

Arte: condición, emoción, integración

Emma Carpio Morón

Escuela de Oficiales Fuerza Aérea del Perú

ecarpio@eofap.edu.pe

Lima-Perú



Palabras claves: Arte desarrollo mental y acondicionamiento de los tics.

Abstract

The social relations of young people are currently complex, however, within this panorama, art, as a strategy, allows to generate changes. In this sense, it is proposed the analysis and reflection on their contributions to human value, the high sense of observation and criticism, creativity, and socialization from the mental development and conditioning of information and communication technologies (ICTs) as a means of transformation that allows processing and knowing the contribution of their practice in the brain circuits in three dimensions, the intrapersonal and interpersonal condition, the emotion in the formation of being and integration with the unification of real and virtual environment for sustainability and harmony between humans and the environment.

Keywords: Art mental development and conditioning of ICTs.

Resumen

Las relaciones sociales de los jóvenes son actualmente complejas, sin embargo, dentro de este panorama el arte como estrategia permite generar cambios. En ese sentido, se plantea el análisis y reflexión en torno a sus aportes en el valor humano, al alto sentido de observación y crítica, de creatividad y socialización desde el desarrollo mental y el acondicionamiento de las tecnologías de la información y comunicación (Tic's) como medio de transformación que permite procesar y conocer el aporte de su práctica en los circuitos cerebrales en tres dimensiones: la condición intrapersonal e interpersonal, la emoción en la formación del ser y la integración con la unificación del entorno real y virtual para la sostenibilidad y armonía entre los seres humanos y el medioambiente.

La alternativa de vivir en sociedad está en peligro. Son varios factores que propician esta falta de pensar en el otro, o de vivir en convivencia con el entorno no solo social sino natural y medioambiental que se agudizó con el confinamiento por la COVID-19.

La práctica de valores y sentido ético se encuentran cada vez más debilitados, porque actualmente se prioriza competir en el mercado y cubrir otras exigencias que responden al momento actual con el cultivo de la individualidad, el aprendizaje autónomo, autorregulado, dando respuesta con acciones de manera personalizada y hasta egoísta.

Las relaciones sociales han cambiado, los amigos ya no disfrutaban de esa cercanía de encuentro o desencuentros



de emociones, miradas, gestos, en esa proximidad donde los juegos, risas, enojos y amarguras eran parte del aprendizaje en sociedad; hoy los momentos de ocio se dan a través de dispositivos electrónicos donde, incluso compartiendo la misma casa, se busca el facilismo e inmediatez a través del celular. En la actualidad, para la gran mayoría, no hay mejor forma de comunicación.

El lenguaje no verbal, el percibir la energía del entorno y de los demás de manera sensorial es y ha sido mucho más profundo que el estar detrás de una pantalla. La evolución de humanización del hombre nos demuestra que los vínculos sociales han transformado la vida en sus diferentes aristas, tanto culturales, científicos, económicos, sociales, y hace ya un buen tiempo, en la tecnología de la información y comunicación.

El desarrollo humano en sociedad ha marcado durante siglos etapas, tipificándose en cuatro grandes revoluciones: 1.0, caza y recolección, 2.0, agrícola, 3.0, industrial y 4.0 de la información, etapa en la que nos encontramos. Cada una de ellas, fueron fruto de la creatividad, la evolución como especie y la supervivencia social en una transformación permanente. Sin duda, existe un gran valor en la última, la revolución tecnológica y el crecimiento del conocimiento y la información, pero por otro lado se ha deshumanizado el hombre.

Esta manera de interrelacionarse con la información, el conocimiento, la mensajería electrónica a través de las redes, si bien es un progreso en la comunicación y facilita la información, constituye un peligro frente a diversos comportamientos del hombre no solo en el pensamiento sino en las emociones.

De acuerdo con los estudios realizados frente al impacto que causa el uso frecuente y a temprana edad de las pantallas en el organismo, el estado de ánimo, el cerebro, es alarmante; cada vez es más adictivo en los adolescentes y jóvenes dado que sus efectos cerebrales perjudican el desarrollo cognitivo y emocional y daña el buen funcionamiento de la corteza prefrontal. Es menester tomar atención a lo que sostiene Tuirán (2016). En su artículo *Tecnología Digital Tendencias en los Procesos Humanos de Memoria y Aprendizaje* manifiesta: “La tecnología digital funciona resolviendo problemas, activando mensajes, brindando información; pero con una gran diferencia: ésta comunica pero no piensa y el cerebro no funciona de manera eficaz con exceso de información” (p. 5).

