

El arte de expresarse

Experiencia del aislamiento y sus efectos

GUADALUPE MARTÍNEZ

TRABAJO FIN DE GRADO 2021

REALIZADO POR:
GUADALUPE MARTÍNEZ

TUTOR ACADÉMICO:
NARCISO MANUEL HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ

UNIVERSIDAD DE LA LAGUNA, FACULTAD DE BELLAS ARTES
ÁMBITO DE PINTURA

4º CURSO
AÑO ACADÉMICO 2020/2021



RESUMEN / ABSTRACT

Este proyecto es una exploración personal de los problemas mentales derivados del reciente confinamiento debido al virus COVID-19. Se trata de una serie de cuadros al óleo que representan situaciones surreales que exponen ciertos pensamientos y emociones que se desarrollaron durante este momento de aislamiento. Este proceso de introspección funciona a la vez como una forma de terapia artística.

Palabras clave: pintura, exploración personal, problemas mentales, confinamiento, aislamiento, introspección,

This project is a personal exploration of the mental problems derived from the recent lockdown due to the COVID-19 virus. It consists of a series of oil paintings which represent surreal situations that expose certain thoughts and emotions that came to be during this moment of isolation. This introspection process functions at the same time as a form of art therapy.

Key words: painting, personal exploration, mental problems, lockdown, isolation, introspection.

ÍNDICE

1 - INTRODUCCIÓN	6
2 - OBJETIVOS	8
3 - ANTECEDENTES	9
4 - CONTEXTUALIZACIÓN	11
4.1 - Un humano de inmediatez	11
4.2 - El arte como medio de expresión y el arte covid	14
5 - REFERENTES	21
5.1 - Por su tratamiento estético	21
5.2 - Por su narración pictórica	26
5.3 - Artistas que pintaron la soledad y los problemas mentales	27
6 - METODOLOGÍA	32
7 - TEMPORALIDAD	34
8 - PROCESO DEL TRABAJO	35
8.1 - Primeras ideas y bocetos	35
8.2 - Desarrollo de la obra final	44
8.3 - Fotografías del proceso	51
9 - OBRA FINAL	56
10 - PROPUESTA EXPOSITIVA	67
11 - CONCLUSIONES	69
12 - BIBLIOGRAFÍA	71
13 - WEBGRAFÍA	73
14 - ÍNDICE DE IMÁGENES	75

INTRODUCCIÓN

Los problemas mentales han sido tabú durante muchos años, de tal manera que muchas personas han vivido con alguno de ellos durante toda su vida sin saberlo. La depresión, la ansiedad y el TDAH¹ son algunos de los problemas mentales más habituales entre la población moderna, la depresión siendo una de las principales causas de discapacidad en todo el mundo y afectando a más de 264 millones de personas en todo el mundo, según informa la OMS en su comunicado sobre Trastornos Mentales, publicado en 2019².

Durante décadas el humano se ha ido acostumbrando cada vez más a la inmediatez, a la vida frenética, a la productividad en exceso. Toda la tecnología a nuestro alrededor nos ayuda a hacer más cosas y más rápido, por lo cual es de esperar que cuando se nos obliga a parar de repente nos hagamos esta pregunta: ¿qué hago?

Bajo las circunstancias actuales de cuarentena debido al COVID-19, se han detectado cada vez más problemas mentales que derivan de este brusco cambio de la rapidez a la lentitud (o incluso cece de actividad alguna), en muchos casos llegando a disociar entre tu vida antes y después del aislamiento, provocando una crisis de identidad.

Relacionando ambas problemáticas, pretendo realizar una serie de cuadros al óleo que representen mi experiencia personal en mi casa, al tener que abandonar mi vida independiente como estudiante para volver al ambiente familiar que a pesar de resultar agradable durante las primeras semanas del confinamiento, puede llegar a ser agobiante y agotador.

Mi vida personal siempre ha sido frenética y activa, disfrutando de los diferentes espacios

¹ Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad.

² Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders> [Consultado: 18/06/21]

en los que me movía y relacionándolos siempre con una actividad concreta, como puede ser pintar en la universidad o leer en la biblioteca. Esta práctica de relacionar los espacios con su actividad concreta conlleva a que la productividad aumente en los lugares de trabajo y que descienda en los ambientes de descanso, lo cual crea un buen balance de actividad en el día a día, pero puede conllevar también a una frustración abundante cuando intentas cambiar alguna de las variables.

Estas imágenes pues, recogerán escenas de esta nueva realidad por la que tuve que vivir -igual que muchos otros- y a la cual tuve que adaptarme, reflejando también las sensaciones que acompañan a cada momento, como el agobio, el cansancio, la soledad y la incertidumbre.

Esa es la principal razón por la que he decidido tomar este tema como enfoque de mi trabajo de fin de grado, para darle una visión diferente a las representaciones habituales de la depresión, la ansiedad y la disociación, tratando el tema desde una estética de realismo, con pequeños elementos fuera de lo normal que represente el sentimiento correspondiente en cada cuadro.

OBJETIVOS

Con esta serie de obras mi objetivo es el de normalizar estos sentimientos y darle validez a las emociones que las situaciones de estrés nos hacen sentir. Quiero lograr expresar todas estas emociones a través de cuadros que a primera vista no parecen tratar temas tan oscuros como la depresión o la ansiedad, a modo de reflejo de los trastornos mentales y como muchas veces no son detectables a simple vista.

Asimismo, no quiero englobar todas estas sensaciones en lo que ha derivado de la pandemia, quiero que sean situaciones que aludan a lo que significó el aislamiento, pero que también puedan ser reflejo de otras situaciones traumáticas para otras personas, pues al fin y al cabo los sentimientos pueden ser los mismos en diferentes situaciones.

Finalmente pretendo ser capaz de salir de mi zona de confort para realizar un proyecto más personal y ambicioso que logre representar todo lo mencionado sin la ayuda de apoyos visuales exagerados como la ambientación con el color, las expresiones atormentadas o símbolos e iconos que representen el tema.

ANTECEDENTES



Fig. 1. Sin título, 2018. Óleo sobre lienzo, 43,9 x 65 cm.

Al entrar a la carrera, para mi el arte era pura estética, mis principales referentes eran artistas que pintaban arte agradable, sin trasfondo social o político, por lo cual gran parte de mi carrera artística fue similar, pintando bonitos bodegones, flores y animales. Cuando empecé a dibujar la figura humana mi intención nunca fue de representar sentimientos o emociones fuertes a través de sus expresiones o poses, sino más bien realizando una expresión bella o agradable que fuera fácil de leer y no implicase una conexión emocional para el espectador.

A pesar de este hecho y de que nunca me he considerado una persona sentimental o emocional, sobretodo en relación con mi arte, si que he tratado algunos trastornos mentales a lo largo de mi carrera artística sin darme cuenta de ello. Por ejemplo, los problemas de la identidad es un tema que he tratado anteriormente, tanto en 2º y 3º año de carrera, representándome a mi misma en mis cuadros siempre cubriéndome la cara, ocultando mi identidad [fig. 1]. Empecé a explorar a fondo este tema en la serie “Hidden Portraits”, una colección de cuadros donde las personas representadas ocultan sus rostros en busca de intimidad, algo que para mi se traduce en un miedo profundo por ser expuesta al público, sobre todo en las redes sociales.

Pero aunque traté este tema, no fue desde mi punto de vista personal, sino desde una zona de confort, representándome no solo a mi misma [fig. 2] sino también a muchas otras personas [fig. 3], de manera que convertía mi problema en el problema de todos aquellos representados, por lo tanto rehuyendo del centro de atención, evitando profundizar en el tema y quedándome en la estética de lo misterioso como foco de interés.

La principal diferencia entre mis trabajos anteriores sobre la identidad y este proyecto, es que en esta serie de cuadros quiero plasmar algo más personal y emocional, sumergiéndome más en estilos como el surrealismo en combinación con el realismo pictórico que suelo representar.



Fig. 2. Sin título, de la serie "Hidden Portraits", 2019. Óleo sobre tablilla entelada, 22 x 27 cm.

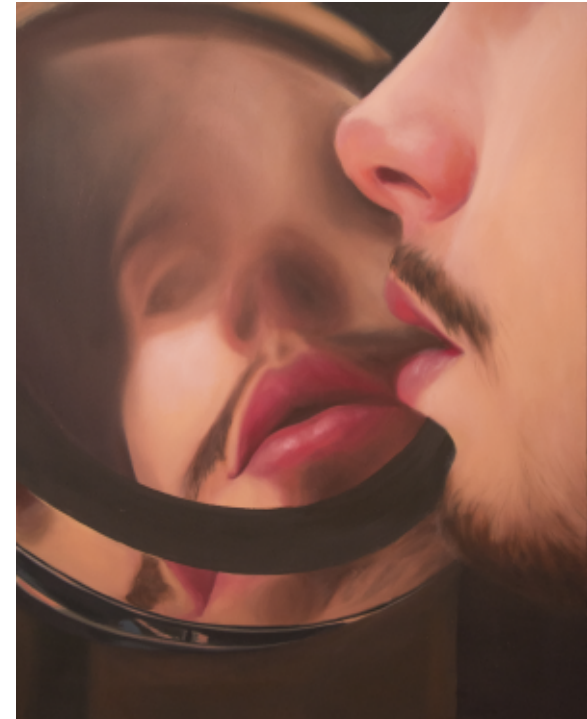


Fig. 3. Sin título, de la serie "Hidden Portraits", 2020. Óleo sobre lienzo, 65 x 81 cm.

CONTEXTUALIZACIÓN

Este proyecto requiere de mucha contextualización, tanto conceptual como artística, con lo cual dividiré este apartado en tres secciones: contexto histórico, contexto artístico y referentes.

