

PILAR CHUMILLA SÁNCHEZ
TUTOR: DAVID TRUJILLO RUIZ

TFG 2023

ARTES VISUALES Y DISEÑO



‘AJENOS’



FACULTAD DE BELLAS ARTES DE ALTEA
UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ

ÍNDICE

1. PROPUESTA Y OBJETIVOS
2. REFERENTES
3. JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA
4. PROCESO DE PRODUCCIÓN
5. RESULTADOS
6. WEBGRAFÍA



PROPUESTA Y OBJETIVOS

El proyecto de TFG se centra en la creación de una serie de ilustraciones basadas en las emociones básicas del ser humano (ira, miedo, tristeza y alegría).

La serie se llevará a cabo digitalmente, dando lugar a un conjunto de ilustraciones acompañadas de sus respectivos poemas.

Cada ilustración cuenta una historia sobre la emoción que representa, dando lugar a una pequeña historia cuyo fin es provocar al espectador esa sensación que refleja.

Objetivo principal

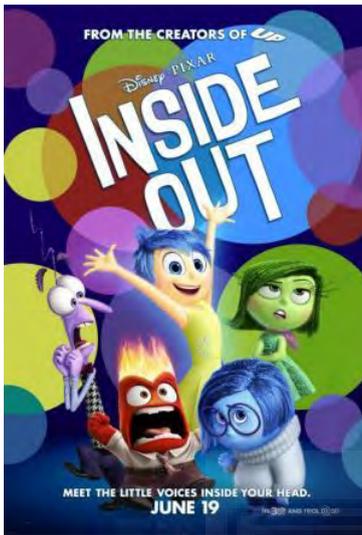
Creación de una serie de ilustraciones que reflejan cada una de las cuatro emociones: ira, alegría, tristeza y miedo.

Objetivos secundarios

- Analizar y estudiar las emociones básicas del ser humano.
- Examinar los distintos referentes visuales.
- Indagar y estudiar las distintas maneras de interpretar cada emoción.
- Crear cuatro poemas de acompañamiento de cada ilustración.
- Experimentar con las distintas técnicas visuales y comenzar con el boceto inicial.
- Crear el diseño final y en un futuro promover y difundir la serie de ilustraciones a través de las redes sociales y plataformas digitales, con el fin de alcanzar un amplio público y promover la comprensión del arte emocional.

REFERENTES

REFERENTES CONCEPTUALES

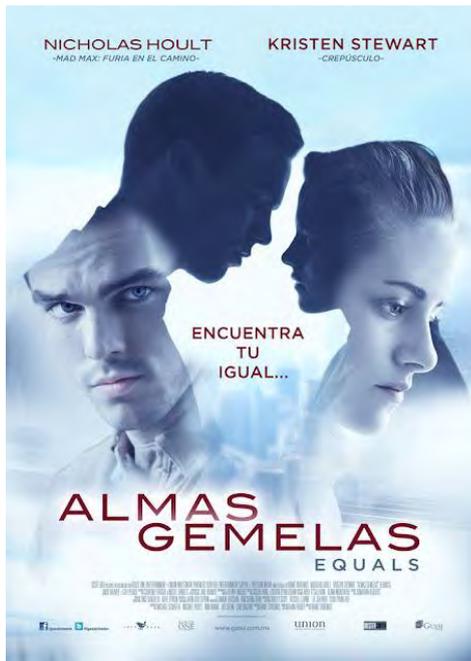


Del Revés, Pixar, 2017

Esta película fue producida por Pixar Animation Studios, destinada a ser vista por el público infantil, aún así llegó a convertirse en una de las películas más taquilleras ya que logra explicar claramente la función de cada emoción y cómo se comporta cada una ante diferentes estímulos.

Gracias a esta película, se puede tener una buena interpretación del significado de cada emoción del ser humano, así como las diversas reacciones que se pueden tener dependiendo del factor externo. En ella recoge cinco emociones básicas: ira, miedo, asco, alegría y tristeza. Dependiendo de cada situación se activa una emoción u otra que lleva a una acción concreta del personaje (sentimientos).

Ira: Rabia, frustración, irritación; Miedo: inseguridad, ansia, sumisión; Asco: repulsión; Alegría: optimista, pacífico, aceptado; Tristeza: culpable, abandonado, desesperado.



Almas Gemelas, 2015

Al contrario que la película comentada anteriormente, esta carece de emociones, se trata de una sociedad futurista donde las emociones humanas han sido erradicadas y luchan por una cura contra ellas, ya que son consideradas una enfermedad y por consiguiente un desequilibrio para el bienestar de la sociedad.

Esta película, nos ha ayudado a comprender la importancia de las emociones. En nuestro día a día apenas te levantas vuelves a acostarte, es una rutina incesable, por ello muchas veces ni siquiera nos paramos a pensar que es realmente lo que estamos sintiendo en este instante. Somos un cúmulo sin fin de sentimientos, a cada hora, minuto y segundo de cada día, pero al ser algo tan interiorizado se ha ido convirtiendo en algo casi imperceptible.

