

REQUIERO CUIDADO: ATTE EL CUIDADOR

La emocionalidad de un cuidador familiar expresada en una obra de arte



CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACIÓN ARTÍSTICA
25 DE OCTUBRE DE 2019



Proyecto investigación creación

"REQUIERO CUIDADO. Atte: El cuidador"

Línea de investigación

Didácticas Específicas

VALENTINA NARVAEZ BARRIGA

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Facultad de Educación

Licenciatura En Educación Básica Con Énfasis En Educación Artística

Bogotá 2019

"REQUIERO CUIDADO. Atte: El cuidador"

Línea de investigación

Didácticas Específicas

VALENTINA NARVAEZ BARRIGA

DIRECTOR

DIEGO FELIPE GAITÁN LOZANO

ASESOR

HÉCTOR REMEGIO CADENA GARCÍA

Proyecto de investigación creación, para optar por la titulación de Licenciados en Educación Básica con
Énfasis en educación Artística

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Facultad de Educación

Licenciatura En Educación Básica Con Énfasis En Educación Artística

Bogotá 2019

Notas de aceptación

Firma del presidente del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

Bogotá 2019

AGRADECIMIENTOS

Quiero decir unas palabras de agradecimiento a las personas que me dieron su apoyo y ayuda en la elaboración de esta tesis. En primer lugar, a mi tutor Héctor Remigio Cadena García y director Diego Felipe Gaitán por su paciencia, comprensión y apoyo durante la creación de mi proyecto de grado. También dar gracias a Lorena Vásquez, María Alejandra Gonzales, Laura Daniela Torres y Nicolás Cárdenas, compañeros de carrera por su atención y colaboración en el diseño de mis obras de arte.

Expreso los agradecimientos a Juan David Puentes Cardoso por el acompañamiento y apoyo, a mi mamá María Cristiana Barriga Afanador por ser la inspiración de esta obra.

Ficha RAE

1. Autores

Valentina Narvaez Barriga

2. Director del Proyecto

Diego Felipe Gaitán Lozano

3. Título del Proyecto

"REQUIERO CUIDADO. Atte: El cuidador"

4. Palabras Clave

Cuidador, Catarsis, Artes Visuales, Sentimientos

5. Resumen del Proyecto

"REQUIERO CUIDADO. Atte: El cuidador", es una puesta visual de carácter emocional que es llevada a cabo gracias a la vivencia y situaciones de un cuidador, que en este caso soy yo, la creadora; donde una persona se convierte en cuidador y sufre diferentes cambios en sus hábitos, dejando su propia vida en un segundo plano.

Una obra artística que se convierte en un medio de comunicación, expresión y catarsis que permite reflejar las emociones más concurrentes de un cuidador y sus aprendizajes.

6. Grupo y Línea de Investigación en la que está inscrita

Grupo de investigación: Ambientes de aprendizaje

Línea de investigación: Didácticas específicas

7. Objetivo General

Crear una obra visual, que permita reconocer los sentimientos de un cuidador.

8. Referentes conceptuales

Cadena García, H. R

Caser fundación,

Corbin, J,

Kandinsky, W

Historiadelarte

Molina, S

Nasser, E

Phillips, W

PSICOACTIVAmujerhoy

9. Metodología

Ese trabajo es un producto de una investigación creación, el cual se basa en un trabajo intuitivo, donde se fueron explorando técnicas de escultura con yeso puestas en pinturas con acrílicos para la representación de los diferentes cuadros. Por lo anterior, es una puesta visual que se compone de 5 cuadros que representan los sentimientos más concurrentes de un cuidador.

Los cuadros estarán ubicados de tal forma que se logre visualizar que sentimiento llega hacer más concurrente, por esto mismo el orden es el siguiente: Frustración, Rabia, Encierro, Tristeza y Alegría.

10. Recomendaciones, aprendizajes y Prospectiva



11. Referentes bibliográficos

- Cadena García, H. R. (2019). Estrategias educomunicativas en la reconfiguración identitaria de la comunidad conversa al islam de la escuela Imam Yafar As Sidiq de la ciudad de Bogotá, Colombia. Obtenido de Universidad Tecnológica de Pereira: <http://hdl.handle.net/11059/9879>
- Caser fundación. (s.f). DEFINICIÓN DE CUIDADOR FAMILIAR. Recuperado de <https://www.fundacioncaser.org/autonomia/cuidadores-y-promocion-de-la-autonomia/cuidadores-familiares/definicion-de-cuidador-familiar>
- Corbin, J. (2016). SIGNIFICADOS Y CURIOSIDADES DE LOS COLORES. Recuperado de <https://culturainquieta.com/es/inspiring/item/10923-significados-y-curiosidades-de-los-colores.html>
- Kandinsky, W. (1989). De lo espiritual en el arte. Recuperado de <file:///C:/Users/User/Downloads/30760245-kandinsky-vassily-de-lo-espiritual-en-el-arte-pdf.pdf>
- Historiadelarte. (s,f). Gustav Klimt. Recuperado de <https://historia-arte.com/artistas/gustav-klimt>
- Molina, S, (2001). La investigación de segundo orden en ciencias sociales y su potencial predictivo: el caso del proyecto de Identidad y tolerancia. Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales. Recuperado de <http://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=4211830>
- Nasser, E. (15 de 09 de 2019). *Las emociones reprimidas se transforman en enfermedades aprende a expresar tus emociones*. Recuperado de www.familias.com: <https://www.familias.com/las-emociones-reprimidas-se-transforman-en-enfermedades-aprende-a-expresar-tus-emociones/>
- Phillips, W. (2016). DAVE EL AFARERO. Recuperado de <http://fepal.org/wp-content/uploads/256-esp.pdf>
- PSICOACTIVAmujerhoy. (s,f).Catarsis emocional, el proceso de liberación emocional. Recuperado de <https://www.psicoactiva.com/blog/catarsis-emocional-proceso-liberacion-emocional>

Contenido

Tabla de Imágenes	0
INTRODUCCIÓN.....	0
SU DOLOR ME LLENO DE GANAS DE GRITAR: GÉNESIS DE LA IDEA.....	1
DIÁLOGOS DE TEXTOS Y CONTEXTOS	3
DE LAS IDEAS Y EL DIALOGO A LAS ACCIONES CREATIVAS.....	14
REFLEXIONES Y APRENDIZAJES.....	45
REFERENTES.....	48

Tabla de Imágenes

Ilustración 1. Mi cuerpo en la obra, preparación para la recreación de la expresión facial.....	16
Ilustración 2. Técnica de elaboración de máscara de la frustración.....	17
Ilustración 3. Pieza de la frustración	18
Ilustración 4. Técnica de elaboración moldes del cuerpo.....	19
Ilustración 5. Técnica de elaboración moldes del cuerpo.....	20
Ilustración 6. Técnica de elaboración moldes del cuerpo.....	21
Ilustración 7. Técnica de elaboración moldes del cuerpo.....	21
Ilustración 8. Técnica de elaboración moldes del cuerpo.....	22
Ilustración 9. Técnica de elaboración moldes del cuerpo.....	23
Ilustración 10. Técnica de elaboración de máscara.....	24
Ilustración 11. Pulido de la pieza del puño	25
Ilustración 12. Pulido de máscara.....	26
Ilustración 13. Diseño de volumen técnica espumado	27
Ilustración 14. Elaboración máscara de la alegría.....	28
Ilustración 15. Proceso de barnizado, pieza de la alegría	29
Ilustración 16. Diseño de volumen sobre el cuadro del encierro	30
Ilustración 17. Utilización de instrumentos para texturización.....	31
Ilustración 18. Diseño de volumen intuitivo.....	32
Ilustración 19. Impresión táctil.....	33
Ilustración 20. Manos escondidas en el lienzo.....	34
Ilustración 21. Pieza fallida.....	35
Ilustración 22. Imprimación de pintura	36
Ilustración 23. Composición tonal, cuadro de la alegría	37

Ilustraci3n 24. Creaci3n intuitiva	38
Ilustraci3n 25. Imprimaci3n de pintura cuadro de La rabia	39
Ilustraci3n 26. Imprimaci3n de pintura cuadro del encierro	40

INTRODUCCIÓN

El proyecto “REQUIERO CUIDADO. Atte.: El cuidador” surge de la interacción de dos ideas diferentes, una conceptual basada en la reflexión acerca de la situación de los cuidadores y la posibilidad de utilizar el arte como catarsis; y una idea contextual, basada en mi propia experiencia como cuidadora, las consideraciones socio culturales y las repercusiones del quehacer artístico en cuanto a mi contexto psicológico y mis procesos de auto reflexión.

Desde allí, debo empezar por explicar que las personas que cuidan de algún ser querido con capacidades diferentes, llevan en sus hombros una carga emocional y física muy grande por la responsabilidad adquirida con su cuidado. Es así como la vida de los propios cuidadores pasa a un segundo plano y cuando cargan cotidianidad con presión social y represión de sus propias necesidades. Los cuidadores llegan a darle más importancia a los requerimientos de la persona que están cuidando que a las propias, dejando a un lado su vida, actividades favoritas, vida social e incluso su propia salud.

