

# EL CONCEPTO DE LO BELLO Y EL USO DEL ARTE COMO MECANISMO DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PREGRADO DE LA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

## BEUTY CONCEPT AND USE OF ART LIKE STRESS COPY MECHANISM IN UNDERGRADUATED STUDENTS OF THE UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

Joan Sebastián Arbeláez Vargas\*

María Isabel Ramírez\*\*

Edgar Orlando Arroyave Álvarez\*\*\*

Recibido: Julio 27 de 2011 - Aceptado: Noviembre 23 de 2011

### Resumen

El objetivo de este artículo es divulgar los resultados de una investigación cuyo objetivo fue evaluar el uso del arte como medio para hacer frente a situaciones estresantes. Se aplicó una encuesta a 40 estudiantes de la Universidad de Antioquia, de éstos, 20 son estudiantes de la Facultad de Artes y 20 son estudiantes de otras facultades. Los resultados demostraron la pertinencia que tiene la hipótesis que guió la investigación: el arte sirve para afrontar las situaciones estresantes. De igual manera, se evidencia la influencia que puede tener la familia, el medio y la academia en el establecimiento del concepto de lo bello y la utilidad que cada individuo le encuentra al arte.

### Palabras clave:

Psicología del arte; estrategias; afrontamiento; arte; estrés; estética.

### Abstract

Art psychology is a discipline that tries to give answer to phenomenon like psyche developing, symbols use and creation or subjective use of art. In this investigation was applied a test to 40 students of Antioquia University, of these 20 are students from Arts College and 20 are students from another academic dependences, this with the objective of investigate if the named group of subjects use the art for make front to stressful situations. In this investigation is evident influence that can have the family, the environment and the academy in the establishment of the beauty concept and the utility that each subject finds to art.

### Keywords:

Art psychology; stress; aesthetics; strategies, coping.

\*Psicólogo, Corporación Educación Sin Fronteras. Medellín-Colombia. E-mail: arbelaezsebas@hotmail.com

\*\* Psicóloga, Corporación Educación Sin Fronteras. Medellín-Colombia. E-mail: mariaisa262@hotmail.com

\*\*\* Psicólogo, Magíster en Filosofía y Docente en Filosofía. Universidad de Antioquia. Medellín-Colombia. E-mail: orlandoarroyave@gmail.com

## Introducción

---

En este estudio se abordaron algunas concepciones de la estética clásica sobre el arte, teorías de la Psicología sobre la percepción de los elementos artísticos, estudios psicológicos sobre el estrés y sus modos de afrontamiento, como marco de referencia para indagar la utilidad del arte como estrategia para afrontar el estrés. Con este fin, se evaluó un grupo de veinte estudiantes de la Universidad de Antioquia, que en el momento del estudio se formaba en la Facultad de Artes, y se comparó con otros veinte que adelantaban estudios en otras áreas del conocimiento. El término estrés proviene del campo físico y denota aquellas fuerzas que se aplican a un objeto (mental) y que llevan a éste hasta el punto de desintegración. McGrath (citado en Lazarus & Folkman, 1986) concibe el estrés como: un desequilibrio entre las demandas ambientales y la capacidad de respuesta orgánica. Es decir, el fenómeno del estrés implica una transacción del organismo con su entorno que se caracteriza por una descompensación entre las demandas que el ambiente plantea y los recursos disponibles en ese momento para hacer frente a tales demandas. Cabe señalar que no se debe considerar como estresante cualquier demanda sino sólo aquellas que, por su particular intensidad, novedad e indeseabilidad, requieren de una respuesta esforzada o afrontamiento (Lazarus & Folkman, 1986).

En opinión de algunos autores, el arte es usado para hacer frente al estrés. Esta tesis es defendida por autores como: Lazarus & Folkman (1984), anteriormente mencionados, y Fernández-Abascal (1997). Dichos autores, unos de manera tácita y otros de forma expresa, han publicado estudios en los que afirman que el arte es usado en algunas ocasiones como elemento orientado a enfrentar el estrés por medio de mecanismos que consisten en utilizar los objetos o las prácticas artísticas para distraer el pensamiento del objeto estresor y modificar el estado anímico negativo que trae consigo el estrés.

