

# Estudiantes del Tec SLP crean un espacio para la meditación



La **Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible de la ONU** cuenta con 17 objetivos para transformar el mundo. El objetivo 3, **Salud y bienestar**, plantea como meta promover y proteger la salud mental y bienestar de las personas.

Para contribuir a ese objetivo, los alumnos 2do. semestre de **Estudios Creativos** del [Tec campus San Luis Potosí](#) llevaron a cabo la construcción de espacios de introspección enfocados a la **meditación**.

Con ello, apoyando a disminuir en México los altos niveles registrados de estrés, depresión y ansiedad en la población. El proyecto fue supervisado por el diseñador Rubén Vázquez y la arquitecta Angelica Castrejón, profesores Tec.

Como socios formadores participaron el **Museo Laberinto de las Ciencias y las Artes**, Punto Blanco, el **Parque de Emprendimiento e Innovación** de San Luis Potosí y **Amoato**, un despacho de publicidad internacional mexicano.



width="900" loading="lazy">

La construcción de un espacio

Con el modelo **Tec21** el aprendizaje se da a través de bloques, periodos de cinco semanas en las que los estudiantes se enfrentan a un **reto** a la par que desarrollan **competencias**.

Durante el bloque de **Representación formal del espacio**, se generó la propuesta de que los alumnos crearan **habitáculos**, espacios limitados y cerrados destinados a ser habitados.

El propósito de estos era provocar un **impacto positivo en la salud**. Tenía que ser 80% de cartón y no debía de pasar el límite gastos impuestos.

Por medio de los materiales y procesos, el habitáculo debía de llevar una **continuidad** y enviar el mensaje correcto, el de un **espacio introspectivo** que a su vez se vuelva público e interactivo para que los que deseen entrar ahí puedan tener un **momento de paz**, un momento con ellos mismos.



width="900" loading="lazy">

Con este proyecto se buscó que los alumnos desarrollaran competencias como la **creatividad**, la **comunicación** y **conceptualización**, además de que estuvo orientado a las áreas de **arquitectura** y **diseño**.

Se tiene la intención de que estos espacios creados por los alumnos caminen hacia el campus San Luis para que la comunidad del [Tec en San Luis](#) pueda experimentarlos.

"... los que deseen entrar ahí puedan tener un **momento de paz**, un momento con ellos mismos".

Prueba y error

Para llevar a cabo este proyecto, los alumnos primero tenían que trabajar en el concepto de su **habitáculo**, para luego diseñarlo. Una vez diseñado, tenían que modelar en 3D y luego construir.

