



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Vértigo

Vertigo

Autor/es

Inés Aisling Rubio Álvarez

Director/es

Marta Marco Mallent

Grado en Bellas Artes

2022



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

Universidad Zaragoza

Vértigo

RESUMEN

El actual trabajo consiste en la realización de una serie de obras a partir de distintas historias de experiencias de pérdida y duelo. Se trata de una traducción de las distintas experiencias a distintas superficies, usando únicamente la pintura. Este trabajo surge a raíz de la ayuda que me ha supuesto plasmar todo el duelo que estoy experimentando a causa del fallecimiento de mi padre, por lo que he querido transportar este método a aquellas personas que necesitaran de esa visualización gráfica y material para comprender mejor lo sucedido.

PALABRAS CLAVE

- Duelo
- Pérdida
- Arte terapia

Vertigo

ABSTRACT

The current work consists of the realization of a series of works from different stories about experiences of loss and mourning. It is a translation of the different experiences to different surfaces, using only paint. This work arises as a result of the help that the art has been given to me by capturing all the mourning that I am experiencing due to the death of my father, so I wanted to transport this method to those people who needed that graphic visualization and material to get a better understand of what are them living.

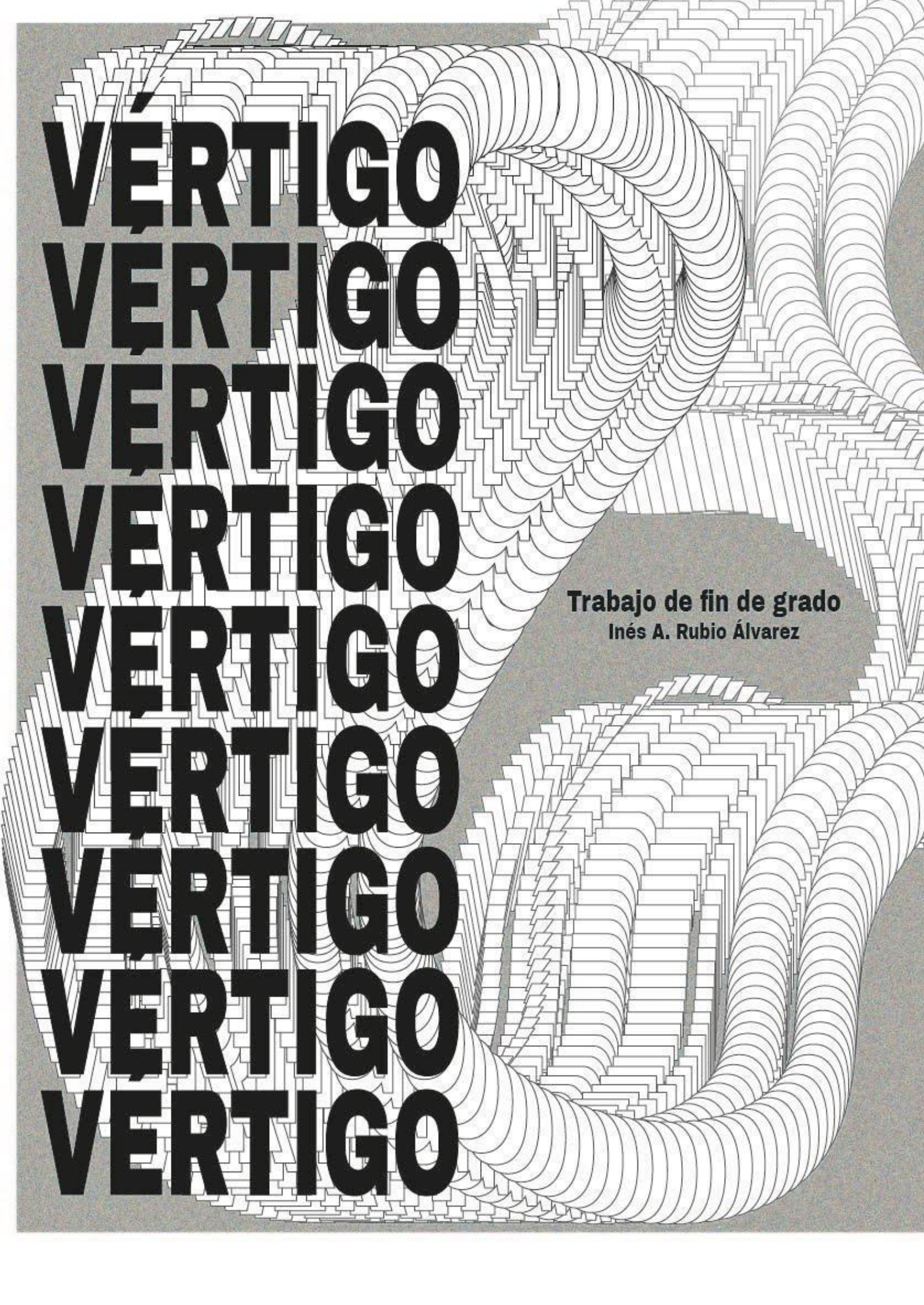
KEY WORDS

- Mourning
- Loss
- Art-Therapy

Notas: Láminas de fotografías de las obras resultantes disponibles. Resumen disponible también en inglés.

VERTIGO
VERTIGO
VERTIGO
VERTIGO
VERTIGO
VERTIGO
VERTIGO
VERTIGO
VERTIGO
VERTIGO

Trabajo de fin de grado
Inés A. Rubio Álvarez



AGRADECIMIENTOS

*“A mi familia y amigos por acompañarme y ayudarme
en estos momentos difíciles.*

*A aquellas personas que han confiado en mí y me han
contado su historia para este proyecto.*

Y a ti papá por tu amor incondicional y apoyo que me diste.

Gracias”.

ÍNDICE

1. Introducción	6
1.1 Análisis y descripción	7
1.2 Conceptos clave	9
2. Marco conceptual	12
2.1 Antecedentes	12
2.2 Argumentación y fundamentación	13
3. Referencias	17
4. Objetivos	22
5. Metodología	24
5.1 Planteamientos iniciales y primeras ideas	24
5.2 Planing y timing realizados	25
5.3 Aspectos técnicos: materiales y presupuesto	27
6. Desarrollos y resultados del trabajo	28
7. Conclusiones	29
7.1 Análisis y comentario de los resultados obtenidos	29
7.2 Valoración personal	30
8. Fuentes consultadas	31
8.1 Bibliografía	31
8.2 Recursos de Internet	32
8.3. Recursos cinematográficos	33
9. Índice de tablas	33

1. Introducción

Vértigo; *Del lat. vertĭgo, -ĭnis 'movimiento circular', 'vértigo, vahído'. Trastorno del sentido del equilibrio caracterizado por una sensación de movimiento rotatorio del cuerpo o de los objetos que lo rodean; Turbación del juicio, repentina y pasajera; Sensación de inseguridad y miedo a precipitarse desde una altura o a que pueda precipitarse otra persona. Nota al pie*

El duelo es un proceso que sucede en el momento en el que se pierde un ser querido, o bien alguien cercano a nosotros. Estos procesos suelen encontrarse divididos en cinco fases, que van desde la negación, momento en el que uno es incapaz de aceptar lo sucedido y por ello lo niega; la ira o indiferencia, en la que enfocamos todo aquel enfado que sentimos por no poder hacer nada que cambie lo sucedido; la fase de negociación, en la que se comienza a entender lo sucedido; la fase de la tristeza (O bien depresión), es en la que finalmente entendemos lo sucedido y comenzamos a hacer frente a ello, por lo que sentimos una tristeza absoluta; Por último nos encontramos con la fase de aceptación, en la que se entiende y se convive con lo sucedido.

