

Estudiantes crean espacios creativos para meditar



¿Has sentido **preocupación, estrés** o alguna otra emoción negativa durante esta etapa de confinamiento debido la **contingencia sanitaria** por **COVID-19**?

Las y los alumnos del área de Estudios Creativos del Tec campus San Luis Potosí elaboraron propuestas en su proyecto de “**Habitáculos sensoriales para la meditación**”, con el fin de **cuidar la salud mental**.

“Este proyecto me sacó de mi zona de confort, ha sido el proyecto que más he disfrutado”.- Juan Pablo.

El proyecto fue realizado dentro del bloque “**Representación formal del espacio**” donde estudiantes crearon **habitáculos**, en los cuales, a través de sus sentidos, pudieron **percibir, apropiarse y resignificar** su **espacio** circundante.

“Este proyecto fue algo que me **sacó de mi zona de confort**, pero ha sido el proyecto de este semestre que más he disfrutado”, enfatizó Juan Pablo Carrillo, estudiante de Estudios Creativos.

Habitáculos creados por alumnos. Propuestas: Espacio Zen y Asana.



Espacios para conectar contigo mismo

*“El reto era hacer un **habitáculo sensorial**, el cual es un espacio pequeño similar a una habitación, pero no cerrado completamente, cuyo objetivo es llegar a **sentir emociones**”, afirmó Juan Pablo.*

Los estudiantes trabajaron en colaboración con **socios formadores: Nancy Puente**, experta en **Mindfulness**. Y con **Erick Torres**, Director Comercial de **Robotics Education Kids México** y de **EDACOM**, ambas empresas de oficial partnership de **LEGO Education**.

“El reto era hacer un habitáculo sensorial, un espacio pequeño cuyo objetivo es llegar a sentir emociones”.- Juan Pablo.

*“Fue de los proyectos más complicados que hemos hecho, pero lo disfruté mucho y todos **aprendimos y desarrollamos nuevas habilidades**”, afirmó Akemi Valle, alumna de Estudios Creativos.*

Habitáculos creados por alumnos. Propuestas: Ying Yang y Noho-Kala.



El reto

Los estudiantes del Tec en San Luis Potosí desarrollaron **propuestas individuales**, de las cuales, eligieron una y la presentaron a su equipo. Así surgieron **5 ideas** finalistas para desarrollar un **producto final**.

Mauricio González, alumno de Estudios Creativos, explicó que el reto se ha enfocado en la **multidisciplina** del **arte y del diseño**, por ejemplo, ligar la música con la arquitectura o el diseño.

"Este proyecto me ayudó a explorar un área que nunca había explorado y abrirme los panoramas".- Tania Ibarra.

Gracias al **Modelo Educativo Tec21**, los alumnos son capaces de **explorar** diferentes **áreas** e **integrar** todos los **conocimientos** para su desarrollo profesional.

"En ese bloque estaba decidiendo entre dos carreras; la experiencia en este proyecto me ayudó a darme cuenta que Diseño Industrial es el camino por el que me quiero ir", afirmó Mauricio.

Habitáculo creado por alumnos. Propuesta: Portal.



Resultados

"Este proyecto me ayudó a explorar un área que nunca había explorado y abrirme los panoramas", finalizó Tania Ibarra, estudiante de Estudios Creativos.

Los **resultados** fueron **muy satisfactorios**, obteniendo propuestas originales y de calidad. Los socios formadores se mostraron complacidos con el resultado.

El proyecto deja un precedente sobre la **importancia** del **proceso creativo**, asistido por profesionales y orientado a la solución de temas de **salud mental**, como lo son la meditación y el mindfulness.

SEGURO QUERRÁS LEER TAMBIÉN:

Nunca es tarde: Cumple su sueño de ser pintora a los 50 años
Nunca es tarde: Cumple su sueño de ser pintora a los 50 años

La EXATEC, Ise Vargas, cuenta cómo es que tuvo la oportunidad de cumplir su sueño de ser artista a los 50 años.

tec.mx

Estudiantes crean museo virtual para promover el arte de jóvenes Down Estudiantes crean museo virtual para promover el arte de jóvenes Down

¡El arte no conoce pandemias! Estudiantes del Tec campus San Luis Potosí realizan un museo interactivo virtual para la Asociación Intégrame Down.
tec.mx