Un humano de inmediatez

Para empezar con la contextualización tenemos que remontarnos atrás en el tiempo hasta la época de la Revolución Industrial y el modernismo. Con todos los avances, tanto tecnológicos como científicos e incluso sociales, el tiempo parece haberse acelerado y la productividad empezó a ganar una gran importancia en todos los sectores de la vida humana. Esto causó un gran impacto en la forma de percibir la vida para los humanos, convirtiéndolos en seres frenéticos e impacientes.

Con la invención del Internet y los dispositivos móviles, este estilo de vida rápido y ajetreado se intensifica. Ahora con toda la información y comunicación al alcance de nuestras manos es imposible no estar siempre haciendo algo o produciendo algo, en muchos casos llegando a extremos de obesesión con la productividad o el trabajo. Fue tanta la gente que empezó a padecer de esta obesión que se creó una palabra para definir a este tipo de personas: "Workaholic"³. Estas personas generalmente sienten una dependencia con sus trabajos (o en algunos casos "hobbies"), llevan una vida frenética y en muchos casos sufren un deterioro de la

³ Definición según Oxford Learner's Dictionaries: a person who works very hard and finds it difficult to stop working and do other things (traducido: una persona que trabaja muy duro y le resulta difícil dejar de trabajar y hacer otras cosas).

calidad de vida por culpa de ello.

Todo esto se acentúa con la invención de las redes sociales y con la creciente idealización de las vidas de aquellos que son sus propios jefes, creando pequeñas empresas en las que convierten sus pasiones en trabajo. Este tipo de contenido emprendedor ha ido aumentando en la última década, idealizando un estilo de vida que conlleva una gran devoción de tu tiempo para lograr los objetivos de estabilidad financiera que en muchos casos son inalcanzables.

Debido al sesgo de supervivencia, en las redes sociales solo vemos a aquellas personas que han logrado llegar a la cima, pero no a todas aquellas que se han quedado por el camino, con lo cual muchos jóvenes apasionados se lanzan a la aventura, haciéndose autónomos y creando sus “small businesses” (pequeñas empresas) que derivan en una obsesión y adicción al trabajo con tal de imitar las vidas de aquellos "influencers" que admiran.

Entonces, con lo que acabamos es con una sociedad sumida en el trabajo y la productividad que no encuentra tiempo para parar o ni siquiera quiere hacerlo, así que en el momento en el que son obligados a frenar, surgen los problemas.

Con la aparición del virus SARS COVID-19 (o coloquialmente conocido como COVID o corona) a finales de 2019 y su difusión a través de todo el planeta a principios de 2020, el mundo se vio obligado a detenerse; se cerraron fronteras, se clausuraron negocios, se vaciaron las calles y las personas se vieron forzadas a aislarse en sus casas. Todas estas medidas, aunque precipitadas y repentinas, se hicieron para parar la propagación del virus y evitar contagios, pero no se podía prever la repercusión que esto iba a tener en la salud mental de la población.

La gente que acostumbraba a salir a trabajar como parte de su rutina y así conseguir altos niveles de productividad, ahora se encuentra en una situación casi claustrofóbica, que produce en muchos

casos ansiedad e incertidumbre, llegando a perder su capacidad de concentración, independientemente del tipo de trabajo que realizaba antes de la pandemia.

Según estadísticas realizadas por la OMS sabemos que España es una de los países más afectados en cuanto a trastornos mentales; “no solo se han agravado los trastornos previamente diagnosticados sino que además se han disparado los casos de ansiedad y depresión”⁴. De todas las personas, los jóvenes son los más afectados por la pandemia: “el 90% de los jóvenes han notificado un aumento de la ansiedad mental durante la pandemia”⁵, probablemente debido al cierre de las escuelas, la pérdida de sus puestos de trabajo y la gran incertidumbre sobre el futuro de sus vidas, al sentir que sus años de juventud se les escapan y el tiempo se agota.

“En España la ciudadanía está dando ya muestras de una importante "fatiga pandémica", un cansancio especialmente acusado por los más jóvenes, en los que el estado anímico está más deteriorado que en el resto de la población, según un reciente estudio realizado por el Instituto de Estudios Sociales Avanzados del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC)”⁶.

Todos estos problemas que derivan de la cuarentena que tuvimos que afrontar gran parte del 2020 son los que yo y muchos otros artistas nos dispusimos a representar en nuestro arte, algunos como manera de representar lo que estaban viendo y otros para expresar lo que estaban sintiendo.

⁴ Recuperado de: <https://www.rtve.es/noticias/20210317/datos-salud-mental-otra-pandemia/2082633.shtml>

⁵ Recuperado de: <https://www.who.int/es/news/item/19-04-2021-who-backed-global-youth-mobilization-funds-young-people-s-ideas-to-combat-impact-of-covid-19-pandemic>

⁶ Recuperado de: <https://www.rtve.es/noticias/20210317/datos-salud-mental-otra-pandemia/2082633.shtml>

El arte como medio de expresión y el Arte Covid

Los artistas y su obra son, casi siempre, un reflejo el uno del otro, ya sea consciente o inconscientemente una parte del artista se queda impregnada en el lienzo, por lo que podemos mirar la mente del artista a través de un cuadro, una escultura o un poema. A través del arte, un medio altamente creativo, se puede expresar multitud de cosas, desde sensaciones de tranquilidad y alegría, como representaciones realistas de hechos, o incluso traumas y tormentos.

Artemisia Gentileschi en 1620-21 representa en su cuadro *Judith matando a Holofernes* su frustración con su abusador, representándose a ella misma en Judith asesinando violentamente a su violador en el papel de Holofernes. Caspar David Friedrich plasma su propia soledad y melancolía que sufría por su depresión en sus pinturas. Francisco De Goya pasó por etapas muy diferentes en su obra, siendo en 1790 cuando comienza su etapa más oscura, que muy probablemente fuera influenciada por la situación política y social de España y su reacción a la enfermedad que le debilitó y acabó dejando sordo. Como bien dice Mara Dierssen Sotos en su libro *El cerebro del artista: la creatividad vista desde la neurociencia*, a Goya “esta experiencia traumática y el aislamiento subsiguiente, le hicieron más introspectivo y su pintura se volvió cada vez más sombría” (2019, p.166).

“La creación artística es un canal para expresar el malestar y la experiencia de la enfermedad” (p. 14) expone Eva Marxen (2011) en relación con el arte psicótico⁷, el arte que crean los enfermos mentales, lo cual podemos trasladar también a trastornos como la depresión, la ansiedad y el estrés. La acción de expresar a través del arte para una persona atormentada por sus problemas puede llegar a ser sanadora; “En la historia del arte, de la escritura, de la poesía y de la música siempre ha habido ejemplos de artistas, escritores, poetas, músicos, etc. que han podido estabilizarse y compensarse gracias a su arte (...)” (Marxen, 2011, p.27).

El arte siempre ha sido una manera de tratar con los problemas y el estrés, una vía de escape para expresar los sentimientos que uno tiene en diferentes situaciones, con lo cual no es de extrañar que durante el confinamiento surgiera un nuevo tipo de arte relacionado con el famoso virus. Artistas de todo tipo de disciplinas exponen a través de su arte la realidad que están viviendo, siendo tanta la cantidad de contenido creada en relación con la pandemia que se le agencia un

⁷ Término que surge a finales del siglo XIX usado para referirse a las obras realizadas por personas con problemas mentales.

nombre a este tipo de arte: el arte covid.

Un grupo de 3 publicistas de Barcelona, crean a principios de la cuarentena un museo de arte digital llamado el Covid Art Museum (CAM), con objetivo de dar visibilidad a esta forma de arte, como vía de escape no solo para los artistas sino los propios espectadores que pueden sentirse identificados con las escenas y situaciones representadas.

En su página web covidartmuseum.com, explican como con este museo virtual pretenden darle a estos artistas un sitio donde exponer su arte, haciendo publicaciones diarias de las obras que reciben. Gracias a este museo virtual, gran parte de este tipo de arte está recopilado en un solo sitio y es más fácil analizar la trayectoria y evolución del mismo a lo largo de los meses de la cuarentena.

Al comienzo del confinamiento, principios de marzo, ya comenzaron a surgir obras de arte relacionadas con el COVID-19, la mayor parte de ellas tratando los temas más superficiales de la misma como el hecho de tener que llevar mascarilla y lavarse las manos, trabajar desde

casa [fig. 4] y la falta de papel higiénico [fig. 5] entre otros. Mucha gente imaginaba que por fuera de sus ventanas habían paisajes preciosos para afrontar el tener que estar encerrado, y otros miraban las calles buscando los atisbos de belleza de la vida, apreciando lo que tenemos en nuestros hogares [fig. 6], viendo a parejas bailando en sus salones, niños jugando en la ventana, gente comunicándose a través de los balcones, adquiriendo nuevos "hobbies" [fig. 7], etc. Este periodo del arte del COVID es el más alegre y divertido, convirtiendo la situación en algo agradable y que saca lo mejor de las personas, representando la solidaridad, el compañerismo y el optimismo.

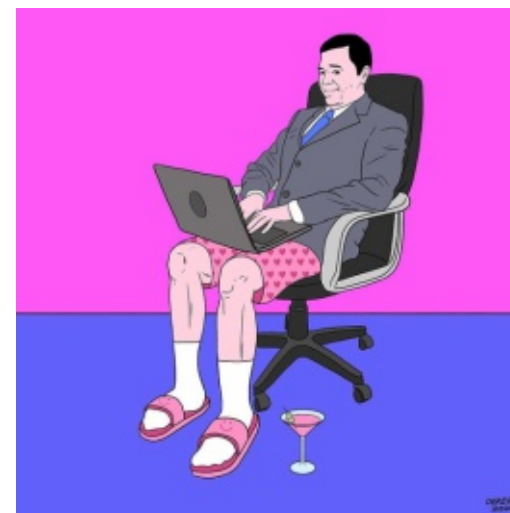


Fig. 4. Alex Derega, *Work from home*, 2020.