He decidido realizar mi trabajo de fin de grado sobre el duelo y la pérdida a raíz del fallecimiento de mi padre el pasado día 21 de agosto por culpa de un cáncer. Durante este tiempo, he estado reflexionando y tratando de entender todo aquello que estaba viviendo, apoyándome en el arte, que, de esta manera tan gráfica, me ha estado ayudando para entender lo que había y estaba sucediendo.

Este Trabajo de Fin de Grado se trata de una recopilación de historias de personas que han experimentado situaciones similares a la mía en cuanto a duelo y pérdida plasmadas plásticamente en distintas superficies y con distintas técnicas. La elaboración de las mismas obras resultaba simultánea a la historia, por lo que conforme he ido escuchando las historias, he ido plasmando aquello que iba sintiendo acerca de las mismas. No he contemplado ningún patrón previo a la realización de las diferentes obras, cada obra ha sido creada de manera implícita en relación con la historia.

* Real Academia de la Lengua Española. (s. f.). *vértigo*. *Diccionario de la lengua española*. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. Recuperado 19 de abril de 2022, de <https://dle.rae.es/v%C3%A9rtigo>

1.1 Análisis y descripción

Este proyecto surge de la necesidad personal de plasmar todos aquellos pensamientos negativos o bien que perturban mi tranquilidad en mis obras, de manera que, una vez plasmados se esfumen o relajen mi estado, dejándome ver y pensar con mayor claridad. Esta forma de generar obra me ha servido de gran ayuda para afrontar la reciente pérdida de mi padre, por lo que, a raíz de esta tesitura, quise transportar esta manera de pintar al medio externo, acudiendo a diversas personas que hubieran vivido situaciones de pérdida y duelo, para de esta manera poder ayudarlas de la manera que más me ha beneficiado a mí.

Quise denominarlo Vértigo por la relación de esa pérdida del equilibrio que supone padecerlo, y la alteración de la estabilidad mental que supone una pérdida. A su vez ambas suponen una sensación de inseguridad y miedo, como previamente he explicado en la definición. Además, comentar que “Vértigo”, resultaba ser una de las canciones favoritas de mi padre del grupo irlandés U2.

Decir que desde el primer momento supe que este proyecto iba a resultar psicológicamente difícil dado que estaría reviviendo no solo mi experiencia, sino también aquellas que las personas me han estado contando. Pese a ello, he querido seguir hacia adelante sabiendo que al materializar todas aquellas historias iba a poder conocer distintas formas de llevar el propio proceso del duelo.

Este proyecto iba a resultar beneficioso tanto para ayudarme a mí misma a gestionar mis emociones para con el duelo, como principalmente también para poder ayudar a todas aquellas personas que han confiado en mí para que materializase sus experiencias y así de esta manera poder entender ellos lo que ha sucedido. De nuevo agradecer a todos aquellos que han confiado en mí para contarme sus historias.

El proyecto está formado por un conjunto de 10 historias recogidas en 17 obras, las cuales he ido generando conforme escuchaba el relato de duelo y pérdida. Como resultado, las historias quedaban grabadas en la obra, siendo esta una materialización de toda la negatividad y dolor recogido durante estas experiencias.

Como he explicado anteriormente, este proyecto surge de la ayuda que me ha supuesto el crear y visibilizar la pérdida matéricamente, por lo que quería ofrecer esta posibilidad a todas aquellas personas que quisieran y pudieran contarme sus historias acerca de experiencias similares a la mía.

A lo largo de 11 reuniones, la mayoría online, dada la distancia o bien la propia seguridad por la situación actual, he ido reflejando estas experiencias en distintos formatos. Algunas de las obras, dada la comodidad de aquella persona que me la estaba narrando, eran realizadas a partir de grabaciones de voz.

Decir que yo prefería realizarlo a partir de una llamada o bien en directo, pero reconozco que para mucha gente resulta realmente complicado hablar de este tipo de experiencias, y por ello no iba a descartar su historia de este trabajo. La última obra (La número 12) no se verá completamente terminada hasta que presente la exposición, ya que esta obra narrada por mi hermana, sería realizada en directo.

La mayor parte de las reuniones duraban aproximadamente 1 hora y media, llegando a durar a lo sumo 3 horas. En algunos casos y guiada por la historia que me iban narrando, he ocupado más de un soporte, utilizando en su mayoría lienzos de un tamaño medio de 60 x 55 cm.

Comenzaba a pintar una vez hubiese empezado la narración de la historia, la cual desconocía absolutamente para poder así jugar un papel completamente azaroso para con la obra. Decir que no realizaba ninguna pregunta previa más allá de una fecha concreta significativa en la historia, ya que quería guiarme enteramente por el testimonio que en ese momento me estaban contando.

Comentar que no mostraba la obra final hasta que no hubiese sido finalizada la narración, ya que no quería que esta influyera en la manera en la que me estaban narrando la experiencia. De esta manera, casualmente realicé varias obras en las cuales los colores más significativos para las personas con las que me reunía resultaban ser lo que había utilizado en la obra sin haberlo sabido previamente.

Los objetivos de este trabajo, (Más abajo se encuentran más desarrollados), se basan principalmente en la resolución y traducción pues de estas narraciones en las que prima el dolor y la tristeza, para que tras su plasmación en una superficie, la persona que me haya contado la historia, entienda, gracias a la visión gráfica de estas experiencias, lo sucedido.

1.2. Conceptos clave

Las palabras que destaco a continuación resultan ser las bases de este proyecto, así como las palabras que en más ocasiones he escuchado a lo largo de todas las historias. Me ha parecido necesario el nombrar y adjuntar una pequeña reflexión acerca de estos conceptos dada la importancia que han tenido en este proyecto. Este proyecto se apoya y basa prácticamente por completo en estas palabras, las cuales evidentemente están directamente relacionadas con el proceso del duelo.

Decir que adjunto aquí esta serie de palabras, pero que aun así suponen un conjunto de varias decenas las que he podido observar cómo se repetían, como podrían ser familia, cariño, entierro, muerte, cadáver, fallecido, cielo y saber.

Duelo Este término ha sido el más utilizado a lo largo de todo el proyecto. Hay tantas formas de sobrellevarlo como personas hay en este planeta. Continúa siendo un tema tabú a día de hoy. A lo largo de este trabajo he podido observar maneras y pensamientos completamente distintos unos de otros a la hora de hacer frente a una pérdida, desde aquella pérdida desoladora hasta aquella que pese a haber sido de una persona influyente en su vida, resultara ser pasajera y leve.

duelo | *Diccionario de la lengua española*. (s. f.). «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. <https://dle.rae.es/duelo?m=form>

Pérdida Considero que por mínima que sea la pérdida, esta va a cambiar completa y totalmente la vida de aquella persona que la experimenta. Cuanto más cercana resulta la pérdida, es evidente que más difícil resulta volver a la “normalidad”. Resultaría un punto y seguido.

pérdida | *Diccionario de la lengua española*. (s. f.). «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. <https://dle.rae.es/pérdida>

Más Allá

Miles de creencias e ideas se tienen acerca de lo sucedido una vez morimos, pero ninguna es completamente verdadera. La idea de que exista algo más reside en nuestra condición humana guiada en cierta medida por el miedo y la incertidumbre. Aferrarse a la existencia de algo más ayuda a sobrellevar la pérdida en la mayoría de los casos.