REFERENTES VISUALES

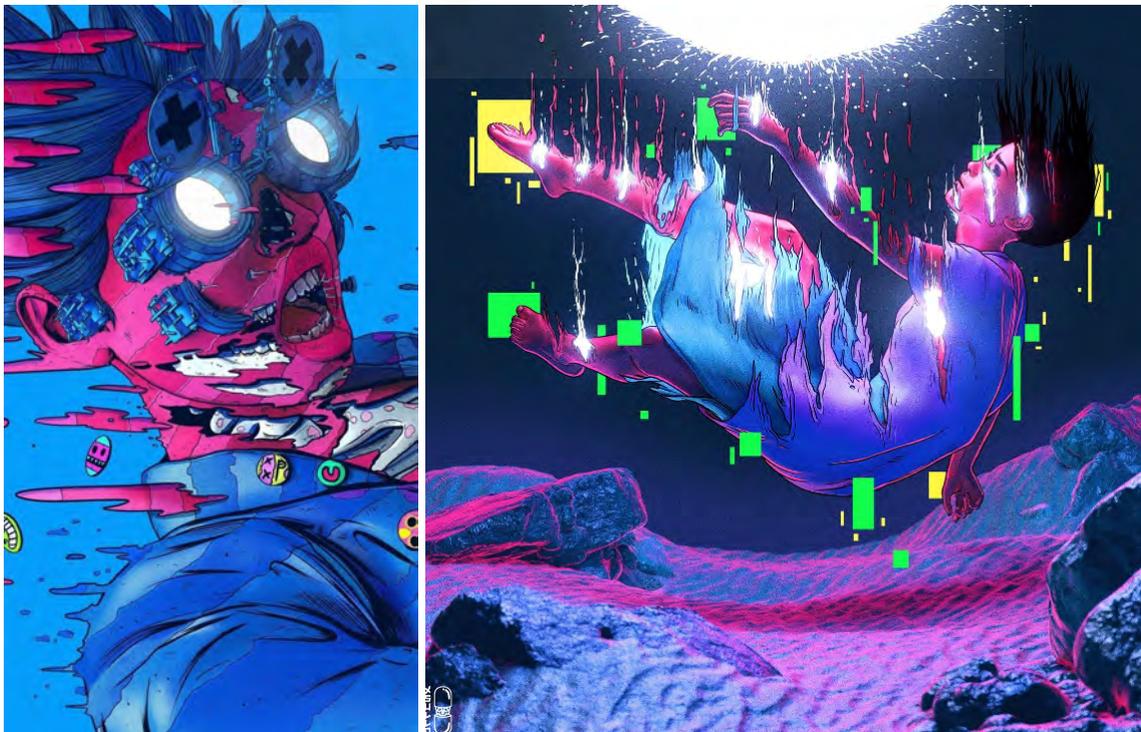
Con respecto a los referentes visuales se han escogido aquellos que han ayudado a tener una visión general de cómo se podrían desarrollar las distintas historias de las emociones.

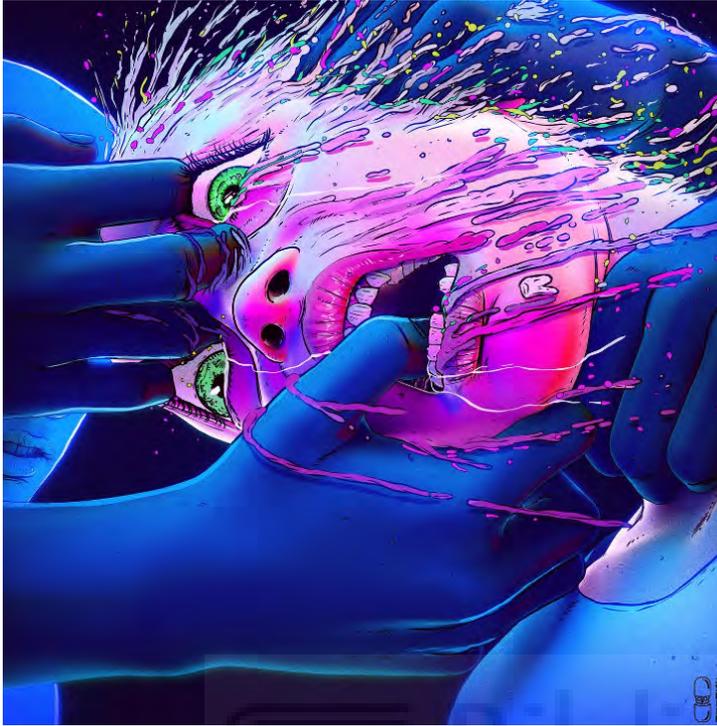
Se han estructurado en cinco secciones, según las características de trazado, forma y tonalidades. Según el tipo de emoción la historia se desarrollaría en una de las secciones, con una técnica determinada.

1. Sección. Intensidad y vividez

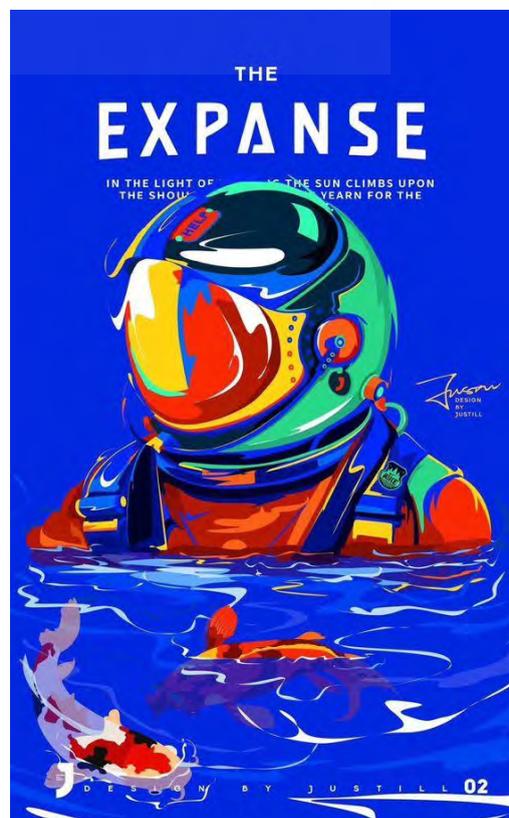
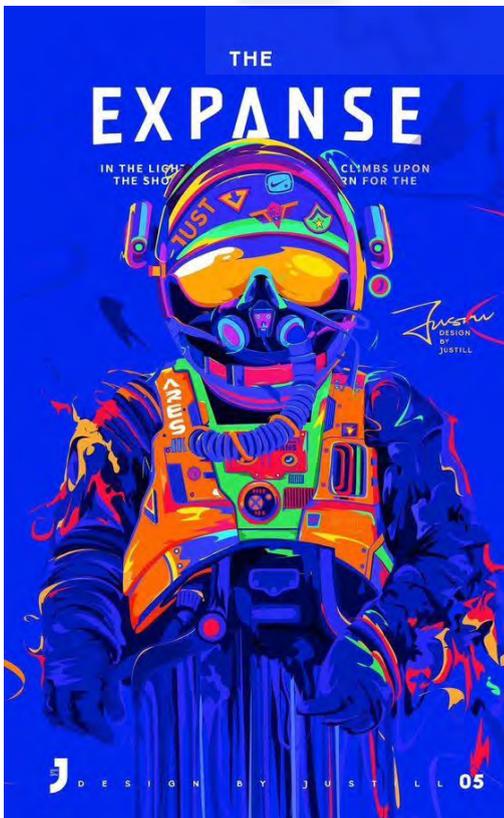
En esta sección se han recogido varios trabajos de los artistas Xsullo y Justill.