Uno de los autores clásicos que menciona esta hipótesis es Vigotsky, quien sostiene que el arte será bueno o malo si el sentimiento que contagia es bueno o malo, es decir, el arte en sí no es ni bueno ni malo, es el vehículo del sentimiento que se conjuga con la situación del sujeto para dar un juicio sobre lo que se ve.

Por ejemplo, como lo afirma Ovsianiko-Kulikovski (citado en Vigotsky, 1997), la música y las letras de las canciones militares sirven para difundir el entusiasmo en la tropa y lograr hazañas, pero, en lugar de sólo agotarse en la promoción del furor bélico, lo moderan y lo disciplinan, además de tranquilizar a los soldados y disminuirles el temor.

En estos términos, la música resuelve, por así decirlo, el miedo, la confusión y la excitación nerviosa que produce en este caso la guerra.

Vigotsky & Imbert (2005) hacen una analogía entre el milagro evangélico (por ejemplo, la conversión del agua en vino) y el milagro del arte. A su juicio, la verdadera naturaleza del arte lleva en sí algo que transforma, que supera el sentimiento ordinario, ya sea el miedo, el dolor o la emo-

ción, pues cuando dichos sentimientos son suscitados por el arte, encierran algo más allá de lo que convencionalmente contienen. Vigotsky sostiene que dicha transformación se da gracias al efecto de catarsis que produce el arte, es algo así como un mecanismo que permite una liberación de la tensión. Otro ejemplo de esto, es decir, de la relación establecida entre arte y emoción, lo da Bücher (citado en Vigotsky & Impert, 2005), quien comparte con los autores la idea del efecto catártico y liberador de la tensión.

Esta misma idea está expresada por Nietzsche (1913) en *La gaya ciencia*, donde señala que: “el ritmo permite al hombre acelerar el trabajo, evocar parecidos, acomodar el porvenir a la propia voluntad, y descargar el alma de cualquier pesadumbre, pero no solamente la propia alma, sino también la del demonio más perverso” (p. 53).

Dice también Nietzsche, cuando se refiere al arte:

[...] este poder del arte sobre el hombre surgió cuando la tensión y la armonía del alma se perdían, y era preciso entonces comenzar a bailar, y superar mediante el arte las más grandes pasiones que no han hallado salida en la vida normal, lo cual constituye la base del dominio biológico del arte. (1913, p. 124)

En suma, el arte es, al parecer, el instrumento para lograr el equilibrio con el medio ambiente en los momentos críticos de la conducta y, como lo menciona Freud (1998), el arte es un medio que permite conciliar dos principios hostiles: el principio del placer y el principio de realidad.

En cuanto a la relación que existe entre arte y sentimiento es necesario aclarar que no se puede desconocer el componente emocional que rodea al objeto estético. En este sentido, en la base de la obra de arte subyacen varios estados de ánimo. Así mismo, al objeto estético lo constituyen componentes como las impresiones del material, del objeto y de la forma. Tanto los estados de ánimo como los elementos de la obra de arte, son distintos entre sí, aunque comparten el hecho de que a cada elemento le corresponde un determinado tono emocional que convergen en una unión total de emociones, y son éstas las mediadoras de la integración del material del objeto y de su forma, con el objeto estético (Christiansen, citado en Francès, 1985).

Por lo anterior, se puede interpretar que en la obra de arte es fundamental la reacción estética que suscita, pues, mediante ésta se pueden dar significados y sentido a lo que se observa, escucha o toca. Esta es, entonces, la base que sostiene el efecto liberador de tensión, impulsado por el sentimiento que produce la obra estética.

Otros teóricos, como Rollo May (citado en De Crousaz, 1999), uno de los autores que se inscribe dentro de la corriente de la Psicología de la existencia, ven en el arte un efecto y un proceso distinto, en el que es necesario un constante encuentro entre el sujeto y la obra estética, para que sea posible crear una afinidad que asocie lo que evoca la obra y el efecto subjetivo que produce y que permita el efecto creador.