Arte Terapia

En cuanto al arte en relación al duelo, considero que hay verdaderamente pocas investigaciones y propuestas, pese a que se ha tratado a lo largo de la historia en numerosas ocasiones. Lo que más he podido observar en cuanto a terapias de duelo en relación al arte, ha sido la musicoterapia, por lo tanto, a la hora de realizar este trabajo han resultado clave los estudios psicológicos previos ante el duelo en conjunto con las técnicas utilizadas para la evolución de los casos de duelo.

Arteterapia es definido por la AATA (*American Art Therapy Association*), como una profesión en el área de la salud mental que usa el proceso creativo para mejorar y realzar el bienestar físico, mental y emocional de de los individuos sin importar su edad.

Arteterapia: Definición, Origen, Fundamentos y Ámbitos de Actuación | ddf. (s. f.). Divulgación Dinámica | Cursos Online y Formación a distancia. <https://www.divulgaciondinamica.es/blog/arteterapia/>

Proceso

1. m. Acción de ir hacia delante.
2. m. Transcurso del tiempo.

Proceso como evolución atemporal hacia la “curación”. Para mí va de la mano de la propia evolución. Se trata de un viaje, un trayecto dominado por la introspección. En esta clase de procesos siempre es de agradecer la mano que te agarra y te acompaña, pero al final se trata de un camino individual.

proceso | *Diccionario de la lengua española.* (s. f.). «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. <https://dle.rae.es/proceso>

Recuerdo

1. m. Memoria que se hace o aviso que se da de algo pasado o de que ya se habló. 2. m. Cosa que se regala en testimonio de buen afecto. 3. m. Objeto que se conserva para recordar a una persona, una circunstancia, un suceso, etc. En los procesos de duelo, es lo que prima en todo momento en la cabeza de la persona que lo está experimentando, tanto los buenos como los malos.

recuerdo | *Diccionario de la lengua española*. (s. f.). «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. <https://dle.rae.es/recuerdo>

Orgullo

Desde un primer momento se plantea y se vive el duelo con orgullo hacia la persona o ser querido, pero toda evolución requiere de un comienzo. Este comienzo suele estar inundado de sentimientos negativos, de recuerdos de todas aquellas experiencias que marcaron lo sucedido. Todo el duelo viene de la mano de la búsqueda de aquel recuerdo feliz con la esperanza de que este prevalezca en nuestra memoria anteponiéndose a aquellos malos momentos que quizá eclipsan en mayor o en menor medida aquel orgullo.

Shock

Posiblemente esta resulte la palabra que más veces he escuchado a lo largo de todo el trabajo. Impresión fuerte e inesperada, confusión inmensa. Perdición fatal o total del sentido del ritmo de la vida.

1. m. Med. Estado de profunda depresión nerviosa y circulatoria, sin pérdida de la conciencia, que se produce después de intensas conmociones, principalmente traumatismos graves y operaciones quirúrgicas. 2. m. Emoción o impresión fuertes.

choque | *Diccionario de la lengua española*. (s. f.). «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. <https://dle.rae.es/choque#58zNIhM>

Figura 3: Conceptos clave.

2. Marco conceptual

2.1 Antecedentes

Durante este proceso de duelo, he ido experimentando diferentes sentimientos y sensaciones completamente nuevos para mí, por lo que no terminaba ni de conocerlos, ni de entenderlos por lo que ha sido durante los primeros meses tras lo sucedido, en los que estuve trabajando esas situaciones y emociones, tratando de exteriorizarlas por medio del arte. Por lo que comencé a exportarlos a distintas superficies y técnicas, como la ilustración, la pintura y la fotografía. Esto, me ayudó a poder comenzar a entender de cierta manera todo aquello que estaba viviendo.

Fue a lo largo del primer cuatrimestre durante la asignatura de Construcción del Discurso Artístico, dónde comencé a realizar una serie de obras relacionadas con el duelo, y a sentirme cómoda trabajando acerca de este tema, ya que era una forma de hablar de lo que acababa de suceder sin tener que explicar exactamente cómo me sentía.

Fue tan beneficioso trabajar acerca del cómo me sentía, que me planteé el continuar trabando el tema dentro del trabajo de fin de grado, por lo que desde un primer momento supe que investigar acerca de la pérdida, ya sea de manera personal o bien externa, iba a resultar complicado, pero el trabajarla poco a poco y reflexionar y hablar sobre lo sucedido resultaba tremendamente beneficioso para mí, aunque no por ello dejaba de ser difícil.

Tras comenzar a pensar la idea que resultaría finalmente para este trabajo, comencé a investigar acerca de referencias pictóricas de artistas que hubiesen utilizado el arte como herramienta terapéutica para ayudar con el proceso de pérdida y duelo.

Sorprendentemente, apenas pude encontrar nada, por lo que supe que definitivamente este resultaría el tema a tratar, dado que me resulta completamente necesario tener acceso a esta herramienta para poder tratar y reflexionar acerca de este tipo de sucesos.

2.2 Argumentación y fundamentación

Podemos observar que el duelo ha tenido un gran espectro ante la forma de tratarlo y vivirlo a lo largo de nuestra historia. Generalmente, y en las culturas más cercanas a mí, (Decir que personalmente, yo me considero atea, pero es evidente que vivir una situación de esta clase siempre te abre ciertamente a un plano espiritual de alguna clase, ya que el más allá siempre va a resultar una incógnita para todos nosotros) he podido observar cómo la gente se aferra a la idea de la vida después de la muerte, evitándola y negándola, para así reducir el temor hacia este hecho inevitable y misterioso.

Por culpa de este hecho inevitable, el duelo consiste en una etapa en la que nosotros como individuos terrenales comenzamos a meditar acerca del paradero y situación de nuestro ser querido. Me resulta importante nombrar diversas ideas y percepciones de lo que pueda o no ocurrir una vez nos morimos, ya que la muerte altera nuestra percepción y evolución del duelo.

A lo largo del proyecto, he podido hablar y conocer diferentes creencias acerca de lo que sucede una vez morimos. Decir que la mayoría de las historias están narradas desde un punto de vista ateo, pero pese a ello, quise investigar e informarme acerca de otro tipo de creencias que afectaran la vivencia del duelo.

En primer lugar, nombrar la idea de lo que sucede tras la muerte desde el punto de vista de la fe católica cristiana. Esta religión nos formula una idea de una segunda vida en la que únicamente se encontrará nuestra alma alejada de nuestro cuerpo terrenal rodeada de nuestros seres queridos en un lugar denominado cielo.

Una vez morimos, nos encontraremos en un purgatorio, en el que se decidirá si finalmente vamos al cielo, (Un lugar idílico rodeado de alegría y paz) o, al contrario, el infierno, dónde pasaríamos la eternidad purgando nuestros pecados. Me parece interesante de esta religión el hecho de que se crea que, en un momento dado, Jesucristo volverá a aparecer, según lo escrito en los nuevos testamentos, y resucitará a los muertos.

Las personas que creen en la fe cristiana considero que viven un duelo mucho más sencillo de experimentar, ya que partiendo de que dan por hecho lo que nos sucederá después como en todas las religiones, saben que en el momento en el que nos muramos volveremos a ver a todas aquellas personas que hayamos perdido en un pasado, y nos

uniremos de la mano de “Dios” para vivir tranquilos y felices, olvidándonos de todos aquellos problemas que hayamos tenido en el plano terrenal.

Por otro lado, en el islam, no se aleja mucho conceptualmente de la idea de la muerte de la religión cristiana, en la que, llegado el momento, se nos juzgará y tras ello, y según el concepto de Alá, unas almas serán castigadas y encarceladas mientras que otras serán guiadas hacia la felicidad eterna. Para definir el destino de las almas, el ángel de la muerte pondrá la mano sobre la cabeza del fallecido y hará que el espíritu se dirija hacia el último cielo dónde estará Alá, tras ello, será juzgado por los ángeles Mumkar y Nakir, y tras ellos, Alá, quien decidirá su destino.