Estos proyectos han sido de referencia con respecto a la emoción Alegría/Miedo. Han sido relevantes como base para comenzar a crear las ilustraciones. La manera final de plasmar el dibujo logra captar la atención del espectador, gracias al uso tonos vívidos y los contrastan entre sí, sobre todo en la adición de sombras en cada tono.



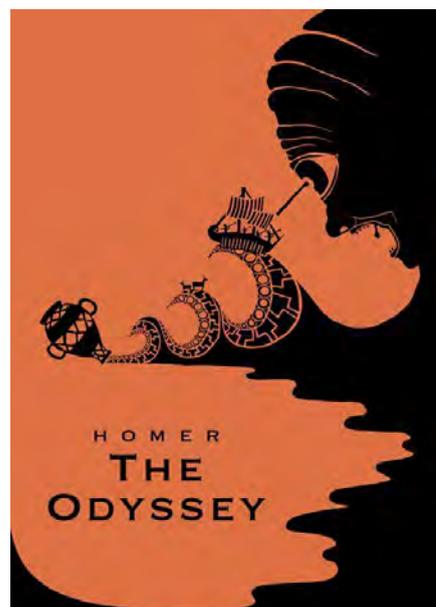
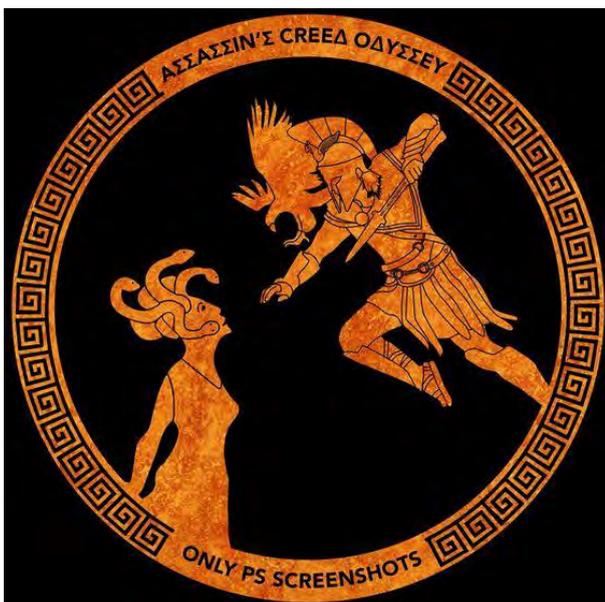
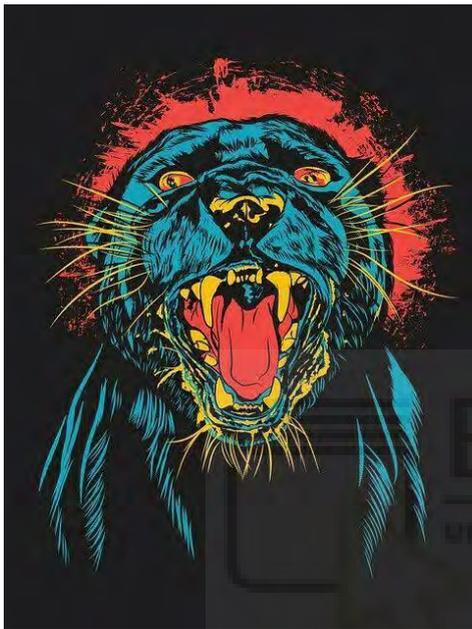


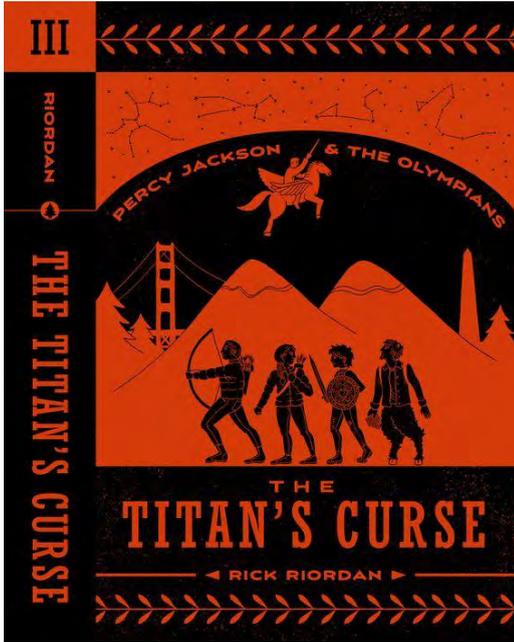
Biblioteca
UNIVERSITATIS Miguel Hernández



