

JENNIFER DRAKE

Jennifer Drake es profesora adjunta de Psicología en el Brooklyn College y en el Centro de Estudios de Posgrado de la Universidad de la Ciudad de Nueva York. Obtuvo el doctorado en Psicología del Desarrollo y la diplomatura en Estadística en el Boston College. Su programa de investigación se concentra en la psicología del arte. Una de las áreas de dicho programa examina los efectos positivos que tiene dibujar en la gestión de las emociones, tanto en niños como en adultos. En otro ámbito de la investigación, Drake analiza los procesos cognitivos y de percepción subyacentes en las habilidades de representación gráfica de niños autistas, no autistas y superdotados. De esta manera, es posible comprender el desarrollo de habilidades de percepción superiores en relación con la cognición básica. También estudia la respuesta y la manera que tienen niños y adultos de entender diferentes obras de arte.

Su investigación cuenta con financiación a través de becas del National Endowment for the Arts (Fondo Nacional para las Artes) del Imagination Institute –que cuenta con el respaldo financiero de la Fundación John Templeton– y de PSC-CUNY. Sus investigaciones han aparecido en *Scientific American Mind*, *The Atlantic*, *The Wall Street Journal*, *National Geographic* y en la cadena de radio *National Public Radio*.

La Asociación para la Ciencia Psicológica la eligió como «Rising Star» (científico más prometedor) de 2015 y la Asociación Estadounidense de Psicología le ha otorgado el premio al mérito profesional Outstanding Early Career Award por sus investigaciones sobre los efectos positivos de la creación artística en la gestión de las emociones.

Dibujar para sentirnos mejor

Mi trabajo ha consistido en analizar si el sencillo acto de dibujar mejora el estado de ánimo de los niños cuando están tristes y, en caso de que lo haga, si esto sucede porque el dibujo les sirve para expresar los pensamientos y las emociones negativas o porque les distrae de dichos pensamientos y emociones. Durante esta ponencia, presentaré una serie de estudios que demuestran que dibujar mejora el estado de ánimo de los niños a corto plazo porque les sirve de distracción y no porque les permita expresar lo que sienten. Este efecto concierne concretamente al dibujo libre, no a copiar una imagen. Yo defiendo que el efecto positivo de distracción de dibujar depende del nivel de concentración. Entender mejor el mecanismo que permite regular las emociones negativas a través del acto de dibujar ayudará a esclarecer los mecanismos básicos de gestión de las emociones que utilizan los niños y acentuará el papel destacado del arte en este proceso.