El pensamiento islámico resulta semejante al pensamiento cristiano de lo que sucederá una vez muramos, el guión será el siguiente, un ser vendrá a buscar nuestra alma, la cual más tarde será juzgada a partir de nuestros hechos en nuestra vida terrenal, y dependiendo si la persona ha sido buena en relación a la religión que se siga, podrá “vivir” el resto de su existencia cubierto o bien de plenitudes y felicidad, o bien de castigos y pesares.

En el budismo, la muerte resulta cíclica, natural e inevitable, por lo que la concepción sobre esta es tranquila. La muerte pues resultará el principio de otra vida que se repetirá hasta llegar al Nirvana, al que se llegará cuando el fallecido haya aprendido lo suficiente acerca del plano espiritual. El nirvana en sí, es muy difícil de explicar porque resulta muy difícil de entender, es más, el rito funerario según esta religión se llama “rito de paso”. Según el budismo tibetano, la persona próxima a la muerte, se leerá el “Libro de Los Muertos” (Bar-do'i-thos-grol), el cual da ciertas ayudas de cómo resultará el estado intermedio entre las dos vidas o “Bardo”.

Este estilo de pensamiento también resultaría beneficioso a la hora de afrontar la muerte, principalmente porque no hay muerte, si no el comienzo de otra vida. Personalmente no he podido hablar nunca con una persona que practicara esta religión, pero considero que esta fe ayuda ya no solo a llevar la vida con mucha más calma y tranquilidad, sino a naturalizar un proceso normal que nos sucede a todos los seres vivos que habitamos este planeta.

Gracias a esta serie de ideologías, llegué al término de “Escatología”, el cual es el conjunto de creencias religiosas acerca de lo sucedido del más allá o en general todo lo que rodea tras la muerte. Este a su vez puede dividirse en la escatología general o anteposhistórica, que trata el final de la humanidad y el universo en general.

Por otro lado se encuentra la escatología particular o "*mosmortuoria*", la cual se encarga de todo lo que le sucede a los seres humanos una vez fallecen.

En el hinduismo, el objetivo llega con el final de la vida una vez se entre en comunión con todo lo que se encuentra más allá de la realidad terrenal, mezclándose con una especie de energía divina y la propia divinidad. Una vez así se liberará el karma, el cual determinará lo que sucederá con el cuerpo cuando se reencarne.

Para liberar el karma, se plantean cinco planteamientos, que serían Bhakti (Devoción y oración), Karma (Abnegación), Hatha (Ejercicios físicos y espirituales), Jnana (Encontrarse en estados iluminados) y Raja (Encuentro sagrado). Según esta religión las decisiones que hemos tomado serán determinantes a la hora de ver exactamente cuál sería nuestra reencarnación. La muerte como tránsito.

Una de las cuestiones acerca del hinduismo que me ha llamado la atención, han sido los rituales previos y tras la muerte, ya que en otras religiones no es tan común la realización de esos rituales antes de que la persona fallezca. En el hinduismo, bajarán de la cama a la persona y la situarán en el centro de un círculo de oraciones y le hacen beber agua de río Ganges.

Una vez fallece se realizará una celebración que durará 12 días, dónde no se podrá consumir carne, es costumbre que las mujeres entren en una especie de trance, al fallecido se le harán baños sagrados envuelto en paños blancos. Si se trata de un hombre casado, la viuda le dejará los signos de matrimonio a una mujer más joven, y los hijos se raparán el pelo. Finalmente, el cuerpo se embalsamará y cubrirá de flores, y finalmente se cremará y dejará en el río Ganges.

Quizá pueda resultar que este tipo de información no resulte realmente importante para este trabajo, pero he de decir que para todo aquello que pueda influir en la evolución y vivencia del duelo la fe supone una clave muy importante.

Desde mi opinión me gustaría decir que toda aquella persona que no se ve influenciada bajo ninguna religión, es decir atea o agnóstica, y que lo que ocurre tras la muerte le resulte un misterio o una simple desaparición de la vida eterna, les resulta mucho más difícil de sobrepasar y convivir con la pérdida de un ser querido, ya que, al menos en las religiones que he nombrado anteriormente, la pérdida resulta momentánea. Todas las religiones abrazan un "nos volveremos a ver", lo cual resulta un gran alivio para aquellos que se quedan.

Hay un autor teatral llamado Jonathan Larson, el cual dijo una frase acerca del duelo que me resulta importante para este trabajo, y es que el duelo, resultaría todo el amor que no se pudo llegar a dar. Personalmente estoy completamente de acuerdo con la idea de este autor. El simple hecho de pensar que no se sabe con exactitud si podrás volver a ver a aquella persona querida supone una ruptura con el cómo vives tu vida. La religión, supone una ayuda para hacer frente a estos procesos.

He querido tratar el duelo a través del arte principalmente porque personalmente al poder reflexionarlo de manera tangible ha hecho que la muerte, como hecho abstracto, extraño y dudoso tomará un carácter más fiable y estable. El hecho de poder compartir historias y poder observar que otras personas han vivido y están viviendo lo mismo te ayuda a guiarte de cierta manera hacia adelante, ya que te hace darte cuenta de que pese a la soledad que muy posiblemente estés sintiendo, no estás solo.

Por desgracia el duelo resulta un camino de piedras por el cual todos nosotros vamos a tener que transitar algún día, hasta que nos toque a nosotros averiguar lo que sucede cuando morimos. Este trabajo tiene como función naturalizar la pérdida, y ver que, aunque resulte un hecho desolador en nuestras vidas, nos sucede, como he comentado anteriormente, a todos nosotros.

El desarrollo del duelo resulta tan individual como personas hay en el planeta, pero en cuanto a la plasmación artística de este tipo de experiencias, se trataría pues de un campo en mi opinión bastante pobre, por lo que me parece necesario la introducción y realización de este tipo de aplicaciones hacia la evolución de estas vivencias. Decir que estas experiencias tan significativas en nuestras vidas dan lugar a unas representaciones pictóricas realmente interesantes, y que considero que deberían utilizarse más.

Esta técnica que he utilizado para traducir las experiencias de duelo y pérdida, podríamos decir que incluso que tiene un carácter más performático ya que no he actuado bajo ningún guión más allá de la historia escuchada en el mismo momento en el que realizaba las obras que sentía la necesidad de hacer.

Es por ello que el carácter de cada una de las obras es completamente individual, original y único. Algunas de las obras nos adentran en un viaje hacia un recuerdo tranquilo, sereno y cariñoso, mientras que en otras podemos observar la violencia, el shock y el repentino cambio incluso una tristeza profunda.

3. Referencias

Comentar que todas las imágenes tomadas como referencia se encuentran dentro del anexo 10.2. en el apartado de referencias visuales.

Frida Kahlo

Frida es una reconocida artista mexicana nacida en 1907, su obra se reconoce por narrar todo aquel sufrimiento que vivió, principalmente por el accidente que tuvo en su juventud que la dejó prácticamente en la cama por casi toda su vida. La obra que más me interesa de esta artista para con este trabajo se trata de *“Pensando en la muerte”*, realizada en 1943 (Figura 1).

La obra, como bien dictamina el título, nos evoca a aquellos pensamientos que frecuentaban su cabeza en los largos periodos en los que se encontraba postrada en la cama acerca de la muerte. La iconografía que rodea la imagen es realmente importante, pudiéndose encontrar en el fondo ramas de espino, que en la mitología prehispánica simbolizarían la muerte como paso hacia otra nueva vida. En la frente podemos ver una calavera, icono más claro de la propia muerte. Frida nos muestra su pensamiento acerca del más allá como lugar alejado del dolor que se encontraba sufriendo.

