfermedad terminal y necesidades es obligado por su hijo a abandonar toda la vida que conoce en el pueblo para mudarse a la ciudad, al principio es un tanto reacio, pero finalmente, y sobre todo gracias a la intervención de la presencia de su nieto recién nacido, vemos, como se adapta a su nuevo entorno y como en el caso de su hijo, retoma de nuevo la relación. Menciono este libro por la forma de tratar la relación de Salvatore, el anciano, y Bruno, su nieto de trece meses, cómo recupera la alegría de la vida y como en cierta forma, se sincera afirmando vivir a través de su joven nieto. Esa fortaleza de los vínculos es la que particularmente me interesa, el dejarse influenciar por los demás, en este caso, positivamente reflejando sus intereses a través de otra persona, actuando como un espejo de sus propias emociones reflejadas en el pequeño.

*"Colores de ultramundo, lumbres de mil estrellas
incendian el viejo corazón"*

7.2 Exposición Grandma

Escogí la siguiente exposición para hablar acerca de los vínculos y las relaciones, pues, se trataba de la más reciente que podía haber visitado en los últimos años, en relación al tema que pretendo trabajar. Dicha exposición se centraba sobre todo en la continuación de labores ancestrales, como, en uno de los casos, había sido la elaboración de piezas de jabón como enorgullecimiento de la tradición que había sido dicho proceso en su familia a lo largo de diferentes generaciones. Hablaba centrándose sobre todo en ese vínculo intergeneracional que las unía, el realizar trabajos artesanales de este estilo, ya que, eran asociados a labores que debían desempeñar las mujeres, por lo que, Marta L. Lázaro, artista que nos presenta esta exposición, creada, en un espacio artificial (ya que no realizaba la exposición en su mismo lugar de origen) como el mantener relaciones con objetos, tradiciones, personas, emociones, labores... es únicamente cuestión de dedicación, ya que, si ella misma no hubiera realizado dicha exposición en relación a ella y a las demás mujeres de su pueblo, probablemente ese vínculo, entre las personas que continuaban en esa localización, las que habían abandonado el lugar, las que habían fallecido o las que pertenecían a esas familias y no habían conocido esas costumbres no habrían tenido la oportunidad de dar con esa posibilidad de rescatar esa relación que consideraban olvidada, perdida y, en ocasiones desconocida. Una exposición que me hizo reflexionar acerca de la importancia de la proyección de los demás en nosotros, y en cómo la misma nos influye con el paso de los años es “Grandma un recuerdo iluminado”

A través de la memoria, la artista Marta L. Lázaro nos transporta a su infancia a través de la imagen visual de su abuela, sus tías y su madre haciendo jabón en el pueblo. A partir de ese indefinido recuerdo como espectadora, en este momento interviene y se aferra a sus raíces. La obra que nos viene a presentar se llama “Grandma”, esta inquiriere en esas labores casi extraviadas que se preocupan de los cuidados combinados y que han reincidido sobre nuestras abuelas, sin trascendencia ni remuneración. Pero, gracias a los cuales se crean significativos puntos de respaldo y apoyo para las vidas de todas las personas en el espacio campestre. Sirviéndose del videoarte y del videomapping, Marta L. Lázaro recrea un espacio expositivo donde conecta la emoción de su propia memoria con alegatos verbales que nos estacionan en un ambiente histórico y futuro al mismo tiempo. La artista crea una crítica visual, posicionando una foto de luz proyectando con el mismo una imagen sobre en este caso el objeto en torno al cual gira la exposición, el jabón. Con esto pretende de manera muy literal sobreponer un foco sobre la figura de la mujer en el ambiente rural y la posición que ocupa. Además de lo anteriormente mencionado en cierto punto “rompe el pixel” a través de herramientas como el *datamosh*, como metáfora de la pérdida de memoria.

En esta parte de aquí podemos observar cómo a la artista le sirve de mucha ayuda el recurso de la proyección, tanto en las paredes para recrear los distintos escenarios de su pueblo Lituénigo, como de la proyección de distintas luces sobre los jabones hechos en su pueblo natal. La obra de la artista se apoya en diferentes recursos para crear la ambientación de su lugar de origen para poder ayudar a la inmersión dentro del mismo mientras ella cuenta un relato acerca de su familia, concretamente de las mujeres de su familia y de cómo estas salieron adelante. En los videos que

proyecta sobre la pared aparecen diferentes personas tanto hombres, como mujeres que expresan sin tapujos la figura de las mujeres en distintos ámbitos y como la catalogan, pero no de la forma en la que normalmente se acostumbra a hacerlo. Las personas que se proyectan no tienen relación cercana a la autora ni mucho menos, son personas aleatorias a las que la artista les pidió, en función de los ámbitos en los que trabajaban, una opinión acerca de cómo se vería la figura de la mujer en las funciones que desempeñan en sus trabajos actuales en el momento en el que estamos viviendo y cómo creen que se vieron hace unas generaciones. Las reflexiones que hacen los invitados dejan en ocasiones sin palabras por su forma de comentar sus posiciones respecto al tema, además la participación de los mismos sin tener la obligación de participar, de hacerlo por gusto, por iniciativa propia le da a la obra un carácter mucho más personal que no hace otra cosa que motivar y llenar de orgullo y deleite a la gente que embelesada escucha sus discursos.

La artista entrevistó a María Luz Hernández Navarro, quien habiendo estudiado geografía se interesó en elaborar su proyecto de final de carrera relacionado con la climatología. María nos cuenta cómo en cierto punto de su proyecto entendió la conexión que sentía por el interés del mundo agrícola, y cómo este interés era a causa de la conexión de su familia, concretamente de su abuelo con el mundo rural. Así fue como la joven aragonesa decidió que para tener buenos estudios relacionados con el desarrollo rural debía obtener los datos directamente de la gente que vivía en pueblos y entornos rurales. Tras varias entrevistas llegó a la conclusión de que las mujeres aportan más detalles que los hombres, y que además ellas no se centran solamente en ellas mismas, sino también en sus hijos y allegados, además de las labores que realizaban en las casas. Por lo que María entendió que dentro del territorio rural las mujeres levantaban los hogares y sacaban a las familias adelante, y se ocupaban de las labores de la casa, por lo que su estudio se centró en la importancia de la figura de la mujer dentro de este tipo de lugares. Elvira Burgos, es una profesora de filosofía, especializada en pensamiento feminista, trabaja actualmente en la Universidad de Zaragoza.

