

Lo que ocurre cuando el silencio es fotografiado

What happens when silence is photographed

Virtudes Contreras Peñalver

Univresidad de Jaén
virtudescontreras95@hotmail.com

Recibido: 10/12/2019 | Aceptado: 18/01/2020

Revisado: 23/02/2020 | Publicado: 20/04/2020

RESUMEN

El presente trabajo da cuenta de una experiencia con un grupo de personas en torno al uso de la fotografía para expresar sentimientos y emociones. La propuesta se basa en la realización de dos fotografías, una de ellas mismas y otra de un objeto con el que se sienten identificadas, acompañadas de una autoreflexión y una autonarración, con el fin de obtener la visión de una persona ajena y la visión de la persona retratada, lo que nos lleva a la fotografía y lo que puede llegar a esconder, haciendo así que cada persona pueda liberarse sin necesidad de decir ni una palabra.

PALABRAS CLAVE

Fotografía, emociones, auto reflexión, auto narración, análisis.

ABSTRACT

This work reports on an experience with a group of people around photography to express feelings and emotions. The proposal is based on the production of two photographs, one of them and the other of an object with which they identify themselves identified, accompanied by self-reflection and self-narration, in order to obtain the vision of an outsider and the vision of the person portrayed, what leads us to photography and what he can hide, thus making each person free without having to say a word.

KEYWORDS

Photography, emotions, self-reflection, self- narration, analysis

INTRODUCCIÓN

Hoy día la fotografía está presente en casi todas las personas, ya sea para fotografiar un paisaje, un animal, una modelo para portada de revista, a nosotras mismas, para subirlo a las redes sociales, etcétera, pero ¿qué pasa con esto último? Estamos expuestos a la opinión de los demás sin antes conocer la nuestra, es muy fácil conseguir una foto de alguien y hacer burlas sobre ella, pero ¿y si nos paramos por un momento a pensar realmente el significado de esa foto? ¿Y si intentamos ver más allá de lo que realmente estamos viendo? Este artículo se basa en la investigación que llevé a cabo en mi trabajo fin de grado en la Universidad de Jaén en el Grado de Educación Social, TFG (Contreras, 2020).

Por un lado, demuestro que la imagen puede ser un método de reflexión para que las personas se analicen a sí mismas, sobre todo en contextos donde, en repetidas ocasiones, por timidez u otro motivo, les cuesta trabajo expresar verbalmente lo que piensan de sí mismas, por lo que, a través de la fotografía, pueden hacerlo. Por otro lado, es importante señalar que el trabajar con grupos de adolescentes es más complejo que si de personas mayores se tratase, porque hay que hacerles reflexionar sobre lo que ocurre actualmente. Tenemos que mostrarles cómo a través de la imagen, de una manera irreflexiva, estamos dando demasiada información sobre nosotros mismos.

Lo que propongo es un método educativo de trabajo en contextos socioeducativos para trabajar con grupos de adolescentes donde pretendo hacerles ver, a través de prácticas artísticas, en este caso la fotografía, cómo se trabaja hoy día con la imagen, cómo nos manipulan, cómo nos manejan, cómo son capaces de tergiversar información que no es la que realmente estamos dando.

FUNDAMENTACIÓN

La autoestima.

Mayormente, utilizamos nuestra imagen porque, aparentemente, parece que tenemos una autoestima brutal, pero en realidad, lo que hay detrás de esa imagen es un complejo de

inferioridad por lo que a través de fotografiarnos a nosotros mismos intentamos encubrir o sustituir ciertas carencias, pero al exponer nuestra imagen en muchos sitios, estamos ofreciendo la oportunidad de que nos ataquen, provocando así que nuestra autoestima se sienta dañada. Dicho esto, la autoestima se puede trabajar mediante la imagen ya que es una vía de darnos a conocer cuando nos mostramos a través de fotografías. “La autoestima es un factor importante a considerar en la vida de las personas en general y en particular, en el tema del desempeño y de las actitudes hacia las actividades académicas de los estudiantes y las estudiantes” (Naranjo, 2007, p.2).

La importancia de tener una buena autoestima viene dada en diferentes componentes, según Molina en Olivares (1997) (citado en María Luisa 2007), precisa de cuatro en su definición:

1. Es una actitud porque observa la manera habitual de actuar, amar, pensar y sentir de las personas.
2. Posee un componente cognitivo (opiniones, ideas, creencias...de la persona sobre sí misma.
3. Posee un componente afectivo, valorando tanto lo optimista como lo pesimista, lo favorable como lo desfavorable de la persona sobre sí misma.
4. Posee un componente conductual, consiguiendo, a través de la práctica, un comportamiento coherente y constante y también fomentar la decisión de actuar.