Por otro lado, el regreso de los estudiantes a las aulas nos revela una realidad pospandemia, estamos observando en ellos falta de atención, motivación, están dispersos y pendientes del celular, preocupados por las novedades encontradas en las redes sociales, están alertas al *WhatsApp*, a no pensar, razonar y a consultar en internet las posibles respuestas a cualquier pregunta formulada en clase, pues este es un claro ejemplo que la corteza prefrontal no está funcionando. Marian de Rojas, psiquiatra y especialista en psicología emocional, en su conferencia “Reiniciar el cerebro para afrontar el futuro” en el Congreso Internacional Compartir 2021 dice:

...”la corteza prefrontal se encarga de la atención, de la concentración y resolución de problemas y el control de impulsos... pero cuando yo estoy estresado, cuando yo estoy con miedo, cuando es activada la amígdala, cuando estoy con el cortisol elevado, automáticamente la corteza prefrontal se desactiva, quien no se ha dado cuenta en alguna ocasión de su vida, cuando esta con miedo, con angustia, no se concentra, no entiende lo que lee, escucha una conversación pero no la está escuchando, superficialmente capta algo, pero no en profundidad...” (Compartir Latinoamérica, 2021, 10m03s).

De hecho, este estado permanente de alerta en la búsqueda de la gratificación o el desasosiego de no encontrarla afecta el organismo; está comprobado que el pensamiento real o imaginario produce emoción y el sistema nervioso simpático en etapa de estrés segrega dos hormonas: la adrenalina y el cortisol cuyo exceso afecta al estado de ánimo. En lo físico, aumento de la presión arterial, el azúcar en la sangre; y en lo psicológico, se muestra en la falta de sueño, de concentración, irritabilidad; no se responde de manera empática a las circunstancias ni mucho menos a tener tolerancia, por lo contrario, se genera angustia y/o frustración al no poder enfrentar algún problema

Hay que tener presente que el cuerpo es integral e integrado, no se puede separar la psiquis del organismo, por consiguiente, es el momento del equilibrio y la conciencia intrapersonal e interpersonal.

Para ese efecto, el cerebro, la mente, el cuerpo y el entorno juegan un papel importante en el desarrollo humano ya que congregan esa unidad. Cabe indicar que de acuerdo con diferentes investigaciones neurocientíficas se sabe con mayor precisión sobre los beneficios de los afectos, de las emociones, para activar nuestras neuronas y, por otro lado, el funcionamiento objetivo de la mente.



Mario Alonso Puig, neurocirujano dedicado a la investigación y al funcionamiento del cerebro, sostiene en su conferencia “La autoestima es clave para la inteligencia de tu hijo”, del proyecto Aprendemos Juntos 2030, que “la actitud tiene un impacto en la salud, en la eficiencia desde la escucha activa interna y externa para la comunicación, y la empatía”. También nos indica que el ser humano es un “ser de encuentro, base del crecimiento a nivel individual y colectivo; en el plano individual, es salir de su zona de confort, y en lo social, tener una buena y asertiva comunicación. Pues esos aspectos se pueden forjar con la intersección entre la realidad online y las experiencias del mundo real”. (Aprendemos Juntos 2030, 2018, 4m55s).

Es necesario forjar sociedades donde se equilibre estos dos aspectos, ya Japón planteó la sociedad 5.0 una sociedad superinteligente presentado el año 2017 por la Oficina de Gabinete del primer ministro Shinzo Abe, en la feria CeBIT de Hannover. La visión de Japón de la Sociedad 5.0 es integrar la información del ciberespacio con el mundo real o espacio físico al servicio humano. Ortega A. (2019) en su artículo Sociedad 5.0: el concepto japonés para una sociedad superinteligente, remarca:

El enfoque de la Sociedad 5.0 es una forma de gestionar tres cambios principales: el cambio tecnológico, el cambio económico y geopolítico y el cambio de mentalidad..., la Sociedad 5.0 se caracteriza por “solución de problemas, la creación de valor, la diversidad, la descentralización, la resiliencia, y la sostenibilidad y la armonía medioambiental. (p. 6).