Con el propósito de evidenciar el uso del arte para afrontar el stress, se aplica un cuestionario a un grupo de individuos compuesto, a su vez, por dos subgrupos: 20 estudiantes de programas de pregrado de carácter artístico y 20 estudiantes matriculados en programas de pregrado diferentes a artes. Luego de un análisis en el que se podrá ver el comportamiento de la hipótesis de investigación, también se puede ver la aparición, como categorías emergentes, de distintas concepciones de lo bello que, a su vez, pueden relacionarse con el modo en que cada grupo utiliza el arte frente al estrés cotidiano.

## Método

### Tipo de estudio

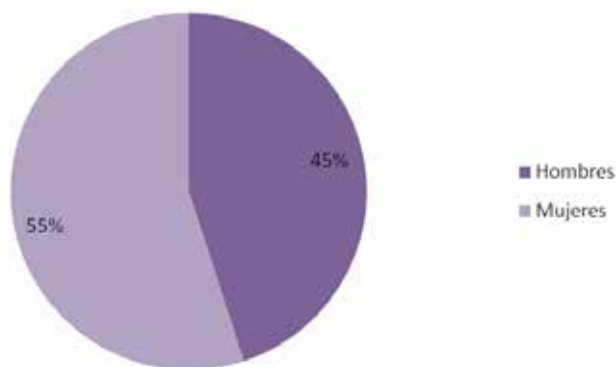
La presente investigación es exploratoria, no experimental, de diseño transversal y con un enfoque mixto de investigación. El estudio se lleva a cabo en un ambiente natural, las variables y condiciones intervinientes no son controladas de forma experimental y la obtención de datos se hace una sola vez en cada unidad de análisis.

### Población

La población encuestada se compone de dos grupos. El primero, de estudiantes matriculados en cualquiera de los nueve programas de pregrado que ofrece la Facultad de Artes de la Universidad de Antioquia. El segundo se compone de estudiantes de pregrado, inscritos en un programa particular que ofrece cualquier otra de las 25 de las unidades académicas que componen esta Universidad, por lo tanto, estudiantes que actualmente se forman en un área de conocimiento diferente a las artísticas.

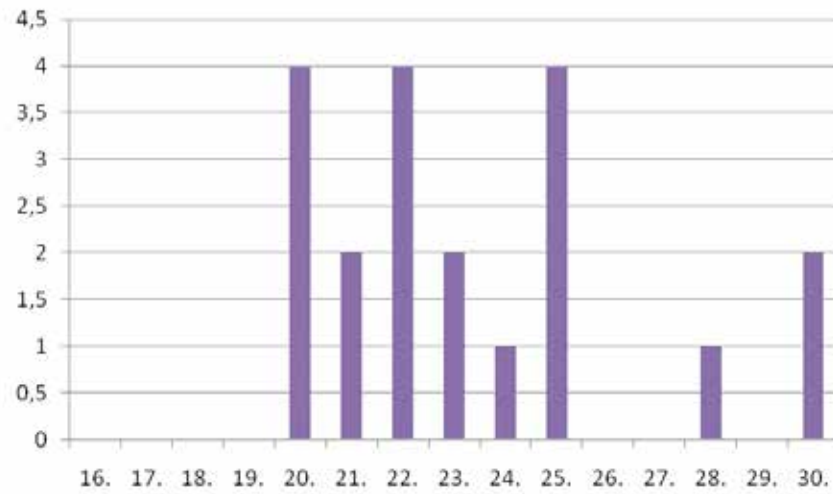
### Composición de la muestra de Estudiantes de Arte

Gráfico 1. Composición de la muestra de estudiantes de arte por género.



Fuente: los autores

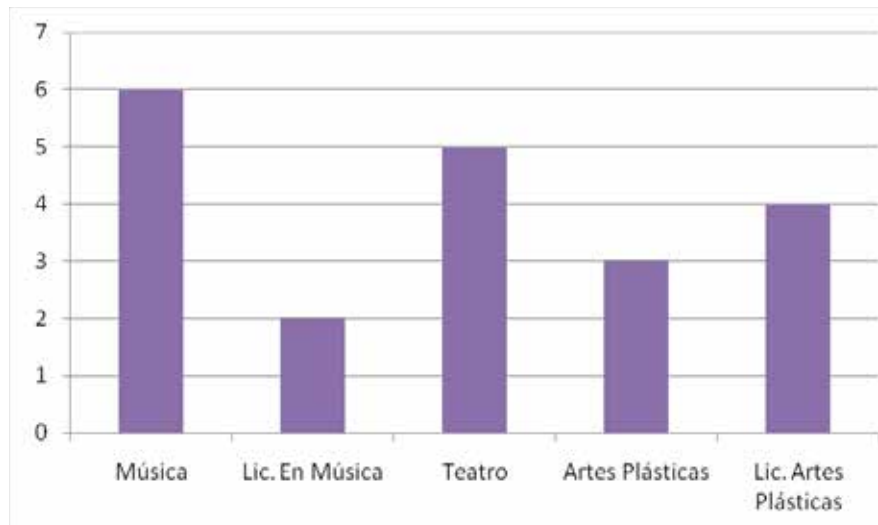
Gráfico 2. Distribución de estudiantes de artes por edad.