Su discurso trata de explicar el porqué es importante el reconocimiento de las labores que desarrollaban las mujeres antes, ya que en aquella época no se les daba la importancia que merecían a dichas labores cuando en verdad se trataba de tareas muy importantes, las cuales prácticamente sacaban a las familias adelante. Lucía Camón, artista y gestora del Pueblos en Arte, habla acerca del empleo del arte como método para solventar las necesidades de las personas que viven en los territorios rurales. En su discurso cita “El arte ayuda a poner en valor la vida que los pueblos han llevado”. Una de las funciones más importantes en el desarrollo de este proyecto corrió a cargo de su ayudante ya que en sus manos se cargó la misión de realizar los jabones necesarios para las pruebas del videomapping. Isabel Gutiérrez, directora de UCI y escritora, en el proyecto Grandma cuenta anécdotas de su trabajo, de cómo tratan a los pacientes, y de cómo gente como ella se encarga de devolverles a los pacientes la dignidad “perdida” cuando llegan al hospital, comentando que en su mayoría siempre son las mujeres quienes se encargan de asear a los recién llegados para hacer su estancia en el hospital más cómoda. Miguel Ángel Ortiz Albero, desde su formación poética y ensayista nos transporta a su concepción de la memoria y el recuerdo, trasladando la imagen universal que se tiene de estos, pasando por la suya propia y terminando en la que nos refleja la obra de Marta L. Lázaro. Julián Sáenz López e Izaskun Fernández crearon en conjunto la obra de teatro “Conservando Memoria” a pesar de que en un inicio no entraban dentro de los candidatos para hablar dentro de la obra de la artista el centro Etopia los llamó luego de

encontrar tanta similitud entre ambas obras, trabajando los artistas en ambos proyectos con puestas en escenas tan diferentes y a la vez tan parecidas, la materialización de hacer un sentimiento bello, como lo son en este caso los recuerdos. De todas las intervenciones que se realizan en el proyecto de la señorita Lázaro mi favorita es sin duda la que nos presenta María Luz Hernández, su forma de narrar con tanto cariño la figura de su abuela en el campo y cómo explica su relación y acercamiento con el entorno rural me parecen simplemente inolvidables, tan tiernos y cercanos que ayudan al espectador a sumergirse en la obra de la creadora Marta L. Lázaro, gracias tanto al gran trabajo de la autora con la ambientación de su pueblo, como los jabones que realiza Lucía. Una experiencia que acerca al público al territorio rural de una forma nunca antes vista, además de también plantear la intervención de la mujer dentro de este mundo rural y de cómo solo con el pasar de las generaciones a sus labores se les ha otorgado el reconocimiento que se merecen.

7.3 Derivas

La práctica de las derivas en un aspecto común en nuestro día a día, sin embargo, con el avance de la tecnología y la sociedad, es algo que hemos ido perdiendo, ya no empleamos ni el azar ni la espontaneidad para movernos, ni para conocernos, ni para desenvolvernos... nos hemos establecido de acuerdo a como se rige la sociedad en la que vivimos, y esta se trata de una que no permite la pérdida de tiempo bajo ningún concepto, debemos producir constantemente y no podemos darnos el lujo de dudar, por lo que en todo momento encontramos todo perfectamente señalado, todo medido, todo explicado, cada letrero con su conveniente subtexto aclarando para esclarecer la anotaciones. La reinterpretación de las vías del metro no solo se acepta como símbolo del camino tomando, ni como entorno de reunión de gente, dentro del proyecto se acepta como una guía de movimiento. Todo delimitado, mediante colores y textos explicativos donde todo el mundo se entremezcla en sus diferentes caminos, apareciendo esporádicamente por una fracción de segundo en las vidas de los demás (sin vínculos no pueden afectarnos, sin embargo, una confrontación, un acto de bondad, un instante compartido puede ayudar a recordar ese momento por un largo periodo de tiempo). Como mencionaba anteriormente el acto de derivar se ha visto afectado por las facilidades atravesadas en nuestras vidas, si bien pensamos que cuanto mejor están explicadas las cosas, mejor resulta para nuestra comprensión lo cierto es que no están, como dice la expresión, cortando las alas, no se nos permite tener la acción de dudar frente a una situación de incertidumbre porque a un clic tenemos la solución o la experiencia previa de cientos de miles de personas, las reseñas, nos ayudan o, nos impiden experimentar por nuestra propia cuenta. Los colores en las estaciones de metro nos señalan el camino, acoplan la información escrita en un único concepto, el color, por lo que una persona puede encontrarse desorientada, pero al reconocer la línea roja puede saber que esa es la que le lleva al trabajo, y a través de una serie de atajos llegar a su destino.

Mi experiencia previa con las derivas nace del ensayo y error, la necesidad de probar, de lanzarse y atreverse, poner en práctica lo aprendido o lo que tenemos por aprender, el emplear al azar como medio de aprendizaje, la guía no escrita que se completa al mismo tiempo que avanzamos, escribir según aprendemos, y comenzar un camino creando varios senderos.

8. Referentes artísticos

Para la elaboración de este proyecto me he basado sobre todo en el trabajo de artistas a los que sigo en redes sociales, los cuales, la mayoría, se hallan inscritos en las redes bajo un pseudónimo, por lo que no puedo mencionar sus verdaderos nombres.

@Monsterría

La artista rusa se centra de forma particular en los estudios de rostros, tanto masculinos como femeninos, aplicando diferentes técnicas artístico-plásticas, como carboncillo, grafito, acuarela y/o acrílicos. De ella me interesa la forma limpia y detallada que consigue a través de las manchas de acuarela y cómo trabaja con esta en sus videos en directo dentro de las redes sociales. A pesar de no haber empleado color, como suele hacer en la mayoría del contenido que comparte, sí que he tenido en cuenta su manera de trazar y delimitar con los trazos que crea el pigmento que reside en el pincel, creando efectos de profundidad .

Alessandro Balteo-Yazbeck

Su propuesta para la puesta en escena, la delicadeza de su obra, la profundidad de su concepto, el impacto visual que crea, las formas y los juegos de luces y sombras acompañando a la obra...pero sobre todo la dinámica de exposición fue uno de los principales conceptos que empleé basándome en la obra del artista venezolano.