Para comprender un poco más cómo se define una persona con alta o baja autoestima, vamos a indicar algunas de sus características. Por ejemplo, una persona con alta autoestima sería la que “toma iniciativas, afronta nuevos retos, valora sus éxitos, sabe superar los fracasos, muestra amplitud de emociones y sentimientos, desea mantener relaciones con los otros, es capaz de asumir responsabilidades y actúa con independencia y con decisión propia” (Roa, 2013, p. 245). Y pasando al lado opuesto, una persona con baja autoestima sería aquella que “sin iniciativas, necesita la guía de los otros, tiene miedo a los nuevos retos, tiene poca tolerancia a la frustración, se pone a la defensiva fácilmente, tiene miedo a relacionarse, siente que no será aceptado, (...)” (Roa, 2013, p.245).

En resumidas palabras, la autoestima es un juicio de valor que hacemos sobre nosotros mismos, debemos sentirnos agradecidos y satisfechos por quiénes somos, cómo somos

y qué tenemos, y ser conscientes de ello desde las emociones (Romero, 2019, p.11). Si todos confiamos en nuestra persona, seremos más propensos a tener éxito en todo lo que se proponga, seremos más creativos, resolveremos adversidades sin frustraciones, etc. (García, 2002, p.25).

La fotografía

El ser humano siempre ha utilizado la imagen para reflexionar y para comunicarse. Desde que tenemos datos de la existencia del hombre, en épocas remotas, hemos visto que en los lugares que habitaba quedan rasgos de su creación, todo esto a través de las imágenes y de cómo los seres humanos simbolizaban la imagen construyéndola, pintándola y haciendo figuras (Gila, 2013, p.47; Moreno-Montoro, 2012, p.50).

A lo largo de la historia, la imagen ha sido una manera de retratar momentos históricos y sobre todo de retratar a la gente que tenía el poder económico. Se ha podido observar cómo al pueblo se le adoctrinaba mediante la imagen, cómo se construía la idea de poder, de las personas todopoderosas, de los reyes, de la nobleza...ya que estos eran los que perpetuaban la imagen a través de la pintura y de otras técnicas de creación plástica. También se observó cómo las iglesias, a un pueblo que no sabía leer ni escribir, nuevamente se le adoctrinaban a través de la fotografía. Entonces, cuando llega la fotografía, no desaparecen las otras técnicas de procedimientos artísticos, pero bien es cierto que, por su inmediatez y por lo fidedigna que es la imagen, se crea como referente real y he ahí cuando se empieza a utilizar no solo de la misma manera que se habían venido utilizando los otros métodos sino también porque aparecen nuevos medios vertiginosos de comunicación, como son la prensa escrita, la televisión, el cine...y todos empiezan a convertirse en grandes medios masivos de comunicación hasta que en la actualidad hacemos uso de los medios de Internet. Debido a que la imagen y la fotografía no solo son fijas, sino que también existen en movimiento, esto alcanza un protagonismo total, por eso es tan importante involucrar la investigación social y asumir la imagen como un procedimiento.

La fotografía está considerada el octavo arte y consiste en realizar imágenes con luz a cualquier objeto, persona, animal, paisaje, etcétera en distintos escenarios físicos.

La fotografía puede darse en distintos escenarios, según Roland Barthes (1989), las distribuciones a las que se la suele someter pueden ser: empíricas, ya sean profesionales o aficionados; retóricas, como paisajes, retratos, objetos y desnudos; estéticas, como el pictorialismo y el realismo y, por último, sin relación con su esencia (p.28).

Antes de la existencia de la cámara fotográfica se realizaban imágenes a través de dos técnicas del siglo XIX, conocidas como heliogramas y daguerrotipos (Raffino, 2018). El daguerrotipo era una técnica fotográfica que se basaba en la exposición de una placa de cobre a la luz del sol, alrededor de unos quince minutos, donde la imagen se filtraba mediante una lente focal. Pasados varios procesos más, el resultado era una imagen espectacular, tanto que era imposible de conseguir otra igual. Para observar la imagen correctamente había que mirarla desde un punto exacto, si lo hacías de frente era erróneo (Lara y Martínez, 2003, p.4).

Más tarde se innovaron ciertos rasgos fotográficos, como son las fotografías a color de Luimière en el año 1907, el flash electrónico en 1931, la fotografía polaroid en 1948 y, por último, la digitalización fotográfica, en 1990 (Raffino, 2018). El uso de la fotografía es muy útil, ya que te permite la veracidad y credibilidad de momentos puntuales que ocurrieron hace años, meses, días u horas. La imagen está presente, por lo que sirve de soporte para saber qué ocurrió tal día, dónde se capturó ese momento, quiénes estaban, etcétera. De ahí el dicho de "una imagen vale más que mil palabras". Roland Barthes (1989) afirma:

Cada foto es leída como la apariencia privada de su referente: la era de la Fotografía corresponde precisamente a la irrupción de lo privado en lo público, o más bien en la creación de un nuevo valor social como es la publicidad de lo privado: lo privado es consumido como tal, públicamente. (p.150)

Podemos hablar de diversos tipos de fotografía, como pueden ser: fotografía documental (transmitir un mensaje), publicitaria (dar publicidad como su propio nombre indica), de moda (eventos, desfiles...), paisajística (selva, mares, aire, etc. con la finalidad de conseguir escenas coloridas), artística (con fines estéticos) y científica (con el fin de demostrar lo que el ojo humano, a simple vista, no puede llegar a ver) (Raffino, 2018).