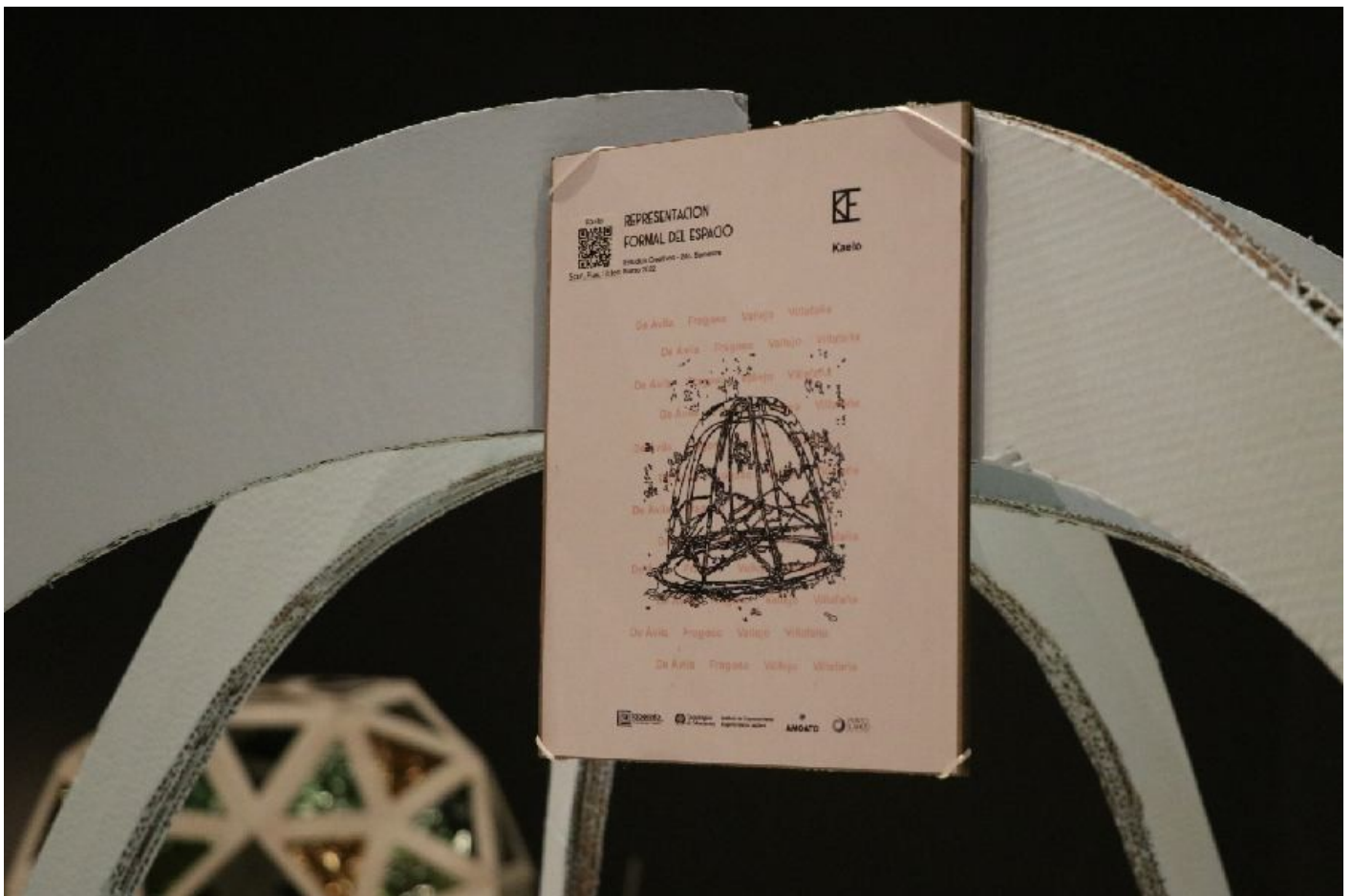
El **proceso creativo** fue el más largo. La parte de conceptualizar, diseñar y modelar se llevó a cabo durante 3 semanas del bloque en las que los estudiantes recibieron retroalimentación de sus profesores y los socios formadores del proyecto.

"*Mucho del proyecto dependió de nosotros mismos*", explicó Jorge Ramos, alumno de Estudios Creativos para **CONECTA**.

Aunque los profesores supervisaron el proyecto, los estudiantes se involucraban al escoger ideas y hacerlo físicamente. Jorge cuenta que se trató de **experimentar** y **prueba y error**, ver qué funcionaba para cada equipo y qué no.

“Ya no me da miedo usar programas, ya puedo entrar a uno sin ninguna noción y saber que voy a poder algo”.

“Ya no me da miedo usar programas, ya puedo entrar a uno sin ninguna noción y saber que voy a poder algo”, contó Jorge.



width="900" loading="lazy"> Los socios formadores

“No tuvieron un socio formador, tuvieron cuatro, y caminar los esfuerzos para 4 socios formadores fue todo un reto para ellos”, explicó la directora de división de Humanidades y Educación y de la entrada de Estudios Creativos, Karla López.

Los socios formadores acompañaron a los estudiantes durante su trabajo y fueron brindando **retroalimentación**. Aprendieron durante el proceso a conectar estos aportes y así trabajar en sus espacios.

“El impacto que yo puedo observar es cómo logramos que puedan ir cambiando, modificando y conectando todas esas retroalimentaciones”, dijo Daniel Hernández Navarro, director operativo del

Museo Laberinto acerca del impacto del proyecto en ellos.

Parte del proyecto fue aplicar los **contenidos temáticos** del Museo, de las salas o de su **arquitectura** en los habitáculos de los alumnos.

*“Unos no se la creen, otros sufrieron y al final de cuentas se cumplió con el objetivo”.*



width="900" loading="lazy"> “Yo creo que aquí crecimos más”

En un periodo de 4 semanas los jóvenes de Estudios Creativos trabajaron en su proyecto y desarrollaron múltiples habilidades como la **creatividad, generación de proyecto y comunicación.**

Los proyectos se presentaron en el Museo Laberinto de las ciencias y las artes el día 19 de marzo.

*“En algunos momentos los vi entusiasmados en otros muy frustrados en otros muy alegres, pero finalmente llegan a esta combinación de proyecto montado en un espacio tan importante de la ciudad donde ellos están después de tanto proceso finalmente contentos”, comentó Karla.*

pasión meditación lealtad comunicación  
**SEGURO QUERRÁS LEER TAMBIÉN:**