Giorgio de Chirico

El reconocido pintor metafísico Giorgio de Chirico plasmaba en sus obras decenas de escenarios extraños, buscando generar incertidumbre e incluso miedo. En la obra *“La angustia de la salida”* (Figura 2) podemos ver un tren a lo lejos y una pareja de personas que parecen estar despidiéndose. Esto se encuentra en el trasfondo de esta pintura, que trata de la muerte de su padre, que era ingeniero ferroviario, falleció cuando Chirico tenía tan solo 16 años. He querido nombrar a este artista dada su extrema relación con la base de este trabajo.

Exposición “Dar luz al dolor”, del 26 de noviembre al 9 de enero en Condestable

Se trata de una exposición que se llevó a cabo en el palacio Condestable de Pamplona. La propuesta colaborativa entre la Asociación Goizargi (Que presta ayuda a personas que se encuentran experimentando el duelo) y Maslow Industries (Colectivo artístico), trató de naturalizar y dar presencia a algo tan cotidiano como resulta ser la propia muerte a través de la visión artística de una serie de artistas que propusieron tanto obra individual como colectiva. La obra pudo verse dividida en varias secciones:

1. Morirse de improviso
2. Los rituales.
3. El dolor
4. El recuerdo, en la cual se pudo ver una serie de palabras de algunas personas que se encontraban viviendo el duelo en dicho momento.
5. La fragilidad de la vida

Entre los artistas que realizaron obra individual podemos encontrarnos a Mariano Royo, Carlos Cánovas, Pedro Salaberri, Ángela Moreno, Koldo Agarraberes, Elena Goñi, Nerea de Diego, Peru Galbete, Rubén Díaz Corcuera, Elisa Arteta, Fermín Díez de Ulzurrun, Adolfo Schlosser y Maite Mutuberria, Peio Izcue. En cuanto a la obra colectiva, se trataba de una serie de imágenes que formaban parte de la sección número 4 (Figura 3).

Erika Diettes “Río Abajo” 2008

Esta artista colombiana nos ofreció una muestra acerca de la realidad en la que se encontraba su país en cuanto a conflictos armados, enseñándonos así el gran impacto que ha tenido en la población. Esta serie de conflictos tuvieron en su mayoría el cometido de sembrar terror en los civiles, dejando así a su paso un gran número de víctimas, y con ellas el duelo por todas las pérdidas, que se vieron dificultadas por los continuos conflictos.

Además de que, en muchas ocasiones, los seres queridos no podían tener el propio cuerpo del fallecido debido a una serie de desapariciones, a lo que se le denomina “Duelo Infinito” por la complicación que supone hacer frente a la muerte de un ser querido al no poder tener su cuerpo. Esta artista relataría por medio de una serie de 26 fotografías, el recorrido que realizó por el país recopilando recuerdos y objetos de aquellas víctimas que

se llevaron estos conflictos. Los objetos fueron fotografiados en su estudio hundidos en agua, haciendo alusión a la siguiente frase que nos muestra la artista: “*Los ríos de Colombia son los cementerios más grandes del mundo*”. (Figura 4)

Exposición Grief and Grievance, New Museum 2021

La exposición que se llevó a cabo en el New Museum de Nueva York, fue una exposición en la que participaron 37 artistas a partir de los conceptos de duelo, conmemoración y pérdida en relación a la violencia racista que experimentan las comunidades negras en Estados Unidos.

La exposición se dividirá en las distintas plantas, albergando cada una temática dentro del duelo, pero en relación con la historia:

- Jack Whitten's *Birmingham* (1964).

Whitten produjo *Birmingham* (1964) pegando papel de aluminio sobre un panel de madera contrachapada que había ennegrecido con pintura al óleo. En el centro de la obra se encuentra una fotografía de un periódico en la que un policía ataca con un perro a un manifestante afroamericano durante la campaña por los derechos civiles en Birmingham. (Figura 5)

- Daniel LaRue *Freedom Now, número 1* (1963-1964)

Larue produjo *Freedom Now, number 1* inspirándose en los movimientos por los derechos civiles, en los que ocurrían diversos asesinatos. Recolectó varios objetos entre ellos, un pin en el que se encuentra escrito: “*Freedom Now*”, el cual resulta una reliquia para el Congreso de Igualdad Racial. Los objetos se encuentran oscurecidos por una resina utilizada para impermeabilizar barcos y alquitranar a personas en torturas públicas. (Figura 6).

- Procession de Jean-Michel Basquiat (1986).

La violencia histórica se vio mostrada en esta exposición principalmente por la abstracción, en la que artistas como Mark Bradford o Julia Mehretu, a raíz del movimiento de Black Lives Matter mostraron las cruentas situaciones de muerte, duelo y violencia racial vivida en esta época, denunciando así una emergencia nacional.

Jaramillo Serna, J. A. (2020). *Intervenciones psicológicas basadas en el arte para acompañar procesos de duelo: un estado del arte.*

La base de este artículo reside en la aplicación de la creatividad hacia los procesos del duelo tras una pérdida, así como potenciador de la misma, generando un deseo creador que nos da claridad ante la complejidad de la situación vivida ofreciéndonos un símbolo que represente la fina línea que separa la vida y la muerte.

Este autor también nos nombra la dificultad que ha encontrado a la hora de recabar información acerca del duelo más allá de los conceptos que abarca en los ámbitos psicológicos y de adaptación, ya que en sí el duelo resulta una experiencia que rompe en todas las cuestiones que aborda la persona que lo vive, entre ellas la creatividad, de la cual resulta casi imposible encontrar estudios y artículos relacionados con el desarrollo de esta durante la pérdida.

Nombra que algunos expertos en el duelo recomiendan la utilización del arte (En todos sus ámbitos) como medio terapéutico. Nos realiza un breve esquema acerca de las herramientas y técnicas y sus posibles usos en relación con las terapias psicológicas, en este caso de duelo. La pintura en concreto, se situaría vinculada directamente con las emociones, siendo la herramienta ideal para la exteriorización dada la carga afectiva que supone una pérdida, y, por consiguiente, el duelo.

Las pinceladas, las manchas, la unión de los colores, los símbolos, la directa relación con la pintura, generan en la persona que se encuentra en dicha situación una relación que conecta las más profundas emociones con el lienzo, así como con todos los elementos que unen dicha conexión. El dibujo, según el autor, ayuda a identificar los sentimientos y las situaciones que vive la persona, así como a darse cuenta de que la persona fallecida ya no está.

⁶ **Rodríguez Cristancho, D. F. (2016b). *El Arte como Proceso de Subjetivación del Duelo [Trabajo de fin de Grado, Universidad del Rosario]. CI. 63D N° 24-31.***

Este trabajo de fin de grado de Psicología de la Universidad del Rosario, hace una revisión literaria tratando de relacionar el duelo con el arte, para así entender hasta qué

punto puede llegar a intervenir el arte en esta clase de experiencias. En este caso, el enfoque es completamente psicológico, basándose en la línea del psicoanálisis.

La autora nos comenta que el arte, independientemente de la forma en la que se nos presenta, nos ayuda en cualquier caso a abrirnos los ojos hacia una nueva serie de enfoques y vivencias acerca del duelo, que podrían ayudarnos a conocer mejor esta vivencia y a aprender a llevarla.

Vista de Duelo y representación. (s. f.). Portal de Revistas UN.