@Humid_peach

A la hora de aplicar las sombras me interesa su técnica. Utiliza la técnica de húmedo sobre húmedo y con ella consigue un tratamiento del color especialmente interesante como para aplicarlo en mi trabajo. Por ello, la artista autodidacta rusa, Ksenia Kondyleva, conocida en las redes sociales como *humid_peach* es un punto de encuentro necesario para desarrollar la parte práctica desarrollada en la exposición realizada. La joven artista trabaja sobre todo el cuerpo y retrato femenino, sirviéndose en su mayoría de una gama de tonos cálidos. En algunos de sus *posts* de Instagram podemos encontrar fragmentos editados de sus videos donde aparece pintando sus obras desde cero. El proceso se comienza con los bocetos a grafito, continuando con la técnica de *wet&wet* de la que he tomado inspiración para humedecer y rellenar con una fina capa de pigmento la superficie del papel para poder aplicar mayor cantidad de color, momentos después.

9. Memoria técnica

El abarque de ambas cintas dispuestas en el espacio suma un total de más de 40 metros de recorrido, 39 las composiciones que decoran las paredes del espacio ocupan 20 metros de disposición, contando con dispuestas en la primera parte de la exposición y 49 en la última parte.

La técnica que prima mayormente entre las obras presentes es la acuarela, en determinados casos, aparece acompañada por retoques con grafos y tinta china, además de perfilados en ocasiones con grafito. Los tamaños varían, sin embargo, los que más priman son aquellos de pequeño formato, DINa5 (14,8cm X 21cm), los demás que también abundan corresponden a un tamaño de DINa3 (21cm X 29,7cm), y, por último, pero no menos importante, los menos comunes en la exposición, aquellos de DIN4 (29,7cm X 42cm).

9.1 Disposición del espacio expositivo

Bajo la necesidad de obtener un espacio amplio, alargado y luminoso para mostrar una secuencia de obras continuadas en el tiempo, a lo largo de estos últimos años, se buscó entre todas las salas disponibles para las fechas señaladas que comprendían desde el día 1 de junio hasta el 7 del mismo mes (con su consecuente prórroga hasta el día 10), el pasillo circular del vicerrectorado, ofrecido para su reserva por parte de la Universidad, resultó ser la mejor opción. Era un espacio con unas grandes cristalerías, por lo que disponía a lo largo de todo el día de luz natural, hecho que además favorecía a todas las pinturas, puesto que, los colores y tonos más brillantes de los cuadros resaltaban con mayor vigor en confrontación con la pared blanca sobre la que estaban ubicados. Uno de los principales puntos negativos con respecto a esta circunstancia, relacionada con la iluminación natural, implicaba la deterioración de las pinturas, puesto que, las acuarelas son pinturas muy sensibles, que, al estar expuestas al sol, pueden en ocasiones perder su color original. El hecho de que se tratase de un pasillo circular también favorecía la sensación de movimiento, puesto que al no tratarse de un espacio abierto el espectador se veía obligado a continuar el recorrido para completarlo hasta el final de la exposición, gracias a líneas marcadas en el suelo, que guiaban el inicio del recorrido enmarcando la línea del pasado, en este caso la de color azul, la cual iniciaba el trayecto, y posteriormente la aparición de la línea roja que señalizaba el presente reciente y la parte final de la exposición, donde estaba incluida la pieza desarrollada como conclusión al proyecto final. Se reforzaba la idea de ambos tiempos, pues además de contar con las indicaciones de los colores azul y rojo, el edificio también contaba con la partición de dicho pasillo en dos alturas, por lo que la idea de la separación se percibía de forma más notable, añadiendo el apartado físico, ya que, para avanzar de un nivel

a otro, se debía subir una serie de escaleras. No se trataba de un lugar común para exponer cuadros enmarcados debido a que la pared de esta localización era curva, por lo que los puntos de apoyo para los marcos de las pinturas únicamente podían estar sujetos por un punto de sujeción, y en ocasiones estos se torcían debido a la cantidad de calor que se acumulaba en ese espacio. Otro de los puntos positivos a destacar del espacio era la posible contemplación del mismo desde la calle sin la necesidad de entrar dentro del edificio, ambas partes de la exposición podían observarse sin problema gracias a las cristalerías. La organización de los cuadros en la última parte de la exposición fue distribuida según la sucesión de colores más conocida para todos por su presencia continua en la naturaleza y en nuestra vida, el arcoíris, realizado con la intención de que resultara ser un orden más sencillo de seguir para el espectador, al tratarse de una sucesión de colores ya conocida. En la parte inferior derecha encontrábamos la leyenda que catalogaba cada color con su simbología correspondiente, y al finalizar el recorrido de la línea roja, encontrábamos mi autorretrato, trabajado incorporando los colores de todos, quedando fuera del recorrido del presente, dando un posible enfoque a una futura exposición.

9.2 Documentación visual



Con este QR se puede acceder a toda la documentación visual, además de propuesta con la que se planteó la exposición



9.3 Cronograma

	Marzo	Abril	Mayo	Junio
Creación de Bocetos	X			
Inicio del Proyecto	X			
Desarrollo y Evolución		X	X	X
Presentación				X
Entrega de la memoria				X

9.4 Presupuesto

		Concepto	Precio unitario	Ud	Subtotal	
Producción	Materiales laminados	Marcos 13cm X 18cm	0,50€	40	20€	
		Marcos 21cm X 30cm	4€	4	16€	
		Marcos 30cm X 40cm	6€	4	24€	
		Papel 300g A5	0,30€	40	12€	
		Papel 300g A4	0,50€	5	2,5€	
		Papel 300g A3	0,80€	4	3,2€	
		Cartelas	0,40€	5	2€	
		Cartel	0,80€	4	3,2€	
		QR	0,25€	1	0,25€	
		Tickets	0,05€	60	3€	
	Colas y pinturas	Acuarelas	2€	2	4€	
		Minas	1,05€	1	1,05€	
	Material fungible	Cinta de doble cara	20€	1	20€	
		Cinta de carroceros	1,50€	1	1,50€	
		Cinta aislante roja	1€	1	1€	
		Cinta aislante azul	1€	1	1€	
		Cinta adhesiva	1€	1	1€	
	Total					115,70€

10. Exposición y Post Exposición

En el proceso de elaboración de las obras que estarían presentes en la exposición no hubo ningún problema a resaltar, puesto que, los pequeños inconvenientes que ocurrieron durante dicho proceso fueron fáciles de solventar, entre ellos se encontraron el problema de ajustar el tamaño del papel a los marcos, pues, en ninguna de las ocasiones encajaban correctamente, por lo que se tuvo que recurrir a la guillotina para poder zanjar el problema, en algunas ocasiones se cortó demás, por lo que, hubo que facilitar un fondo blanco que impidiera que se pudiera advertir el cartón tras la ilustración del retrato, más allá de ello no hubo graves problemas a resaltar, sin embargo tras montar la exposición surgieron varios problemas, los cuadros se encontraban sujetos por pequeños trozos de cinta de doble cara se cayeron en varias ocasiones pues, no tuve en cuenta el periodo de tiempo durante el cual se hallarían expuestos los retratos, por lo que, a casusa del calor concentrado, se facilitaba el desprendimiento de los mismos. Tras solventar este último problema todo lo demás se sucedió sin problema, la primera exposición a la que acudieron tres personas se realizó en la fecha prevista y se llevó a cabo sin nada a resaltar, y la segunda también resultó ser de igual manera, contando, esta vez con la presencia de la persona encargado de tutorizar el TFG y mi madre. En la post exposición el único problema a resaltar fue, la dificultad a la hora de despegar los marcos de la pared, puesto que, al tratarse de una pared curva se dificultaba la tarea de hacerlo con mayor delicadeza, únicamente hubo que lamentar un par de trozos de cinta que despegaron una pequeña parte de pintura, sin embargo, todo lo demás quedó igual que el primer día.