“¿Qué es lo que sabe mi cuerpo sobre la Fotografía? Observé que una foto puede ser objeto de tres prácticas (o de tres emociones, o de tres intenciones): hacer, experimentar, mirar” (Barthes, 1989, p.35). Siguiendo la línea de la fotografía, podemos indagar sobre el ensayo fotográfico, qué es, para qué sirve, su proceso, etcétera. Según Vásquez (2011) el ensayo fotográfico es “una narración visual larga. (...) Un conjunto de más de diez (10) imágenes que estructuradas coherentemente exponen los pensamientos, reflexiones y hallazgos del fotógrafo sobre un asunto al que ha dedicado un tiempo en su investigación” (p.303).

Por otro lado, “es evidencia de un compromiso del fotógrafo consigo mismo. Incluso cuando aparenta ver la vida sin compromisos, esto ya lo compromete con su propio imaginario de supuesto desarraigo” (Vásquez, 2011, p.306). La captura de foto se puede hacer en cualquier ámbito, pero bien es cierto que el acercamiento personal que tengamos con la persona, esa confianza, como son la familia y amigos, es un punto a favor, ya que el sentirnos protegidos por esas personas hace que la imagen sufra un valor extra, y más aún si los espacios en los que realizamos las fotos, nos traen recuerdos vividos (Vásquez, 2011, p.310).

Cabe destacar la manipulación que sufre la fotografía, primero se produce (se captura), nos hacemos con ella, luego circula y, todo esto, para terminar como materia de compra de aquellas personas que viajaban o yendo más allá, como exposiciones en museos. También es necesario apuntar que la imagen de cualquier persona ha pasado o puede pasar a constituir patrimonio cultural como identificación de aldeas y/o pueblos. (Chávez, 2011, p.31).

Si hablamos de Isidro Blasco, un importante artista de la escultura contemporánea, podemos destacar su percepción óptica del espacio, donde este puede ser, según Alonso y Naranjo, (2015): “espacio público como el privado, el espacio urbano como el íntimo y hogareño, el espacio lleno y el vacío, el espacio positivo y el negativo” (p.365). Para cerrar este apartado, el cual expone diferentes visiones acerca de la fotografía, dejo reflejada una frase de Roland Barthes que me hizo pensar sobre este octavo arte: Barthes (1989): La fotografía pertenece a aquella clase de objetos laminares de los que no podemos separar dos láminas sin destruirlos: el cristal y el paisaje, y por qué no: el Bien y el Mal, el deseo y su objeto: dualidades que podemos concebir, pero no percibir. (p.31)

El uso de la imagen en las Redes Sociales

Debido a que hoy en día existen multitud de dispositivos digitales y con ellos la creación de redes sociales, nos encontramos que la mayoría de la sociedad está expuesta al peligro, es decir, información personal, fotografías personales, etc., corren por esta vía y todo el mundo puede adueñarse de ello. Díaz (2011) añade que “las redes sociales suponen una forma de comunicarse de forma horizontal, rápida y en la que adquieren una gran relevancia los elementos audiovisuales” (p.16). El uso que le damos a las redes sociales es tan sumamente peligroso que, según Maraión (2012):

"cualquier persona puede hacerse pasar por otra, por ejemplo, un hombre puede hacerse pasar por una mujer o por un niño pequeño, o personas mayores pueden aparentar ser personas jóvenes y hacer que así, el mundo virtual, pase a ser algo más que una simple red de comunicación fiable con otras personas" (p.6).

Desde el ámbito sociocultural, encontramos que la identidad sufre tres clasificaciones. En primer lugar, la representación de nosotros mismos frente a los demás; en segundo lugar, la relación que ejercemos con nuestros lazos afectivos al instante y, en tercer lugar, cómo nos comportamos ante la situación en la que nos encontramos (Rueda y Giraldo, 2016).

Siguiendo la opinión de Maraión (2012), “las redes organizan la información de modo que el usuario no es consciente de la difusión que una acción pueda llegar a tener. Sin embargo, el ciudadano en la Red sigue siendo, ante todo, un ciudadano” (p.9). Todos conocemos el nombre de algunas redes sociales más utilizadas, comúnmente, en España. Según un estudio realizado por Caerols, Tapia y Carretero (2013) Instagram es la red social más utilizada donde se exponen numerosas marcas de gran importancia, con una actividad participativa y notable, donde se busca la propagación de dichas marcas a otras redes sociales de gran relevancia de usuarios (p.75).