2. Sección. Antítesis

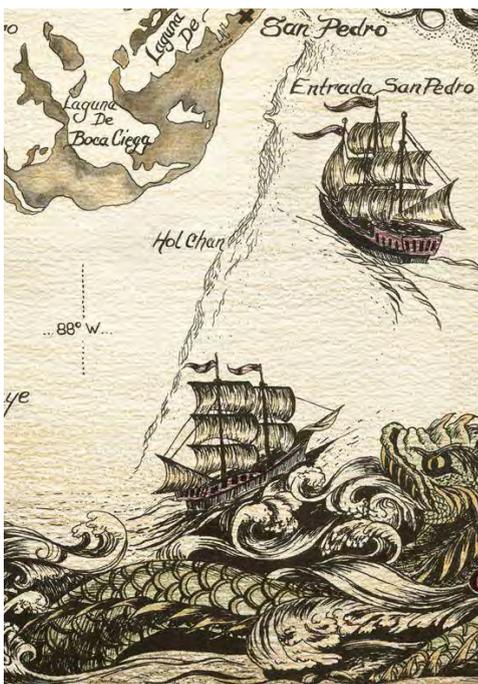
En esta sección se han utilizado tramados significativos logrando crear siluetas contrastadas, sólidas y llamativas. Dando como resultado un boceto con gran impacto a pesar de la carencia de colores. En general la utilización del color negro como base confrontado con un tono cálido es una buena base para la emoción de la ira.





3. Sección. Narrativa detallada

Esta sección ha sido de gran ayuda para poder crear la historia de tristeza/miedo. A diferencia de las otras ilustraciones, es visualmente más calmada, aún así logra generar una buena impresión gracias a las tramas con gran detalle. Se logra crear una historia con cada pequeño detalle.



JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA

La realización de este proyecto proviene de la necesidad de expresar las emociones, comprenderlas y reflejarlas. Desde que nacemos hasta el momento en el que morimos estamos ligados a ellas, son parte del ser humano, convivimos y lidiamos cada día. Fluyen dentro de nosotros y son las responsables de nuestras acciones y comportamientos en determinadas circunstancias.

A medida que crecemos vamos progresando, adquiriendo nuevos conocimientos y habilidades, además de obligaciones lo que conlleva a veces a no tener un control sobre la gestión de nuestras emociones. Estamos tan sometidos a la rutina que ni siquiera pensamos por un momento por qué nos hemos comportado de esta manera y qué ha sido el detonador de cierta acción.

Se trata de realizar una investigación sobre las emociones humanas más básicas (ira, miedo, alegría y tristeza) y transformarlas visualmente con un diseño ilustrativo. Ofreciendo al espectador cuatro ilustraciones que logren reflejarlas, combinando la expresión artística a través de la ilustración y la poesía. Gracias a esta fusión, se puede crear una experiencia artística más rica y completa, tanto visualmente como literariamente.

El presente proyecto proporciona la oportunidad para explorar y comunicar las emociones de una manera creativa y significativa, recurriendo principalmente al dibujo y a la escritura creativa. Nosotros partimos de la idea de las cuatro emociones básicas (ira, miedo, tristeza y alegría) y que está basada en la teoría de Paul Ekman, reconocido psicólogo pionero en el estudio de las expresiones faciales y las emociones. Según sus investigaciones, estas cuatro emociones son consideradas universales, es decir, se encuentran presentes y reconocibles en diversas culturas alrededor del mundo.

El resultado final de este proyecto será la serie de las cuatro ilustraciones.

En un futuro se podrá publicar para compartir esta propuesta artística, invitando a la reflexión y generando una conexión emocional con los espectadores.

PROCESO DE TRABAJO

El desarrollo de este proyecto se ha desarrollado en las siguientes partes:

Preproducción:

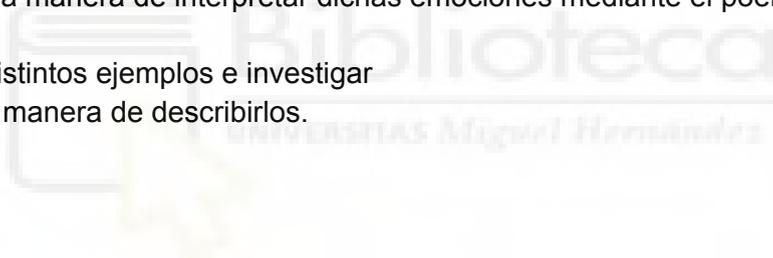
1. PARTE

- Búsqueda de referentes visuales. Técnicas utilizadas para la ilustración digital, formatos y sobre todo la manera de plasmar estas emociones.

2 . PARTE

- Estudio tanto a nivel emocional, físico y conductual sobre cada una de las emociones.
- Una vez hecho el estudio previo, investigar e indagar la manera más oportuna de plasmar dicha emoción. Ya sea de una manera abstracta, metafórica o literal.
- Estudiar la manera de interpretar dichas emociones mediante el poema.

Buscar distintos ejemplos e investigar
La mejor manera de describirlos.



2. PARTE ANÁLISIS EMOCIONES

IRA

❖ ¿QUÉ ES LA IRA?

La ira es una de las emociones básicas del ser humano. Esta emoción es la encargada de ayudarnos a adoptar medidas que nos prevengan de agentes hostiles.

❖ ¿QUÉ NOS PROVOCA IRA?

Situaciones y agentes tanto internos como externos que se encuentran fuera de unos parámetros y valores de vida creados por nosotros.