Fig. 5. Max Siedentopf, Sin título, 2020.

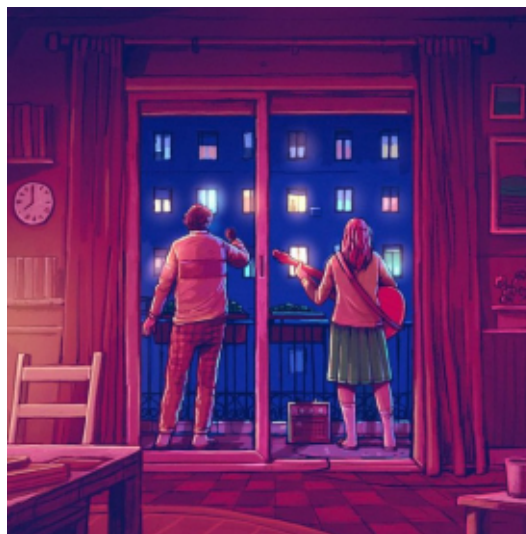


Fig. 7. Jorge Tabanera Redondo, Sin título, 2020.



Fig. 6. Flávio Ricardo, *Quarentena 25*, 2020.

Cuando empezamos a tener en cuenta el valor de aquellas personas trabajando en puestos esenciales comenzó a surgir arte agradeciendo a todas estas personas (médicos, enfermeros, y demás trabajadores esenciales) y su gran aporte en el mantenimiento de la sociedad durante el confinamiento. Obras representando el aplauso colectivo que se da a las 8 de la tarde en agradecimiento al duro trabajo de los médicos y enfermeros son las más abundantes [fig. 8, 9, 10].



Fig. 8. Berna Gulbey, *Intensive Care*, 2020.



Fig. 9. Jordi Flores, *El Aplauso. 20.00 h.*, 2020.



Fig. 10. Duyi Han, *The Saints Wear White*, 2020.

Pero la rabia contra el coronavirus comenzaba a aumentar y las obras cada vez denotaban más cansancio, agobio y enfado con la situación. A medida que el tiempo pasaba y el virus no se iba, el optimismo se disipaba y más y más personas perdían a sus seres queridos, la gente fue empezando a darse cuenta de todos los problemas mentales que la situación les estaba generando. Globalmente se empezó a tener más en cuenta la salud mental y consecuentemente obtuvo más representación en el arte surgido por la pandemia [fig. 11, 12, 13, 14].



Fig. 11. Matheus Boletti, *Crise existencial*, 2020.

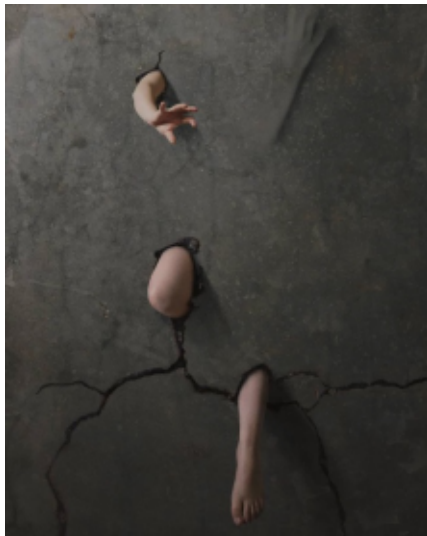


Fig. 12. Orane Tasky, *Photo de confinement n°2*, 2020.



Fig. 13. Alberto Muriel, *No estás solo*, 2020.



Fig. 14. Karman Verdi, Fotografía de la serie "*There's so many ghosts at my spot*", 2020.

Obras sobre la muerte y el duelo también fueron relevantes durante este mismo periodo del arte covid, mostrando el lado más devastador de la pandemia y trayendo consigo un sentido de la fragilidad del humano ante el virus y la responsabilidad social que tenemos para frenar esta situación [fig. 15, 16, 17].



Fig. 15. Andrés Murillo, *La primera vez que vi un cadáver estaba tomando el sol*, 2020.



Fig. 16. Laurence Geai, Sin título, 2021.



Fig. 17. Jordi Flores, Sin título, 2020.

Además del arte pictórico, artistas de otras disciplinas han creado arte en relación con el coronavirus. La canción *Stuck With You* de Ariana Grande y Justin Bieber es un ejemplo de música que centra tanto sus letras como su vídeo musical al hecho de estar “atrapado contigo”⁸, cantándolo en el estribillo y mostrando imágenes de personas en sus casas bailando al ritmo del tema a través de videollamadas, un medio de comunicación online con el que mantener el contacto social que fue recurrente durante el confinamiento. Por otro lado la canción *We Go* del grupo de kpop surcoreano formis_9 habla del deseo de salir y vivir nuevas experiencias: “ven conmigo ahora, hasta donde quieres llegar?”⁹, mientras el vídeo musical muestra a las componentes del grupo cantando a través de videollamadas -como en el ejemplo anterior- y con el añadido del uso del Photoshop (programa de edición de fotos) para editarse a sí mismas en otros lugares y escenarios, para de esta manera re-imaginarse sus propias vidas en situaciones en las que por culpa de la pandemia no pueden estar.

En definitiva, la soledad, la depresión, la ansiedad y los trastornos obsesivos compulsivos aumentaron rápidamente durante el aislamiento. En el transcurso de pocos meses los problemas mentales se hicieron cada vez más notorios y poco a poco dejaron de ser -tan- tabú. Tanto las personas que sufrieron pérdidas como las que no, pasaron por estragos en su salud mental, lo cual produjo una masiva preocupación por el mantenimiento de la misma.

Mi obra entonces, se encuentra dentro de la última categoría nombrada del arte covid, la más expresiva y sombría, habiendo cumplido ya 1 año y más de 2 meses desde la fecha del primer confinamiento.

⁸ Traducido del original en inglés: *Stuck with you*, el título de la canción por Ariana Grande y Justin Bieber.

⁹ Traducido del original en inglés y coreano: *Come with me now, neon eodikkaji gagil wonbae*, parte del estribillo de la canción *We go*, del grupo formis_9.

REFERENTES

Para realizar mi trabajo de fin de grado he indagado en la obra de algunos artistas en específico para conseguir un mayor entendimiento de la relación artista y obra, pues siento que muchos de ellos plasman su propio espacio mental en el lienzo, cosa que pretendo imitar. Además, visualmente utilizan recursos que encajan con mi idea estética para este proyecto.

Por su tratamiento estético:

JEREMY GEDDES

Para empezar, el artista Jeremy Geddes fue la razón por la cual decidí hacer este proyecto, pues al encontrarme con una de sus obras titulada *Cluster* [fig. 18], me surgió la idea de tratar el tema del aislamiento como trabajo de fin de grado. Geddes nació en Wellington, Nueva Zelanda, estudió arte en the Victorian College of the Arts, en Melbourne, Australia, y es desde 2003 un pintor a tiempo completo. Su obra se caracteriza por tener un estilo hiperrealista, pero representando situaciones surrealistas, con algunos elementos y personajes recurrentes como las aves, edificios en ruinas y la figura del astronauta.



Fig. 18. Jeremy Geddes, *Cluster*, 2011. Óleo sobre tabla, 113,03 x 113,03 cm.



Fig. 19. Jeremy Geddes, *Warmer air*, 2011. Óleo sobre tabla, 38,1 x 58,42 cm.

Las escenas que Geddes representa exuden sensación de soledad y vacío, en las que los personajes son pesados y las estructuras son débiles, como si todo alrededor de las personas se destruyese, pero conservando la delicadeza en la composición. Me pareció especialmente interesante por este elemento de destrucción relacionado con su obra, parecido a lo que pasa dentro de la mente mientras que el resto del mundo sigue su curso.

ALEX BECK

Alex Beck es un pintor e ilustrador estadounidense, que trabaja tanto el óleo como el acrílico y el gouache. Solía trabajar como artista conceptual para la casa de animación Moonbot, pero ahora se dedica a la pintura. Beck usa fotografías hechas con cámaras de carrete o instantáneas, creando collages con diferentes fotografías, como queriendo entrelazar las historias de cada una de ellas. Esto resulta en sus pinturas, en las cuales combina elementos y escenarios que no parecen existir en el mismo plano, utilizando diferentes paletas de colores para cada parte del cuadro, creando una imagen llamativa y caótica.

La forma en la que junta estos elementos y colores es la razón por la que me interesa su obra, pues para mí alude a la mezcla de diferentes pensamientos y sensaciones que se crean en la mente cuando uno está agobiado o estresado, con diferentes preocupaciones existiendo al mismo tiempo.

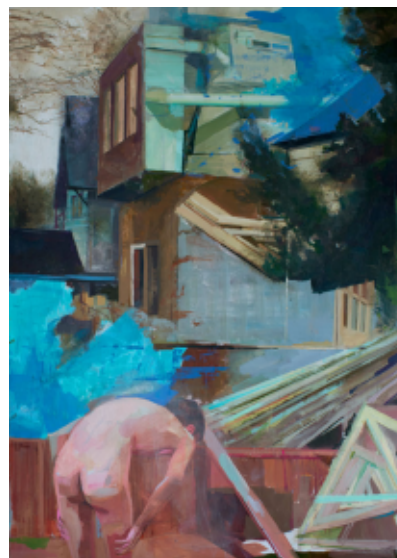


Fig. 20. Alex Beck, *Northern Virginia*, 2016-2018. Guache sobre tabla, 44,45 x 63,5 cm.



Fig. 21. Alex Beck, *Unit*, 2015. Medios mixtos, 91,44 x 91,44 cm.

DANIEL PITÍN

Es un artista Checo, graduado en la Academia de Bellas Artes de Praga, ciudad en la que vive y trabaja actualmente. En su obra combina elementos realistas y pictóricos dentro de escenarios en ruinas con personajes misteriosos, todo en una paleta de colores apagados y neutrales, a veces combinando elementos como periódicos y papel higiénico con la pintura. En sus cuadros no hay planos claramente definidos sino que se entrelazan diferentes elementos a través de pinceladas sueltas, manchas y borrones de manera intencionada por el artista.