Por último, cabe destacar la importancia del uso responsable de este tipo de redes, ya que, al igual que es una vía de comunicación eficaz para ponerse en contacto con familiares, amigos, etc., también es una vía donde expones datos personales (nombre, edad, ubicación

domiciliaria, cuenta bancaria, fotografías...) los cuales pueden acabar en manos de gente desconocida, lo que supondría un grave peligro tanto para la persona en sí como para su círculo cercano. En definitiva, todos y cada uno de nosotros debemos de informarnos acerca de las ventajas e inconvenientes que supone navegar por las redes sociales para realizar un uso adecuado en ellas y saber qué se debe hacer, cómo se debe hacer, para qué y dónde se debe hacer.

METODOLOGÍA

Con la propuesta, la gente puede utilizar la imagen para hablar de sí misma como narración personal a modo de relato autobiográfico, así como muestra Hernández (2018) en su ensayo "Re/sidir y re/sistir", o narración fotográfica como expone Landeros Casillas (2016) con la experiencia de las mujeres gambianas a través de discursos fotográficos. Así, mi propuesta fotográfica se basa en la realización de un ensayo visual pareado donde cada persona participante hace una descripción de sí misma o de un aspecto en concreto, de su carácter, de su comportamiento, etc., utilizando una imagen de ella misma y de un objeto con el que se sienta identificada. Según Marín y Roldán (2014):

El fotoensayo deductivo a partir de citas visuales es muy elocuente para explicar el proceso de deducción de una nueva imagen a partir de referentes visuales previos. El proceso de deducción visual puede basarse en una amplia variedad de estrategias que han tenido amplio desarrollo en la creación artística contemporánea: versión, copia, remake, paráfrasis, etc. El fotoensayo deductivo explicita qué tipo de estrategia se ha seguido en cada caso. (p. 36)

Para probar la eficacia del método de descripción visual he propuesto este juego, en el que las personas eligen una foto de ellos y una foto de un objeto con el que se sientan identificadas, con el fin de hacer una valoración crítica a través de ambas imágenes. Como se verá, es una metodología dentro del concepto de acción participación que favorece la reflexividad de los/as participantes (Ruiz, 2018, p.34).

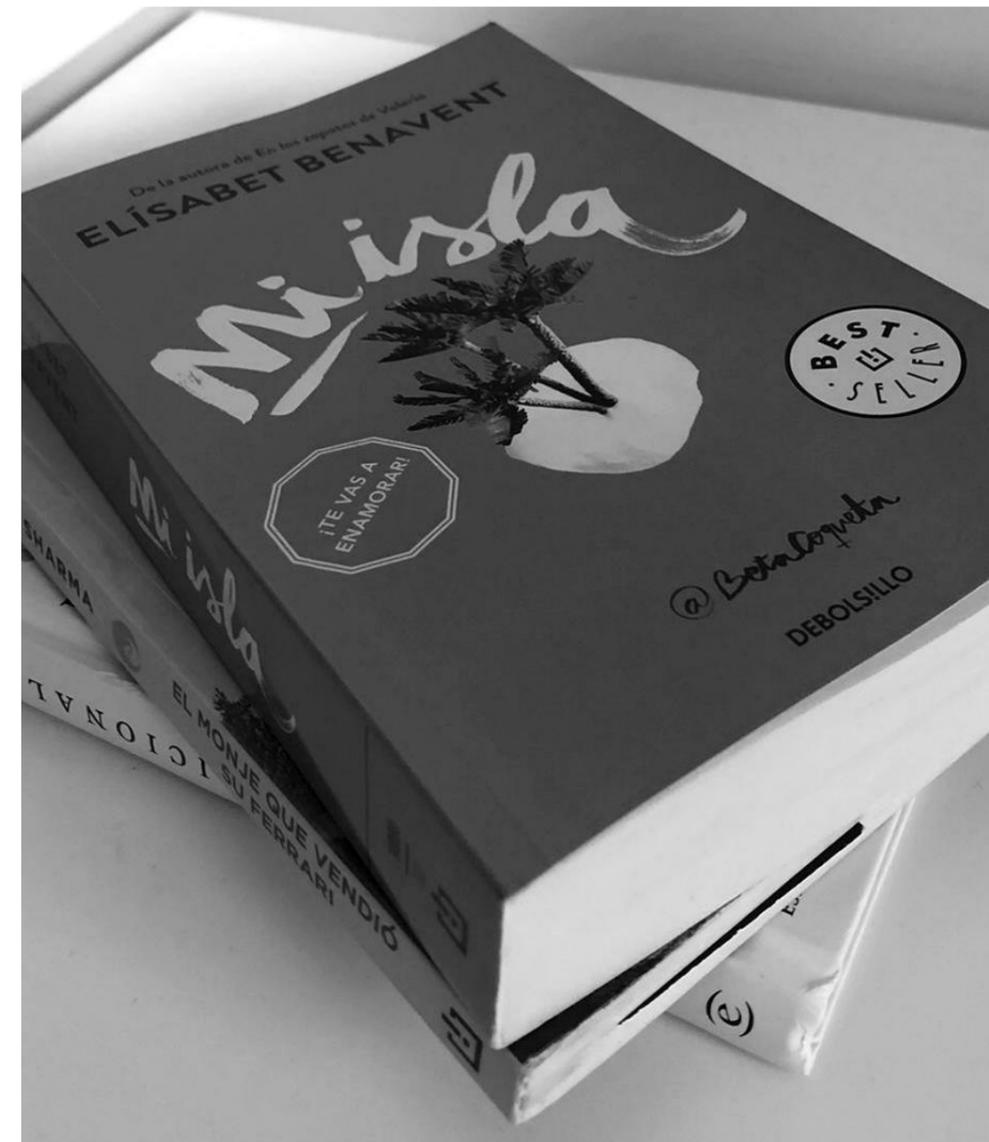
Una vez realizado el análisis, me pongo en contacto con cada una de las personas participantes para transmitirle mi percepción y una vez expuesto esto, ellas deberán de afirmarme o negarme si he acertado en el análisis que he realizado a la vez que me mandarán su propia opinión personal de qué es lo que realmente querían mostrar en esas imágenes. He de añadir que la herramienta utilizada es una estrategia de auto reflexión y auto referencia, no una herramienta de diagnóstico, es decir, las personas me envían sus fotografías y yo intento averiguar qué es lo que ocurre tras observar su aspecto, su postura, su rostro...etc. Destacar que tras buscar los participantes para que formaran parte de este proceso y recibir sus imágenes, después de realizar el análisis de estas, se entabla una conversación con cada una de ellas para responder una serie de preguntas tras el análisis.