El artículo que presento a continuación, se puede resumir en la función intensamente creativa que despierta el duelo, y la potencia de creación que puede albergar. Tras ello relaciona los procesos de creación en relación a algunos de los grandes escritores como Shakespeare unido a los procesos del duelo en obras como Hamlet.

Vista de Elaboración del duelo a través del arte: un acercamiento metodológico y conceptual. (s. f.). Universidad Católica Luis Amigó.

Este artículo realizado para la revista *Poiésis* abarca todo aquello que pueda englobar el duelo, en cuanto a significado y connotaciones, aplicando de esta manera el arte como forma fundamental para evolucionar el duelo. De este artículo hay varias cuestiones en concreto que me llaman la atención. Primero nombrar a J. Worden, una de las grandes figuras mundiales en cuanto a tratamiento de duelo.

Él mismo comenta que el duelo no se trataría solo de una serie de sentimientos que opacan la realidad de la persona que lo vive, sino que se trataría también de un proceso en el cual se deben realizar una serie de tareas a través de las cuales se irá familiarizando con la pérdida. Dichas tareas serían las siguientes:

- Aceptar la pérdida, reconocer que ha sucedido.
- Trabajar sobre las emociones y el dolor que conlleva la pérdida. (Físico y emocional)
- Adaptarse a alguna circunstancia en la que se viese envuelto el fallecido
- Aceptar lo sucedido y continuar viviendo nuestra vida de manera plena.

El arte como bien dice este artículo es un lenguaje universal, que nos permite expresar aquello a lo que no le podemos poner palabras. Por ello, se trataría del vehículo ideal para este tipo de experiencias, sobre todo por su ayuda en cuanto a mecanismo para la exteriorización, liberación, autodescubrimiento de nuestro mundo interior.

4. Objetivos

Este trabajo se podría resumir en un proyecto de arte terapia enfocado hacia la evolución hacia la aceptación y convivencia con las pérdidas experimentadas por medio de la traducción de las historias a obras gráficas, por lo que los objetivos serían los siguientes:

- **Crear un ambiente propicio para la persona que narra su experiencia.**

Mi labor resultaba ser crear un espacio cómodo y tranquilo en el que las personas pudieran sentirse libres de contarme los hechos, el cómo lo han vivido, y como han hecho frente ya no solo a la pérdida como tal, sino a todos los acontecimientos que han sucedido una vez ha sucedido la pérdida, es decir el duelo.

- **Plasmar gráficamente lo que de esa narración significa.**

Principalmente se trata de generar una especie de vínculo entre la persona en concreto y la superficie sumada con la pintura, se asume el hecho de que se ha generado un espacio cómodo y seguro para contar una experiencia tan íntima y necesaria de contar en mayor o menor medida.

Por lo que mi intención principal para con este proyecto resultaría tanto en plasmar aquellas vivencias con tanta carga emocional negativa en diversas superficies para así conseguir el entendimiento y reflexión de los mismos en conjunto con el hecho de contar las propias historias.

- **Ayudar a terceras personas a superar el duelo de un modo cómodo y novedoso.**

El trabajo se enmarcaba mucho más lejos que la plasmación de los relatos a distintas superficies, el simple hecho de hablar sobre el tema y el poder compartirlo ya suponía un punto realmente importante y básico, ya que muchas de las personas con las que he hablado, me han podido contar, que realmente no les había surgido ninguna oportunidad para comentar lo ocurrido, y que el hecho de poder volver a atrás y reflexionar acerca de ello ha sido beneficioso, ya que el naturalizar la pérdida y no guardarla como algo tabú, resulta un paso muy importante a la hora de evolucionar el duelo y llegar a aceptarlo.

Ya que he comprobado tras realizar diversos lienzos, que muchas de aquellas personas que me han contado sus situaciones, me han comentado que, no solo se han sentido mejor tras contármelas, sino que necesitaban poder hablar del tema, ya que como he comentado anteriormente, a veces resulta difícil encontrar una situación para contar algo tan íntimo y con tanta carga emocional.

- **Escuchar y generar un entorno cómodo basado en la empatía.**

Todas las personas que formaran parte de este proyecto, debían sentirse cómodas en todo momento, ya que, no quería que en ningún momento nadie se sintiera forzado a contarme nada que no quisiera.

Decir que antes de comenzar las sesiones, les pedía que, si en algún momento necesitaban parar, hablar de algo completamente distinto, o incluso cortar la llamada sin ningún previo aviso, podían hacerlo sin ninguna consecuencia.

5. Metodología

5.1 Planteamientos iniciales y primeras ideas

Partí de la idea de que quería poder llevar este proceso creativo como herramienta hacia una tercera persona, de manera que todo aquel que quisiera más adelante o bien contactar conmigo o bien realizarlo individualmente, tuviese la oportunidad de hacerlo. Pero debo decir que esta no fue mi primera idea para elaborar el trabajo de fin de grado.

Comencé sabiendo que quería de alguna manera tratar el duelo, o bien de manera individual, o bien de manera colectiva. Comencé a realizar varios bocetos acerca de la idea que quería tratar, ya que, en un primer momento, quería relacionarlo únicamente sobre el cáncer, (Tanto el fallecimiento y el duelo sobre el mismo, como la superación de este). Me di cuenta de que no podía cerrar el círculo para la elaboración de este trabajo, ya que las experiencias relacionadas con el duelo no tenían que ver únicamente con dicha enfermedad, ya que por desgracia ocurren a diario y de múltiples formas.

Hablar únicamente me limitaría mucho a la hora de encontrar personas que tuviesen las ganas necesarias para contarme sus experiencias, además, quería poder ofrecerle esta oportunidad a todo el mundo, de manera que todo aquel que quisiera poder expresar lo que sentía, recordaba y anhelaba contar, tuviera la posibilidad de hacerlo.

Tras debatir conmigo misma acerca del objetivo de este Trabajo, me di cuenta de que no debía quedarme únicamente en tratar de seguir entendiendo lo que a mí me estaba sucediendo, ya que lo había estado tratando en otra serie de asignaturas a raíz del término *Hogar* como planteamiento acerca de mi propio duelo.

No quiero decir con esto que enfocar este trabajo también hacia el hecho de llevar mi propio duelo pudiera considerarlo un tanto egoísta, pero me parecía excesivo el enfoque individualista al que se estaban dirigiendo mis trabajos.

Es por ello por lo que rechacé la idea de trabajar de nuevo en el proceso de duelo que estaba experimentando, sin descartarlo para otra serie de obras realizadas de forma simultánea de este trabajo de fin de grado.

5.2 Planing y timing realizados

Una vez planteada la idea de este proyecto, comencé a publicar en distintas redes sociales la idea del mismo para que de esta manera pudiera llegar a la mayor cantidad de personas posible, y una vez concretadas algunas reuniones, comenzar el proyecto.

Decidí organizarme de manera que pudiera realizar entre 1 y 2 obras a la semana, dándome la posibilidad de poder aplazarlas en el caso en el que me sintiera abrumada o bien necesitara cierto espacio mental para poder escuchar la siguiente historia, ya que mi intención primordial resultaba ser escuchar y generar un entorno cómodo basado en la empatía.

En un primer momento, intenté realizar 2 obras a la semana, pero me di cuenta de que me costaba más volver a realizar una nueva obra, aun así, ciertas semanas seguí realizando 2, al fin y al cabo, el proceso de duelo es independiente cada día desde mi perspectiva. Decir que aproximadamente cada obra la podía realizar en un espacio de entre 1 -3 horas.