Fig. 22. Daniel Pitín, *Swimming Pool*, 2019. Óleo sobre lienzo, 180x230 cm.



Fig. 23. Daniel Pitín, *Lost House*, 2009. Óleo y acrílico sobre lienzo, 165,1x228,6 cm.

RUPERCHT VON KAUFMANN

Rupercht Von Kaufmann es un artista contemporáneo nacido en Munich, con una larga carrera y amplio catálogo de obras, en el que podemos encontrar tanto pinturas como esculturas e instalaciones. Es un artista muy versátil que evoluciona con su obra a través de los años, creando diferentes interpretaciones y variando en los recursos que utiliza y la manera en la que los utiliza. Me atrae en especial su obra *No Panic*, una pintura en la que con una paleta de colores reducida consigue representar una escena cargada de incertidumbre y misterio, consiguiendo integrar de manera estupenda todos los elementos de la obra, como si se fundieran entre ellos.



Fig. 24. Rupercht Von Kaufmann, *No panic*, 2009.
Óleo, cera y pigmentos sobre lienzo, 130 x 170 cm.



Fig. 25. Rupercht Von Kaufmann, *Mittsommer*, 2010.
Instalación, acrílico sobre fieltro, 180 x 500 cm.

Por su narración pictórica:

MARTÍN Y SICILIA

Martín y Sicilia es un duo artístico compuesto por Jose Arturo Marín y Javier Sicilia, dos pintores Tinerfeños reconocidos internacionalmente. Fueron una gran inspiración para mi proyecto, pues la manera en la que narran las historias que quieren contar en sus obras es increíblemente sutil e incluso cómica, a pesar de que los temas que tratan pueden llegar a ser muy sensibles. Combinan diferentes tipos de referencias en su propia obra, tanto culturales como sociales y artísticas, con el objetivo de contextualizar el tema que estén tratando en el momento, sin tener que recurrir a la sobre-expresividad, sino manteniéndolo en el rango del realismo pictórico. De esta manera su obra resulta enigmática y compleja, con varios planos de lectura que ayudan a la mayor comprensión de la misma, creando una sensación satisfactoria para el espectador que consigue descifrar sus referencias.



Fig. 26. Martín y Sicilia, *Occupy the 24h*, 2012. Acrílico sobre lienzo, 100 x 190 cm.



Fig. 27. Martín y Sicilia, *Bajo la mesa*, 2007. Acrílico sobre lienzo, 100 x 163 cm.

Artistas que pintaron la soledad y los problemas mentales:

FRANCISCO DE GOYA

Afamado pintor español que empieza pintando tapices en la real fábrica de Tapices De Santa Barbara en Madrid, consigue posteriormente un trabajo como pintor del Rey y primer pintor de cámara. Pinta dos de sus obras más importantes en relación con los acontecimientos históricos de España, *El 2 de mayo de 1808 en Madrid: la lucha con los mamelucos* y *la Guardia Imperial*, y *El 3 de mayo de 1808 en Madrid: los fusilamientos en la montaña de Principe Pio*. Pero lo más memorable de su carrera fueron sus *Pinturas Negras* que realizó en la Quinta del Sordo, su época más solitaria y sombría, en la que se volvió más expresivo muy probablemente a causa de los traumas causados por el periodo histórico por el que tuvo que vivir y su enfermedad que le dejó sordo (Dierssen, 2019).

Las *Pinturas Negras* de Goya para mi son las más interesantes pues muestran ese nervio que sintió mientras las estaba realizando, sin preocuparse de que alguien pudiera verlas, incluso pintando encima de otras pinturas a medida que ocupaba todas las paredes. Se aleja mucho de su estilo más temprano marcado por la delicadeza y la luz, con temas alegres y pacíficos, mientras que ahora con una mente atormentada pinta lo que siente y se desahoga con cada pincelada.



Fig. 28. Francisco de Goya, *Saturno devorando a su hijo*, 1823. Óleo sobre muro trasladado a lienzo, 146 x 83 cm.



Fig. 29. Francisco de Goya, *Dos viejos comiendo sopa*, 1823. Óleo sobre muro trasladado a lienzo, 49,3 x 83,4 cm.

CASPAR DAVID FRIEDRICH

Pintor reconocido del romanticismo alemán, hace una pintura al óleo representando sobretodo paisajes desolados y melancólicos, siendo la figura humana empuñecida en mucho de los casos, habitualmente en actitud observadora de la abrumadora naturaleza. Como mencioné anteriormente, se cree que la depresión y aislamiento influyeron en su forma de pintar. Sabemos gracias a testimonio de amigos y conocidos cercanos, además de a través de su propia obra, que Friedrich era un hombre solitario y su depresión en varios casos le llevó a intentar quitarse la vida.



Fig. 30. Caspar David Friedrich, *Mar del norte a la luz de la Luna*, 1823-24. Óleo sobre lienzo, 22 x 30,5 cm.

Podemos deducir según el testimonio de Carus, que parte de las razones por las que Friedrich sufrió tal depresión fue el hecho de presenciar las muertes de su madre y su hermano, en especial esta última: “experimentó el dolor de ver desaparecer ante sus ojos, tragado por el abismo, a uno de sus hermanos, a quien amaba especialmente y con quien iba en Greifswald a patinar sobre el hielo, que se rompió”¹⁰. Personalmente creo que es por la herida que dejó la muerte de su hermano por la cual Friedrich representa los paisajes nevados y fríos de manera más sombría que los demás. Es por todas estas razones que la obra de Friedrich está tan cargada de emociones y sentimientos, como si a través de sus pinturas dejara escapar un poco de esa soledad y melancolía que experimentaba.



Fig. 31. Caspar David Friedrich, *Monje a la orilla del mar*, 1809. Óleo sobre lienzo 110,4 x 171 cm.

¹⁰ Cita extraída de: Jensen, C. J, (1980) *Caspar David Friedrich Vida y Obra*, pág. 111.

EDVARD MUNCH

Pintor y grabador noruego conocido principalmente por su obra *El Grito* y considerado una de las figuras más representativas del expresionismo en Europa. Utiliza también el arte como forma de representar sensaciones de una manera única y expresiva, como es el caso de *El grito*:

“Paseaba por un camino con dos amigos. Empezaba a anochecer. Sentí una punzada de melancolía. De pronto el cielo se tiñó de rojo, tan intenso como la sangre. Me detuve, me recosté al borde del camino, estaba muy fatigado y me puse a contemplar aquellas nubes encendidas que, como lenguas de fuego, caían sobre el fiordo azul y negro y sobre la ciudad. Mis amigos siguieron su camino. Yo me quedé solo, temblando de ansiedad. Entonces sentí un grito infinito que perforaba el universo”¹¹.

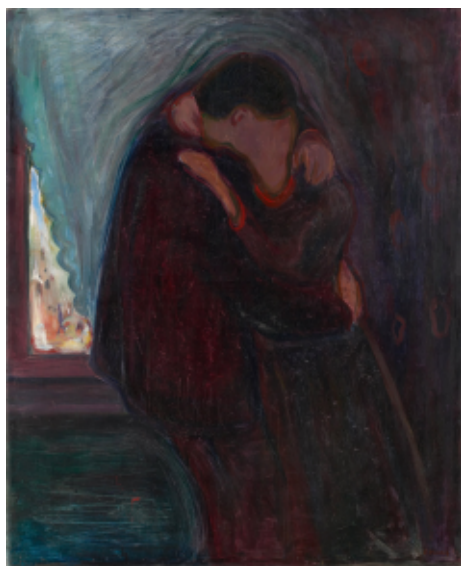


Fig. 32. Edvard Munch, *El Beso*, 1897. Óleo sobre lienzo, 81 x 99 cm.



Fig. 33. Edvard Munch, *El Grito*, 1893. Óleo, temple y pastel sobre cartón, 74 x 91 cm.

¹¹ Cita extraída de: Bassie, A (2019). *Expresionismo*. pág. 136.

EDWARD HOPPER

Fue un artista durante el periodo modernista en Estados Unidos, más concretamente del realismo americano. Pinta tanto paisajes urbanos como retratos, pero es especialmente conocido por sus obras más misteriosas en las que los personajes parecen estar solos en el mundo, mirando melancólicamente a su alrededor, en la paz y tranquilidad de los escenarios en los cuales Hopper les da refugio. En especial la obra *Sol de la Mañana* nos evoca la misma sensación que vivimos en el confinamiento, mirando el mundo a través de nuestras ventanas. A pesar de que ninguna obra pictórica tiene sonido propio, las obras de Hopper parecen más silenciosas que las demás, consigue encapsular en la imagen la sensación de soledad y tranquilidad como ningún otro artista.



Fig. 34. Edward Hopper, *El Sol de la mañana*, 1952. Óleo sobre lienzo, 71,4 x 101,9 cm.



Fig. 35. Edward Hopper, *Habitación en Nueva York*, 1932. Óleo sobre lienzo, 73,7 x 91,4 cm.

METODOLOGÍA

Al tratarse de un trabajo fundamentado en la experiencia personal, lo principal es hacer un estudio de las situaciones y momentos en los que se dieron todos estos sentimientos y emociones que quiero representar a lo largo de mi obra. Lo propio es hacer una serie de sesiones de introspección para indagar en mi experiencia y encontrar lo que quiero expresar y representar en los cuadros, para tener claros los escenarios que quiero representar, y asegurarme de que lo que quiero expresar se puede apreciar en los escenarios, recurriendo lo mínimo posible a los estereotipos, pues sigue siendo un tema delicado, ya que no ha pasado mucho tiempo desde el punto más duro de la cuarentena (aproximadamente 14-15 meses). Esto resulta tanto en bocetos a lápiz de grafito, bocetos digitales, fotografías y pequeñas frases y palabras escritas. Además de esto, la realización de un "mood board"¹² con el tipo de imágenes y referencias artísticas que fueron mi inspiración a la hora de afrontar este proyecto puede ayudar a encontrar una línea de trabajo clara que poder seguir y comenzar el proyecto de manera organizada.