"No presenta una actitud desafiante pero sí lánguida, recogida en sí misma. Mira de frente, no rehúye la mirada, no se le ve asustada, ni deprimida ni triste. Su expresión facial denota ausencia, no dice nada de ella. Respecto a su objeto, el libro "Mi isla", muestra que es ella misma consigo misma" (Virtudes, 2020)



Imagen 1 y 2:
Miriam, 2020.

"Me siento un poco decepcionada por la situación que se ha presentado en estos meses, he venido de Erasmus a Lisboa y no he podido cumplir mis expectativas. Siento soledad por estar tan lejos de mi familia. Me siento identificada, ahora mismo, con los libros, ya que en estos momentos son mi vía de escape y puedo evadirme de la realidad por un momento" (Miriam, 2020)



"Es una persona tímida, cerrada. No sabes cómo es hasta que no la conoces, le cuesta mostrar su personalidad y sus sentimientos así de primeras, pero en relación con su objeto, cuando intentes llegar a ella podrás sorprenderte" (Virtudes, 2020)



Imagen 3 y 4:
Rosario, 2020

"Soy una persona que no me abro fácilmente, al principio me cuesta bastante. Me gusta ayudar a quien más lo necesite, soy muy sentimental y si alguien necesita algo, yo estaré ahí para lo que sea necesario" (Rosario, 2020)



"Su mirada es fija y alegre, pero el tener las manos guardadas en el bolsillo de la sudadera muestra algo de timidez, no se siente cómodo con algo, ya sea la situación o con algo que no quiere mostrar. Respecto a su objeto, podemos ver que se siente una persona firme y fuerte, sobre todo en situaciones adversas". (Virtudes, 2020)



Imagen 5 y 6:
Carlos, 2020.

"En cuanto a mí, quería reflejar que soy una persona a la que le gusta la tranquilidad y la comodidad, pero en relación con el objeto, que es una hormiga de hierro tocando la trompeta, me considero algo raro y estático en situaciones que lo requieran". (Carlos, 2020)



"Parte del rostro escondido tras su pelo y parte del otro dejándolo entrever. Se cubre con un paraguas como si de un caparazón se tratase. Es una persona insegura que ahora mismo se está buscando. Para ella es muy importante el aspecto, la ropa la elige con cuidado para ver qué es lo que le sienta bien y qué no le sienta bien y es fundamental el aspecto que tiene para que las personas la acepten y así sentirse segura de sí misma".
(Virtudes, 2020)



Imagen 7 y 8:
Laura, 2020

"Con esta imagen quería mostrar mi miedo en cuanto al físico. El paraguas refleja aquello que necesito para resguardarme de este miedo, he ahí la relación con la ropa, es una barrera para protegerme de las críticas y de mi propia inseguridad" (Laura, 2020)