Conclusión

Este es el proyecto en el que llevo trabajando desde principios de año. Se trata de uno de los trabajos más importantes que he realizado en estos cuatro años de carrera y en el que muestro mi evolución a lo largo del proceso que he desarrollado tanto a nivel teórico como en el que he llevado a la práctica.

A lo largo de estos años he desarrollado un trabajo personal, sin embargo, cuando llegó el confinamiento (COVID 19) mis planteamientos tomaron otra dirección y quedé en un segundo plano, primaba el espectador, la interacción, el hacer partícipe al público, sin embargo, no me veía reflejada, mis piezas podrían haber sido hechas por cualquiera otra persona, habían perdido parte de la esencia que tenían al principio y eso era algo que no respondía a la intención y no terminaba de estar satisfecha con ninguna de las instalaciones que realizaba, no conseguía solventar la distancia que había interpuesto entre mi yo y las obras. Por lo que este último año, con este trabajo, quería reparar la brecha que había construido y también, en cierta medida, tratar de transmitir la sensación de desconexión con el arte, y el haberme perdido a mí misma. Con la propuesta expositiva que acompaña al trabajo fin de grado muestro la fase más artística y busco por fin, representar físicamente aquello que me ata, en mi caso particular, a los demás, a las personas, aquellos que me importan pues considero que, a pesar de aportar, también atan, sus interacciones, sus ideas, sus opiniones, sus actitudes... No me veo capaz de cortar de raíz estos lazos que nos unen ya que no creo que sea la solución, sin embargo, el ser capaz de ver cuánta gente me influye crea una nueva puerta por la que recorrer el camino, un nuevo punto de vista, uno más objetivo. A pesar de esta búsqueda de la objetividad, valorando en todo momento los aspectos positivos y negativos de las personas retratadas y lo que las mismas me afecta emotivamente. Se pasó por diversos estados, pues, las teorías del color confluyen con la subjetividad y es complicado aislar la relación personal dentro de los representados, sin embargo, al tratarse de un trabajo de investigación artística necesitaba manifestar sinceridad y continuidad. Considero que he abierto la puerta y he sido capaz de equilibrar la balanza; es positivo dejarse influir, pero siempre y cuando hagamos de los colores, con los que observamos nuestro entorno más próximo crear propias mezclas.

Reforzar mi opinión sobre lo académico, a través de la elaboración las distintas piezas que conforman el proyecto, suponen una pretensión personal con la que crear una obra accesible para todo tipo de públicos, no es necesario tener vastos conocimientos acerca de cómo funciona el movimiento artístico actual. Se trata de una serie de piezas humanas, cargada de sentimientos y emociones, involucradas tanto con la figura del artista como con aquellos que aparecen retratados, que en su mayoría son personas ajenas al mundo del arte que, a través de un discurso sencillo, y un empleo de la reflexión cromática con la que pretendo llegar a las personas.

En respuesta a los objetivos planteados y teniendo en cuenta la justificación del empleo de los colores, se han demostrado varios de los puntos mencionados al inicio del trabajo.

En ellos se recoge la intención de una comprensión relacionada con la interpretación del color, asociada en ocasiones a diferentes emociones recogidas desde un punto de vista personal. A raíz de la lectura e interpretación la teoría del

color que recogen el posible funcionamiento de los colores en las reacciones de las personas se plantea, de forma subjetiva, una nueva vinculación emocional a los colores propuestos.

Agrupo así las diferentes sensaciones dentro de una leyenda, a modo de cartografía, donde se ven explicados los significados que aparecen representados en la exposición del TFG. Teniendo el color vino como intensidad, el rojo que representa entusiasmo, el naranja que emana energía, el amarillo denota felicidad, el verde refleja optimismo, el azul ofrece tranquilidad, el morado denota sinceridad y el negro nos recuerda al luto. A lo largo de este proceso de investigación aplicada se ha profundizado en la comprensión del funcionamiento de la simbología del color mediante los estudios de las diferentes teorías estudiadas y desarrolladas en este trabajo.

Se ha creado un lenguaje propio con una gramática artística en la que seamos capaces de englobar y mostrar las emociones y personalidad del retratado utilizando una técnica monocromática, lo que limita el proceso a desarrollar a unas gamas concretas.

Se ha utilizado la percepción como metodología de observación y canalización del ser, acompañada de procesos de introspección y retrato psicológico para canalizar las emociones y crear un diálogo entre la persona retratada y el espectador.

Con todo ello, se ha adaptado el color a cada emoción. Se aprecian retratos representados por un color naranja aguado, apenas definido, en el rostro del miembro más reciente de mi familia y, en la exposición, en el borde superior situado en la esquina contraria, encontramos un retrato en blanco y negro más definido que representa una persona que ya falleció. De esta forma, el color va unido al personaje y la emotividad afectiva que representa para mí. Con ambos pretendo abarcar la contemplación del funcionamiento de la asociación de las emociones a los colores.

Por un lado, en blanco y negro represento a mi tía Elena, quien falleció hace muchos años y a quién apenas consigo recordar, pues murió siendo yo muy pequeña. Por ello, no puedo hacerme una idea propia de cómo era, su personalidad, sin tener en cuenta las opiniones de las personas que sí la conocieron en vida. Sólo podía crear una imagen de ella a través de la información que me facilitaban otras personas. Ella es la única persona representada con este color, pues el resto de personas, que lamentablemente no se encuentran con nosotros a día de hoy, sí aparecen asociadas a un color concreto, siguiendo la simbología planteada y las connotaciones asociadas a ella. En general, son personas a las que he podido conocer con mayor profundidad y con la madurez emocional necesaria para catalogarlas dentro de un sentimiento. La representación es un reflejo de emociones y denota la sensibilidad que cada persona despierta en mí.