El objetivo del proyecto “REQUIERO CUIDADO. Atte: El cuidador” es la producción de una serie de obras plásticas que fueron surgiendo como forma catártica de expresión, respecto a las situaciones y emociones sentidas por un cuidador familiar. La idea es identificar en ellas y exponer los diferentes sentimientos que llegan a estar presentes en su cotidianidad y que al mismo tiempo fueron el origen de la creación de las obras.

SU DOLOR ME LLENO DE GANAS DE GRITAR: GÉNESIS DE LA IDEA

El tema que trato en esta obra, surge de distintos cambios –drásticos y paulatinos, pero siempre fuertes- que llegan a tener algunas personas frente a su vida, cuando se enfrentan al reto de convertirse en cuidador de algún ser querido.

Las personas que cuidan de algún ser querido que tiene una capacidad diferente, de alguna forma logran sentir que sus vidas llegan a estar un poco reprimidas y más aún, se sienten con mucha carga emocional y física. Todo lo anterior, por la percepción que llega a tener el cuidador sobre el peso de la responsabilidad de hacerse cargo de ese tipo de personas. Más aun, ante ello, se encuentra la encrucijada que significa el ver que su propia vida –la del cuidador- llega a convertirse en algo que se debe atender en un segundo plano, ya que en una parte o momento de esa etapa por la que se pasa, llegan a darle más importancia a las cosas de la persona que están cuidando que a las suyas, dejando a un lado su vida, actividades favoritas, vida social e incluso su propia salud.

Bueno, pero en esa orden de ideas, ¿de qué quiero hablar realmente con mi creación? Del cuidador, de su vida y en ello de sus emociones. Sin embargo se hace necesario que mencione primero que existen diferentes tipos de cuidador como: cuidador informal, cuidador formal y cuidador principal o familiar, mi caso se encuentra tipificado bajo el “cuidador principal o familiar” ya que soy una persona que cuida de su madre desde hace un tiempo no muy lejano, y realmente para mí ha sido algo significativo, pero a su vez ha influido bastante en mi vida, porque realmente siento que ella es como si fuera mi bebé y muchas veces por cuidarla me cohibo de realizar actividades que realizaba antes de que avanzara su enfermedad huérfana y poco conocida en Colombia.

Cómo lo expuse anteriormente la vida de un cuidador pasa a ser un segundo plano, ya que últimamente tienen como prioridad realizar actividades y ante todo estar pendiente de todas las cosas tanto médicas y personales de su ser querido, dejando a un lado su vida social, viajes, salidas con amigos e incluso algo tan simple como lo es ir a la tienda o a un parque cercano a la casa.

Al principio de este cambio que fue surgiendo, las cosas para un cuidador llegan a ser incluso fáciles, pero a medida que va pasando el tiempo la enfermedad del ser querido va

avanzando hasta el punto de convertirlo en una persona que no puede valerse por sí sola, que depende de la ayuda de los demás con mayor detenimiento, generando en el cuidador un mayor compromiso para con él paciente.

El cuidador algunas veces se siente bajo control y juzgamiento por parte de su entorno más cercano, esto genera que el cuidador de cierta forma llegue a sentir frustración y tristeza ya que no se siente valorado en su trabajo, con un trabajo siempre agotador; un trabajo que adiciona también, a las cosas propias del hogar y a las necesidades personales e íntimas, las del paciente: tomar un baño, lavarse la boca e incluso algo tan simple como pararse de la cama. Realmente se puede decir que el cuidador llega a madurar frente a muchas cosas y hacer más responsable, pero también llega a extrañar los cuidados y detalles que su ser querido llegaba a tener con él, cuando ese paciente era quien debería proporcionarle cuidados, -en el caso de un padre o de su madre-. Nadie imagina lo que le significa a una persona que debería ser quien recibe cuidado, cuidando y con dinámicas múltiples paralelas, como lo son cargar un bolso con pañales, bastón, caminador y conducir una silla de ruedas, en la que moviliza a la persona que ama, a quien cuida, ya sea para ir a una cita médica o incluso para salir a tomar el sol a un parque.

El agotamiento y frustración del cuidador que siente el cuidador, muchas veces causa pensamientos negativos, depresión, ansiedad y otras afectaciones que permanecen latentes, en búsqueda de un canal de liberación, pero que además van en aumento paulatino, carcomiendo las mismas entrañas emocionales y luego físicas del cuidador.

Es por ello que, como artista buscó por medio de las artes plásticas y de la catarsis, una forma de cómo expresar y liberar dichos sentimientos o situaciones por las cuales he pasado. Es así como mi utopía moderada busca ser una forma de expresión capaz de ser recibida por tantas personas que desconocen esta realidad que viven los cuidadores y, quizás con ello, generar momentos especiales de reflexión frente a este tipo de realidades, frente a las diferentes situaciones que se llegan a presentar en un día común y corriente.

Por lo anterior, este proyecto tiene como objetivo realizar un conjunto de obras plásticas que irán surgiendo de forma intuitiva que sirvan como medio de expresión y liberación frente a la opresión y los sentimientos que llega a sentir un cuidador en su rutina diaria, como un canal de liberación por medio de las artes plásticas.

En consecuencia, mi obra, se apoya en el uso de diferentes materiales que de cierta forma me ayuden a expresar y a plasmar lo que estoy pasando, logrando desahogar de forma artística dichas dolencias emocionales y físicas que me pueden estar afectando en ese mismo

instante en que con amor se cuida a alguien, para así mismo crear una galería artística plástica que pueda ser enseñada a un público diverso y quizás poco cercano a la realidad vivida por mí, como cuidadora y autora.

DIÁLOGOS DE TEXTOS Y CONTEXTOS

Desde el inicio y la construcción de este proyecto se tuvo que tener en cuenta los diferentes temas que vinculan los elementos sobre los que giran mis reflexiones y las de las que quiere generar la obra: las emociones reprimidas, oprimidas, la dependencia del cuidador, la necesidad de catarsis y lo que los símbolos llegan a ser como factor importante para el mismo sentir del cuidador.

Para empezar, quise darle un orden a la construcción de los temas mencionados, ya que estos mismos fueron surgiendo uno del otro, desde antes de convertirme en cuidadora de una persona discapacitada.

Antes que nada, debo mencionar que un cuidador familiar llega a sentir diferentes sentimientos convertidos en emociones reprimidas y oprimidas que llegan a jugar un papel en contra de sí mismo, porque son diferentes sentimientos que empiezan a crear literalmente en el cuidador una gran joroba de cargas. En el momento en el que el cuidador se entera de la enfermedad que padece su ser querido, en ese mismo instante llega a sentir que su vida va a dar un giro: por un lado el sentimiento por la persona amada que sufre de la enfermedad y por otro, el panorama mismo del cambio en la propia vida representada en los retos que se abren en el panorama de su vida.

A medida que va pasando el tiempo la enfermedad del ser querido va avanzando y el cuidador deja de hacer muchas cosas que anteriormente realizaba en un día común y corriente, todo por ayudar y acompañar a ese ser querido.

Con el tiempo, algunos cuidadores llegan a sentirse un poco reprimidos, ya que en algunas ocasiones llegan a extrañar y anhelan hacer cosas que antes podían hacer y que incluso aquellas que aún no se han podido realizar y que permanecen como sueños. Es en este momento dónde esas personas empiezan a adquirir la identidad de un cuidador. Nasser (2019) afirma:

“Contenemos mucho de lo que sentimos porque creemos que no es importante decirlo o que el hecho de expresarlo puede causarnos inconvenientes. La cuestión es que justamente, en muchas ocasiones, esos inconvenientes aparecen porque no expresamos a tiempo y con claridad aquello que nos aqueja. Saber cómo expresar un estado de ánimo requiere conocimiento de nosotros mismos, además de tener presente que las palabras bien pensadas y bien dichas favorecen una comunicación respetuosa con las personas más cercanas, especialmente con los familiares” (p.1).

Con respecto a lo que menciona Nasser, más de una vez los cuidadores familiares han intentado en algún momento hablar con su familia, para que de cierta forma los ayuden, ya que al dedicar gran parte de su tiempo no sólo físico sino mental, se va generando en ellos problemas de salud y sentimiento frustrantes. Muchas veces las personas que llegan a convertirse en cuidador no adquieren por sí mismos este rol, sino que las personas que se encuentran a su alrededor comienzan a dárselo. Es en ese sentido, cuando Cadena (2019) (2018), definiendo esos cambios profundos en la persona y en su auto reflexión, menciona: “considero prudente reconocer algunos elementos generadores de la crisis identitaria”, que para el caso de esta investigación se traduce en el dolor propio a nivel emocional al ver los cambios generados en la dinámica de vida, que no corresponde a las aspiraciones ni al rol que debería estar asumiendo si no se hubiese presentado la situación médica de su familiar.

Por eso mismo se puede decir que las personas que le dan un rol a otras personas están influyendo en el cambio a una nueva identidad y esto puede llegar a generar una crisis identitaria en el nuevo cuidador, quienes llegan a perder incluso parte de la fuerza de sus manos, las cuales se cansan muy rápido al momento de realizar trabajos, incluso en algo tan sencillo como lo es comer cogiendo los cubiertos.