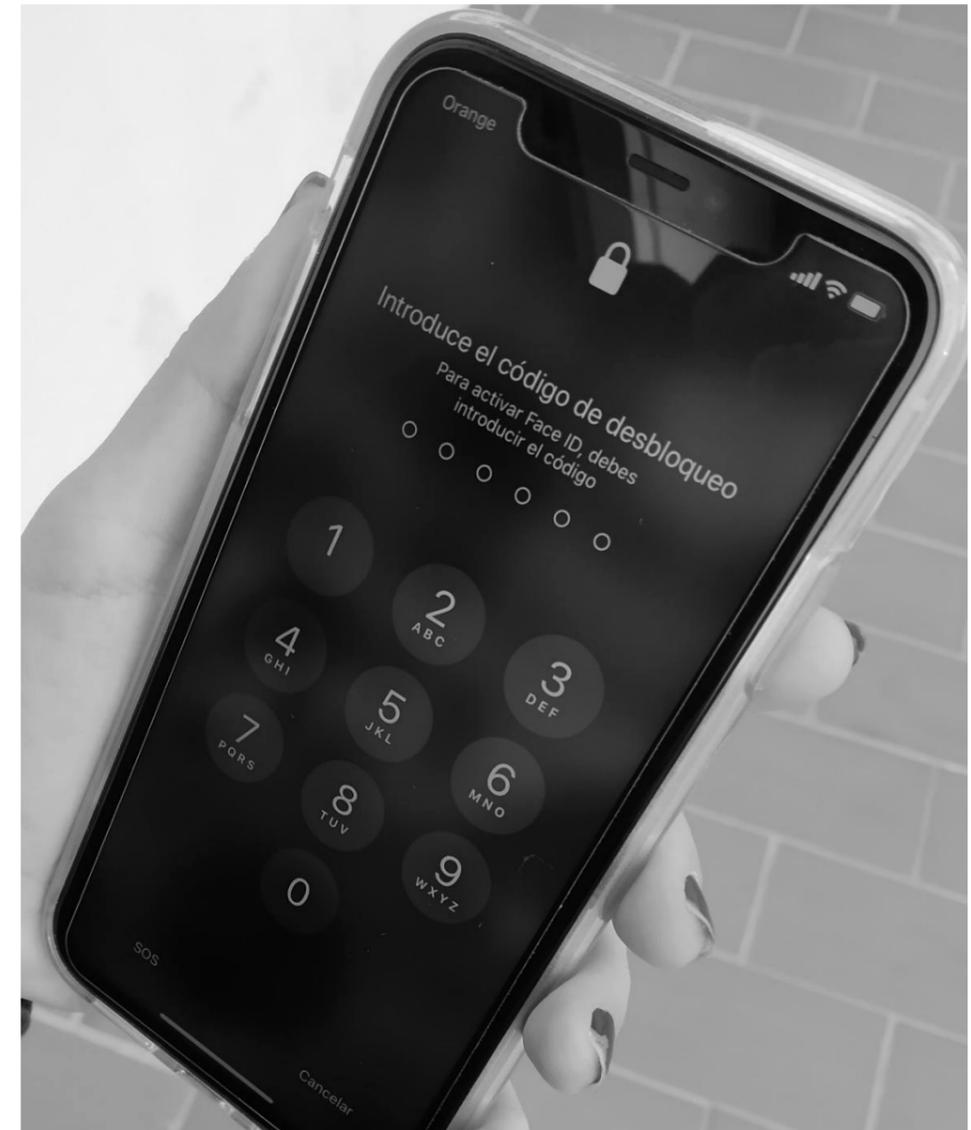


"Es una persona que no puede vivir sin estar en contacto con la gente, esto le puede llegar a crear cierta inseguridad. Se relaciona muy bien con las personas, no tiene timidez y para ella es fundamental el tener siempre a alguien con el que poder contactar." (Virtudes, 2020)



Imagen 9 y 10:
M^a Esperanza, 2020.

"Lo que quería mostrar en ambas fotos es, cómo en el siglo actual, vivimos con máscaras o aparentando una imagen de nosotros mismos que no es real. Es decir, en las redes sociales encontramos imágenes en las que demostramos alegría, nostalgia...pero es difícil ver una imagen de alguien gritando o enfadado, ocultando así las emociones" (M^a Esperanza, 2020)



"Aparentemente parece una persona que le cuesta regalar su confianza, te la tienes que ganar, él es quien elige a sus amigos, no todo el mundo que se acerque a él tiene por qué entrar en su vida. Por lo que se puede ver en su rostro, es alguien serio, pero en relación con su objeto, las apariencias engañan. Una vez que te acercas a él, a pesar de su postura firme, es un chico cercano, empático y adorable." (Virtudes, 2020)



Imagen 11 y 12:
Luis David, 2020

"Aunque pueda aparentar ser una persona seria, segura y madura, también hay una parte de mí que es alegre, insegura y de niño pequeño, todos la tenemos ¿no? A pesar de que no miro directamente a la cámara, puede parecer que evado los problemas o que no le doy importancia, pero para superarlos, confío en mi fortaleza interna" (Luis David, 2020)



"Su actitud refleja tranquilidad, nos muestra que es una persona responsable, organizada y planificada, la cual se preocupa de su trabajo. No suele agobiarse porque en relación con su objeto, ella misma se pone los límites para vencer cualquier obstáculo que se lo ponga por delante. Le gusta ponerse metas y cumplirlas". (Virtudes, 2020)