En el lado opuesto mi prima pequeña Naia, que, con apenas un año de edad, aparece representada en tonos tan claros debido a que aún tiene una personalidad por formar y, por ello, no puedo asociarla a ningún color concreto todavía. El hecho de que ambas hablen de lo mismo, pero no aparezcan representadas con el mismo color tiene su justificación. Una refleja la continuidad, el futuro, la evolución de conseguir una nitidez con el paso del tiempo que me permita descubrir su personalidad. Y tristemente en el lado contrario mi tía, representando la imposibilidad de poder ahondar y conocer más por mí misma lo que era y lo que podía haber sido.

Al final, en la disposición de la sala, en la esquina de la pared y de manera independiente, se sitúa un autorretrato. En él vemos la presencia de todos los colores que interactúan en la pieza, construyendo y formando mi propia imagen. Pretendo con ello, tras la exposición de las emociones del resto de retratos hablar de la construcción personal y de cómo todos nos vemos influenciados por la gente que nos rodea y también, de forma particular, lo siento representado a través de una mezcla constante de emociones y sentimientos aportados por los demás que refuerzan mi personalidad y han formado con el tiempo la persona que soy hoy. De ahí que las mezclas aplicadas sean una paleta cromática en la que los colores son materia, pero también sentimientos.

Como comentaba Frida Kahlo:

“me pinto a mí misma porque soy a quien mejor conozco”

Expreso mis sentimientos y mi percepción, lo que pretendo hacer llegar con mi trabajo.

Los demás pueden tener su propia forma de expresión y pueden coincidir con mi experiencia y manera de ver las emociones y sentimientos o no, pero es una manera de compartirlas y que sientan con cada retrato mi personal interpretación sobre ellos.

Por último, la conclusión de que a lo largo de la exposición se ha defendido está asociada a la simbología de los colores y los sentimientos que transmiten y al desarrollo de la personalidad de diferentes retratos desde un punto de vista subjetivo. Pretendiendo con ello hacer ver que la forma que tenemos de ver a los demás y a nosotros mismos varía de unos a otros, e inclusive a través del tiempo y de los momentos vividos. Nuestra percepción se transforma a través de muchos factores, pero los sentimientos que nos evocan los colores y su simbología son universales.

La leyenda incorporada a cada retrato manifiesta la función connotativa de cada color presente en los mismos.

*"Y llega hasta el final,
mírate frente a frente"*

Bibliografía

- Cloninger, S. (2002). *Teorías De La Personalidad* (3.ª ed.). Pearson Education.
- Debord, G. (2002). *La Sociedad Del Espectáculo* (2.ª ed.). PRE-TEXTOS.
- Díaz, J. R. (2016). *Retrato Psicológico de Lance Armstrong*. Lulu.com.
- Fábregas, J. (2010). *Arte de leer el rostro: fisiognomía evolutiva y morfopsicología*. Índigo.
- Falcinelli, R. (2020). *Cromorama: Cómo el color transforma nuestra visión del mundo* (1.ª ed.). Penguin Random House Grupo Editorial.
- Gaeta, M. L., Teruel, M. P., & Orejudo, S. (2012). Aspectos motivacionales, volitivos y metacognitivos del aprendizaje autorregulado. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10 (1), 73-94.
- Garrido, B. R. (2018). Prácticas textiles para subvertir los espacios públicos. Del sufragismo al contra-feminicidio. *Dossiers feministes*, (23), 143-168.
- Han, B. C., & Arregi, A. S. (2012). *La sociedad del cansancio*. Herder.
- Heller, E., & Mielke, J. C. (2004). *Psicología del color*. Gustavo Gili.
- Klein, J. (2009). *Arteterapia, una introducción* (1ª ed., 1ª imp. ed.). Ediciones Octaedro, S.L.
- Lae, S. (2022). *Qué bueno que te fuiste*. MueveTuLengua.
- Martín, F. M. (1992). Santa Frida Kahlo, pintora y mártir. *Laboratorio de Arte: Revista del Departamento de Historia del Arte*, (5), 267-278.
- Martínez Montaña, N. G. (2018). *Anamnesis Paranoide* (Doctoral dissertation, Universitat Politècnica de València)
- Marxen, E. (2017). *Diálogos entre arte y terapia: Del «arte psicótico» al desarrollo de la arteterapia y sus aplicaciones* (11.ª ed.). Gedisa Mexicana.
- Mortero, L. (1998). *Habitaciones separadas*. Visor Libros, S.L.
- Neruda, P. (2009). *Antología Poética de Pablo Neruda*. Espasa.
- Newby, D., & Núñez, L. (2018). *Emotions, un Regalo por Abrir: Introducción a la Alfabetización Emocional*. Daniel Newby.
- Rebel, E. (2017). *Autorretratos*. TASCHEN.
- Sampedro, J. L. (1995). *La sonrisa etrusca*. Alfaguara.
- Sastre, E. (2014). *Baluartes* (1ª ed., 1ª imp. ed.). Valparaíso Ediciones SL.
- Soan, H. (2019). *Light and Shade in Watercolour* (Ilustrado. ed.). Batsford.
- Weber, M., & Ed, A. (2022). *Por Que No Se Deben Hacer Juicios De Valor En La Sociología Y En La Economía* (1.ª ed.). ALIANZA ED.

Webgrafía

Alla scoperta dei colori Riccardo Falcinelli 2021/08/16-20. (2021, 25 agosto). YouTube.

Recuperado 18 de junio de 2022, de

https://www.youtube.com/watch?v=7DS90EmpDCM&ab_channel=rani

ARTETERAPIA enfoques y beneficios | Tu Salud Guía. (2020, 26 septiembre). [Vídeo]. YouTube.

Recuperado 22 de junio de 2022, de

https://www.youtube.com/watch?v=huX8h2X6HuY&ab_channel=TuSaludGu%C3%ADa

Cómo Saber La Personalidad De Una Persona Con Solo Verla Unos Segundos #Psicología. (2018, 28

mayo). [Vídeo]. YouTube. Recuperado 20 de junio de 2022, de

https://www.youtube.com/watch?v=2jFd3HItWPU&t=1s&ab_channel=PSICOLOGIAVISUAL

Díaz, J. (2022, 28 abril). *MBTI y tipos de personalidad: qué, cómo y por qué.* Javier Díaz - Gestión y Desarrollo de Personas | Operaciones RRHH.