Ante ello, Nasser (2019) afirma:

Desde esta perspectiva queda claro que es inevitable controlar dónde, cuándo y cómo sentir una determinada emoción, pero no negarlas: una emoción fuerte no expresada, siempre deriva en una enfermedad, en una somatización. Nadie puede prever que la semana entrante experimentará la tristeza como para prepararse para superarla

o evitarla. Las emociones entran y salen de nuestra vida con la presteza de los vientos. En un mismo día podemos vivir diferentes emociones: pasar de la alegría al enojo, o de la sorpresa al temor. Pero, si bien no podemos tener control sobre las emociones, sí podemos identificarlas y, por lo tanto, expresarlas (p.1).

En ese mismo sentido, el trato que algunas veces la familia le da al cuidador y todas las cargas que deben asumir, tanto de su ser querido como las del hogar, logran causar en el cuidador ciclos, secuencias y circuitos de emociones que cada vez lo alejan más de la felicidad y giran entorno, la mayoría de veces, en la tristeza y a la frustración.

Estos ciclos, estas secuencias, se asemejan a lo que Cadena (Cadena García, 2019) describe cuando habla de los rituales como:

la ejecución de actos, las formas en que se desarrollan las acciones, la inmutabilidad de los actos -que deben ser iguales a los anteriores por el sentido que envuelven en sí, expresiones y codificaciones propias del acto que enriquecen y afirman el sentido, aunados a la simbología asociada a uso de elementos (p.61).

Con respecto a lo que se citó anteriormente, muchas veces la vida del cuidador se convierte en una rutina e incluso a esto se le puede llamar "ritual". Cuando el cuidador empieza a cuidar en forma a su ser querido, al principio se siente muy feliz y lo sigue sintiendo, ya que a la persona que se encuentra cuidando la aprecian demasiado y es alguien muy importante para ellos, realmente siempre el cuidador querr lo mejor para ese ser, pero con el tiempo se llega a sentir muy agotado puesto que no tiene vacaciones y tampoco tiene derecho de cierta forma a descansar.

De all, veo necesario describir lo que es un cuidador familiar, retomando lo que define la fundación Caser:

"El término "cuidador familiar" se utiliza para describir a aquellas personas que habitualmente se encargan de ayudar en las Actividades Básicas de la Vida Diaria a personas (mayores,*

enfermas o discapacitadas) que no pueden desempeñar estas funciones por sí mismas.

Normalmente, se trata de un familiar cercano (la inmensa mayoría mujeres) que, además de proporcionar los cuidados necesarios que aseguren a la persona en situación de dependencia una calidad de vida adecuada, debe continuar realizando las labores propias del mantenimiento del hogar.

La tarea de cuidar no se puede definir en el tiempo, ya que en ocasiones sólo se trata de unos pocos meses, pero en otras, de largos años que afectarán lógicamente a todo el entorno del cuidador. Por eso, no hay que olvidar que cuidarse a sí mismo es tan importante como cuidar. A veces la situación de dependencia llega de manera repentina y otras veces el cuidador va viendo poco a poco cómo su familiar cada día precisa más ayuda para moverse. Cualquiera de las dos situaciones supone un desgaste físico y psicológico que puede afectar seriamente a su salud” (Caser fundación, p. 1).

Como menciona Caser fundación, he logrado identificar que soy un cuidador familiar, realmente al leer lo que cité anteriormente, logré sentirme identificada con su definición ya que realmente explica e informa de manera concreta sobre la labor que tiene una persona de ese tipo, la misma que yo ejerzo, al momento de cumplir el rol como lo es el de cuidar “cuidador”. De igual forma, esta definición me permitió identificar que también la dependencia llega de una forma inesperada, también me hizo entender que de cierta forma y a pesar de que ya lo sabía la vida del cuidador gira en torno a la persona que cuida.

La vida del cuidador como se menciona anteriormente, gira en torno a la del ser querido, llega a ser bastante frustrante y pues nuevamente haciendo referencia a las emociones, esta situación llega hacer un poco complicada, ya que la independencia y privacidad que normalmente llega a tener una persona común y corriente, de cierta forma esto no existe para este tipo de cuidador, por lo mismo que no le queda tiempo y el poco tiempo que le queda “ para él” lo llega dedicar en ir a estudiar o en otras actividades. Muchas veces el estudio se convierte para él, en una ayuda para salir de la rutina que lleva dentro de su hogar y de la frustración que más de una vez llega a sentir.

Por todo lo que se mencioné anteriormente, este proyecto tiene como fin, por medio de la expresión catártica, crear un canal de liberación de sentimientos oprimidos. Durante este proceso, este proyecto siempre va a ser un poco complejo y complicado al momento de realizar la construcción de las diferentes obras, ya que pienso que es un proceso un poco denso y complejo. Kandinsky (1989) afirma: “En el momento en que el alma humana viva una vida más intensa, el arte revivirá, ya que el alma y el arte están en una relación recíproca de efecto y perfección” (p,105) por lo mismo se busca mostrar cómo una persona desde la expresión catártica puede de cierta forma liberar aquellas cargas emocionales que presenta.

Expresar nuestras emociones sin filtros, de la manera más pura y fiel a cómo las sentimos se denomina catarsis emocional. Un proceso íntimo e intenso que en ocasiones puede ser visto como peligroso, pero que en realidad es de lo más liberador.

El concepto de catarsis fue introducido por Aristóteles para referirse al proceso de “purificación” que podían experimentar los espectadores de la tragedia sobre sus bajas pasiones, al observar la interpretación de las emociones profundas y movilizadoras por parte de los actores. Pero fue Freud quien lo rescató más adelante y lo aplicó al ámbito psicoterapéutico para denominar al proceso de descarga y alivio de la tensión emocional (PSICOACTIVA, p,1)

Cómo se logra interpretar en la anterior cita, la catarsis cumple un papel fundamental valga la redundancia en este proyecto, ya que es un método de descarga, es decir, de liberar toda la energía y algunas de esas emociones que se encuentran reprimidas y oprimidas y que de cierta forma no son fáciles de expresar frente a los demás e incluso de ser aceptadas por el mismo.

En la actualidad, la sociedad nos invita a no expresar lo que sentimos, sobre todo aquello que no está bien visto como un llanto intenso y descontrolado, una explosión de ira o rabia o simplemente, sentimientos de malestar. Es decir, nos impide expresar nuestras emociones y fomenta su represión, lo que conlleva que vayamos guardándolas en lo más profundo de nosotros.

No obstante, toda expresión emocional por muy abrupta que sea necesita ser validada y no censurada, por mucho que queramos pensar lo contrario; ya que cada emoción que experimentamos es una parte de nosotros y un pedacito de nuestra esencia (PSICOACTIVA, p,1)

Por otra parte, si vemos la obra de tipo catártico, también la podemos asociar con algunos símbolos, en este caso como son los elementos representativos de los sentimientos reprimidos los símbolos llegan a tener un significado importante, ya que de cierta forma sirven y ayudan a poder identificar algunos sentimientos y así mismo a diferenciarlos de los demás

Por ejemplo, una forma de ser y de unir los símbolos con la catarsis es la gesticulación que puede hacer una persona frente algún sentimiento sin necesidad de hablar por ejemplo el amarillo podemos hacer referencia que es un color alegre a comparación del color gris que se puede decir qué es un estado un poco solitario e incluso triste. Por esto mismo las piezas que se van a utilizar para los diferentes cuadros llegan a ser símbolos. Kandinsky (1989) afirma:

Por otra parte, un cuadro no es bueno porque la exactitud de sus valores (los valeurs inevitables de los franceses), o porque esté casi científicamente dividido entre frío y calor, sino porque posee una vida interior completa (p,103).

Anteriormente se estuvo mencionando los temas que se van a manejar desde la parte teórica, ahora vamos a partir un poco sobre la parte de la educación o pedagogía, para la realización de este proyecto o muestra visual, tiene como influyente en la parte educativa y pedagógica la investigación en segundo orden, ya que la investigación de segundo orden permite que los observadores describan e interpreten lo que se les está enseñando, gran parte de la investigación de segundo orden es un espacio reflexivo y que llega a ser a su vez una comunicación permanente tanto de la persona que en este caso está interactuando ya sea en su obra junto con los observadores.

La idea que se tiene con este proyecto es que por medio de la investigación de segundo orden los observadores logren tener una conexión y una comunicación no verbal

con el autor de las obras para que así mismo, ellos tomen una postura reflexiva y que por sí solos logren descartar, deducir y captar lo que se les quiere mostrar e incluso transmitir aquellos sentimientos que se busca que queden a un lado y sean liberados desde la parte artística. Molina (2001) afirma:

La observación de segundo orden es una forma de observación que se caracteriza por ser autorreflexiva (autorreferencial), en la cual cada re-ingreso de información configura un elemento que entra en relación dentro de su propio proceso con los demás, haciéndola evolucionar autopoieticamente. Es, por lo tanto, una observación compleja, y parte de esta complejidad puede incrementarse para asegurar la estabilización del conjunto de las observaciones (p, 28).

Cómo se mencionó anteriormente con respecto a la cita de Molina, se puede decir que la reflexión surge a partir de la observación y en este proyecto, esto es lo que se quiere lograr ya que, a partir de la auto observación y el autoanálisis, se logre reconocer los sentimientos más concurrentes para que después se puedan expresar en las obras, logrando de las artes un canal de catarsis.