Media: 24,13    Desviación típica: 3,44

Fuente: Los autores

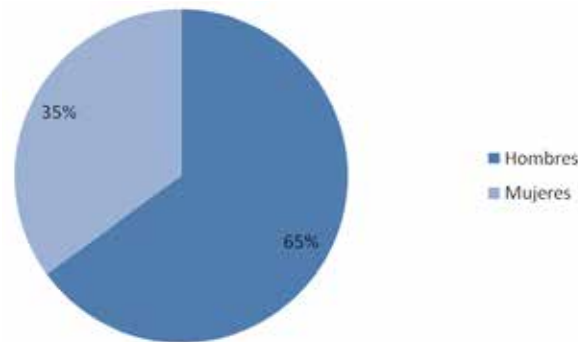
Gráfico 3. Composición de la muestra de estudiantes de arte, por programa académico.



Fuente: los autores

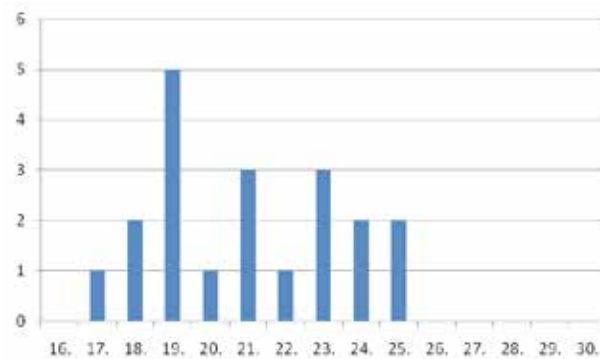
## Composición de la muestra de estudiantes de programas diferentes a artes

Gráfico 4. Composición de la muestra de estudiantes que no estudian arte, por género.



Fuente: los autores.

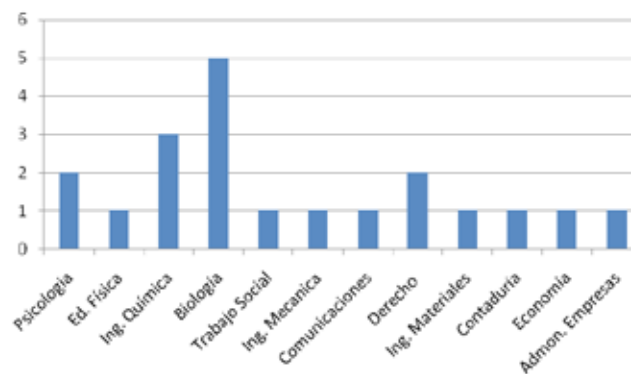
Gráfica 5. Composición de la muestra de estudiantes que no estudian arte por edad.



Media: 21 Desviación típica: 2,74

Fuente: los autores

Gráfica 6. Composición de la muestra de estudiantes que no estudian arte, por programa académico.