Imagen 13 y 14:
M^a Ángeles, 2020

"Paso serena ante la vida. Sigo un camino que cambia con cada paso que doy, con cada decisión que tomo. No sé a dónde terminaré llegando, ni si quiera cómo llegaré, pero sí sé lo que quiero encontrar mientras tanto" (M^a Ángeles, 2020)



"Es una persona que en un primer encuentro puede llegar a tener un trato distante pero luego por dentro es una sorpresa. Para disfrutar de todo lo que nos puede llegar a mostrar hay que saber llevarlo, tener tacto con él y una vez que hayamos penetrado en su interior sabremos quién es realmente" (Virtudes, 2020)



"Así es, soy una persona a la que le cuesta abrirse así de primeras con alguien, siento que me van a hacer daño y actúo de manera fría y distante, no cayendo bien al principio, pero cuando consigo coger confianza, poco a poco me voy mostrando tal y como soy y es así como consigo que me conozcan, parece extraño, pero al final me hago de querer" (Daniel, 2020)



Imagen 15 y 16:
Daniel, 2020

RESULTADOS

Los resultados se hubieran manifestado, particularmente, en una sesión presencial, pero al final, a partir de lo que ellos me han ido comentando, he hecho una valoración de los resultados que, de entrada, no han sido exactamente como yo los hubiese planteado, pero he observado que se ha provocado un análisis, una reflexión por parte de estas personas, tanto si mi análisis ha coincidido con lo que me querían transmitir o no.

Bien es cierto que se han manifestado unos resultados a través de la estrategia del uso de la imagen como detonante de un proceso reflexivo de los participantes sobre sí mismos con el fin de analizar las problemáticas y las situaciones en las que se ven. Dicha estrategia es válida porque en el análisis que yo personalmente he realizado de sus imágenes, se observa la valoración crítica que hacen, tanto si he llegado a coincidir o no en lo que ellos querían transmitirme, aun así, la opinión tiene que pasar un proceso de argumentación.

Insisto en que esto no es una estrategia de “adivinación” para ver cómo las personas son, sino una estrategia donde hay que poner en marcha el uso de la reflexión, como por ejemplo en el caso de la chica del paraguas: tras analizar su fotografía poco a poco, observando cada detalle de la imagen, he llegado a coincidir, mayormente, en lo que en mi análisis respecta como en el suyo propio.

EVALUACIÓN

Antes de comenzar a trabajar en el proyecto en sí, realicé una evaluación inicial donde planteé, a través de una red social, la temática de mi trabajo y la participación de varias personas para que formaran parte de este. Observé que tenía una lista amplia de personas que querían participar, pero debido al límite de extensión del trabajo, tuve que reducir personal y escoger a los actuales participantes. Cuando me puse en contacto con ellos les expliqué lo que quería conseguir y les pedí dos fotos, una de ellos y otra de un objeto con el que se sintieran identificados. Una vez que obtuve todas las fotos, comenzó la evaluación procesual, donde empecé a realizar el análisis de cada uno, observando cada foto, cada detalle, sus rostros, sus miradas, sus posiciones y todo esto comparando o buscando semejanzas con

el objeto escogido. Esta parte me llevó más tiempo que las otras, ya que, al ser ocho personas, cada una con una historia diferente, se me hizo un poco complejo, pero todo salió bien. Una vez tenía el análisis terminado de cada participante, me puse en contacto con cada uno de ellos para enviarle mi percepción de esas fotos y ahí fue cuando les expliqué que tras leerlo tenían que darme su propia opinión acerca de lo que realmente querían mostrarme en ambas fotografías. Les di un tiempo y así lo hicieron.

Por último, realicé la evaluación final. Tras el proceso llevado a cabo hasta este momento surgieron una serie de dudas las cuales fui respondiendo y tras esto me replanteé un par de cuestiones, las cuales forman parte de este momento final de evaluación. Les hice dos preguntas, las mismas, a cada uno de ellos y sus respuestas las recogí (véase en el apartado de resultados) quedando así, una serie de cuestiones a mejorar en el futuro.

CONCLUSIONES

Llegados a este punto, cabe mencionar que la fotografía es un dispositivo que dispara la reflexión en uno mismo, haciéndonos así, partícipes de una expresión libre de emociones y sentimientos a través de una imagen estática, en este caso.