Una investigación de segundo orden es una investigación que al observar su objeto obtiene también información sobre sí misma y es capaz de usar tal información para hacer más investigación, aumentando la potencia de la capacidad investigativa. En otras palabras, una investigación de segundo orden es aquélla que realiza observaciones de segundo orden de manera sistemática para verificar hipótesis que también implican un segundo orden de complejidad. Asimismo, tal investigación se suele enmarcar en una teoría compleja (Molina ,2001, p,28).

De igual forma lo que se busca con la investigación en segundo orden, es que aquellos sentimientos que llegan afectar al cuidador, por medio de este método logre por sí misma identificar aquellas situaciones y sentimientos que no le hacen bien, este es el motivo por el cual yo quiero realizar las obras que de cierta forma para ayudar a liberar y a identificar ciertos sentimientos que generan en el cuidador un gran peso. Esto se puede realizar por

medio de la investigaci3n de segundo orden, ya que esta investigaci3n permite hacer que uno mismo se haga su propio estudio de su vida, es decir un antes y un después.

Terminando con la parte educativa har énfasis en la parte artística comenzando por la parte conceptual, en ese aspecto se tom3 como referentes las siguientes obras:” El valor moral del arte y la emoci3n”, trata sobre el conocimiento de las emociones en las obras de arte, esta:

Reconoce que en ocasiones la obra de arte excita emociones moralmente inadecuadas sin que ello impida su comprensi3n, y que esto podra contribuir a la clarificaci3n de nuestra vida mental. El autonomismo moderado sostiene que el carácter aut3nomo de la obra de arte, representacional o ficcional, permite relajar nuestras exigencias morales. S3lo cuando la falsedad perjudica la verosimilitud se puede producir el fracaso de la obra: no por provocar emociones moralmente inadecuadas, sino al presentar como verdadero en la ficci3n algo falso o incoherente con la verdad en realidad (Carreño, 2006, p, 1).

Esta lectura tiene aportes bastantes significativas con respecto a las emociones que se puedan ver reflejadas en las obras artísticas, ya que nos permite tener un poco de claridad con respecto a c3mo se debe organizar y lo que exige expresar ciertos sentimientos en una muestra artística.

Otro documento que se tuvo en cuenta fue: "DAVE, EL ALFARERO" trata sobre los objetivos simb3licos que son representados en las imágenes, las cuales contienen la representaci3n de una experiencia y habla sobre la memoria que es representada en los símbolos por medio de los vínculos con personas importantes en la vida del sujeto. Según Rotbard, (2010) citado por Phillips:

Lo que crea un artista usando los materiales del arte y objetos simb3licos abarca imágenes que contienen la representaci3n de una experiencia sentida en el cuerpo. En la memoria que no alcanza la conciencia, las imágenes contienen en sí el afecto y signos de vínculos con personas importantes en la vida del sujeto (p,2).

Este documento ayuda a este proyecto a reconocer los diferentes símbolos que se pueden ir presentando en la construcción de la muestra final ya que sirve para hacer o más bien para reconocer y representar en este caso algunos sentimientos que son reprimidos y que buscan ser de cierto modo liberados.

El tercer documento artístico que ha ido ayudando a la construcción y elaboración de este proyecto es: Arte y comunicación. Apuntes para una reflexión sobre la comunicación artística, este documento indaga el estatuto comunicativo del arte en especial habla del arte como proceso comunicativo el cual es inscribirlo más tarde o más temprano en los ámbitos de la cultura y de los procesos comunicativos que median entre la construcción de la realidad sociocultural y el universo simbólico, esta realidad define y conforma al nivel de las significaciones y las prácticas culturales, sociales y de consumo. Con ello, el arte entra a formar parte no sólo de un saber compartido, sino también de los actos sociales y culturales que objetivan ese saber. (Adaya, 2007).

En la parte estética y estilística se tiene como referente a Gustav Klimt ya que este artista tuvo como estilo el simbolismo y el Art Nouveau, el Art Nouveau es:

Crear un arte nuevo, joven, libre y moderno. Una vez más, y como todos los movimientos, una ruptura con lo anterior, teniendo presente una idea clara: «el futuro ya ha comenzado»

Se valora lo artesanal, aunque sin renunciar a los avances industriales, y se respira una aspiración de democratizar la belleza o socializar el arte. Para ello se potenció la idea de que hasta los objetos más cotidianos deben tener un valor estético, además de ser accesibles a toda la población. Por eso empiezan a hacerse visibles todo tipo de objetos útiles en la vida cotidiana, incluido el mobiliario urbano, que pasó a tener gran importancia (kioscos, estaciones de metro, farolas, papeleras, urinarios).

Desaparece así la jerarquía de artes mayores y menores. Tiene el mismo valor un edificio que una joya, un cartel que un cuadro. De hecho, los propios artistas realizan los marcos para sus cuadros, los arquitectos diseñan también los muebles (HA!, sf, p, 1).

Por esto mismo Gustav Klimt es muy importante frente a la estética del proyecto que quiero realizar, ya que sus movimientos al que él hizo parte, los conocí por él y pude identificar qué es lo que buscaba de cierta forma poner en práctica con respecto a las obras que pienso realizar, ya que lo que se busca es realizar algo innovador y ante todo algo propio, de igual forma también lo que se busca y como lo demostró Gustav Klimt en sus obras es que los espectadores logren observar algo nuevo y de cierta forma logren identificar lo que se les quiere transmitir.

Gustav Klimt, el más célebre artista austriaco de esos tiempos (la fama de Schiele sería póstuma) y a la vez el más refinado, complejo y hermético. Eran años en los que Viena estaba empezando su decadencia como capital artística mundial, pero Klimt brilló por su estilo entre el Simbolismo y el Art Nouveau.

De igual forma lo que se busca también es que las obras cuenten algo y sea algo diferente, único frente a otros trabajos que se han realizado. También cumple un factor importante el color y es que no es para nada raro la afirmación de que los colores provocan un efecto emocional en el ser humano. Kandinsky (1989) afirma:

En general, el color es un medio para ejercer una influencia directa sobre el alma. El color es la tecla, el ojo el macuto, y el alma es el piano con sus cuerdas. El artista es la mano que, mediante una u otra tecla, hace vibrar adecuadamente el alma humana. La armonía de los colores debe fundarse únicamente en el principio del contacto adecuado con el alma humana, es decir, en lo que llamaremos el principio de la necesidad interior. (p.44, 45)

Con respecto a lo que afirma Kandinsky, principalmente lo que se busca en las obras es plasmar aquellos colores que de cierta forma llegan a hacer muy significativos para los sentimientos que se manejan en los diferentes cuadros es decir que se busca que los colores que van a estar plasmados en las obras, logren identificar mi estado de ánimo y de cierta forma me representen.

De hecho, forma parte del lenguaje cotidiano de las personas. En otras palabras, es común hablar de colores cálidos, como el rojo, el amarillo o el naranja, que pueden suscitar distintas reacciones, desde positivas (calidez) o negativas (hostilidad y enfado). O, por contra, también solemos hablar de colores fríos, como el verde o el azul, que suelen provocar una

sensación de calma, pero también tristeza. (Corbin, 2016), Algunos significados que tienen los colores según Corbin (2016), son:

Blanco: En las culturas occidentales (y también en algunas orientales, como la hindú), el color blanco representa lo puro e inocente, así como la limpieza, la paz y la virtud. En culturas orientales y africanas es el color de la muerte: el alma pura que se va.

Amarillo: El amarillo representa la luz y el oro. Suele relacionarse con la felicidad, la riqueza, el poder, la abundancia, la fuerza y la acción. No obstante, los investigadores lo consideran uno de los colores más ambiguos, pues también representa la envidia, la ira y la traición. La excesiva presencia de amarillo puede llegar a irritar a una persona.

Rojo: El rojo se asocia a la estimulación, la pasión, la fuerza, la revolución, la virilidad y el peligro. Probablemente, esto tenga mucho que ver con que el rojo es el color de la sangre, que también asociamos a cierta noción de vitalidad, agresividad y sensaciones extremas. Es uno de los colores con mayor consenso entre los expertos.

Naranja: El naranja se asocia al entusiasmo y la acción. También puede relacionarse con la lujuria y la sensualidad, con lo divino y la exaltación. En el mundo del marketing político, se suele decir que el naranja es el color más optimista de todos.

Azul: El azul es el color del cielo y del agua, y representa la tranquilidad, la frescura y la inteligencia. En el mundo del marketing se emplea en muchos logotipos como Facebook o Twitter. Es un color elegante y corporativo, uno de los más usados por las empresas. Transmite confianza y pureza.

Verde: El verde representa la juventud, la esperanza y la nueva vida, pero también representa la acción y lo ecológico. Los decoradores de interiores coinciden en señalar que una habitación pintada con un color verde suave incita a la relajación y al bienestar.

Morado: El morado es muy valorado en el mundo del marketing, puesto que representa la sofisticación y la elegancia. Además, se suele asociar este color al misterio, la nostalgia y la espiritualidad. Es un color ampliamente usado en los productos anti-edad, precisamente por ese toque de glamour que desprende.