A partir de estos bocetos, luego se realizaría una serie de dibujos más concretos de las imágenes que quiero representar, bien en cartulina o en un lienzo utilizando óleos, pues en formatos más grandes es más fácil expresarse a través de la pincelada y se crean formas más dinámicas.

En algunos casos puedo llegar a realizar la misma idea en distintas versiones con tal de encontrar la que mejor encaje con el conjunto y el estilo que quiero desarrollar para el proyecto, con lo que si es necesario se repetirá la misma idea las veces que sean precisas.

¹² Definición según Oxford Learner's Dictionaries: a group of pictures, words, etc. arranged on a board or screen in order to create or show a particular style, idea or feeling (traducido: un grupo de fotografías, palabras, etc. organizadas en una tabla o pantalla con el fin de crear o mostrar un estilo particular, idea o sentimiento).

Después de tener todas las ideas sobre la mesa, se haría una sesión de fotos en la que se representarían todas las escenas planteadas y cualquier otra nueva idea que pueda surgir por el camino. A pesar de que los bocetos no necesitaron fotografías para ser realizados, sí me gusta tener una versión real de lo que he dibujado para poder tener una referencia cuando voy a pintar los cuadros. De esta manera encuentro que las obras quedan más limpias y correctas, tanto anatómicamente como en temas de color e iluminación, que son cruciales en cuadros realistas como los que voy a pintar.

A esto le seguiría una sesión de edición o montaje fotográfico si la idea o imagen lo requiriese, que se haría de manera digital. Por lo general esto ayuda a contrastar mejor las luces, recortar figuras no deseadas y cambiar el color de algunos elementos para ayudar a la composición final de la obra.

Con las fotografías escogidas, lo único que queda por hacer es pintar los lienzos y conseguir un acabado detallado de cada imagen, manteniendo la misma estética y calidad del acabado en todos ellos. En mi opinión, la mejor metodología para realizar una serie de cuadros, es trabajarlos todos al mismo tiempo, para que cada uno se pueda contaminar del otro y conseguir una sensación de unidad.

A la hora de pintar cada cuadro, el proceso varía en cada uno de ellos dependiendo de la dificultad de la escena a representar, siendo los cuadros con más figuras los que más tiempo requieren, pues encuentro mayor dificultad en realizar los cuerpos y las caras que los fondos.

TEMPORALIZACIÓN

Febrero, Marzo y Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre
Elección del tema					
Realización de bocetos	Realización de bocetos				
	Realización de cuadros	Realización de cuadros	Realización de cuadros	Realización de cuadros	Realización de cuadros
	Búsqueda de información	Búsqueda de información	Búsqueda de información	Búsqueda de información	
			Realización de la memoria	Realización de la memoria	Realización de la memoria

Elección del tema
Realización de bocetos
Búsqueda de información
Realización de cuadros
Realización de la memoria

PROCESO DEL TRABAJO

Primeras ideas y bocetos

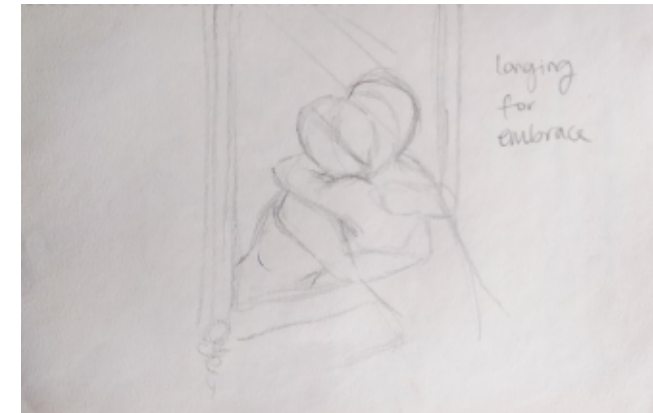
Lo primero que tuve en cuenta a la hora de realizar el trabajo de fin de grado fue el tema que se quería tratar y de qué manera tratarlo. Para esto lo primero que realicé fue una lluvia de ideas donde apunté en un papel aquellos temas que eran de mi interés y creía que podían ser un buen medio para representar mi trayectoria en la carrera de Bellas Artes.

De todas las opciones que tuve para realizar, la que más me llamó la atención fue la idea de representar la experiencia vivida en la cuarentena de 2020 relacionándolo con los problemas mentales que derivaron de la misma, pues es un tema que viví de cerca y quiero darle visibilidad a los problemas mentales y al tratamiento de los mismos, pues también considero que es una pandemia de la cual no se habla lo suficiente.

Una vez elegido el tema es necesario comenzar a hacer búsqueda de información y muchos bocetos de lo que se quiere representar. En mi caso concreto, al elegir el tema relacionado con la pandemia y mi experiencia personal durante la misma, tuve que hacer un proceso de memoria e introspección, a modo casi de terapia, más que búsqueda de información externa, pues al fin y al cabo lo importante para mí era representar mi vida y experiencia durante el confinamiento. Con esto el objetivo era el de sacar de mi cabeza todas aquellas emociones que sentí durante la cuarentena y cómo reaccioné ante ellos, relacionándolos con imágenes que podrían llegar a representar esos sentimientos.

Los primeros bocetos los realicé principalmente a lápiz y también en digital utilizando una tableta gráfica. Para realizar estos bocetos también me inspiré en varios artistas cuya obra me recordaba a lo que yo quería representar.

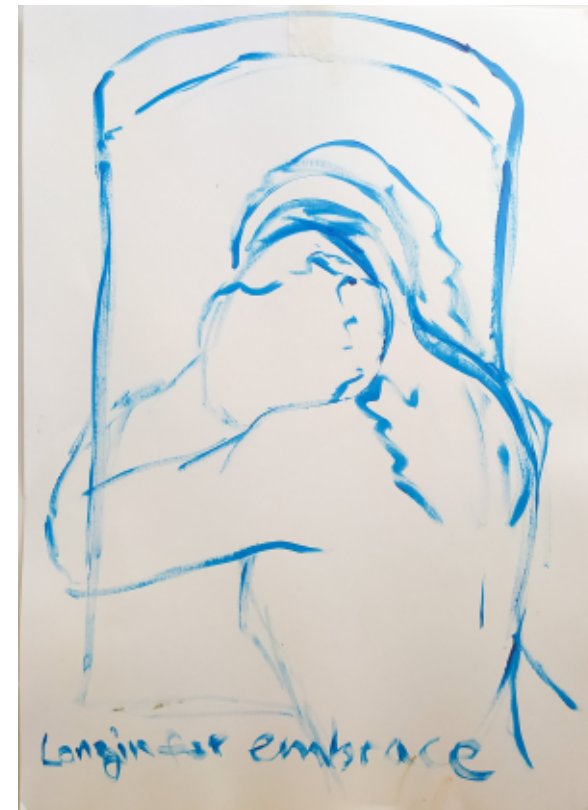
A continuación se muestran los bocetos que realicé a lápiz, con carboncillo y de manera digital con una tableta gráfica, respectivamente.



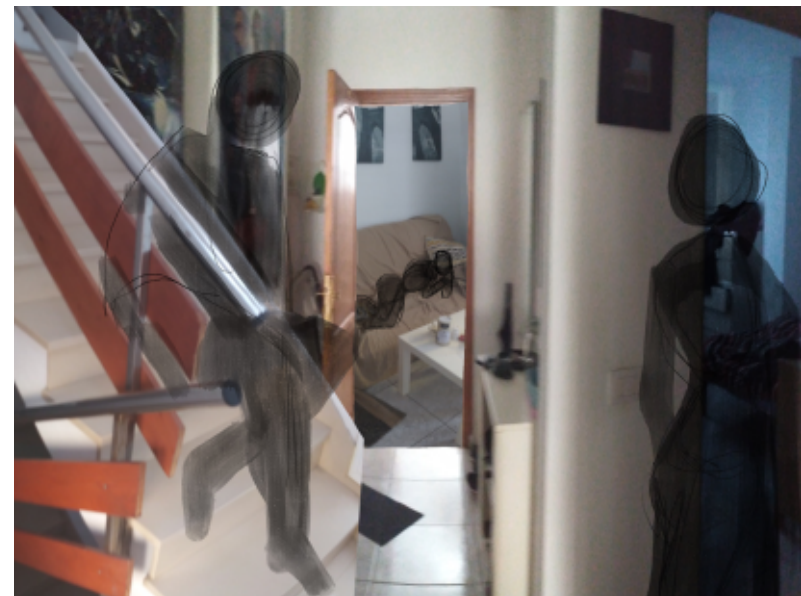


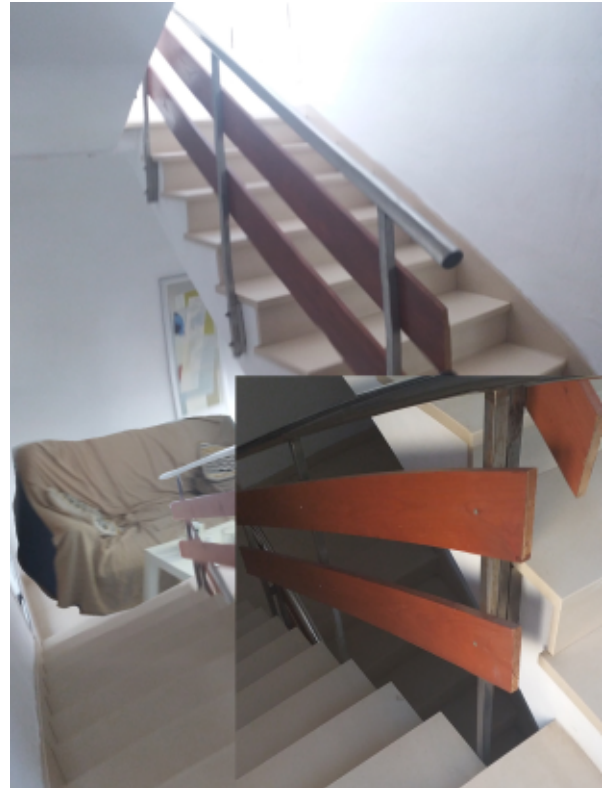


Varios de los bocetos anteriores los pasé a papel de 300gr los cuales pinté con óleo para aproximarme más a la versión final del cuadro, y durante este proceso también surgieron más ideas, algunas de ellas inspiradas por los artistas que mencioné en el apartado de referentes.



