

# 5 maneras de complementar tu regreso a clases en Tec Querétaro



Con el inicio del semestre, además de las actividades académicas, como alumno tienes la oportunidad de realizar muchas otras **actividades de formación integral**.

En entrevista para **CONECTA Mayra González Sánchez**, directora de **Liderazgo y Formación Estudiantil (LiFE) de la Región Centro Sur y [de campus Querétaro](#)** comparte una serie de recomendaciones para desarrollar habilidades a través de una variedad de talleres.

**LiFE** va de la mano del **nuevo Modelo Educativo TEC21**, que tiene a la **vivencia estudiantil memorable** como uno de sus 4 pilares formativos.

*“En el área de LiFE buscamos complementar con actividades lúdicas, que les apasionan a los estudiantes y que disfrutan, su formación”,* explicó Mayra.

La directora de LiFE te comparte **cinco puntos a tomar en cuenta** para el aprovechamiento de estos talleres durante el **periodo de febrero-junio 2022**.



## width="900" loading="lazy"> 1. Desarrollo habilidades suaves

**En campus Querétaro las actividades LiFE** se enfocan en reforzar las destrezas conocidas como habilidades suaves, asociadas a la **inteligencia emocional y la interacción interpersonal**.

**La directora de LiFE** menciona que dichas habilidades ayudan a facilitar las conexiones y la comunicación con aquellos con los que se relaciona el estudiante.

*“La forma de relacionarse, la resiliencia, la forma de resolver problemas o enfrentar dificultades, el buscar una meta, son capacidades que definitivamente sacan adelante cualquier situación, empresa o negocio”,* comentó.

## 2. Herramientas para el campo laboral

**El desarrollo de los estudiantes** tiene que ser alentado desde una perspectiva amplia, sin abarcar únicamente el ámbito académico. Esta expansión permite **tener puntos destacables** frente a las empresas que buscan egresados con diversas herramientas.

*“Hemos escuchado a empleadores que buscan a egresados no solo con buenas notas, sino que acompañaron su carrera con actividades artísticas, equipos representativos, federaciones de sociedad de estudiantes, entre otros”,* explicó.

A través del **Centro de Vinculación y Desarrollo Profesional** el Tec comúnmente recibe solicitudes que describen a **estudiantes con habilidades amplias**, los cuales se posicionan y observan en el mercado laboral.



width="900" loading="lazy">

### 3. Canalizar el estrés de la mejor manera

Las **actividades ofertadas en LiFE** fomentan diversos valores en los estudiantes, pero también sirven como una herramienta para enfrentar el estrés que se puede llegar a presentar durante el semestre, generando un mayor rendimiento académico.

Además, estas actividades son impartidas a los estudiantes de todo el campus Querétaro, lo que permite al alumno expandir una red de apoyo, conociendo y relacionándose con más personas.

*“La forma de relacionarse a través de la resiliencia, la capacidad de estar frente a una dificultad y resolverla dado que siempre existe una meta, así como la búsqueda de soluciones en equipo, son acciones que definitivamente siempre destacan en un organismo”, externó.*

### 4. Representa un reto integral

Dentro del área de **LiFE** se encuentran distintos departamentos como: **Arte y Cultura, Atlético y Deportivo, Grupos Estudiantiles, Bienestar Estudiantil, y el Centro de Vinculación y Desarrollo Profesional.**

En campus Querétaro las actividades van enfocadas en el perfil del estudiante, cómo menciona Mayra González.

*“Va más allá de las materias y el reto a tomar depende de cada persona. Lo importante no es desenvolverse perfectamente bien en todo, sino desarrollarse en todos los ámbitos”.*



width="900" loading="lazy">

Cabe destacar que para este proceso se cuenta con el soporte **de los mentores**, quienes brindan su apoyo y asesoría para trazar un plan en el cual, a través de estas actividades, se pueda obtener un crecimiento.

La entrevistada dijo que para ello el estudiante debe preguntarse: “¿Qué te gustaría ser? ¿**Qué habilidades necesitas para lograrlo?**”, añadió.

## **5. LiFE: espacio de profesores expertos**

*“Las personas encargadas de impartir las materias de LiFE son profesionales que pasan por un proceso de selección y deben cumplir con requisitos establecidos a nivel nacional”, detalló la experta.*

Por consiguiente, para cada actividad se define un perfil de quienes se encargaran de los talleres, según su trayectoria profesional y experiencia, procurando que el encargado cuente con los elementos necesarios para impartir las actividades.



width="900" loading="lazy">

*“Lo que destaca de estos expertos es su pasión con el afán de seguir cultivando esa habilidad en las nuevas generaciones. Esto hace que en las clases se llegue a crear un vínculo interesante entre los estudiantes y el formador ”, compartió.*

El **Modelo Educativo Tec21** del Tec de Monterrey promueve el aprendizaje basado en retos; la flexibilidad en el cómo, cuándo y dónde se aprende; la integración de profesores inspiradores y una **vivencia universitaria memorable**.

**SIGUE LEYENDO**