Fuente: los autores

## Instrumento

Un cuestionario aplicado a 40 sujetos objeto de la investigación (20 estudiantes de arte y 20 estudiantes, no artistas), que nos sirve para conocer las prácticas artísticas en los sujetos de la muestra. El cuestionario en cuestión se estructura de la siguiente manera:

- Un encabezado que recolecta información de tipo socio-demográfico (nombre, edad, sexo, ocupación y área de estudio), que ayuda a identificar las características de los encuestados y, por lo tanto, las de la muestra en general.
- Ocho preguntas cerradas nominales, que indagan por los intereses y prácticas artísticas del encuestado, sus formas usuales de afrontamiento del estrés cotidiano, sus reacciones ante los elementos que considera bellos, las influencias en el establecimiento de su concepto estético actual y la relación que el individuo establece entre arte y manejo del estrés cotidiano.
- Una pregunta cerrada de intervalo, que habla del tiempo de contacto con el arte que ha tenido el encuestado, si es que lo ha tenido.
- Una pregunta abierta, que indaga por el concepto actual que el sujeto tiene de lo bello y permite un conocimiento más profundo de la formación estética que tiene el sujeto y el valor general que le da a la experiencia estética.
- Dos preguntas abiertas aclaratorias, orientadas a conocer la relación que establece el encuestado entre el arte y el manejo del estrés y las observaciones adicionales que sobre lo dicho el encuestado quiera manifestar.

Los datos obtenidos en la fase de recolección de la información fueron evaluados con base en los siguientes métodos: Se utilizó el método estadístico con el fin de encontrar variables recurrentes e índices estadísticos entre la población encuestada. Para procesar la información obtenida en las respuestas dadas a las preguntas abiertas del cuestionario se hizo uso del método de análisis del discurso creado por Edwards y Potter (1992, citado en Flick & Amo, 2004). Este método de investigación de datos cualitativos tiene su origen y se fundamenta en la teoría del construccionismo social. Para el registro y procesamiento de los datos obtenidos en las observaciones se hizo uso de protocolos de observación de donde se extraen y analizan los datos que se consideran relevantes y aclaratorios con respecto al fenómeno observado.

## Procedimiento

El muestreo se hizo en dos grupos (estudiantes de artes y estudiantes de otros programas de la Universidad de Antioquia) de la muestra escogida para el análisis y comparación de los resultados obtenidos, para constatar o refutar la hipótesis. Es decir, si efectivamente en nuestro contexto el arte es usado por algunos individuos como objeto o mecanismo para hacer frente al estrés.

Ya que la investigación tuvo un diseño mixto en su metodología, ambos tipos de investigación, el cualitativo y el cuantitativo, fueron trabajados por separado y sólo se unieron en la etapa de resultados para presentar datos que, inscritos dentro de lógicas diferentes, permitieron una comprensión más profunda del fenómeno. La intención de esta investigación en ningún momento fue transformar datos cualitativos en cuantitativos, ni viceversa, sino que se buscó analizar ambos tipos de resultados desde la respectiva lógica que les correspondía y respetar los límites que le son necesarios a cada modelo de investigación, pues solo así pudieron ser entendidos de manera justa y correcta los resultados obtenidos.

Después de tener los datos que arroja el análisis estadístico, del discurso y de la observación de campo, pasamos a la presentación, interpretación y discusión de los elementos recurrentes o significativos hallados. A continuación se hizo una comparación entre los resultados de los dos grupos con el fin de encontrar semejanzas y divergencias.

Después de la presentación de los resultados obtenidos con las tres herramientas aplicadas, y desde los métodos que les corresponden, se pasó a la etapa de discusión, y mostrar si los resultados son o no esperables, o pueden o no ser explicados desde la información consignada en el marco teórico, con el fin de analizar, con evidencias concretas, qué tanto del fenómeno puede ser explicado por la teoría hasta ahora elaborada en las disciplinas que han estudiado el fenómeno y qué queda como incógnita.

## Resultados

---

### Análisis y discusión de resultados

A partir de los resultados obtenidos, y desde el análisis posterior de cada una de las respuestas dadas por los encuestados, se observó que existen algunas diferencias entre las inclinaciones del grupo de estudiantes de arte y las de estudiantes que no estudian arte. Además, que las respuestas dadas por el grupo general orientan a pensar que estas inclinaciones no distan tanto a la hora de poner a prueba la hipótesis de este trabajo, la cual propone básicamente que el arte es utilizado como opción recurrente para afrontar las situaciones que causan malestar o displacer en los seres humanos permeados y atravesados por la cultura. A continuación se describen los hallazgos encontrados, gracias a las repuestas dadas por el grupo de encuestados en el instrumento de investigación.