Además de esto saqué fotografías y realicé fotomontajes digitales para visualizar mejor algunas de las ideas que se me iban ocurriendo. Tanto las fotografías como los montajes tienen en común que cogen cosas directamente de la realidad, facilitando el proceso previo a la realización de los cuadros, con lo cual vi que era la opción más viable para algunas de mis ideas en las que quería plasmar más detalles, crear transparencias o combinar diferentes elementos entre sí.





Al principio la gran mayoría de mis ideas estaban enfocadas a un estilo expresionista y surrealista, acercándome en ocasiones a la obra de Edward Munch, representando cuerpos fusionándose entre sí o disolviéndose en el entorno, como en su obra *El beso* [fig. 32].

Finalmente, haciendo un estudio de todos mis bocetos, hice un proceso de análisis de los elementos más recurrentes y a partir de estos realicé las fotos definitivas para empezar la obra.



En este boceto utilizo el mismo efecto de "fundido" que utiliza Munch en su obra *El Beso* [fig. 32].

En esta parte del proceso de trabajo, tomé mucha inspiración de la obra de Martín y Sicilia [fig. 36], pues quería ser más sutil a la hora de representar estas situaciones, siendo surrealista pero realista al mismo tiempo, y no tan expresionista como en mis bocetos. La forma en la que Martín y Sicilia representan sus ideas me recuerda a la manera en la que yo veía la situación de la pandemia mientras la estaba viviendo, una sensación de que todo está bien pero aun así algo me inquietaba, así que pensé que imitando este estilo podría simbolizar esos sentimientos.

En general la dirección estética que quería conseguir es la de las obras del periodo del realismo, que expresan situaciones que aluden a sentimientos, pero sin usar expresiones exageradas, colores intensos o elementos surrealistas.



Fig. 36. Martín y Sicilia, *No hay mejor defensa que un buen ataque*, 2008. Acrílico sobre lienzo y madera recortada, 90 x 200 cm.

En este boceto quise reinterpretar la obra de Martín y Sicilia [fig. 36] de manera que en vez de personas diferentes en cada habitación, fuera yo misma escondiendome de mi misma, para evadir mis responsabilidades.



Una vez realicé todos los bocetos escogí las ideas que más me gustaron para sacar más fotografías las cuales usaría de referencia a la hora de pintar los cuadros. De estas fotos hice un proceso de selección con ayuda de mi tutor para elegir del montón las imágenes que mejor representen las emociones que quería transmitir. Esto me sirve de ayuda a la hora de plasmar la imagen en el lienzo, quitando el peso de tener que realizar un dibujo sin una comparación directa a la realidad, pues -aunque posible hacerlo sin referencias- crear una figura humana requiere de mucho conocimiento anatómico, además de conocimientos de interpretación de las texturas y de cómo la luz interactúa con ellas dentro del entorno.

En estas fotografías intento representar los sentimientos anteriormente mencionados, creando diferentes espacios para cada uno de ellos: cuando quiero representar la soledad o la melancolía, procuro utilizar una habitación vacía, sin distracciones, para que la figura humana sea la que exprese, mientras que para sentimientos de agobio y ansiedad, busco crear ambientes ruidosos y cargados, porque cuando la carga visual es mayor, este sentimiento se transmite directamente al espectador.



Desarrollo de la obra final

El primer cuadro definitivo es una imagen también inspirada en el cuadro de Edward Munch *El Beso* [fig. 32], en el cual dos personajes se abrazan y en el proceso se funden el uno con el otro. Este cuadro me recordó a la sensación que sentía cuando me miraba al espejo, de querer abrazar a mi reflejo y fundirme con él. Mis primeros bocetos de esta idea representaban dos figuras abrazándose a través del espejo, pero el cuadro final se compone de la figura principal sentada delante del espejo y el propio reflejo de la figura, acariciándole la cara la una a la otra, con una expresión de compasión, mientras que el espacio alrededor es blanco y limpio, diferenciándose del resto de cuadros que expresan agobio y estrés.

Este cuadro representa el estado de aceptación y sanación después de haber pasado por el estrés inicial de la pandemia, con lo que era importante para mí que la imagen fuera agradable y las figuras expresaran amabilidad la una con la otra.



El siguiente boceto representa una situación cotidiana como la de compartir el sofá con tu familia, pero con el agobio de no tener suficiente espacio personal para estar cómodo. Lo que quiero representar con esto es la falta de intimidad que se dio cuando ya no se podía salir del hogar y al mismo tiempo la falta de recursos que uno puede encontrar en una casa de una persona de clase media/baja, en las que no hay más de un sofá, solo una televisión o solamente un salón de estar, por lo que es la única estancia en la que pueden estar todos juntos.



El tercer boceto representa una escena en la cual la protagonista tiene que habitar el espacio debajo de las escaleras por falta de espacio en el resto de la casa, situación por la que tuvieron que pasar aquellos que volvieron a casa de sus padres por problemas financieros derivados de la cuarentena prolongada. En esta escena se ve como dispone de una nevera, maleta y muebles llenos de ropa en el descansillo de las escaleras, mientras la figura se toma una cerveza en una postura de aceptación de la situación.



Este boceto representa al personaje principal durmiendo mientras abraza el brazo de un maniquí. El brazo de maniquí quiere representar el contacto físico del cual hemos sido privados por culpa del aislamiento, con lo cual buscamos cualquier objeto a disposición que nos recuerde el tacto de otra persona para volver a sentirnos acompañados y evitar la soledad.



El último boceto representa una escena que relacionamos con el segundo o tercer mes del aislamiento, en el que hay que tomar acción en algunas actividades que antes solíamos realizar en centros especializados pero ahora tenemos que aprender a hacer en casa, como puede ser depilarse o cortarse el pelo. Pero aunque parezca algo agradable, el espacio sigue siendo reducido y las posiciones algo incómodas, pues no se trata de una situación normal, sino una medida provisional.



Para realizar todos estos cuadros primero realicé el boceto directamente sobre el lienzo, siguiendo de referencia las fotografías tomadas en el proceso inicial. Una vez el boceto estuviera lo más correcto y parecido a las fotografías empezaría a manchar cada bloque de color con el tono correspondiente. Todos los cuadros están hechos al óleo sobre lienzo tamaño 116 x 89 cm.

En esta parte del proceso aprovecho también para marcar las luces y sombras más importantes, procurando no perderme en las manchas y conservando el dibujo. Aquí mostraré el proceso desde el principio hasta el final de algunos de los cuadros. Una vez hecha toda la base es más fácil pintar con los colores correspondientes, ambientando bien todos los elementos del cuadro, con lo que es muy importante que los primeros pasos estén bien hechos. En el caso del cuadro del Sofá en específico, el boceto inicial no estuvo bien hecho [fig. 37] y consecuentemente el resto del proceso se vio afectado por ello, con lo cual tuve que descartar este lienzo y realizar la obra desde cero en un lienzo nuevo [fig. 38].



Fig. 37. En este primer boceto la anatomía no está correcta, sobretodo en la parte inferior del cuadro.



Fig. 38. Al empezar el cuadro en un nuevo lienzo, pude modificar las figuras para que se vieran correctas, sinque el boceto anterior me condicionara.

En otros cuadros como el del espejo y el baño, tuve que hacer pequeños arreglos de encajado a lo largo del proceso, pues al principio no estaban del todo bien planteados, pero si lo suficientemente correctos como para no tener que empezar de cero. En el caso del retrato del espejo [fig. 39 y 40], la estructura general de la cara se deforma, incluso afectando al cuello y los hombros, pero dibujando encima se pudo recuperar la forma de la cara original. Algo parecido pasa en la escena del baño [fig. 41 y 42], en concreto con el personaje sentado en el váter, del cual tuve que arreglar el tamaño de los brazos, la posición del codo y la forma de la cara.