Recuperado 20 de junio de 2022, de <https://javierdisan.com/2020/01/22/mbti/>

E. (2022, 18 febrero). *Visita a la exposición «Grandma» con Marta L. Lázaro.* Etopia.

Recuperado 15 de junio de 2022, de <https://etopia.es/visita-a-la-exposicion-grandma-con-marta-l-lazaro/>

Emociones y colores | José Díaz de la Cruz | TEDxLaLaguna. (2018, 10 diciembre). [Vídeo]. YouTube.

Recuperado 20 de junio de 2022, de

https://www.youtube.com/watch?v=OXn47DpnWaU&ab_channel=TEDxTalks

González, O. (2022, 11 febrero). *¿Qué es un retrato psicológico? +10 tips para hacer uno capaz de inmortalizar cualquier rostro* [Vídeo]. Recuperado 20 de junio de 2022, de

<https://www.crehana.com>. <https://www.crehana.com/blog/dibujo-pintura/que-esl-retrato-psicologico/>

Heredia, L. (2021, 7 enero). *▷ Test de los Colores de Lüscher: ¿Qué evalúa y cómo se aplica?* Psicólogos

Córdoba. Recuperado 21 de junio de 2022, de

[https://www.psicologoscordoba.org/test-de-los-colores-de-](https://www.psicologoscordoba.org/test-de-los-colores-de-luscher/#:%7E:text=El%20Test%20de%20los%20colores,realiza%20de%20ocho%20colores%20distintos.)

[luscher/#:%7E:text=El%20Test%20de%20los%20colores,realiza%20de%20ocho%20colores%20distintos.](https://www.psicologoscordoba.org/test-de-los-colores-de-luscher/#:%7E:text=El%20Test%20de%20los%20colores,realiza%20de%20ocho%20colores%20distintos.)

Il mio comodino - Cromorama di Riccardo Falcinelli. (2020, 6 noviembre). [Vídeo]. YouTube.

Recuperado 18 de junio de 2022, de

https://www.youtube.com/watch?v=CBvtxRRwEJE&ab_channel=MarcoMalvaldi

Laplumaonline.com.ar. (2022, 10 marzo). “*Miradas del retrato*” desembarca en el ECA Sur.

Recuperado 18 de junio de 2022, de

<https://laplumaonline.com.ar/contenido/12606/miradas-del-retrato-desembarca-en-el-eca-sur#:~:text=A%20lo%20largo%20de%20la,y%20han%20querido%20ser%20recordadas.>

la PSICOLOGÍA del COLOR | Albanta. (2020, 7 junio). [Vídeo]. YouTube.

Recuperado 18 de junio de 2022, de

https://www.youtube.com/watch?v=kfHwpiZiSl4&ab_channel=AlbantaSanRom%C3%A1n

la PSICOLOGÍA del COLOR parte 2 | Albanta. (2020, 14 junio). YouTube.

Recuperado 18 de junio de 2022, de

https://www.youtube.com/watch?v=aGg32yXd8LA&ab_channel=AlbantaSanRom%C3%A1n

Molina, X. (2015, 1 junio). *Morfopsicología: los Rasgos Faciales y la Personalidad.* Psicología y Mente.

Recuperado 20 de junio de 2022, de

<https://psicologiaymente.com/miscelanea/morfopsicologia-rasgos-faciales-personalidad>

Morales, S. (2016, 18 mayo). *Así es tu personalidad según los rasgos de tu cara.* Qué!

Recuperado 19 de junio de 2022, de <https://www.que.es/2016/05/18/201605180801-personalidad-segun-rasgos-cara/>

Psicología del color (parte 1). (2015, 7 junio). YouTube.

Recuperado 20 de junio de 2022, de

https://www.youtube.com/watch?v=9QHJvI6hwQE&t=2s&ab_channel=DashenCastellanos

PSICOLOGÍA DEL COLOR - Psicología y percepción del color - La ciencia detrás del diseño gráfico.

(2017, 18 julio). YouTube. Recuperado 21 de junio de 2022, de

https://www.youtube.com/watch?v=eV1U_ZzSue4&ab_channel=Studiobit.com.mx

Pérez, R. L. (2014, 21 mayo). *El contacto visual deliberado como señal de engaño*. Club del Lenguaje No Verbal. Recuperado 20 de junio de 2022, de <https://comportamienonoverbal.com/clublenguajenoverbal/ventanas-del-alma-el-contacto-visual-deliberado-en-la-deteccion-de-mentiras/>

Quien se transforma a sÃ mismo, transf.. Dalai Lama. (2018). KalimaQuotes. Recuperado 8 de julio de 2022, de <https://www.kalimaquotes.com/es/quotes/142770/quien-se-transforma-a>


Tu Personalidad Según Los Rasgos De Tu Cara #Psicología. (2017, 19 julio). [VÍdeo]. YouTube. Recuperado 20 de junio de 2022, de https://www.youtube.com/watch?v=oCZxSuK_jbw&t=95s&ab_channel=PSICOLOGIAVISUAL

UN VIAGGIO FANTASTICO NEL COLORE: CROMORAMA. (2020, 11 agosto). [VÍdeo]. YouTube. Recuperado 20 de junio de 2022, de https://www.youtube.com/watch?v=QHABEqraYCK&t=113s&ab_channel=SaraBoero

V. Completa. «Nunca comas solo». Keith Ferrazzi, escritor y coach. (2021, 15 diciembre). [VÍdeo]. YouTube. Recuperado 17 de junio de 2022, https://www.youtube.com/watch?v=nupKsr-BX8Q&t=23s&ab_channel=AprendemosJuntos2030

¿Qué revelan tus ojos sobre ti? ¿Son realmente el espejo del alma? (2018, 1 julio). [VÍdeo]. YouTube. Recuperado 17 de junio de 2022, https://www.youtube.com/watch?v=09sfIGLAO40&ab_channel=SaludPlus

¡¡¡TODA la PSICOLOGIA del COLOR y los ACORDES CROMÁTICOS EXPLICADO!!! ¿Cómo usarlos en día y profesión? (2021, 29 agosto). [VÍdeo]. YouTube. Recuperado 19 de junio de 2022, de https://www.youtube.com/watch?v=BszxeCW3V7Y&ab_channel=JULIETAWIBEL

 *TEORÍA del COLOR en el DISEÑO GRÁFICO*. (2020, 17 diciembre). YouTube. Recuperado 18 de junio de 2022, de https://www.youtube.com/watch?v=7Sc-WkcQKj4&ab_channel=HeyJaime

ANEXO. 1 breve retrospectiva



*“Quien se transforma a sí mismo,
transforma el mundo”*

En este apartado recojo dos obras trabajadas en años anteriores donde la presencia del color juega un papel importante en el desarrollo de ambos proyectos, influyendo directamente en la relación de las emociones y sensaciones que pretendía transmitir a través de los protagonistas de las mismas.

