



www.cch-oriente.com.mx

# ORIENTE

ÓRGANO INFORMATIVO DEL PLANTEL ORIENTE • SEXTA ÉPOCA • NÚM. 683 • 10 DE OCTUBRE DE 2011

## INFORMA

### La comunidad estudiantil se informa en la “Feria de la salud”



7

### ENSEÑANZA APRENDIZAJE

#### Conferencia sobre una formación crítica del alumno



3

### ENSEÑANZA APRENDIZAJE

#### Reflexión docente en la jornada de Balance Académico



6



COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES | 1971 2011

## DIRECTORIO



RECTOR

DR. JOSÉ NARRO ROBLES

SECRETARIO GENERAL

DR. EDUARDO BÁRZANA GARCÍA



DIRECTORA GENERAL DEL CCH

LIC. LUCÍA LAURA MUÑOZ CORONA

SECRETARIO GENERAL

ING. GENARO JAVIER GÓMEZ RICO



DIRECTOR

LIC. ARTURO DELGADO GONZÁLEZ

SECRETARIO GENERAL

LIC. VÍCTOR DAVID JIMÉNEZ MÉNDEZ

SECRETARIO ACADÉMICO

FÍS. MAT. FRANCISCO JAVIER RODRÍGUEZ PÉREZ

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

ACT. ANDRÉS GÓMEZ VALLE

SECRETARIA DOCENTE

LIC. EDITH CATALINA JARDÓN FLORES

SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

LIC. NORMA CERVANTES ÁRIAS

SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES

PSIC. ÓSCAR ESPINOSA MONTAÑO

SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN

ING. QUÍM. TOMÁS NEPOMUCENO SERRANO

SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN

LIC. VÍCTOR EFRAÍN PERALTA TERRAZAS

**ORIENTE**  
 INFORMA

JEFE DE INFORMACIÓN

LIC. IGNACIO VALLE BUENDÍA

DISEÑO EDITORIAL

LIC. MIGUEL ÁNGEL LANDEROS BOBADILLA

DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES

C. ROSENDO VARGAS TORRES

*Oriente Informa* aparece los lunes publicada por el Departamento de Información, de la Secretaría General del Plantel Oriente. Edificio de la Dirección. Teléfono: 57738325, ext. 142.

Correos electrónicos: ignacio.valle@cch.unam.mx  
landerobo@hotmail.com

## EDITORIAL

## Recursos para fomentar el trabajo docente colaborativo y en beneficio de los alumnos

La intensa actividad académica en nuestro centro educativo, se refleja de manera consistente y sistemática en distintos espacios que propician la interacción entre docentes y estudiantes. Recordemos que nuestro modelo educativo tiene la misión de formar jóvenes capaces de desarrollar habilidades, conocimientos y valores sustentados en los saberes científico, social y humanístico. En síntesis, nuestros alumnos son sujetos de su propio aprendizaje.

De ahí la importancia de resaltar todas las actividades donde se involucran los estudiantes, quienes además de cumplir con su preparación curricular obligada, participan en otras tareas que amplían y fortalecen su formación educativa.

Desde el aula, el laboratorio curricular y experimental, la biblioteca, la sala de cómputo, la mediateca de idiomas, los laboratorios de innovación, los talleres de difusión cultural y las instalaciones deportivas, hasta la explanada principal, pasillos de edificios y otros espacios propios para el aprendizaje, alumnas y alumnos dan cuenta de su creatividad y compromiso con su formación que va más allá de la cotidianidad de las clases.

Por esa razón, nuestro reconocimiento a aquellas y aquellos escolares que intervienen en tareas complementarias que les reditarán beneficios a corto y largo plazos, en su transitar por este bachillerato que busca calidad y excelencia educativas para que siga posicionándose como uno de los mejores de la Universidad Nacional.

Asimismo, un reconocimiento más a nuestros docentes, quienes, además de ser los orientadores y motivadores en el proceso de enseñanza aprendizaje, participaron en buen número en la XVII Jornada de Balance Académico, donde externaron su preocupación hacia alumnos que requieren atención inmediata en los aspectos académico y psicopedagógico, con el único objeto de orientarlos y concientizarlos para resolver problemas de inasistencia, bajo rendimiento escolar, falta de interés académico, indisciplina y otros factores que alteran su formación educativa.