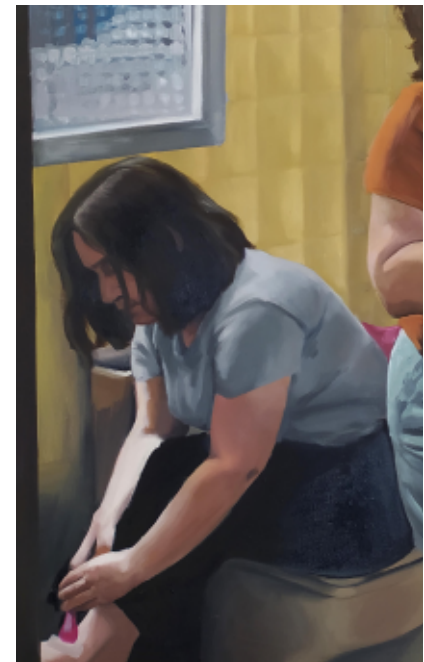
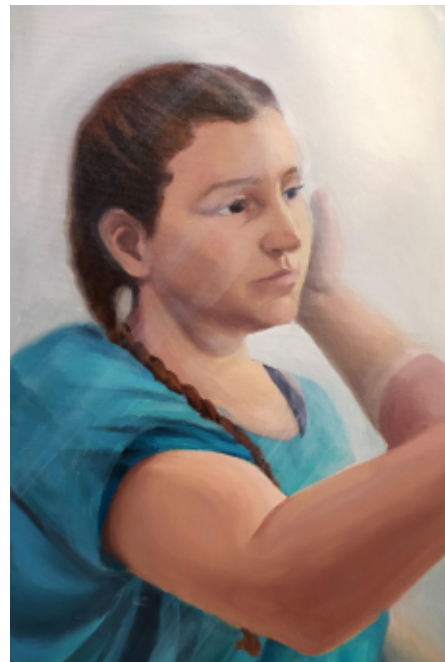
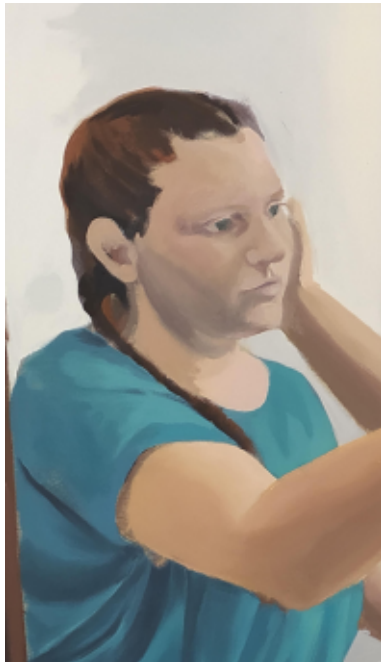


Fig. 39.

Fig. 40.

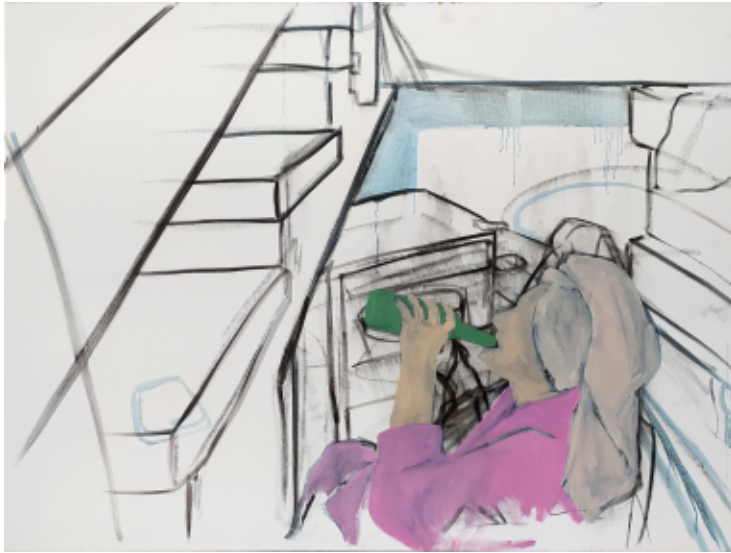
Fig. 41.

Fig. 42.

Fotografías del proceso







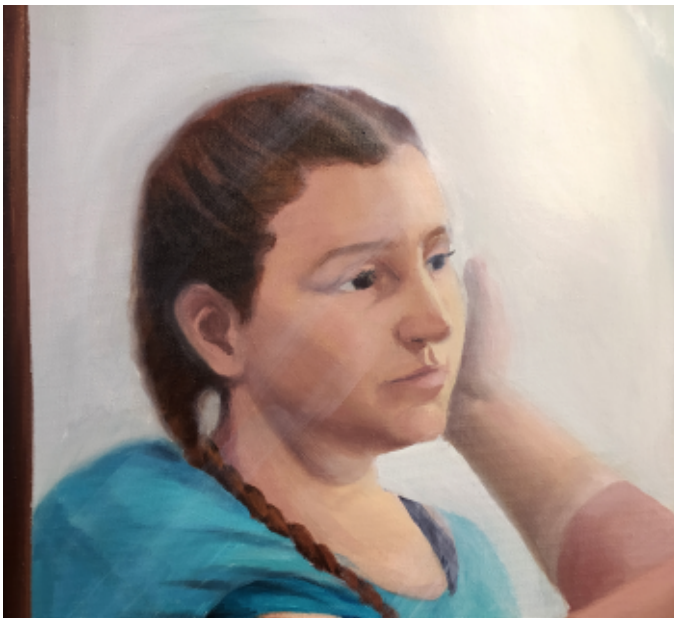
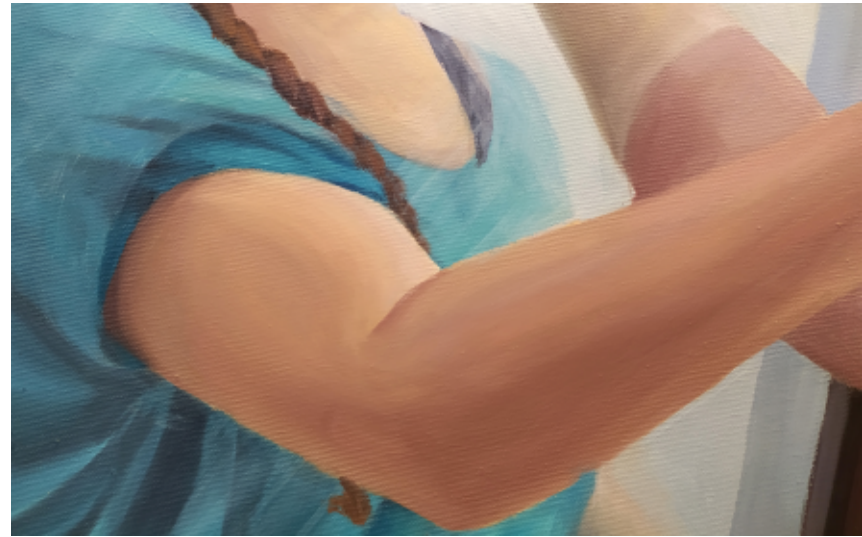




OBRA FINAL



Título de la obra: *(What's left?) Nothing but me*
Procedimiento pictórico: Óleo sobre lienzo
Dimensiones: 116 x 89 cm





Título de la obra: *Space to spare*
Procedimiento pictórico: Óleo sobre lienzo
Dimensiones: 116 x 89 cm





Título de la obra: *Make due*
Procedimiento pictórico: Óleo sobre lienzo
Dimensiones: 116 x 89 cm







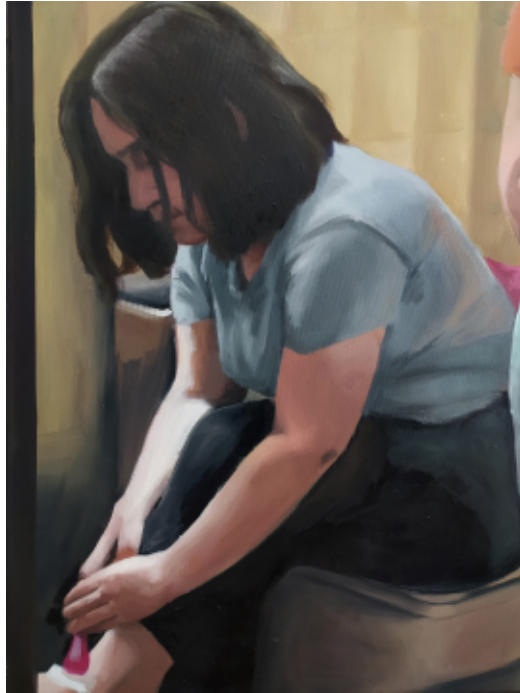
Título de la obra: *As if it were yours*
Procedimiento pictórico: Óleo sobre lienzo
Dimensiones: 116 x 89 cm







Título de la obra: *Home made*
Procedimiento pictórico: Óleo sobre lienzo
Dimensiones: 116 x 89 cm



PROPUESTA EXPOSITIVA

Estos 5 cuadros cuentan una historia que va desde los puntos más bajos de mi salud mental, acercándome con cada cuadro a la aceptación de la situación e intentando salir de este espacio de negatividad. A la hora de hacer una exposición me gustaría colocar los 5 cuadros en una misma sala, dos de ellos enfrentándose y uno en la pared más lejana a la entrada, siendo esta la pieza principal de la obra: la conclusión.

Es por eso que mi planteamiento sería hacer un recorrido empezando por la izquierda con *Space to spare*, siguiendo con *Make due*, *(What's left) Nothing but me* como pieza central, y por la derecha justo después de la anterior estaría *As if it was yours*, finalizando el recorrido con *Home made* [fig. 43].

Siento que de esta manera se entiende mejor este camino hacia la sanación, pues si utilizara la obra de *(What's left) Nothing but me* como última pieza -a pesar de que puede ser más razonable ponerla al final (en el sitio de *Home made*) pues esta pieza es la culminación de la trayectoria de sanación que comenté anteriormente- en mi opinión perdería la ambientación que le quiero dar como pieza central.



Fig. 43. Propuesta expositiva creada digitalmente con el programa Procreate.

CONCLUSIONES

Este proyecto, en comparación con anteriores realizados a lo largo de la carrera, supuso un nivel de implicación mayor de lo que anticipaba. Como he comentado reiteradamente, este es el primer proyecto en el que realmente me implico de manera personal en el contenido de la obra, interrumpiendo la intimidad de mi hogar y mi mente para que otros puedan indagar en ellos.

Consecuentemente el proceso creativo de las obras sufrió también ciertos cambios para adaptarse a este estilo de expresión, en el que el proceso previo a la pintura es incluso más significativo para el resultado final, que el propio tratamiento del lienzo. Al tratarse de emociones y sentimientos, el boceto se convierte en un mediador entre mi experiencia y la pintura, en vez de simplemente un soporte para el artista, razón por la cual pienso que esta experiencia, independientemente de los resultados obtenidos, fue extremadamente enriquecedora. La apreciación por cada parte del proceso creativo fundamenta la obra final, elevando las ideas a medida que se hace un correcto desarrollo y evitando el conformismo y propiciando la toma de decisiones desde los estadios más tempranos del proceso. De esta manera pude empezar todos los cuadros con las ideas claras y sabiendo por dónde empezar cada cuadro, qué acabado buscaba en cada uno y cómo llegar a ese objetivo.