Conforme iba realizando las obras, iba generando este mismo trabajo escrito, de manera que lo he ido avanzando de manera simultánea. A continuación, añado una tabla en la que se encuentra como me he distribuyendo el trabajo, tanto de la parte práctica como de la teórica.

Febrero	
Semana del 31 - 6	Planteamiento del proyecto, primera reunión
Semana del 7 - 13	Llamamiento a la gente por redes sociales
Semana del 14 - 20	Realización de la 1ª obra
Semana del 21 - 27	Realización de la 2ª obra
Marzo	
Semana del 28 - 6	Realización de la 3ª obra
Semana del 7 - 13	Memoria TFG;

Semana del 14 - 20	Realización de la 4ª y 5ª obra
Semana del 21 - 27	Realización de la 6ª obra
Semana del 28 - 3	Memoria TFG;
Abril	
Semana del 4 - 10	Realización de la 7ª obra
Semana del 11 - 17	Memoria TFG;
Semana del 18 - 24	Realización de la 8ª, 9ª y 10ª obra
Semana del 22 - 24	Memoria TFG;
Semana del 25 - 1	Realización de la 11ª y 12ª obra
Mayo	
Semana del 2 - 8	Memoria TFG;
Semana del 9 - 15	Realización de la 13ª y 14ª obra. Memoria TFG;
Semana del 16 - 22	Realización de la 15ª obra. Memoria TFG;
Semana del 23 - 29	Memoria TFG;
Semana del 30 - 5	Realización de la 16ª y 17ª obra. Memoria TFG;
Junio	
Semana del 6 - 12	Memoria TFG;
Semana del 13 - 19	Subir los archivos a "Deposita"
Semana del 20 - 26	Presentación del trabajo y defensa.

Figura 4: Cronología.

5.3 Aspectos técnicos: materiales y presupuesto

MATERIAL	CANTIDAD	€/unid	€/total
Lienzos 55 x 38 cm	4	5€	20€
Tablillas 30 x 40 cm	4	1,75€	7€
Tablillas 20 x 24 cm	2	1€	2€
Paleta de gouache	4	12€	48€
Óleos diversos	4	5€ aprox.	20€
Aguarrás	1	4€ aprox.	4€
Gesso	1	9€	9€
Marcos	17	6€ aprox	100€
		Total	210€ aprox.

Figura 5: Presupuesto.

6. Desarrollos y resultados de los trabajos

El desarrollo del trabajo voy a dividirlo en distintas partes para poder así entenderlo mejor, por una parte, el cómo realizaba en sí las obras, y por otro lado el cómo he desarrollado el trabajo en sí de manera total.

Voy a comenzar explicando el cómo realizaba las obras, y cómo disponía el espacio para poder realizarlas. Todo este trabajo lo he desarrollado en una habitación en la cual tenía al alcance de mi mano cualquier clase de herramienta que pudiera llegar a necesitar a la hora de realizar las obras, sin necesidad de levantarme e incluso pensar.

Tenía toda una serie de tubos de colores, tanto acrílicos, como óleos, pinceles de toda clase y grosor, tablillas, lienzos, lápices, rotuladores... Mi intención era realizar la obra completamente a ciegas para ser completamente fiel a la historia sin tener que tener la mínima necesidad de moverme, levantarme o simplemente descentrarme de lo que estaba escuchando. Las obras han sido desarrolladas de una manera casi impulsiva.

Lo primero que realicé una vez sabía la naturaleza de este trabajo fue realizar una especie de llamado por medio de las redes sociales, para que de esta manera, pudiese llegar todavía a más gente. De esta manera así podrían contarme la historia también personas fuera de mi entorno, de las cuales no conociera en absoluto sus experiencias, de esta manera, también conocería nuevas formas de vivir el duelo.

Tras ello propuse varias opciones para que me pudieran contar la historia lo más cómodo posible, por lo que podríamos hacer una videollamada, quedar en persona, hablar por una llamada telefónica o bien incluso por una serie de audios, al final entiendo que no siempre resulta un buen momento para contar esta clase de experiencias, y para no quitarles la oportunidad de poder hablar de esta clase de situaciones con alguien.

Tras ello poder verlo de manera gráfica, lo cual era mi objetivo, quise abrir todas las formas posibles sin quitar la personalidad que aporta el tono de voz. (Por lo que mensajes escritos no admití, aunque nadie quiso mandarme mensaje escrito únicamente, por lo que tampoco me vi en esa situación).

Decir que, si en algún momento no sabían que más responder, yo les ofrecía responder a las preguntas de: *¿Cómo te sentiste?*, *¿Cómo viviste tras lo sucedido y actualmente?*, *¿Cómo te enteraste?*, *¿Qué hiciste para entenderlo?*

Mientras escuchaba la historia, la iba recogiendo en la superficie que veía conveniente, impulsada por lo que escuchaba. Los colores no los elegí al azar, realmente los fui eligiendo los que más sentía en relación a lo que estaba sintiendo. Decir que las obras trataban de tenerlas terminadas una vez terminara de contarme su vivencia, para no alargar y extender más allá de lo necesario los recuerdos de esa persona.

Una vez acabada la historia, les ofrecía hablar de cualquier otra cosa que necesitaran hablar, o bien colgar directamente, para poder disipar un poco la gran cantidad de sentimientos negativos y malos recuerdos que se podrían haber llegado a acumular, Y tras ello, y agradecerles la confianza que habían tenido en mí al haberme contado algo tan privado.

7. Conclusiones

7.1 Análisis y comentario de los resultados obtenidos

Los resultados pictóricos obtenidos eran imposibles de prever, por lo que realmente el hecho de que las personas se animaran a contarme sus experiencias, se sintieran cómodas, escuchadas y respetadas, y que el resultado de las obras fuera acorde acerca de las sensaciones tanto de la persona cómo los míos en relación a la vivencia, era lo ideal.

Por lo tanto, puedo decir que el trabajo se ha desarrollado de la manera en la cual debía desarrollarse, por lo que estoy realmente contenta acerca de cómo se ha desarrollado desde el principio todo este proyecto.

Decir que este proyecto actualmente no lo continuaré, pero sí en un futuro, dado que en los próximos meses me gustaría poder seguir con este proyecto de manera completamente individual enfocado hacia mi duelo, para así poder superarlo completamente o todo lo mucho que se pueda sanar por el momento.

7.2 Valoración personal

Comenzar diciendo que personalmente estoy realmente contenta con el resultado de esta serie de obras que conforman este trabajo. Desde un primer momento, y pese a tener la idea completamente clara acerca de lo que quería realizar y cómo lo quería llevar a cabo, tuve algo de miedo acerca de cómo el escuchar este tipo de historias podría llegar a afectarme en mi propio duelo.

Decir que finalmente sí que me afectó escuchar las historias, aunque ante ello, decidí que dejar algo de tiempo entre historia e historia sería y resultaría la mejor opción para que esta clase de experiencias no me consumieran.

Es por ello por lo que quizá aun queriendo hacer la mayor cantidad posible de obras, (Para poder darle la oportunidad a más gente para realizar estas sesiones), no realicé una gran cantidad, para poder así, y como he comentado anteriormente, dejarme algo de tiempo a mí misma para curarme y ser fiel a la siguiente historia sin que me opacara la anterior o la mía propia.

Considero que el carácter de las obras unidas entre ellas, son muy distintas entre sí. Creo que se puede ver con claridad las historias de aquellas experiencias guiadas por vivencias realmente dolorosas, aquellas que no supusieron realmente mayor cambio en la perspectiva y la vida de la persona, o bien aquellas que realmente llegaron a resultar casi hasta un alivio.