Para empezar, ambos grupos muestran una evidente inclinación por manifestaciones concretas del arte, como la música y el cine, lo que se explica porque son las más promovidas a nivel cultural en el contexto local y, de hecho, en la cultura occidental. En efecto, se advierte en las repuestas que la mayoría de los encuestados reconoce el entorno como gran influyente en sus gustos estéticos y, en general, en las elecciones que toman. Sin embargo, no se puede desconocer que en el grupo de estudiantes artistas la familia y los patronos de crianza aparecen como elementos que inducen al contacto con el arte y, de cierta manera, al posterior interés estético en la vida adulta.

Ahora bien, en cuanto al significado que los encuestados le dan a lo bello, para el grupo general de encuestados la respuesta más popular asocia el arte con lo que es placentero. En el caso específico de cada grupo, para los estudiantes de arte lo bello se suele relacionar con algo subjetivo y siempre particular; mientras que para los estudiantes que no estudian arte lo bello se asocia más con algo que es lógico y coherente.

Pero, si se habla no de la definición que se le da a lo bello, sino del sentimiento que genera, se puede suponer, según los resultados, que en el grupo de estudiantes que no estudian arte, los individuos hablan del sentimiento artístico como algo físico, es decir, desde la percepción en cuanto a la forma, al movimiento y versatilidad del arte; mientras que para el grupo de estudiantes artistas lo estético genera en ellos un sentimiento más orientado hacia lo espiritual o lo sublime.

Al preguntarle al grupo de estudiantes de arte por la sensación que experimentan cuando están ante elementos que consideran bellos, *el placer* es la respuesta más popular, a diferencia del grupo de estudiantes no artistas que responden “admiración y atracción”. Con base en lo anterior, es posible pensar dos cosas. La primera es que es entendible la elección profesional de los estudiantes de arte, pues hacer lo que hacen les genera placer. Y la segunda es que de parte de los no artistas, debido a la sensación de que el otro es capaz de hacer y lograr lo que ellos no, el arte y sobre todo la producción artística genera admiración.

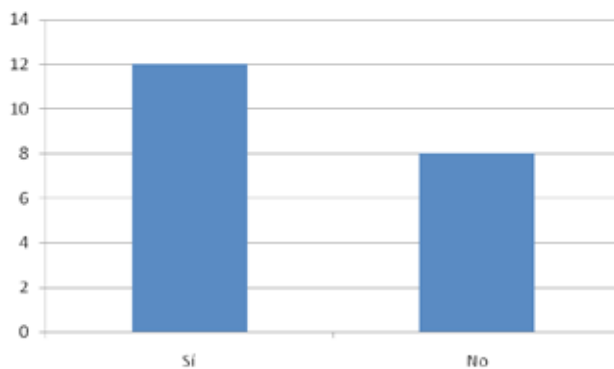
En ninguno de los dos grupos se menciona una sensación negativa hacia el arte; toda sensación provocada por lo bello es, pues, para el grupo de encuestados, una sensación positiva y muy probablemente agradable.

Por último, pasamos al análisis de la última pregunta que aparece en la encuesta aplicada: ¿Desde su experiencia particular, el contacto con lo bello le ha sido útil para adaptarse a lo largo de la vida, para hacer la vida más fácil, por así decir? Las respuestas hacen evidente una notoria inclinación hacia el sí, lo que lleva a pensar que la hipótesis que orienta la presente investigación, por lo menos para la mayoría de encuestados de este grupo, es cierta. Y, a pesar de que ambos grupos dieron una respuesta positiva frente al arte, vemos que la diferencia de porcentajes es significativa. Del lado del

grupo de estudiantes de arte, hay un 70% más de inclinación hacia el sí, respecto al no, manifestado por los estudiantes que no estudian arte. Todo esto exige pensar en la influencia positiva del contacto prolongado con el ambiente artístico, para hacer uso de lo bello como mecanismo recurrente de afrontamiento del estrés. Si bien, el mayor porcentaje de inclinación por el sí aparece en el grupo de individuos cercanos al arte, los estudiantes que no estudian arte –con un contacto menos frecuente con el ámbito estético–, no descartan al arte como algo que oxigena su cotidianidad y que, de hecho, es útil para hacer frente al estrés.