Es satisfactorio ver cómo una persona, a través de la fotografía, consigue expresarse, percibirse e interpretarse así misma; ha sido una estrategia bastante interesante debido a las dificultades que la mayoría de las personas tenemos a la hora de hablar de nosotros mismos y, en el presente trabajo, hemos obtenido resultados muy interesantes. Lo que se ha planteado es el proponer como alternativas y como complementos el uso de la imagen y la fotografía en el trabajo e investigación social. Tras la realización de este trabajo, he podido observar lo importante y liberador que sería el uso de la fotografía en ámbitos de la educación social, como por ejemplo: víctimas de violencia de género, retratándose de alguna manera (como se sientan cómodas/os) y expresando a través de la imagen su lucha; personas sin hogar, donde tan solo mirando su rostro, sabes lo que sienten y quieren; personas inmigrantes, fotografiando el proceso de llegada a un país donde encontrarán oportunidades; personas con diversidad funcional, personas con adicciones, menores extranjeros no acompañados, etc., un sinfín de ámbitos, de escenarios donde poder usar este mecanismo

para hacernos sentir libres sin necesidad de expresarnos verbalmente como añade Landeros Casillas, M. I. (2016). Por último, agradecer a todas las personas que han formado parte de este proceso y que gracias a ellos he podido nutrirme de nuevos conocimientos y del gran descubrimiento que puede tener y tiene la fotografía en nuestras vidas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso, A., y Romero, F. J. (2015).** El círculo en la relación espacio y cuerpo. Foto-ensayo a partir de Isidro Blasco y el método BAPNE. *Arte, individuo y sociedad*, 27(3), 359-374.
- Barthes, R. (1989). *La cámara lúcida*. Paidós
- Caerols, R., Tapia, A., y Carretero, A. (2013).** Instagram, la imagen como soporte de discurso comunicativo participado. *Vivat Academia*, (124), 68-78.
- Contreras, V. (2020).** Lo que ocurre cuando el silencio es fotografiado (Trabajo fin de Grado). Universidad de Jaén, sin publicar.
- Chávez, L., (2011).** La fotografía como medio para representar la diferencia: ensayo fotográfico al mundo de Francisca Almonacid Lemu (tesis para optar al título de Licenciado en Artes Visuales). Universidad Austral de Chile, Valdivia, Chile.
- Díaz, V. (2011).** Mitos y realidades de las redes sociales. *Información y comunicación en la Sociedad de la Información*. Prisma social, (6), 1-26.
- García, C.B. (2002).** El arte como superación de la baja autoestima (Trabajo de grado para optar al título de Licenciado en Artes Plásticas). Universidad de la Sabana, Chía, Cundinamarca.
- Gila Ordoñez, J. M. (2013).** ¿Qué te dice esta imagen? *Tercio Creciente*, 3, 45-48. <http://www.terciocreciente.com>
- Hernandez Ramírez, G. E. (2018)** «Re/sidir y re/sistir. Un ensayo sobre mis topofilias», *Tercio Creciente*, 7(2). doi: 10.17561/rtc.n14.2.
- Romero, M.A. (2019).** La investigación educativa desde el cuerpo. *Tercio Creciente*, 15,7-20. <https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>
- Landeros Casillas, M. I. (2016)** «La identidad y el empoderamiento de las mujeres gambianas narrados a través de discursos fotográficos /», *Tercio Creciente*, 5(2). doi: 10.17561/rtc.n10.1
- Lara, E.L., y Martínez, M.J. (2003).** HISTORIA DE LA FOTOGRAFÍA EN ESPAÑA. UN ENFOQUE DESDE LO GLOBAL HASTA LO LOCAL. *Revista de Antropología Experimental* (3), 1-15.
- Marañón, C.O. (2012).** Redes sociales y jóvenes: una intimidad cuestionada en internet. *Aposta*, (54), 1-16.
- Marín, R., y Roldán, J. (2014).** 4 instrumentos cuantitativos y 3 instrumentos cualitativos en investigación educativa basada en las artes visuales. *Estrategias, técnicas e instrumentos en Investigación basada en Artes e Investigación Artística*, 27(4), 1-40. <http://hdl.handle.net/10481/34213>
- Moreno Montoro, M. I. (2012).** Somos barro: una investigación usando la creación artística. *Tercio Creciente*, 1, 49-62. <http://www.terciocreciente.com>
- Naranjo, M.L. (15 de diciembre de 2007).** Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Actualidades Investigativas en Educación*. 7(3), 1-27. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44770311>
- Raffino, M.E. (2018).** Concepto de Fotografía. Recuperado el 15 de mayo de 2020, de Concepto.de website: https://concepto.de/fotografia/#Queesla_fotografia
- Roa, A. (2013).** LA EDUCACIÓN EMOCIONAL, EL AUTOCONCEPTO, LA AUTOESTIMA Y SU IMPORTANCIA EN LA INFANCIA. *Edetania. Estudios y propuestas socioeducativas*, (44), 241-257.
- Rueda, R. y Giraldo, D. (2016).** La imagen de perfil en Facebook: identidad y representación en esta red social. *Folios*, (43), 119-135.
- Ruiz, I. (2018).** ¿Ver películas en la escuela es una cuestión de reflexión o de reflexividad? *Afluir*, 2, 30-49. El ensayo fotográfico, otra manera de narrar. *Quórum Académico*, 8(2), 301-314.