Esta propuesta 5.0 es la muestra del reencuentro natural de ser humano con su entorno, tanto social como medioambiental y tecnológico, donde se amalgaman estos elementos para una mejor convivencia y reflexión permanente del hombre desde lo interno a lo externo y de lo externo a lo interno, es desde una mirada interna en el reconocimiento consciente de uno, y, por el otro lado, de todo lo que el medio le proporciona sabiendo discernir en cada experiencia.

En esa medida, la gran responsabilidad de la educación y de los educadores, desde casa hasta los centros de formación, es construir espacios que permitan experiencias gratificantes entre lo virtual y real. La educación, como base del desarrollo sociocultural, constituye una herramienta vital para formar seres humanos con un alto sentido crítico, responsables, comprometidos con su entorno de manera individual y colectiva, es decir, ciudadanos con valores éticos que

respondan a la complejidad social, económica, política y tecnológica de manera justa y equitativa.

La interdisciplinariedad entre la ciencia, el arte y la educación en una unidad de acción constituye una herramienta poderosa para sostener el valor humano que tiene el hombre viviendo en comunidad. La neurociencia nos demuestra lo importante que es el conocimiento para una mejor atención a la vida; la educación como el medio para formar a ese ser, y el arte para el desarrollo de la inteligencia emocional y la creatividad.

A propósito, es importante aprovechar los adelantos tecnológicos, pero al mismo tiempo humanizar al individuo: el valor de la investigación desde la observación cuidadosa para recopilar la información a través de los sentidos, de la creatividad que propone cambios para mejorar lo existente y lo vuelque desde la socialización del aprendizaje y desde la necesidad de la comunicación.

Estos conceptos están totalmente conectados entre otras tres dimensiones que se fortalecen con la práctica y la reflexión de cualquier lenguaje artístico, como la música, danza, pintura, es decir, una mirada unificadora entre la *condición* donde se desarrolla el ser humano, estado, relación, circunstancia interpersonal e intrapersonal (*emoción*, entusiasmo, afecto, la angustia, temor); y la *integración* del ser (esencia, composición y mixtura del cuerpo, cerebro, mente y medio ambiente).

Corresponde señalar cada uno de ellos para precisar el valor que tienen en la formación del individuo.

1. Condición es el espacio tiempo al que se enfrenta el hombre tanto intrapersonal física, anímica, mental como interpersonal geográfica, política, social en relación con el otro, donde juega un papel importante la empatía y la resiliencia. Para ello hay que tener consciencia de tres aspectos: el primero es el físico, una buena salud corporal con ejercicios que ayuden a la reducción del estrés y generen nuevas neuronas, una buena alimentación y descanso, dormir bien para la generación de la melatonina; el segundo es el mental, no preocuparse por el pasado, por lo que hicimos o dejamos de hacer, ni proyectarnos a un futuro que no se pueda gestionar, es entrenar el músculo de la atención con la meditación y/u otro ejercicio que ayude a centrarla y a vivir el aquí y el ahora; el tercero es el anímico, el momento de la empatía, la cordialidad en la trascendencia del yo con el tu para generar el nosotros.



2. Emoción como inteligencia, que es el sustento principal de la formación del ser en conexión consigo mismo y con el entorno, donde su reconocimiento ayuda a discernir entre diferentes sentimientos. Su ejercicio debe pasar por la autoconciencia (entender lo que siente), autocontrol (el saber gestionarse), conciencia social (empatía), habilidades sociales (interpersonales).
3. Integración del todo y sus partes, donde se entretrejen como una red los lazos que existen entre el mundo online con el universo donde nos encontramos, en las condiciones del entorno natural, social, para un buen vivir en armonía consigo mismo y con los demás. Su ejercicio puede ser desde el trabajo colaborativo fortaleciendo la diversidad de habilidades, así como, el trabajo interdisciplinario entre la teoría y la práctica.

Para ello, el cultivo del arte en su diversidad disciplina revela diversos efectos en el comportamiento del hombre como: mejora la memoria a largo plazo, es decir, a la sinapsis neuronal; optimiza las emociones en el desenvolvimiento interno con uno mismo y externo con los demás, en una comunicación asertiva; y mejorar las relaciones interpersonales en la resolución de conflictos y en el servicio cooperativo; y en el campo de la creatividad, estimula la observación, la curiosidad, la comparación. El arte conecta consigo mismo y con los demás.