Gris: El gris tiene connotaciones un tanto distintas según la cultura. Mientras alguna gente percibe este color como la indeterminación o la mediocridad, los expertos en psicología del color le dan un significado distinto: la paz, la tenacidad y la tranquilidad.

Negro: El negro tiene connotaciones negativas pues se asocia a la muerte, a lo malvado o a la destrucción. En cambio, en el antiguo Egipto representaba la fertilidad y el crecimiento. Debido a su relación con la oscuridad, el negro simboliza el misterio y lo desconocido. En el mundo de la moda, el negro es el color de la elegancia, la formalidad y la sobriedad.

DE LAS IDEAS Y EL DIALOGO A LAS ACCIONES CREATIVAS

Al momento de realizar los bocetos y de reconocer los sentimientos más concurrentes me sentí rara, porque analizarme a mí e identificar mis estados de ánimo y más que todo lo que siento fue un poco complejo ya que realmente nunca lo había hecho y para ser franca no saco tiempo para ver o incluso preguntarme cómo me siento, sino simplemente aquellos sentimientos llegan o surgen por distintas situaciones.

Al momento de enumerar los sentimientos que logré identificar, me di cuenta que la alegría quedaba en el quinto lugar y que por encima de ella había cuatro sentimientos más que llegan a predominar sobre ella, dichos sentimientos y el orden que le di a cada uno fue el siguiente:

1 frustración

2 rabia

3 encierro

4 tristeza

5 alegría

Bocetos pensados

1 frustración: rostro gritando con las manos tapando las mejillas, la posición de las manos son abiertas. Fondo aún lo estoy pensando

2 rabia: el antebrazo con la mano formando un puño, saliendo del lienzo, el fondo se tiene pensado usar rojo y naranja ya que estos colores representan el fuego que se simboliza como lucha, el rojo sangre y se puede asociar con ese cuadro eso pienso yo

3 encierro: son los dos antebrazos cruzados con las manos atadas y los mismos antebrazos con el cable normal del oxígeno, el fondo quiero hacer un juego de colores oscuros tipo neblina

5 alegría: la verdad aún no la tengo claro, lo que sí tengo claro es el fondo y ya lo he intentado hacer, parece como si fuera una piruleta de colores, van aparecer unos más que otros según con los que más me sienta identificada

4 tristeza : rostro con un gorro de enfermero y aparece un brazo poniendo una máscara de oxígeno al rostro, la parte del brazo solo aparece parte del codo en adelante hasta la mano, el fondo me gustaría un azul claro y con la esponja hacer un efecto, este color se elige porque de cierta forma quiere decir tranquilidad o eso llega a transmitir pero con la obra en relieve muestra la tristeza es que son dos cosas, la 1 es como si uno estuviera tranquilo porque sabe que eso le hace bien a la persona pero a la vez es triste ver al ser querido en esa situación

Esto es una idea de cómo pretendo hacer mis cuadros y como los veo aunque para ser sincera el cuarto cuadro para mí siento que va a ser más duro en cuanto emociones al momento de darle forma ya que pienso hacer con el fondo del lienzo es utilizar una doble moral a esto me refiero a que el lienzo me gustaría que fuera pintado de un azul cielo y esto pues al ver lo transmite tranquilidad y demás Y eso es lo que en cierta parte siento, cuando los médicos le dan un buen tratamiento a mi mamá pero lo ha reflejado en el yeso y que va encima del lienzo es el rostro con un brazo colocando

Con respecto a la máscara de oxígeno, pienso que esa parte me va a dar bastante tristeza ya que uno nunca se va a imaginar a nuestros seres queridos en esa situación y más cuando la persona fue bastante activa. Aún dudo del orden de los cuadros con respecto al encierro y a la tristeza, pero lo que sí tengo claro es que el primer cuadro va ser el de la frustración y el último cuadro sera el de la alegría, aun así, ha sido bastante duro identificar lo que puedo plasmar en la alegría con respecto al 3D

#1 El primer molde de yeso que hice fue el de la frustración, en esta ocasión conté con el apoyo de algunos compañeros y de mi tutor, cómo lo había explicado anteriormente el cuadro de la frustración va a tener un rostro que va estar con la boca abierta como si estuviera gritando y las manos en las mejillas.



Ilustración 1. Mi cuerpo en la obra, preparación para la recreación de la expresión facial.

Al empezar a realizar la pieza en yeso me preparé y ya cuando mis compañeros empezaron a aplicar el yeso en vendas siempre fue un poco complejo, ya que me sentí rara y también al principio estaba un poco tranquila, pero ya después cuando me taparon la boca

me puse un poco nerviosa y ansiosa, fue pasando el tiempo y mis compañeros me iban poniendo el yeso, realmente yo no podía ver quien estaba e incluso lo que estaba pasando alrededor mío y simplemente me limitaba a escuchar, ya después de un tiempo mis compañeros me dijeron que ya habían acabado, en ese momento me sentí frustrada ya que se me había olvidado decirles que necesitaba que me taparon parte del mentón, como tenía el yeso en el rostro y no podía mover ni la boca ni las manos para indicarles, realmente no sabía cómo decirles a ellos que me cubrieran la parte del mentón, busqué la forma de decirles y esta fue mostrando y moviendo la cabeza con las manos y haciendo ruidos con la boca, al final lo logré.



Ilustración 2. Técnica de elaboración de máscara de la frustración

Se fue secando el yeso, pero la verdad me sentía cansada y me dolía ya la mandíbula de tener la boca abierta, por lo cual sacaron un secador mis compañeros y me ayudaron a secar la pieza, hubo un momento donde me dejaron el secador fijo y para ser franca me estaba quemando el rostro, en ese momento llegó mi tutor y me ayudó a quitar la máscara ya que era complicado para mí quitarla, porque tenía las manos y parte de la muñeca enyesada

entonces empecé hacer diferentes gestos y demás y al final se logró despegar la máscara del rostro, pero la parte de las manos y las muñecas no se pudo quitar ya que me habían tapado por completo con yeso estas partes, mi tutor tuvo que ayudarme también a quitar esta parte de la pieza haciendo un corte con bisturí, eso me causó bastante nervios, pero al final todo salió bien y nadie salió cortado ni herido. Se puede decir que dejé la pieza del primer cuadro que es la frustración ya terminada para después pulir y arreglar los detalles. En la siguiente imagen se puede observar cómo quedó esta pieza.



Ilustración 3. Pieza de la frustración



Ilustración 4. Técnica de elaboración moldes del cuerpo

#2 Desde muy temprano empecé a realizar las piezas del segundo, tercer y cuarto cuadro. organice los materiales para dar inicio a la construcción de las piezas, comencé a realizar la pieza del cuadro de la rabia que consiste en un puño, tuve como modelo a un hombre ya que me parecía el puño más grande que el de una mujer, esta pieza se empezó a realizar desde más abajo de la muñeca hasta los dedos tapando por completo la mano con el yeso de vendaje, al momento de realizar esta pieza a comparación de la anterior pieza que fue el de la frustración, la sensación fue más relajante ya que pues no fui la modelo y fue más sencillo porque fue en la mano, este se fue secando y después al igual que con la pieza de la frustración se hizo el mismo corte con bisturí para lograr sacar la mano y que la pieza quedará intacta, cuando se realizan estos cortes las piezas quedan abiertas por lo tanto se debe cerrar y la cerramos fue con la misma venda de yeso, siempre que llego a esta parte de las piezas me da bastante nervios ya que me da miedo cortar al modelo



Ilustración 5. Técnica de elaboración moldes del cuerpo

Luego empecé con las piezas que van en el cuadro del encierro ya que estas dos piezas consisten en los brazos cruzados atados por un cable de oxígeno, para ser franca estas piezas fueron fáciles de hacer pero siempre tuve un inconveniente con una pieza que fue el brazo derecho ya que al momento de realizarlo la modelo varias veces se movió y después se comenzó a quebrar el mismo yeso estando esta pieza en la modelo, realmente no sé qué fue lo que pasó ahí con esa pieza ya que esa pieza se realizó igual que la del brazo izquierdo, estas dos piezas se fueron realizando casi parejas ya que se preparó y se alistó todo el material para realizarlas, se empezó primero con el brazo izquierdo y luego con el derecho está se vendaron del codo hasta los dedos completamente y se les fue colocando varias capas de yeso de vendaje para que al momento de quitarlas no se quebraran y no quedaron tan débiles.



Ilustración 6. Técnica de elaboración moldes del cuerpo



Ilustración 7. Técnica de elaboración moldes del cuerpo

Estos dos procedimientos fueron los mismos y realmente fue un poco agotador, ya que mi modelo se sentía un poco incómoda y no se quedaba quieta, las piezas se fueron secando y pude darme cuenta que la pieza del brazo derecho se fue quebrando, realmente me di cuenta de que la pieza en la parte de la muñeca se estaba quebrando, esto ocurrió porque la modelo cambió la posición de la mano.