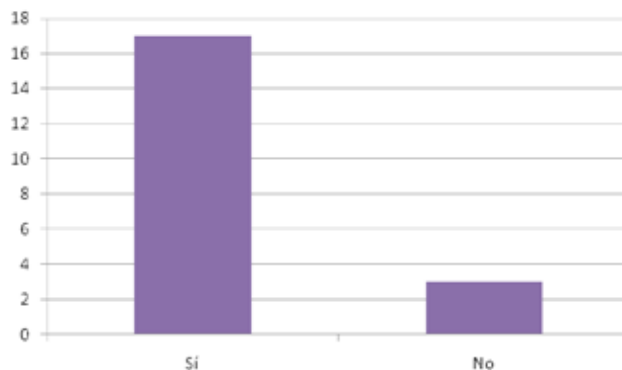
**¿Desde su experiencia particular el contacto con lo bello le ha sido útil para adaptarse a lo largo de la vida, para hacer la vida más fácil, por así decir?**

*Gráfica 7. Estudiantes de arte que piensan que la relación con lo bello mejora la adaptación a las condiciones de la vida.*



*Fuente: los autores*

*Gráfica 8. Estudiantes de pregrados diferentes a artes que piensan que la relación con lo bello mejora la adaptación a las condiciones de la vida.*



*Fuente: los autores*

## Discusión

El arte, por lo menos dentro de esta muestra de personas que han estudiado, es usado como mecanismo para hacer frente al estrés, por encima de otras posibilidades de afrontamiento como el deporte, la religión, el afrontamiento directo de la situación estresante o ignorar la misma. Si preguntamos de qué manera concreta es usado el arte para hacer frente al estrés, se puede responder que por medio del contacto que establecen los individuos con actividades artísticas específicas como la música, el cine y el teatro. La elección depende de múltiples factores, como la atracción que se siente por una expresión artística en particular, la costumbre que a las mismas ha tenido, gracias a la poca o mucha promoción que el entorno social hace de las artes, y la posibilidad de acceso de las mismas.

El hecho de llevar a cabo un programa de estudios en arte se relaciona con la mayor predilección por las prácticas estéticas, como mecanismo de afrontamiento del estrés. En la muestra estudiada los individuos que hacen parte del grupo de estudiantes artistas mostraban una mayor tendencia a hacer uso del arte para afrontar situaciones estresantes que aquellos que hacen parte del grupo de estudiantes que se formaban en un programa perteneciente a un área del conocimiento distinto al arte.

Sobre la concepción particular que las personas encuestadas tienen de lo bello, es posible concluir que los individuos pertenecientes al grupo de estudiantes artistas tienen un concepto de lo bello más orientado a lo sublime y a lo ideal, mientras que aquellos que no adelantan estudios en artes suelen tener un concepto más orientado a lo físico, a lo concreto.

Aunque lo bello y la valoración del arte terminan siendo un elemento subjetivo y difícil de consensuar, en la mayoría de ocasiones los encuestados dan cuenta de una utilidad subjetiva: a unos los orienta, a algunos los inspira, a muchos les enseña y a otros tantos les permite tomar posición en la vida. Pero, en conclusión, cada cual busca la manera de que el arte pueda hacer la vida más agradable, más placentera o más bella.

## Referencias

---

- De Crousaz, J. (1999). *Tratado de lo bello*. Valencia: Universidad de Valencia.
- Fernández-Abascal, E. (1997). Estudio sobre la escala de estilos y estrategias de afrontamiento (E<sup>3</sup>A). *Revista española de motivación y emoción*, 04, 76-98.
- Flick, U., & Amo, T. (2004). *Introducción a la investigación cualitativa*. Barcelona: Morata.
- Francès, R. (1985). *Psicología del arte y de la estética*. Barcelona: Akal.
- Freud, S. (1998). *Un recuerdo infantil de Leonardo da Vinci*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Jaspers, K. (1985). *Strindberg y Van Gogh*. Barcelona: Nuevo Arte Thor.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Madrid: Martínez Roca.
- Nietzsche, F. (1913). *La gaya ciencia*. Barcelona: Sempere.
- Vigotsky, L. S. (1997). *La imaginación y el arte en la infancia: ensayo psicológico*. México D.F.: Fontamara.
- Vigotsky, L. S., & Imbert, V. (2005). *Psicología del arte*. México D.F: Fontamara.