Cartas, Amor y Catarsis (2021)

Se trata de la recopilación en una serie de ilustraciones de una historia que habla acerca de cómo nosotros mismos interferimos con la idea de amor propio, y de cómo el peor enemigo y el único que puede ayudarnos a salir de las situaciones límite terminamos siendo nosotros. La historia nos presenta a ESTRELLA como la protagonista de la misma, quien a día de hoy no sabe cómo lidiar con su situación actual, desconfía de todos, incluso, como se nos muestra en las ilustraciones y en el storyboard, de ella misma. Esta historia pretende ayudar a concienciar de la necesidad de que cada quien sea consciente de que la idea del amor propio y como adoptarlo es algo fundamental y necesario en la vida de las personas.

Teniendo en cuenta la necesidad de la protagonista de necesitar afecto, pero en ningún momento ser capaz de exigirlo y de exteriorizarlo, el espectador debe asumir el rol de ser ajeno que quiere acompañar a la protagonista, en este caso ESTRELLA, en su camino hacia el amor propio, la necesidad de mejorar la autoestima y la confianza en uno mismo. Algo así como el papel que desempeñaría la persona que lo lee si se encontrase en una situación similar con alguna persona cercana, asumiendo la idea de que en el mundo hay personas que no se valoran lo suficiente y que se martirizan con ello, y cómo a pesar de que gente cercana a ellos traten de ayudarles sin conseguir avances ya que, como se muestra en la historia a menos que la propia persona quien tiene el problema se vea en la capacidad de superarlo y querer ponerle freno se trata de aspectos muy delicados que personas externas no pueden solucionar, por muchas ganas que tengan de ver la mejoría de la persona que estiman. El interés por tratar los temas de la falta de

confianza, el nulo amor propio y la baja autoestima se deben a la poca información que se recibe hoy en día acerca de los mismos, quitando los puntuales posts de las redes sociales que dicen que “tienes que quererte como eres, porque ya eres así y eres válida”. Creo que en una fantasía utópica si podría darse el caso de que leyendo este tipo de comentarios mágicamente se eliminasen todos los pensamientos negativos, pero lamentablemente no es así y muy a mi pesar hay mucha desinformación en referencia a los temas nombrados anteriormente. Lo que trato de contar a través de la historia de ESTRELLA es la travesía a la que ella se enfrenta, de manera metafórica para poder transmitir un poco las dificultades que tienen que superar las personas con este tipo de conflictos.

Ambient-arte (2021)

Esta pieza fue desarrollada bajo el concepto personal del territorio, más concretamente de cómo entendíamos nosotros el concepto del término. Las sugerencias iniciales incluían muchas explicaciones gratuitas de las palabras que deberían usarse, pero, en lo que a mí respecta, decidí comenzar desde una perspectiva más cercana, en lugar de una perspectiva geográfica, para centrarme en la idea. Lo más importante era el hecho de que me sentía comprometida con la idea de establecer vínculos territoriales con mis compañeros del día a día o con personas que me habían marcado de alguna manera.

Llegada la hora de empezar con este proyecto acogí con agrado la propuesta, pero la tomé en un aspecto más personal, y con el cual el espectador pudiera sentirse identificado en cierta forma a pesar de que en la instalación aparecen amigos y familiares de mi círculo más cercano, entre los cuales aparecen representados varios alumnos de la universidad, y por tanto conocidos por el resto de gente que cursa la carrera de Bellas Artes. Además de pasar por el territorio de personas que admiro, también agregué comentarios maliciosos en mi contra. En cierto sentido, esto también es parte del territorio, porque personalmente creo que para construir tu propio individuo hay que crecer, y en él al mismo tiempo, comprende el bien y el mal.

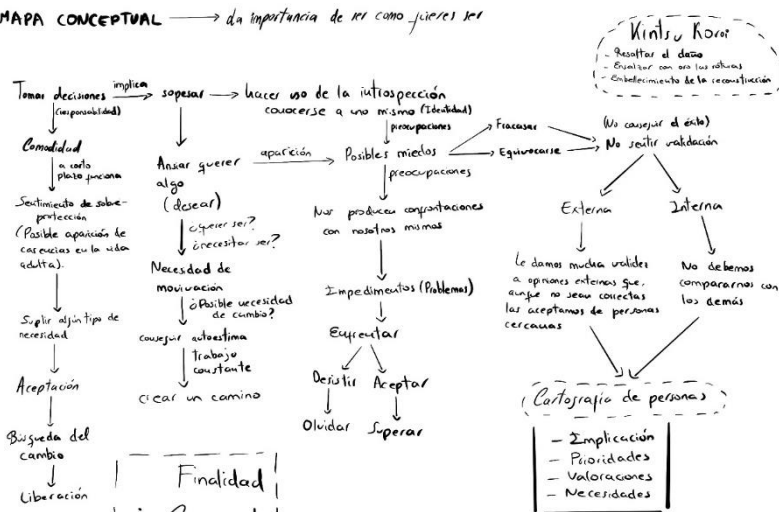
Entre los principales objetivos de mi obra se encontraban el atraer la atención de la audiencia a través de la distribución y el color de la obra, involucrar a la audiencia en la instalación a través de la conexión de obras, sensibilizar sobre la idea de conectar el territorio con los que nos rodean, el azul como símbolo de tranquilidad y protección y para finalizar la propia catarsis personal. Para la materialización de este proyecto un tuve muchas dificultades ya que al tratarse de retratos no era algo nuevo para mí, ya que la mayoría de mi obra se trata de retratos y figura humana, la única dificultad que se me presentó, además del hecho de tener que elaborar un total de 25 piezas, fue el tener que dibujar a personas importantes para mí. No soy muy dada a dibujar a personas que aprecio, dado

que al ser muy exigente conmigo misma y al no tener una autoestima muy elevada con referencia a mis proyectos la mayoría de veces no me veo capacitada de dibujar, y/o pintar a personas a las que aprecio por miedo a que no se parezcan o a decepcionarlas. En este caso fue un reto, tanto el número de composiciones que debía realizar como el hecho de tener que dibujar a tantas figuras de mi entorno, siendo la más difícil mi yaya, y al ser la única que ya no se encontraba entre las personas que retraté, me tomé la libertad de dejarla sin terminar, principalmente por el motivo mencionado anteriormente, tenía pánico de no hacerle justicia al rostro de una persona tan preciada para mí por lo que dejé su retrato a medio terminar, no tenía la suficiente fuerza emocional para terminarlo.