Se secaron las dos piezas y se realizó el mismo corte con bisturí, al principio fue fácil quitar las piezas, pero ya después fue un poco más complejo porque la modelo se puso nerviosa ya que se tuvo que utilizar bisturí para cortar el yeso para que la modelo pudiera sacar los brazos. Se sacaron los dos piezas e igualmente se les hizo el mismo procedimiento para cerrarlas ya que quedaron abiertas y se les puso inmediatamente la venda, pero para ser sincera la pieza derecha yo ya veía que estaba quedando mal y veía algo raro que realmente no me está agradando mucho a comparación de la pieza izquierda ya que el brazo y la parte de las manos y muñeca no quedó tan resaltada cómo quedó la pieza izquierda, la verdad no estaba muy convencida de esa pieza, pero continúe porque quería ver cómo quedaban después de haberse secado.



Ilustración 8. Técnica de elaboración moldes del cuerpo

Se puede decir que este día fue un día largo y muy activo después descansamos un rato junto con la modelo, luego se empezó con la pieza del rostro del cuadro de la tristeza, realmente estaba un poco nerviosa porque la modelo nuevamente no se quedaba quieta y me daba bastante miedo y nervios dejarla sin cejas o algo parecido, se hizo la respectiva máscara

con yeso de vendaje, la expresión del rostro en esta máscara quise que fuera bastante sencilla los ojos cerrados con la boca cerrada ya que está tendrá la máscara de oxígeno.



Ilustración 9. Técnica de elaboración moldes del cuerpo



Ilustración 10. Técnica de elaboración de máscara

Antes de realizar esta máscara, se realizó la pieza del brazo que consiste en que la mano debía estar un poco encorvada ya que ésta es la que le pondrá al rostro la máscara de oxígeno, esta pieza hace parte del cuadro de la tristeza, pero para ser franca esta se me ha dificultado un poco ya que la parte de la palma de las manos es un poco complicado de que el yeso se aferró bien a la mano, ya que queda un poco templado entonces éste tuvo que buscar la mejor forma para colocarlos, en estas parte tocó cortar las vendas un poco más cortas para ponerlas y que no quedara tan templadas, en esta ocasión la modelo sufrió un poquito ya que al momento cuando estaba cortando la pieza para quitarla, con la punta del bisturí la alcancé a chuzar un poco, para ser franca el trabajo con esta modelo siempre fue un poco agotador y esto me generó un poco de estrés, ya que como se mencionó anteriormente varias veces la modelo no se quedaba quieta y me dificulta bastante colocar las vendas e incluso cuando ya estaban puestas las vendas, los mismos movimientos que ella realizaba generaba que se quebrará el yeso.



Ilustración 11. Pulido de la pieza del puño

#3 Días después se les fue echando yeso moldeable a las piezas y al momento de aplicar este yeso, sentía una sensación en las manos que algunas veces era chévere como otras veces de lo mismo frío que estaba me hacía doler bastante las articulaciones, se fueron organizando las piezas y después de que se fueron secando empecé a lijar para quitar los grumos que tenían las piezas, realmente esta parte del trabajo me hizo sentir un poco frustrada porque mis manos se cansaban bastante rápido y a pesar de que sabía que debía seguir más de una vez me tocó hacer pausas activas, porque las manos no me daban para seguir trabajando.



Ilustración 12. Pulido de mascara

#4 Realmente no tenía pensado darle textura a los cuadros, pero me encontraba en un situación la cual me dio mucho mal genio, tenía una esponja y gesso cerca y empecé a untar la espuma de gesso y comencé a darle toques al lienzo con la espuma, al principio no me sentía muy bien que digamos pero ya después me di cuenta que eso me estaba relajando, por lo cual decidí terminar y por lo tanto realicé todo el lienzo con esos mismos toques que generaba con la espuma, ya después me fui dando cuenta que estaba generando una textura en el lienzo, al final cuando termine la verdad me gustó y ya me sentía mucho más relajada de lo que estaba. Para ser franca pensé que me iba a quedar feo porque empecé hacerle muy fuerte al lienzo con la esponja e incluso pensé que se podía haber dañado por la misma fuerza que le estaba haciendo con la esponja. Al final de todo esto, no solo me gusto lo que surgió a partir de una situación de enfado, sino también fue un buen ejercicio para tranquilizarme y canalizar mi estado de ánimo.



Ilustración 13. Diseño de volumen tecnica espumado



Ilustración 14. Elaboración máscara de la alegría

#5 Junto con la ayuda de mis compañeros y mi tutor me ayudaron a realizar la pieza que va en el cuadro de la alegría, esta pieza consiste en la sonrisa mía por lo cual yo fui la modelo, mis compañeros junto con mi tutor me ayudaron a realizar la máscara, ellos empezaron a forrarme el rostro con papel vinipel, para poder respirar me abrieron un orificio por la parte de la nariz y en ese instante introduje en mis fosas nasales unos pitillos para poder respirar bien, la verdad esta parte fue un poco incomoda y se volvía más incómoda cuando ellos sin culpa movían los pitillos, esto me lastimaba un poco y me causaba piquiña, después de cubrir por completo el rostro y de pegar bien el papel en mis rasgos del rostro, empezaron a poner el yeso de vendaje desde la parte de los pómulos hasta el mentón, una compañera sin culpa al momento de colocar una venda movió un pitillo, la verdad me hizo ver estrellas, se dejó secar el yeso para después aplicar el yeso moldeable este debía estar muy líquido para que se secara mucho más rápido la pieza y que se pudiera moldear bien mis facciones del rostro, como tenía los ojos cerrados no podía observar nada de lo que estaban realizando mis compañeros, simplemente me podía limitar a escuchar y para poderme comunicar con ellos

era por medio de señas con las manos, este trabajo fue un poco agotador porque debía permanecer sonriendo durante todo el proceso de la pieza y más encima tenía los pitillos dentro de mi nariz, entonces ya se pueden imaginar cómo me sentía. En diferentes ocasiones mis compañeros me hacían reír, cuando esto ocurría ocasionaba que me doliera la nariz ya que tenía los pitillos en ella, al final todo salió bien y la pieza salió genial



Ilustración 15. Proceso de barnizado, pieza de la alegría

Después descanse un poco y me encontraba recogiendo los materiales, tenía bastante yeso moldeable y para no desperdiciarlo comencé a salpicar con la espátula el yeso moldeable sobre un lienzo que tenía en ese momento, algunos grumos me quedaron bastante grandes por lo cual había un pitillo cerca y empecé a soplarlos, no voy a negar que esto me causó jaqueca, ya que anteriormente habían realizado una máscara y tenía un poco de dolor de cabeza, al empezar a soplar con el pitillo los grumos que se habían ocasionado por la salpicada del yeso en el lienzo, esto ocasionó que me diera más jaqueca y dolor de cabeza por lo tanto no sople todos los grumos y hubo unos que dejé tal cual cayeron en el lienzo, porque la verdad me encontraba un poco mareada, por eso mismo no quise soplar más. Cuando vi cómo quedó me pareció algo divertido, pero aun así estaba con un poco de duda ya que vi unos grumos que habían quedado bastante gruesos y pensé que se podían dañar al momento de secarse.



Ilustración 16. Diseño de volumen sobre el cuadro del encierro

#6 Me encontraba jugando con mi perro y él sin culpa me rasguño, entonces en ese momento me hizo pensar en el cuadro del encierro, sobre que sería genial si al lienzo se le pudiera hacer una textura como si fueran rasguños, quise probar y tome un lienzo con gesso y un tenedor, empecé aplicar el gesso con un pincel sobre el lienzo y después con un tenedor empecé a simular rasguños sobre el lienzo, esto me pareció divertido pero a la vez debía tener cuidado ya que la fuerza con la que le estaba haciendo podría ocasionar que el lienzo se dañará, lo iba a colocar a que se secura pero sin culpa casi se me cae y con el pulgar de la mano derecha se tropezó el lienzo y con la uña de este dedo se hizo un rasguño, pensé que lo había dañado y que la textura que le había dado con él tenedor se había dañado, pero ocurrió todo lo contrario no fue algo tan notorio, fue curioso y esto surgió de la nada ya que es lienzo se me iba a caer y mi reacción fue tomarlo con esa mano



Ilustración 17. Utilización de instrumentos para texturización

#7 Días después quise mirar una textura para los lienzos que me hacían falta, me encontraba haciendo unos moldes en yeso para un cuadro y me sobra bastante yeso moldeable, entonces cogí un lienzo y busqué en diferentes lugares de mi casa una espátula pero jamás la encontré, entonces tenía unos palos de paleta y comencé a esparcir el yeso moldeable por el lienzo con los palos de paleta, me pareció chévere pero al final me di cuenta que habían quedado unos grumos muy gruesos pero quise dejarlo así porque quería ver cómo quedaba, este trabajo me relajo aunque para ser franca no me sentía mal sino estaba normal, pero me ayudó a relajarme un poco más, dejé secando el lienzo y me faltaba sólo un lienzo por hacerle una textura, me pareció genial lo que estaba ocurriendo al genera textura en los lienzos y cada una de ellas fue surgiendo en diferentes ocasiones, el último lienzo lo realice este mismo día, consistió en pintar la mano de mi mamá con gesso y empecé a ponerla en diferentes lugares del lienzo, conté con la ayuda de la enfermera de mi mamá para tomar fotos y mientras estaba haciendo este proceso mi mamá me dijo que se sentía chévere la sensación de tener el gesso en su mano pero a la vez me decía que tuviera mucho cuidado de

no untar nada porque le podía dañar las cosas ya que ella se encontraba acostada viendo tv y podía untar alguna cobija, siempre fue un poco complejo plasmar las manos de mi mamá en el lienzo ya que la mano de mi mamá es demasiado pesada y ella no me ayudaba a moverla como quería, varias veces le dije que abriera los dedos, pero cuando tenía la mano puesta sobre lienzo era que habría los dedos y yo le decía que no hiciera eso por qué se corría todo el gesso, al final no se notó nada de eso y quedaron las manos de mi mamá sobre el lienzo.