Injusticias, dificultad para conseguir un objetivo, agentes dañinos, irritabilidad.

❖ ¿PARA QUÉ SIRVE?

Esta emoción es esencial para prepararnos ante una situación o agente hostil, sirve de defensa y ataque. Es una forma de reacción y respuesta para enfrentarse ante algo que consideramos dañino.

❖ ¿QUÉ NOS SUCEDE CUANDO SENTIMOS IRA?

● RESPUESTA FÍSICA

Nuestro cuerpo se prepara para actuar. Los mecanismos de defensa y ataque se activan, proporcionando al momento una gran cantidad de energía para solventar el conflicto. Esta energía se moviliza a nuestros músculos de las extremidades, el cuerpo se prepara para reacciones de autodefensa y ataque.

Se activa el sistema simpático, segregando las hormonas catecolaminas(hormona relacionada con el estrés), todo ello afecta al sistema cardiovascular elevando la frecuencia cardiaca, la presión arterial, tensión de músculos, y la secreción de adrenalina. El organismo se somete a una activación muy importante.

Cuando nos enojamos nuestro lóbulo frontal derecho (encargado de los pensamientos negativos) se activa, y en consecuencia la parte de la racionalidad se apaga, por ello, muchas de las veces que nos sentimos furiosos somos más proclives a ser impulsivos.

BENEFICIOS

Nos ayuda a avanzar ante situaciones injustas; logramos protección y defensa; expresión de límites y necesidades; movilización de cambios sociales.

PERJUICIOS

Un estado continuo de ira es muy perjudicial para nuestros órganos, generando distintas enfermedades.

'Es como ingerir veneno y esperar a que la otra persona muera.' Según la película 'Adicción Perfecta' (Landon, 2023)

MIEDO

❖ ¿QUÉ ES EL MIEDO?

Esta emoción se produce cuando hay un peligro próximo. Es la encargada de activar los mecanismos de supervivencia.

Su función esencial es la prudencia y la supervivencia. Puede detectar la amenaza así como evitarla.

❖ ¿QUÉ NOS PROVOCA MIEDO?

Según la persona esta emoción puede variar significativamente.

El miedo se puede determinar según la cultura de la persona, la sociedad en la que convive, aprendizajes, condicionamientos, conocimientos y así hasta una infinidad de aspectos claves. A diferencia de las otras emociones, esta es relativa.

❖ ¿PARA QUÉ SIRVE?

Nos alerta de que se avecina una exposición dañina hacia nosotros.

Gracias a él tenemos la posibilidad de reaccionar e intentar salir resolutivos del riesgo al que estamos expuestos.

- ❖ ¿QUÉ NOS SUCEDE CUANDO SENTIMOS MIEDO?
 - RESPUESTA FÍSICA

Cuando estamos ante una situación de peligro nuestro cuerpo centra toda su atención en el agente de riesgo, al igual que la ira tenemos un aumento de presión cardiaca, sudoración, dilatación de pupilas, etc.

Dependiendo del factor de peligro, el cuerpo reacciona del siguiente modo: se inmoviliza, se prepara para atacar o se retira.

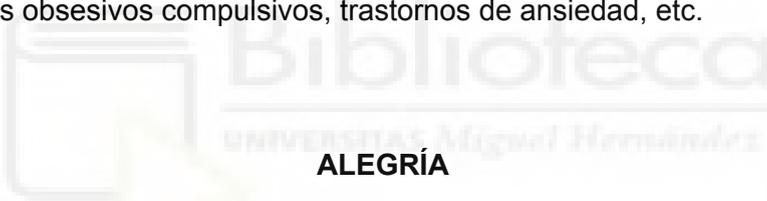
BENEFICIOS

En su ausencia aparece la temeridad, es decir, somos factibles a poner en riesgo nuestra vida. Por lo que esta emoción es esencial para preservarla.

PERJUICIOS

Una cantidad excesiva e incontrolable del miedo puede provocar que ante una situación donde tengamos que actuar rápidamente entremos en pánico y bloqueo, favoreciendo que perdamos la batalla.

Fobias, trastornos obsesivos compulsivos, trastornos de ansiedad, etc.



ALEGRÍA

- ❖ ¿QUÉ ES LA ALEGRÍA?

Alegría es un estado de ánimo producido por un acontecimiento favorable, es decir, por una situación positiva.

- ❖ ¿QUÉ NOS PROVOCA ALEGRÍA?

Eventos agradables.

- ❖ ¿PARA QUÉ SIRVE?

La alegría en general es beneficiosa en todos los aspectos. Tanto a nivel psicológico, como físico y social.

- ❖ ¿QUÉ NOS SUCEDE CUANDO SENTIMOS ALEGRÍA?
 - RESPUESTA FÍSICA

Aunque haya distintos tipos de alegría, ya sea por la risa espontánea o por sentir una gran gratificación, en general suceden los siguientes estados:

Sonrisa y risa: La alegría a menudo se manifiesta a través de una sonrisa amplia y sincera. Logrando posteriormente relajar los músculos de nuestra cara, lo que se traduce en una apariencia más relajada y agradable.

Aumento de la energía: La alegría puede generar un aumento de energía en nuestro cuerpo. Podemos sentirnos más enérgicos, ligeros y vivos.

Ritmo cardíaco acelerado: La respuesta de alegría puede llevar a un aumento en la frecuencia cardíaca. Nuestro corazón puede latir más rápido debido a la emoción y la excitación asociadas con la alegría.

Sensación de ligereza: Liberación de tensiones físicas emocionales.

BENEFICIOS

Elevación del estado de ánimo; liberación de neurotransmisores (endorfinas y serotonina); mayor energía y vitalidad; mejora del enfoque y claridad mental; reducción del estrés y de la ansiedad; fortalecimiento de las reducciones sociales.