Quiero comentar que estoy muy agradecida de todas las personas que me han contado aquella parte tan importante y privada de su vida, ya que entiendo que aun resultando algo tan difícil de tratar han tenido la valentía de contármelo.

El tema del duelo y la pérdida está rodeado de tabúes, y sé que el naturalizar la pérdida nos ayuda a ver que la muerte es algo que va a suceder por desgracia a nuestro alrededor hasta que se nos lleve a nosotros. Todo este tema me gustaría y voy a trabajarlo mucho más allá que el trabajo de fin de grado.

Por último me gustaría decir que todo lo que he ido leyendo e investigando a lo largo de este tiempo acerca de los procesos del duelo en relación a la terapia artística, tenían en todos los casos un carácter médico o psicológico, y aunque bien animaban a crear en estos momentos de inflexión, me hubiese gustado poder ver una opinión de un artista o

bien alguien que hubiese trabajado este aspecto de manera externa, ya que sí que es cierto que hay muchísimos artistas que han trabajado la pérdida, pero personal.

En mi caso he podido trabajarla en la asignatura de Construcción del discurso artístico, trabajando desde el concepto de hogar. En los anexos adjunto una serie de mapas conceptuales y trabajos que me han ayudado a realizar este trabajo, ya que, si no hubiese podido trabajar mi pérdida, hubiera sido completamente imposible hacerle frente a la pérdida de otras personas.

Decir como conclusión final, que animo a toda aquella persona que esté experimentando una situación ya no solo de pérdida, sino cualquiera que suponga un cambio vital en cualquiera de los sentidos, a abrazar la práctica artística como traductor de emociones, vivencias y recuerdos.

8. Fuentes consultadas

8.1 Bibliografía

Jaramillo Serna, John A. (2020). *Intervenciones psicológicas basadas en el arte para acompañar procesos de duelo: un estado del arte.*

<https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/article/view/64538/4564456554468>

Bonett, Piedad. (2013). *Lo que no tiene nombre.* Alfaguara

Rodríguez Crisanchó, Diana F. (2016). El Arte como Proceso de Subjetivación del Duelo.

https://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/12781/RodriguezDF_TG2_162.pdf

Dias Angelo de Souza, Carla J. (2018) *Muerte y representación en la Edad Media: consideraciones sobre la imagen, la iconografía de la muerte y la influencia de la Peste Negra en el surgimiento de los temas macabros.*

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6881336>

Chiriboga, M. E. (2015). *El trabajo clínico a través del arte como instrumento para la elaboración del duelo asociado al abandono parental.* Pontificia Universidad Católica del Ecuador Facultad de psicología, Quito.

<http://repositorio.puce.edu.ec/handle/22000/10593>

8.2 Recursos de Internet

DAR LUZ AL DOLOR, exposición sobre arte y duelo. (s. f.).

Goizargi. <https://goizargi.org/dar-luz-al-dolor-exposicion-arte-duelo-condestable/>

Alayza, M. M. A. (2018). *La muerte domada: representaciones del cuerpo muerto en el arte a través del biopoder, desde su cercenamiento en la edad media hasta su preservación en la modernidad* [BachelorThesis, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/15223>

vértigo | *Diccionario de la lengua española (2001)*. (s. f.). «Diccionario esencial de la lengua española». <https://www.rae.es/drae2001/vértigo>

Pérez, K. (2019, 12 de julio). *El día que murió Frida Kahlo y las polémicas que se desataron - México Desconocido*. México

Desconocido. <https://www.mexicodesconocido.com.mx/el-dia-que-murio-frida-kahlo.html>

Google Arts & Culture. (s. f.). Google Arts & Culture. <https://artsandculture.google.com/>

pérdida | *Diccionario de la lengua española*. (s. f.). «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. <https://dle.rae.es/pérdida>

Arteterapia: Definición, Origen, Fundamentos y Ámbitos de Actuación | *ddf*. (s. f.). Divulgación Dinámica | Cursos Online y Formación a distancia. <https://www.divulgaciondinamica.es/blog/arteterapia/>

Varona, R. (2009, 18 de junio). *Ritos funerarios de la religión Budista*. La Vanguardia. <https://www.lavanguardia.com/vida/20090618/54403340355/ritos-funerarios-religion-budista.html#:~:text=Para%20los%20budistas.%20la%20muerte.ver%20la%20Verdad.%20a%20Realidad.>

Colaboradores de los proyectos Wikimedia. (2004, 18 de noviembre). *Escatología - Wikipedia, la enciclopedia libre*. Wikipedia, la enciclopedia libre. <https://es.wikipedia.org/wiki/Escatología>

Pensando en la muerte. (s. f.). La Cámara del Arte. <https://www.lacamaradelarte.com/2021/04/pensando-en-la-muerte.html>

Vista de Duelo y representación. (s. f.). Portal de Revistas UN. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/jardin/article/view/27243/27518>

Vista de Elaboración del duelo a través del arte: un acercamiento metodológico y conceptual. (s. f.). Universidad Católica Luis Amigó. <https://revistas.ucatolicaluisamigo.edu.co/index.php/poesis/article/view/1560/1329>

Las etapas y las tareas del duelo. (s. f.). Dirección General de Incorporación y Revalidación de Estudios (DGIRE) – DGIRE. https://www.dgire.unam.mx/contenido_wp/documentos/bienestar-emocional/etapas.html

Giorgio de Chirico. (s. f.). *The Anguish of Departure - Giorgio de Chirico - Google Arts & Culture*. Google Arts & Culture. <https://artsandculture.google.com/asset/la-angustia-de-la-salida-giorgio-de-chirico/MwG5-HNjUO3pAw>

Birmingham. (s. f.). Haus Der Kunst. <https://postwar.hausderkunst.de/en/artworks-artists/artworks/birmingham>

Daniel LaRue Johnson. *Freedom Now, Number 1. August 13, 1963 - January 14, 1964* | MoMA. (s. f.). The Museum of Modern Art. <https://www.moma.org/collection/works/80764>

Grief and Grievance: Art and Mourning in America. (s. f.). New Museum. <https://www.newmuseum.org/exhibitions/view/grief-and-grievance-art-and-mourning-in-america-1>

Artículos

Jaramillo Serna, J. A. (2020). Intervenciones psicológicas basadas en el arte para acompañar procesos de duelo: un estado del arte. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 15, 1–10. <https://doi.org/10.5209/arte.64538>

Rodríguez Cristancho, D. F. (2016). *El Arte como Proceso de Subjetivación del Duelo* (Publicación n.º CI. 63D N° 24-31.) [Trabajo de fin de Grado, Universidad del Rosario]. https://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/12781/RodriguezDF_TG2_162.pdf?sequence=1

Creencias islámicas respecto a la muerte y análisis sobre su impacto en la donación humana. (s. f.). Revistas indexadas - Pontificia Universidad Javeriana. [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/UMED/59-4%20\(2018-IV\)/231056644009/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/UMED/59-4%20(2018-IV)/231056644009/)

Proceso Creativo, Arte y Psicopatología | Díaz Curiel | *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*. (s. f.). <http://www.revistaaen.es/index.php/aen/article/view/16762/16601>

8.3. Recursos cinematográficos

Un monstruo viene a verme. (2016). España: Juan Antonio Bayona.

La tumba de las luciérnagas. (1988). Japón. Studio Ghibli.

Más allá de los sueños. (1998). Estados Unidos. Vincent Ward.

Soul. (2020). Estados Unidos. Pixar

Sobrevivir a la muerte. (2021). Estados Unidos. Netflix.

9. Índices de Figuras e Índices de Tablas

Figura 3. Conceptos clave.....9

Figura 4. Cronología.....23

Figura 4.
Presupuesto.....24