Ilustración 18. Diseño de volumen intuitivo

Luego de tener todos los cuadros con diferentes texturas y demás, tomé la decisión sobre cómo iban a ir organizados y qué sentimiento iban a representar.

1 frustración: va con el lienzo el cual le hice la textura con la espuma.

2 tristeza: este es el lienzo que tiene las manos de mi mamá pintadas con gesso.

3 rabia: este es el lienzo que le di textura con un palo de paleta y yeso moldeable.

4 encierro: el lienzo que tiene la textura de "rasguños".

5 alegría: este es el lienzo que tiene salpicado y que se sopló con el pitillo el yeso moldeable



Ilustración 19. Impresión táctil

Cambie esta pieza ya que definitivamente no me gustó y por más que trate de arreglarlo el yeso no mejoraba y por lo tanto tomé la decisión de hacerlo nuevamente, en esta ocasión no pude con la misma modelo por lo tanto lo realice con ayuda de otra persona.



Ilustración 20. Manos escondidas en el lienzo



Ilustración 21. Pieza fallida

Quise pintar el cuadro de la tristeza de color azul cielo, porque al ver este color me produce tranquilidad y cómo lo había mencionado en mis anteriores bitácoras quiero con este cuadro jugar una doble moral, me refiero a que el fondo puede transmitir tranquilidad e incluso este color se puede llegar encontrar en diferentes hospitales, por esto mismo lo quise pintar de ese color. Al pintar este cuadro fue algo sencillo y mientras iba pintando me fueron pasando por mi mente recuerdos de diferentes cosas que me han ocurrido y más que todo llegue a pensar sobre el impacto que puede generar este cuadro una vez terminado.



Ilustración 22. Imprimación de pintura

Cuando me encontraba pintando el cuadro de la alegría realmente no me sentía muy bien y tampoco sé porque lo hice, utilicé diferentes colores llamativos con el amarillo, verde, fucsia, cereza, azul, naranja y lila. Pinte con pincel pero a medida que lo iba pintando había algo que no me llamaba la atención y no me sentí a gusto con lo que estaba haciendo pero aun así continúe pintando, al final cuando terminé de pintar me di cuenta que los colores se estaban obstruyendo uno con el otro como si estuvieran nublados y eso me hizo pensar y recordar que hace bastante tiempo no me siento muy alegre que digamos y yo creo que por eso mismo se me dificulto tanto realizar este cuadro y también se juntan colores con otros como formando una neblina y creando una explosión de colores que quieren sobresalir, tuve muchas dudas de este cuadro después de haberlo terminado pero decidí dejarlo porque me siento identificada con ese cuadro por lo mismo que mencioné anteriormente y porque cuando hago referencia sobre “la explosión de colores que quieren sobresalir” pensé que hay muchos sentimientos míos que quieren salir o ser escuchados.



Ilustración 23. Composición tonal, cuadro de la alegría

Para el cuadro de la frustración, quise utilizar colores oscuros, puedo decir que a comparación del cuadro de la alegría, este me fue más fácil de realizar tanto en la preparación del color del fondo como al momento de utilizar la espuma, este color surgió a partir de la mezcla de azul con negro y cuando lo fui realizando me quedó gustando demasiado y de cierta forma me sentí identificada con ese color y por eso mismo lo quise plasmar en el cuadro, recorte la espuma en cuadros y la unte de acrílico morado y lo que hice fue dejar caer la espuma sobre el lienzo y levantarla con cuidado para que no quedara la espuma muy pintada en el cuadro esto lo hice con una espuma más pequeña y utilice el color gris. el proceso de este cuadro fue mucho más relajante que el de la alegría, la verdad pienso que el cuadro más estresante fue el de la alegría porque fue algo bastante incómodo para realizar ya

que no me nacía y no sabía bien cómo hacerlo y mucho menos como expresar algo con lo que me sintiera identificada.



Ilustración 24. Creación intuitiva

El cuadro de la rabia lo tuve que sellar con una mezcla de colbón, agua y acrílico negro, porque como le había hecho la textura con yeso moldeable, lo que ocurría era que se estaba cayendo el yeso y se estaba dañando lo que había hecho anteriormente, entonces mi

tutor me ayudó y me dijo lo que podía hacer para que esto no ocurriera, una vez realizada la mezcla que mencione anteriormente la empecé aplicar y esta textura empezó a mejorar, ya no se caía la textura que le había dado a este cuadro después de que se secase lo pinte de negro y me dio la sensación de que parecía como algo súper desolado quise poner el puño y con ayuda de un pincel empecé a salpicar la pintura, utilice dos tipos de rojo y este cuadro me agradó bastante ya que cuando uno observa el puño pareciera como si tuviera sangre y también fue bastante relajante realizarlo ya que los movimientos que realice al salpicar la pintura con el pincel fue tanto el impulso que tomaba yo para hacerlo que resulte manchando el piso y la pared, después me hice un autoanálisis y pude darme cuenta que aquellos movimientos los hice como si me estuviera defendiendo de algo o de alguien.



Ilustración 25. Imprimación de pintura cuadro de La rabia



Ilustración 26. Imprimación de pintura cuadro del encierro

Ya para finalizar termine con el cuadro del encierro, mezcle verde, negro y amarillo y surgió un color que la verdad al momento de pintar me parece que da como especie de neblina por qué en unos lugares queda más oscuro que en otros, y en otros quedaba un poco más claro, me parece que es perfecto para la temática que se está manejando en ese cuadro que es el encierro y más porque la textura que se quiso dar con el tenedor se resalta mucho. Este color me pareció muy curioso y lo elegí ya que pienso que es un color que llega a ocultar muchas cosas y que además logra engañar, principalmente lo asocio mucho con lo que acabo de mencionar ya que es realmente lo que me ocurre, ya que a simple vista puede ser un color bello, pero si uno se pone a detallar o incluso lo asocio con la mezcla de los colores que utilice, llega a ocultar muchas cosas que a simple vista no se logra ver.