PERJUICIOS

Generalmente, la alegría es una emoción vista de manera positiva, aunque hay algunas excepciones perjudiciales si es en exceso.

Muchas personas a lo largo de su vida habrán experimentado esta situación, 'Alegría falsa'.

Algunas personas pueden presenciar:

Desconexión de otras emociones: En algunos casos, la alegría intensa o constante puede hacer que una persona evite o rechace otras emociones, ya que puede parecer incómodo experimentar otros sentimientos negativos. Esto puede conducir a una negación de la realidad. Se trata de una falta de equilibrio emocional, debido a la carencia de reconocer la situación realista sin poner solución alguna.

Riesgo de imprudencia: La alegría puede generar una sensación de euforia y exaltación, lo que podría llevar a tomar decisiones impulsivas o arriesgadas sin una consideración adecuada de las consecuencias (comportamientos peligrosos), en casos extremos.

Falta de empatía: La alegría intensa puede hacer que una persona se enfoque principalmente en sus propios sentimientos positivos y se vuelva menos sensible a las emociones y necesidades de los demás.

TRISTEZA:

❖ ¿QUÉ ES LA TRISTEZA?

La tristeza es una emoción que experimentamos ante situaciones dolorosas o negativas.

❖ ¿QUÉ NOS PROVOCA TRISTEZA?

Pueden ser debido a distintos factores, algunos de ellos son:

Pérdida: La pérdida de un ser querido, ya sea por fallecimiento, separación o ruptura.

Fracaso o decepción: Experimentar fracasos personales, laborales, académicos o amorosos puede desencadenar sentimientos de tristeza y desánimo.

Eventos traumáticos: Vivir o presenciar eventos traumáticos, como accidentes, desastres naturales o situaciones de violencia.

Cambios significativos: Los cambios importantes en la vida, como mudanzas, divorcios, cambios de trabajo o pérdida de estabilidad.

Soledad o aislamiento: Sentirse solitario, desconectado o aislado socialmente puede generar una sensación de tristeza y melancolía.

Estrés crónico: La exposición prolongada al estrés, puede contribuir a la aparición de la tristeza.

❖ ¿PARA QUÉ SIRVE?

La tristeza ayuda significativamente a procesar una situación externa `negativa`.

Ayuda principalmente a:

Procesamiento emocional: Nos permite procesar y expresar nuestras emociones en respuesta a eventos dolorosos o situaciones difíciles.

Adaptación y crecimiento: Nos ayuda a reflexionar sobre nuestro entorno, así como nuestras necesidades, prioridades, valores, y nos motiva a realizar cambios para mejorar.

Empatía y conexión interpersonal: La tristeza puede fomentar la empatía y la conexión con los demás.

Descanso y recuperación: La tristeza puede ser una señal de que necesitamos tomarnos un tiempo para descansar, recuperarnos y cuidarnos a nosotros mismos.

- ❖ ¿QUÉ NOS SUCEDE CUANDO SENTIMOS TRISTEZA ?
- RESPUESTA FÍSICA

El llanto: Puede ayudar a liberar emociones acumuladas y brindar un alivio temporal

Sensación de opresión en el pecho: Puede sentirse como una opresión emocional o como si el corazón estuviera "apretado".

Fatiga y falta de energía: Puede agotar emocionalmente, lo que a su vez puede generar una sensación de fatiga física y falta de energía.

Cambios en el apetito: Pueden perder el interés en comer y experimentar una disminución del apetito, mientras que otras pueden recurrir a la comida como una forma de consuelo, lo que puede llevar a un aumento del apetito.

Alteraciones del sueño: Puede interferir con el sueño normal, provocando dificultad para conciliar el sueño, despertares nocturnos o sueño excesivo.

BENEFICIOS

Nos ayuda a comprender y reconocer nuestras experiencias externas; nos hace reflexionar sobre nosotros mismos; desarrollamos la capacidad de empatizar con otras personas; en algunos casos es una gran fuente de inspiración creativa.

PERJUICIOS

Podemos sentir malestar emocional al prolongarse en un periodo extenso, esto conlleva muchas veces al aislamiento social, lo que viene a ser muy perjudicial.

También podemos arrastrar problemas de salud mental y todo ello involucra a la dificultad en el funcionamiento diario.

En resumen, de todo este amplio análisis sobre las emociones se pueden sacar varias cuestiones.

En primer lugar, como seres humanos, estas emociones forman parte de nuestra vida y son esenciales para lidiar con las distintas situaciones adversas a las que nos enfrentamos.

En segundo lugar, es importante señalar que, ya que son necesarias para afrontar las situaciones de nuestra vida, es necesario poder expresar estas con total libertad sin ninguna barrera, para poder seguir avanzando. Antiguamente, estas barreras eran más altas que actualmente, sobre todo más limitadas en los hombres y niños.

Hoy en día hay más libertad y conocimiento para poder progresar en este aspecto, aunque aún tengamos arraigadas costumbres antiguas.

Por último, toda aquella emoción en exceso es perjudicial, hay que saber contrarrestar una con otra cuando esta se sobrepasa para poder tener un equilibrio emocional.

Al igual como se ha mencionado anteriormente, si en un momento sentimos mucha felicidad y euforia, hay veces que al segundo nos sentimos tristes, y no entendemos el por qué, esto es sencillamente para compensar.