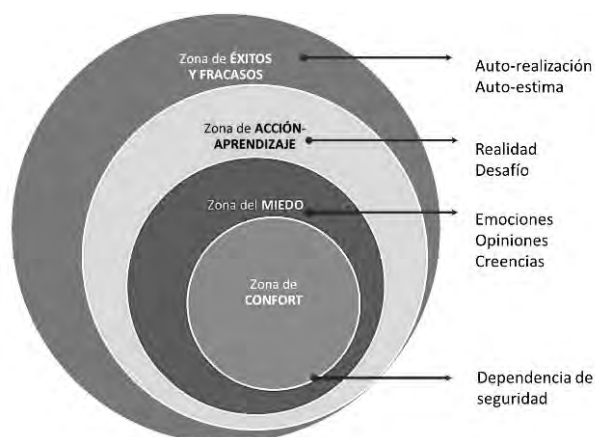
Es pues necesario salir de la zona de confort donde habitualmente uno se encuentra y donde el cerebro quiere estar permanentemente por ser un área cómoda, conocida y dominada. El cultivo de cualquier arte permite, desde el imaginario creativo, tomar riesgos y decisiones; su práctica en esta

intención debe estar direccionada en la búsqueda de nuevas propuestas vinculadas a su entorno personal y académico, con una profundidad reflexiva de pensamiento como resultado de la investigación que para ello tenemos como aliado a las Tics y, por otro lado, con la práctica en la creación de una nueva propuesta producto de la sensibilización y de la experiencia de vida. Es de entender que esta practica implica rasgos de personalidad, capacidad de trabajo, motivación, estilos cognitivos, reflexión sobre su activad (Sánchez, 2019).

Es importante señalar que las actividades artísticas consolidan los procesos mentales y cada una de ellas, moviliza diferentes regiones del cerebro, por ejemplo: la danza y el teatro activan la corteza motora, la música la auditiva, la pintura y en general las artes visuales activan principalmente los lóbulos occipital y temporal, mientras que la poesía el lóbulo frontal y temporal. Vemos que su practica puede ser un buen aliado para acercarnos al mundo real a partir del buen uso y dominio de la tecnología de la información y comunicación.

A manera de conclusión diremos que el arte es un aliado para el equilibrio entre el desarrollo de la tecnología de la información y comunicación y el acercamiento del entorno real ya que sus beneficios son inherentes a diversos aspectos neuronales que permiten el desarrollo intrapersonal en su condición física, anímica y mental e interpersonal en el desarrollo social, ambiental.

Otro aspecto es la dimensión emocional de adaptación al entorno, que ayuda al desarrollo del autocontrol, las relaciones sociales, y, por último la dimensión de la integración desde el mundo real personal, social y natural hasta el buen uso del mundo virtual para la mixtura y esencia entre el cerebro, mente, cuerpo y medio ambiente.



Referencias bibliográficas

- Alomia, C. (2016). Tecnología digital y tendencias en los procesos humanos de memoria y aprendizaje. *QUID: Investigación, Ciencia y Tecnología*, (27), 75-84.
- Ortega, A. (2019). Sociedad 5.0: el concepto japonés para una sociedad superinteligente. *Estudios Internacionales y Estratégicos, ARI*, 10-2019.
- Ponce, R. S., Sarmiento, Á. S., & Bertolín, A. G. (2020). La educación para la ciudadanía: una urgencia educativa para el siglo XXI. *Educação & Sociedade*, 41.



Sánchez, F. A. (2018). Innov-arte... otras formas de narrar aprendizajes. *Bogotá, DC ISSN: 2619-3132*, 337.

Videos

Rojas, M. Compartir Latinoamérica (CIC 2021). *Reiniciar el cerebro para afrontar el futuro Ponencia* [Archivo de Vídeo] <https://www.youtube.com/watch?v=Em7Rl-4xPlo>

Puig, M. Ciclo Aprendemos Juntos 2030. Fundación BVA (2018) *La autoestima es clave para la inteligencia de tu hijo* [Archivo de Vídeo] <https://youtu.be/LzW0Kms1zac>

Recibido el 30 de septiembre de 2022

Aceptado el 10 de noviembre de 2022