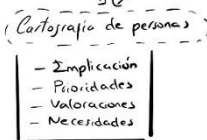
Realmente en su momento sí que estaba muy orgullosa de la presentación del proyecto a mis compañeros, a pesar de que en la presentación pública me dejara detalles importantes relacionados con la obra, como porqué se encontraban los comentarios negativos bajo los retratos o porqué los identificaba con la idea de territorio. Dejando eso a un lado, siendo objetiva estoy conforme con la mayoría de los retratos, pero también viéndolo todo con retrospectiva soy consciente de que la obra hubiese quedado más profesional si hubiera enmarcado todos y cada uno de los retratos, este tipo de “descuidos”, son los que me ayudan a mejorar y a no cometer los mismos errores en obras futuras, por lo que no me lamento por no haberlo hecho, ya que sino no sería consciente de las aptitudes que debo trabajar para mejorar.

ANEXO 2. Mapas conceptuales

MAPA CONCEPTUAL → da importancia de ser como fuere ser



Vinits u Khorit
 Resolver el drama
 - Equilibrar con uno los valores
 - Establecimiento de la reconstrucción



SHEILA D. CALVO DIAZ

dos personas son capaces de cambiar sus relaciones personales modificando los vínculos y emociones, por lo que debemos ser precavidos

<p>Alba Cotano</p> <p>"Necesitamos espejados. Es una operación. No es un dardo, no es una expresión interrogativa. Podría ser dardo para alguien, se trata de un dardo; tiene un componente de hostilidad, por supuesto, pero un más allá de ello, se transforma en una necesidad!"</p> <p>Suñer, I. & Villanueva AM (2002). Puppini. Formicelli #2. (p.197)</p> <p>La necesidad de tener a alguien de quien tomar ejemplo. El querer tener ese referente nos genera la necesidad de buscar.</p>	<p>Jostein Gaarder</p> <p>"El mundo de Sofía"</p> <p>"Tú eres tu prójimo. Es una ilusión hacerle creer que tu prójimo es algo diferente a ti mismo"</p> <p>Gaarder, J. (2010). El mundo de Sofía. Sinuba, 1ª 2ª edición. (p.88)</p> <p>Lo más importante somos nosotros mismos, NO EL OTRO. Nosotros por y para nosotros.</p>	<p>Jose Luis Sampedro</p> <p>"La sonrisa etrusca"</p> <p>"Ya está dado el paso decisivo, ya el recuerdo deja de ser nostalgia para ser liberación"</p> <p>Sampedro, JL (1995). La sonrisa etrusca. Editorial Alfaguara. (p.263)</p> <p>La necesidad de tener el precedente del pasado para no cometer los mismos errores en el futuro.</p>
---	--	---

Meuléfacto (Introspección)

- Afecto
- Prioritar
- Identidad
- Necesidad
- Comunicación
- Percepción
- Territorio
- ¿Adaptación?
- Apejo
- Aceptación
- límites

Relaciones (Derivas)

Conexiones ≠

- Sentimientos
- Presencia
- Entorno (Hojar)
- ¿Cambios?
- ¿Liberación?

- predisposición
- Sociedad
- Balace
- limitaciones
- Inseguridad
- Ausencia
- obstáculos
- reflexión
- ¿Comodidad
- ¿Moral?

Presentación ¿De quien es?

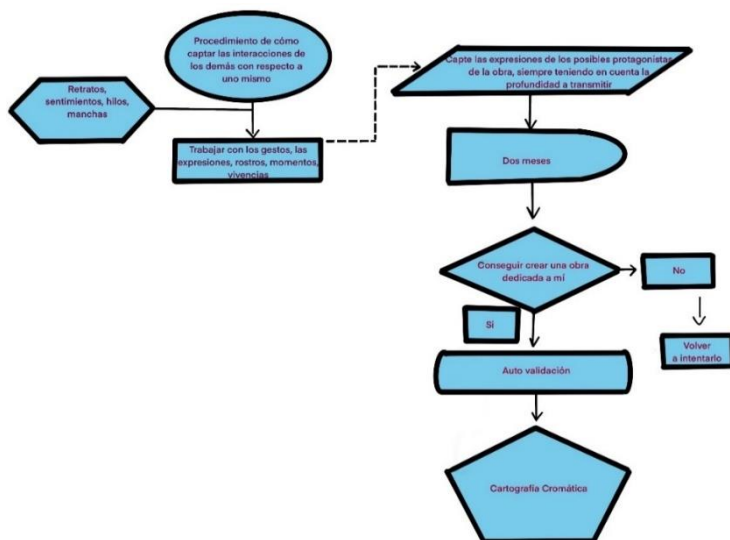
- Cual es mi archivo
- da poética del espacio - Bachelard
- ↳ los rincones
- dos vínculos → experiencias

Conexiones

Atraer → Componente imperativo
 Trabajar la obra del yo a través de otro individuo siendo el mismo.
 Crear el camino → "Las derivas"

Mejor forma de conocerse → camino → tiempo → improvisadas

Jose Luis Sampedro / ensayo y error





Sheila J. Calvo



VIERNES 03 12:30
Pasillo circular

PRIMERA PARADA

Reflejarse en los demás para
autorretratarse

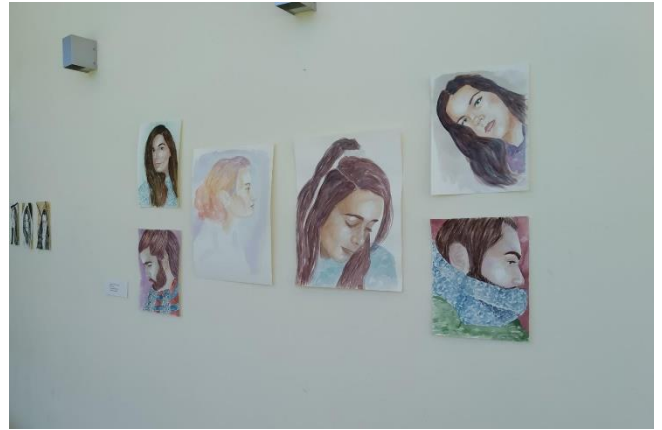


Universidad
Zaragoza



Facultad de
Ciencias Sociales
y Humanas - Teruel
Universidad Zaragoza

CARTEL DE LA EXPOSICIÓN





ANEXO 4. Ilustraciones