Producción:

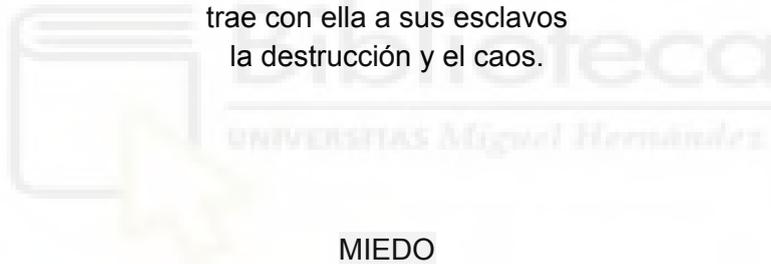
- Creación de los poemas
- Creación de las cuatro ilustraciones.

PROYECTO

POEMAS

IRA

Una serpiente viene a verme
Se desliza por mi cuerpo desgarrandome rápidamente
empieza a prender la llama y no se como apagarla
se apodera de mí y lo incendia todo a su paso
trae con ella a sus esclavos
la destrucción y el caos.



MIEDO

Al igual que el polvo, se cuela en mis ojos
y como la tierra misma, me los araña sin conseguir ver nada
en la oscuridad de mi vulnerabilidad se ceba,
dejándome sin vida
soy una estatua convertida

TRISTEZA

Estoy flotando ante un océano inmenso
Hay calma y a la vez tormento
Mi propio sufrimiento me sumerge en su seno
y yo me hundo sin poner adversidad
Los recuerdos se meten en mis pulmones
y sin poder respirar, caigo al final en mi propio mar

ALEGRÍA

La luz radiante trae consigo plenitud y ríos,
Una para escuchar el momento,
y otra para el alimento
En mi libertad me dejo llevar por su corriente,
a salvo, bebo el agua de su fuente

→ EXPLICACIÓN DE LAS ILUSTRACIONES:

IRA

La ilustración sobre la emoción ira refleja varias cuestiones:
El descontrol, la impulsividad y el veneno.

Por ello la serpiente es el animal que mejor la simboliza metafóricamente.
La persona gritando de dolor muestra el sufrimiento de no poder remediar el sentimiento devastador de destrozarlo todo.

MIEDO

La ilustración sobre la emoción del miedo refleja varias cuestiones:

La parálisis y metafóricamente el desgarramiento interno de no poder actuar debido al gran terror.

ALEGRÍA

La ilustración sobre la emoción de la alegría refleja varias cuestiones :

Al igual que en el poema, el río y la luz radiante, son dos cosas fundamentales para poder vivir, la base de todo animal. Reflejando verdaderamente lo único necesario.

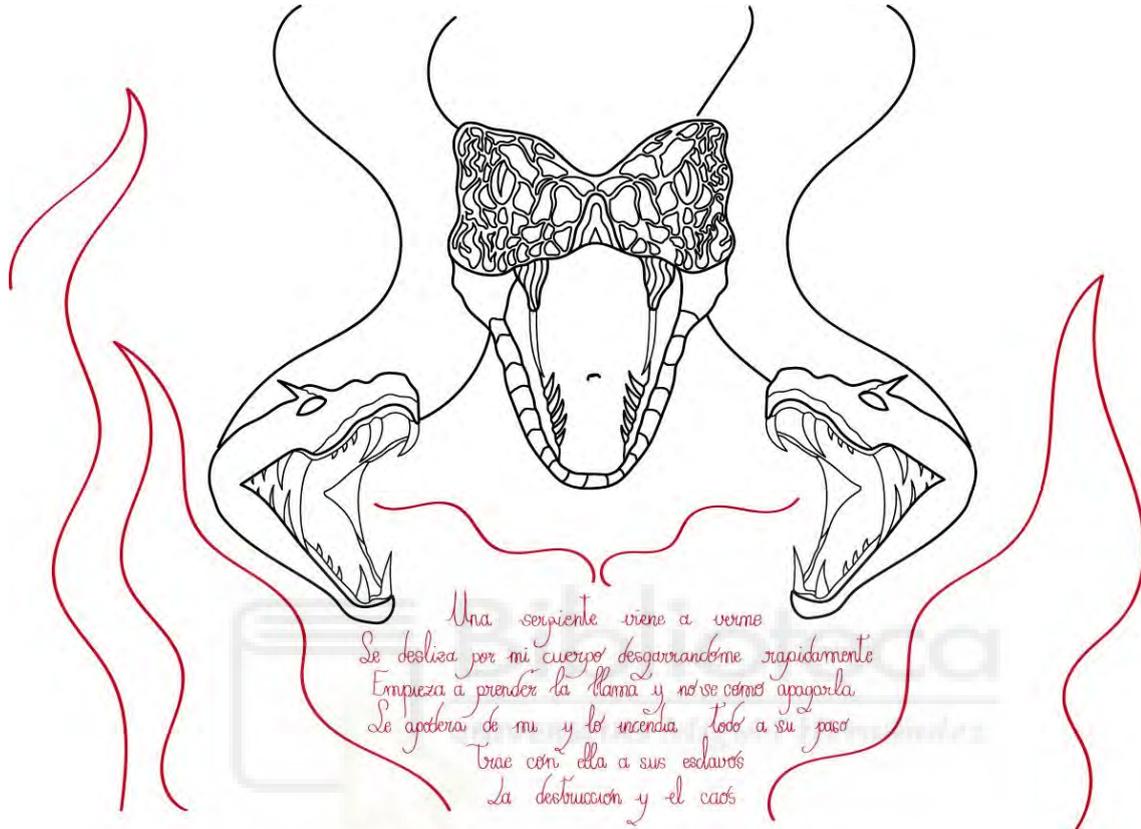
TRISTEZA

La ilustración sobre la emoción tristeza refleja varias cuestiones:

Uno de los elementos que se ve repetido constantemente es el pulpo. Se ha incorporado este cefalópodo ya que quiero reflejar cómo los tentáculos envuelven este sentimiento, llevando todo hasta el fondo del océano, sin poder escapar, ahogando todo a su paso.