Esto no quiere decir que haya resultado sencillo. La toma de decisiones se puede llegar a hacer cuesta arriba en algunos puntos del proceso, dificultando no solo la realización de los cuadros, sino también la capacidad de ver la obra como conjunto y no como piezas individuales, pues es muy fácil ensimismarse en una imagen en concreto y olvidar el resto mientras estas trabajando y pensando en los detalles, por lo que mantener una unidad y no perder la visión final en el camino es otro de los desafíos que tuve que afrontar a lo largo de este proyecto.

Realizando este trabajo también he aprendido a independizarme de las referencias (fotográficas sobre todo) y a tomar más decisiones artísticas fuera de lo que se ve a simple vista, con esto me refiero por ejemplo a alterar la composición en función de lo que quiero resaltar, a reforzar luces y colores con tal de enlazar mejor las figuras y el entorno, y a modificar la obra sintiéndome segura de mi capacidad crítica y creativa que he desarrollado en los 4 años de la carrera.

Finalmente, pese a que el resultado final de cada cuadro por su lado llegue a ser de mi agrado, me hubiera gustado indagar más en la obra como conjunto, posiblemente modificando las composiciones más de lo que me permití con tal de crear una mayor armonía entre las piezas. Además opino que mientras los cuadros presentados engloban todos los sentimientos que quería expresar, el proyecto se hubiera beneficiado de alguna imagen más, que pudiera aportar otra visión de las emociones representadas, para así poder alcanzar un mayor nivel de detalle en cuanto a lo que quiero simbolizar. Pero incluso con errores cometidos a lo largo del camino, considero que la experiencia ha sido fructífera y los objetivos que me propuse fueron en su gran parte alcanzados, creando al final una de mis obras más emocionales de toda mi trayectoria en la carrera.

BIBLIOGRAFÍA

Libros:

Arnheim, R. (2002). *Arte y percepción visual*. (2ª ed.). Madrid: Alianza Forma.

Bassie, A. (2019). *Expresionismo*. [EPub] Nueva York: Parkstone International.

Bauman, Z. (2007). *Tiempos Líquidos*. Barcelona: Tusquets Editores.

Bornay, E. (2009). *Las historias secretas que Hopper pintó*. Barcelona: Icaria.

Bozal, V. (2005). *Francisco Goya: vida y obra*. Madrid: Editores TF.

Bozal, V. (2009). *Pinturas negras de Goya*. Madrid: Antonio Machado Libros.

Dierssen Sotos, M. (2019). *El cerebro del artista: La creatividad vista desde la neurociencia*. [EPub]. Barcelona: Shackleton Books.

Fisher, M. (2018). *Los fantasmas de mi vida: escritos sobre depresión, hauntología y futuros perdidos*. Buenos Aires: Caja Negra Editora.

Jensen, C. J. (1980). *Caspar David Friedrich: vida y obra*. Barcelona: Editorial Blume.

Marxen, E. (2011). *Diálogos entre arte y terapia: Del “arte psicótico” al desarrollo de la arte terapia y sus aplicaciones*. Barcelona: Gedisa Editorial.

Nordström, F. (2013). *Goya, Saturno y melancolía: Consideraciones sobre el arte de Goya*. Madrid: Antonio Machado libros.

Schneider Adams, L. (1996). *Arte y Psicoanálisis*. Madrid: Ediciones Cátedra.

Vaughan, W. (2004). *Friedrich*. Londres: Phaidon Press Limited.

Artículos:

Hernández López, J. (2020) *Pensamiento, arte y cultura en tiempos de Covid-19**. Revista ArteCubano, 1, 34-39.

WEBGRAFÍA

Comunicados de prensa:

Organización Mundial de la Salud. (2020, 5 de octubre). Los servicios de salud mental se están viendo perturbados por la COVID-19 en la mayoría de los países, según un estudio de la OMS [Comunicado de prensa]. <https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey> [Consultado: 18/06/21]

Organización Mundial de la Salud. (2021, 19 de abril). La Movilización de la Juventud Mundial, con el respaldo de la OMS, financia ideas de los jóvenes para combatir el impacto de la pandemia de COVID-19 [Comunicado de prensa]. <https://www.who.int/es/news/item/19-04-2021-who-backed-global-youth-mobilization-funds-young-people-s-ideas-to-combat-impact-of-covid-19-pandemic> [Consultado: 18/06/21]

Organización Mundial de la Salud. (2020, 14 de diciembre). Las mayores organizaciones juveniles del mundo, con más de 250 millones de miembros, y la OMS ponen en marcha una movilización mundial para responder a la conmoción causada por la COVID-19 en los jóvenes [Comunicado de prensa]. <https://www.who.int/es/news/item/14-12-2020-world-s-largest-youth-organizations-and-who-launch-global-mobilization-to-respond-to-disruptive-impacts-of-covid-19-on-young-people> [Consultado: 18/06/21]

Organización Mundial de la Salud. (2019, 28 de noviembre). Trastornos mentales. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders> [Consultado: 18/06/21]

Noticias:

Ocho datos sobre la salud mental en España: la otra pandemia de la que hay que hablar. (2021, 17 de marzo) RTVE.es. Recuperado de: <https://www.rtve.es/noticias/20210317/datos-salud-mental-otra-pandemia/2082633.shtml> [Consultado: 18/06/21]

Páginas web:

<http://www.jeremygeddesart.com> [Consultado: 11/08/21]

<https://weandthecolor.com/alex-beck-paintings/80584> [Consultado: 11/08/21]

<https://www.artistaday.com/?p=26218> [Consultado: 11/08/21]

<http://www.nicodimgallery.com/artists/daniel-pitin> [Consultado: 11/08/21]

<https://www.artsy.net/artist/daniel-pitin> [Consultado: 11/08/21]

<https://www.visituffizi.org/es/obras-de-arte/judit-decapitando-holofernes-de-artemisia-gentileschi/> [Consultado: 13/08/21]

<https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/mood-board> [Consultado: 6/09/21]

<https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/workaholic?q=workaholic> [Consultado: 6/09/21]

ÍNDICE DE IMÁGENES

Fig. 4 (pág. 16) <https://www.instagram.com/derega/>

Fig. 5 (pág. 16) <https://www.instagram.com/maxsiedentopf/>

Fig. 6 (pág. 16) <https://www.instagram.com/gatotonto/>

Fig. 7 (pág. 16) <https://www.instagram.com/flavioricardo1978/>

Fig. 8 (pág. 17) <https://www.instagram.com/bernagulbey/>

Fig. 9 (pág. 17) <https://www.instagram.com/miralflores/>

Fig. 10 (pág. 17) <https://www.instagram.com/duyi.han/>

Fig. 11 (pág. 18) <https://www.instagram.com/phmatheusboletti/>

Fig. 12 (pág. 18) <https://www.instagram.com/oranetasky/>

Fig. 13 (pág. 18) <https://www.instagram.com/esloqueparece/>

Fig. 14 (pág. 18) <https://www.instagram.com/karmanverdi/>

Fig. 15 (pág. 19) https://www.instagram.com/murillo__andres/

Fig. 16 (pág. 19) <https://www.laurencegeai.com/pandemic-diary>

- Fig. 17 (pág. 19) <https://www.instagram.com/miralflores/>
- Fig. 18 (pág. 21) https://www.jeremygeddesart.com/painting_group/immaterial/
- Fig. 19 (pág. 22) https://www.jeremygeddesart.com/painting_group/transient/
- Fig. 20 (pág. 23) <https://weandthecolor.com/alex-beck-paintings/80584>
- Fig. 21 (pág. 23) <https://www.artistaday.com/?p=26218> (Alex Beck, *Unit*)
- Fig. 22 (pág. 24) <https://artreview.com/ar-january-february-2020-review-daniel-pitn/>
- Fig. 23 (pág. 24) <http://hvcca.org/press/garrison-landing.html> (Daniel Pitín, *Lost House*)
- Fig. 24 (pág. 25) <https://www.rvonkaufmann.com/works/2009/>
- Fig. 25 (pág. 25) <https://www.rvonkaufmann.com/works/2010/>
- Fig. 26 (pág. 26) <https://www.martinysicilia.com/gallery-category/works-1995-2012/#que-nos-quiten-lo-bailado-2012>
- Fig. 27 (pág. 26) <https://www.martinysicilia.com/gallery-category/works-1995-2012/#aforo-completo-2006-2010>
- Fig. 28 (pág. 27) https://es.wikipedia.org/wiki/Pinturas_negras
- Fig. 29 (pág. 27) <https://historia-arte.com/obras/dos-viejos-comiendo-sopa>

Fig. 30 (pág. 28) https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Caspar_David_Friedrich_-_Northern_Sea_in_the_Moonlight_-_Google_Art_Project.jpg

Fig. 31 (pág. 29) <https://www.lacamaradelarte.com/2018/04/el-monje-frente-al-mar.html>

Fig. 32 (pág. 30) [https://es.wikipedia.org/wiki/El_beso_\(pintura_de_Edvard_Munch\)](https://es.wikipedia.org/wiki/El_beso_(pintura_de_Edvard_Munch))

Fig. 33 (pág. 30) https://es.wikipedia.org/wiki/El_grito

Fig. 34 (pág. 31) <https://historia-arte.com/obras/hopper-sol-de-la-manana>

Fig. 35 (pág. 31) https://es.wikipedia.org/wiki/Habitación_en_Nueva_York

Fig. 36 (pág. 43) <https://www.martinysicilia.com/gallery-category/works-1995-2012/#aforo-completo-2006-2010>