Ilustración 27. Cuadro de la frustración

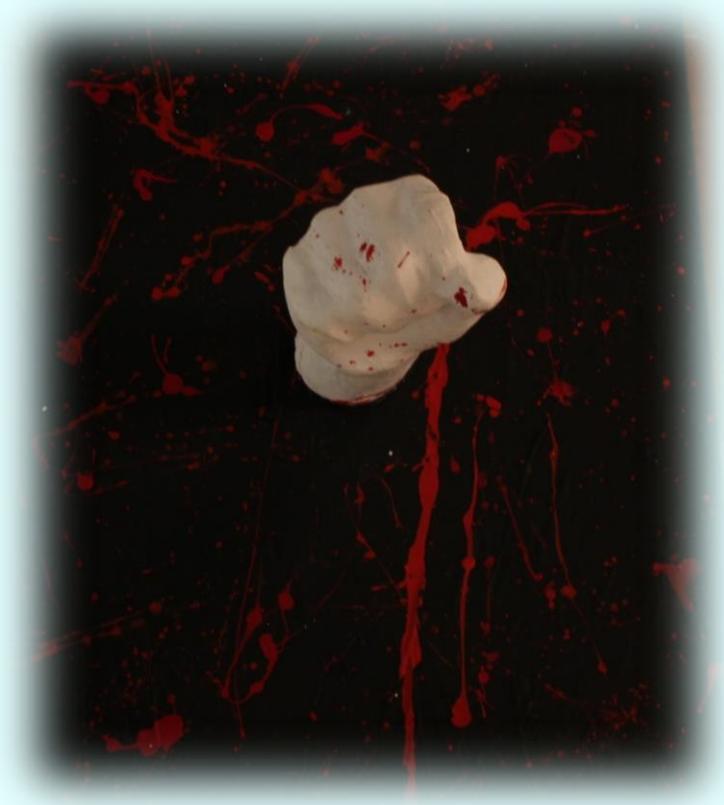


Ilustración 28. Cuadro de la rabia



Ilustración 29. Cuadro del encierro

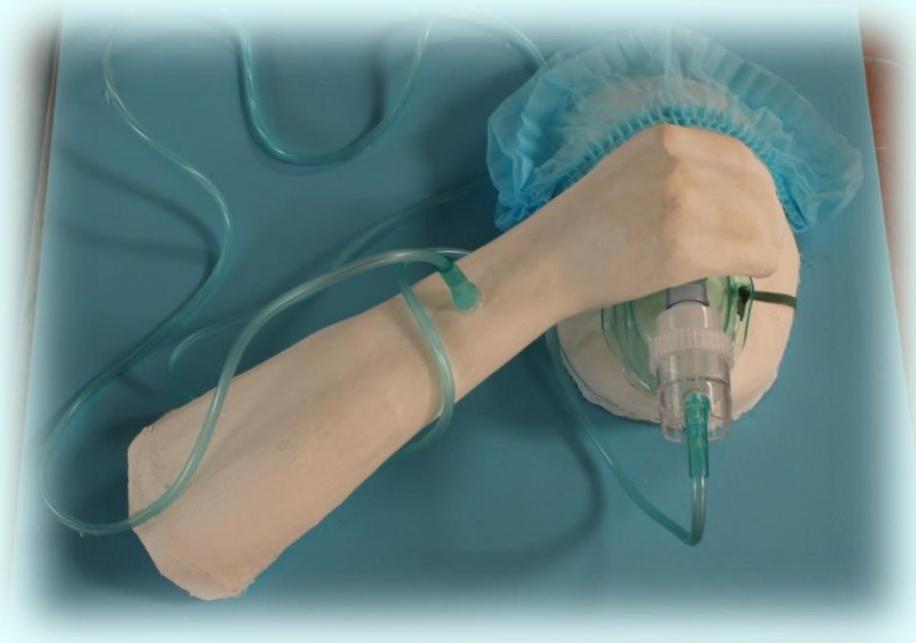


Ilustración 30. Cuadro de la tristeza



Ilustración 31. Cuadro de la alegría

REFLEXIONES Y APRENDIZAJES

Al iniciar este proyecto, surgió la idea y se tenía pensado realizar un performance en el cual se iba a manejar el mismo tema “REQUIERO CUIDADO, Atte: El cuidador”, se buscaba principalmente que el performance por medio de la danza y el uso de sensores, se mostraran diferentes movimientos que dieran a entender el dolor, la fuerza y la frustración de una persona que cumple con el rol de cuidador; también, iba de la mano con teatro ya que la gestualización cumplía un rol importante al momento de querer representar los sentimientos que buscan ser liberados. Junto con la danza, teatro y la música se buscaba conseguir la liberación tipo catarsis, de las sensaciones negativas que llegan a sentir algunos cuidadores familiares, con ayuda de los sensores se pensaba resaltar algunos movimientos con el fin de generar un impacto, pero al final me di cuenta que era bastante complejo sentir en ese momento las emociones y mucho menos plasmarlas, ya que es difícil hacerse un auto análisis e incluso mostrarlas frente a un público, por esto mismo al momento de tener claro las cosas, se llegó a la conclusión de que habían cinco emociones que eran muy constantes. Los quise plasmar en diferentes cuadros, los cuales tienen un orden significativo, ya que son los sentimientos más concurrentes.

Gracias a los diferentes referentes que estuve manejando durante este proceso, fueron muy significativos ya que cada uno de ellos, logra mostrar de alguna forma no directa, como la catarsis sirve para reconocer y expresar diferentes sentimientos que lo único que hacen es dañar físicamente y mentalmente a un ser humano, ya que de cierta forma las artes como un canal de catarsis sirven para expresar y comunicar dichos sentimientos que no son fáciles de revelar frente a un público, además me guiaron a elegir el estilo que quería para mis cuadros por ejemplo Gustav Klimt junto con su estilo que trata sobre el simbolismo, me ayudó a identificar cuáles son esos objetos e incluso Kandinsky me ayudó a sentir y a vivir los colores que llegaron a representar mis obras y que de cierta forma logran transmitir y reflejar lo que cada cuadro significa, con respecto a los referentes más teóricos que se mencionan, ellos me ayudaron a identificar al grupo de cuidadores que hago parte y ante todo a analizar los sentimientos que son reprimidos y oprimidos, durante mi día a día, llamando a mi rutina diaria ritual.

Al momento de realizar la obra, protagonista de este escrito, lo que más se me facilitó fue la parte escrita, con respecto a buscar diferentes referentes ya que simplemente se quería identificar los diferentes conceptos y temas que están conjuntos con este proyecto. Pero cuando ya empezó la parte de la construcción de las obras, reflexiones y creación, fue un poco más complejo, porque tenía la tarea de autoanalizarme respecto a las sensaciones y

sentimientos que fui experimentando durante la creación de cada pieza; puedo decir que fueron diferentes, ya que por ejemplo al momento de realizar las texturas que quise que tuvieran los cuadros, me encontraba en diferentes situaciones que muchas veces fueron inspiración de las mismas y que al tiempo, de cierta forma, me ayudó a conseguir la calma a pesar de que no la tenía cuando empezaba a realizarlas.

Hablando un poco más de las figuras que se encuentran en los cuadros, la verdad nunca había manejado yeso, para ser franca no sabía que existía el yeso moldeable, es la primera vez que hago un trabajo con yeso de vendaje y yeso moldeable, siendo sincera, fue una experiencia de bastante aprendizaje y enseñanza, ya que realmente al momento de trabajar con una modelo e incluso con una piel ajena, logró generar un poco de estrés en mí ya que al realizar los diferentes cortes que se debían hacer para las piezas de yeso, esto me causó bastantes nervios, puesto que podría lastimar a la persona.

Cada lienzo, pieza y color que se encuentra en estos cuadros, tiene mucho que esconder y decir, aunque no puedan hablar, ya que fueron surgiendo en situaciones agradables y poco agradables; cada uno tiene una historia diferente, significado diferente, en especial dos cuadros que son: el de *la tristeza* y *la alegría*, estos llegan a reflejar y también de cierto modo a ocultar muchos sentimientos.

Más que un trabajo esta obra fue un ejercicio para poder canalizar y expresar por medio de las artes, los sentimientos y actos que llegan a convertirse en una carga para mí, incluso muchas veces no puedo lidiar con ellas, la verdad puedo decir que mis obras me enseñaron a ser más fuerte y ante todo a preocuparme por mí. Puedo decir que las artes es un buen canal de catarsis ya que en este caso sirve muchas veces para comunicar e incluso confundir aquellas personas que causan daño en la vida de un cuidador.

Ya para finalizar, el aprendizaje y enseñanza que me deja este trabajo es que en muchas ocasiones se deben buscar diferentes formas, actividades e incluso modos de expresión para de cierta forma desahogar y expresar aquello que no solamente afecta lo físico sino también lo mental. El arte sin pensarlo fue mi mejor aliado ya que lo tenía cerca, pero más de una vez no vi lo que este podría brindar y ante todo comunicar; pienso que en este caso el arte sirvió y fue para mí un gran aliado para desahogar un poco aquellas cargas que me hacían daño. Más que una terapia es un medio de expresión ya que cada una de mis obras narran e incluso pueden llegar a causar diferentes sensaciones en las personas que las observan.

Al momento de realizar este trabajo me puse a pensar que al igual que yo, más de una artista cuenta o narra algún suceso que lo marcó, por medio de sus obras. Si lo detallamos,

cualquier obra ya sea plástica, musical teatral o de danza, en esa creación hay un trasfondo y este, el artista lo expresa por medio de su lenguaje artístico, dando origen a maravillosas obras.

REFERENTES

Cadena García, H. R. (2019). Estratégias educomunicativas en la reconfiguración identitaria de la comunidad conversa al islam de la escuela Imam Yafar As Sidiq de la ciudad de Bogotá, Colombia. Obtenido de Universidad Tecnológica de Pereira: <http://hdl.handle.net/11059/9879>

Caser fundación. (s.f). DEFINICIÓN DE CUIDADOR FAMILIAR. Recuperado de <https://www.fundacioncaser.org/autonomia/cuidadores-y-promocion-de-la-autonomia/cuidadores-familiares/definicion-de-cuidador-familiar>

Corbin, J. (2016). SIGNIFICADOS Y CURIOSIDADES DE LOS COLORES. Recuperado de <https://culturainquieta.com/es/inspiring/item/10923-significados-y-curiosidades-de-los-colores.html>

Kandinsky, W.(1989). De lo espiritual en el arte. Recuperado de <file:///C:/Users/User/Downloads/30760245-kandinsky-vassily-de-lo-espiritual-en-el-arte-pdf.pdf>

Historiadelarte. (s,f). Gustav Klimt. Recuperado de <https://historia-arte.com/artistas/gustav-klimt>

Molina, S, (2001). La investigación de segundo orden en ciencias sociales y su potencial predictivo: el caso del proyecto de Identidad y tolerancia. Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales. Recuperado de <http://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=4211830>

Nasser, E. (15 de 09 de 2019). *Las emociones reprimidas se transforman en enfermedades aprende a expresar tus emociones*. Recuperado de www.familias.com:https://www.familias.com/las-emociones-reprimidas-se-transforman-en-enfermedades-aprende-a-expresar-tus-emociones/

Phillips, W. (2016). DAVE EL AFARERO. Recuperado de <http://fepal.org/wp-content/uploads/256-esp.pdf>

PSICOACTIVA mujer hoy. (s,f). Catarsis emocional, el proceso de liberaci3n emocional. Recuperado de <https://www.psicoactiva.com/blog/catarsis-emocional-proceso-liberacion-emocional>

REQUIERO CUIDADO: ATTE EL CUIDADOR | Valentina Narváez Barriga