IRA

1. BOCETOS





MIEDO

1. BOCETOS





Biblioteca

UNIVERSITAT MÀGICA DE BARCELONA



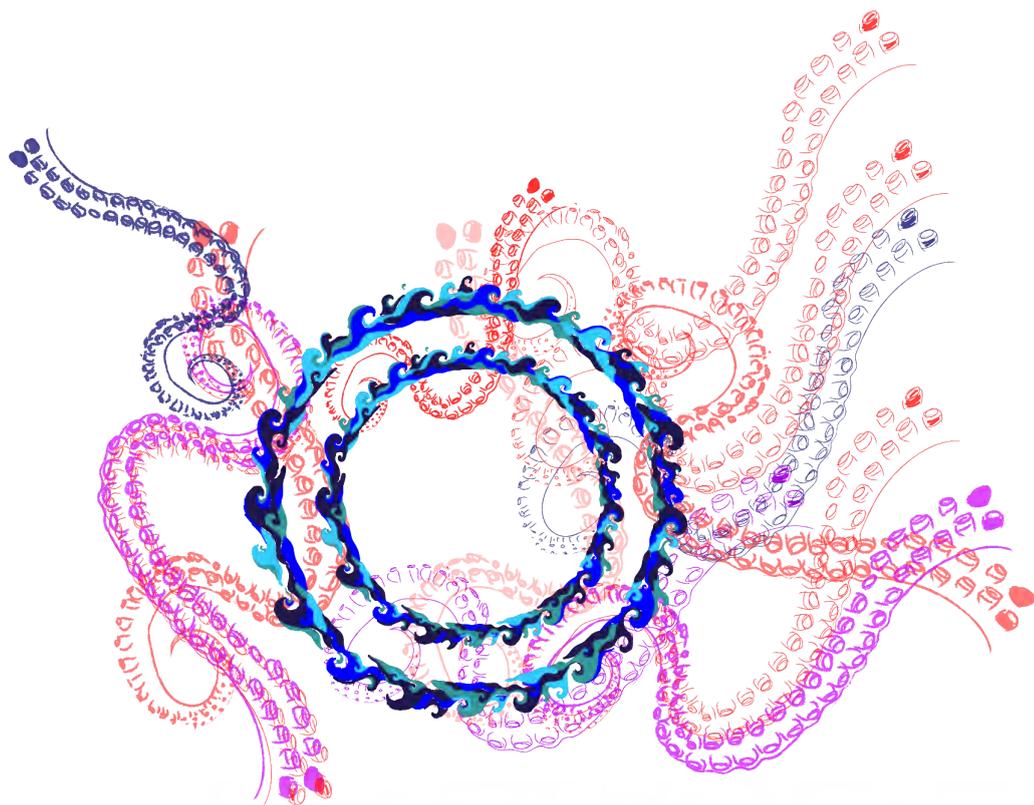
ALEGRÍA

1. BOCETOS



TRISTEZA

1. BOCETOS



RESULTADOS

IRA



MIEDO



TRISTEZA



ALEGRÍA



CONCLUSIÓN

Finalmente, este proyecto de TFG ha explorado la profundidad y complejidad de las emociones humanas más básicas, uniendo el arte visual con la poesía como medio para complementar y enriquecer cada una de las ilustraciones.

A través del uso de las técnicas visuales y literarias se ha pretendido representar un estado emocional específico, aspirando a sumergir al espectador en este mundo tan profundo de los sentimientos y provocar una respuesta emocional auténtica, abriendo un espacio para la reflexión e introspección en cada uno de nosotros. Se trata de reconocer la importancia de estas emociones como la experiencia humana, comprenderlas y explicarlas en su totalidad.

En una primera toma de contacto, gracias a los referentes conceptuales desarrollados en este proyecto, se puede ver la complejidad y el valor de carecer de estas emociones, y cómo nos influyen y nos ayudan a avanzar a lo largo de nuestra vida como personas.

Para llevar el objetivo a cabo, ha sido crucial el uso de los poemas, ya que ha permitido expandir la experiencia emocional de cada ilustración. Se han realizado cuidadosamente para transmitir de manera poética y evocadora las sensaciones y significados relacionados con cada emoción. En particular, la utilización de metáforas en los poemas ha desempeñado un papel fundamental al brindar una mayor profundidad y enriquecer la experiencia emocional, al permitir que los lectores se sumerjan en un mundo simbólico y abstracto.

Asimismo, se han utilizado distintas técnicas y enfoques visuales para expresar los estados emocionales representados. La paleta de colores, las formas, las texturas y los elementos visuales se han empleado de manera intencionada para evocar las sensaciones y los matices asociados con cada estado. Todo ello, se ha realizado mediante la aplicación de Illustrator.

Cabe mencionar, que estamos satisfechos por el trabajo realizado, pues en el desarrollo del mismo hemos aprendido la importancia de manejar nuestras emociones desde el autoconocimiento. Es un mundo colosal en el que muchas veces somos ajenos a él, a pesar de hallarse en nosotros desde el momento en el que respiramos.

WEBGRAFÍA

Lamenteesmaravillosa (2023/25/04)

<https://lamenteesmaravillosa.com/conoce-tus-cuatro-emociones-basicas/>

Psicoactiva (2023/25/04)

<https://www.psicoactiva.com/biografias/paul-ekman/>

Psicoglobal (2023/25/04)

<https://www.psicoglobal.com/blog/>

Sauce (2023/25/04)

<http://sauce.pntic.mec.es/falcon/emociones.pdf>

Ttamayo (2023/25/04)

<https://www.ttamayo.com/2020/01/las-emociones-y-el-color-en-la-pintura/>