Con todo ello, nuestra institución refleja una vez su interés y compromiso en acciones donde se fomenta el trabajo docente y colaborativo en beneficio de los estudiantes, razón de ser de nuestra labor educativa diaria. ♀

# ENSEÑANZA APRENDIZAJE



## ■ El reto es formar estudiantes críticos Continúa el “Curso de Formación de profesores”

Con el objetivo de impulsar una mejor preparación de los docentes del Plantel Oriente, continuó el ciclo de conferencias del Curso de Formación de Profesores con una conferencia intitulada “Perspectiva crítica de la formación de profesores” a cargo de la doctora Graciela Pérez Rivera, el pasado 28 de septiembre.

La doctora Graciela Pérez inició su participación señalando la importancia del modelo del CCH dentro de la educación media superior. Comentó que el proyecto del Colegio representó una ilusión de cambio y la posibilidad de conseguirlo, en la medida en que sus egresados han contado con una formación crítica y propositiva. Para esto, añadió, se cambió la idea de un aprendizaje y enseñanza tradicional por un esquema participativo y que involucrara al alumno en su proceso formativo.

“El Colegio concibió al estudiante en el centro de la labor académica. Se transformó la idea que se tenía de un educando pasivo, y se fomentó la labor de auto aprendizaje, el trabajo en equipo y el disfrute de sus estudios; además, se impulsó su autonomía, para que fueran capaces de enfrentar sus problemas y

resolverlos. Esto requirió un nuevo modelo pedagógico donde se estimulaba la libertad de pensamiento y acción”, afirmó.

Por ello, prosiguió Pérez Rivera, es necesario aprovechar la formación académica previa que tienen los jóvenes, para que sus conocimientos no se pierdan, además darles una nueva perspectiva para, con esa base, crear nuevos saberes. De esta forma, recalcó, adquiere importancia la frase del pedagogo brasileño, Paulo Friere, quien aseguraba que nadie puede



El estudiante, centro del proceso enseñanza aprendizaje

enseñar a nadie.

“Esto quiere decir que nadie puede ‘meterse’ en la cabeza del otro para enseñarle. Es uno quien aprende, a través de sus experiencias, saberes previos, problemas, anhelos, miedos, antecedentes familiares y personales. A partir de ahí se capta lo que los otros nos enseñan, ya sea un maestro, un libro o, incluso, una película o un programa de televisión. Así, el aprendizaje implica captar por medio de un proceso psicológico para reconfigurar el conocimiento adquirido y el alumno le proporciona un nuevo sentido. La labor del profesor es fomentar esa asociación entre las experiencias del colegial para crear nuevos significados”.

La doctora comentó que cada persona tiene su propio ritmo de aprendizaje, por eso los profesores deben comprender la heterogeneidad de los educandos en cuanto disposición, motivaciones, capacidad e interés para la comprensión de los contenidos educativos.

Es necesario, subrayó Graciela Pérez, enseñar al alumno a crear su propio criterio, a alimentar su curiosidad. No buscar que el joven lea, insistió, sino que sepa leer, entender los contenidos y que aprenda a argumentar y a cuestionar.

Sobre la tecnología, comentó que se debe asumir como un reto, ya que es una extraordinaria herramienta muchas veces malentendidas o rechazadas por los maestros. Los medios son un recurso lleno de posibilidades y no meramente como un elemento enajenante.

La ponente reiteró la importancia de respetar la autonomía de los educandos. “Es fundamental hacer que los alumnos generen su propio pensamiento sobre las diversas problemáticas como una vía para hacerlos tomar sus decisiones propias. El papel del maestro es ayudar al estudiante a reflexionar, a tener bases analíticas, para que sea capaz de expresar sus pensamientos y, por último, a que construyan su propia forma de acción consciente”, concluyó.

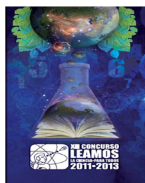
Para finalizar, el profesor Javier Centeno Ávila, organizador del curso, recordó a los presentes que el ciclo continuará en las próximas semanas e invitó a asistir, pues ello redundará en una mejor formación académica. ♀



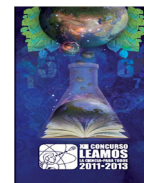
## ESPACIO ACADÉMICO



Julieta Sierra Mondragón  
angelss@servidor.unam.mx



## Rumbo al concurso “Leamos la Ciencia para todos”



Te invitamos a participar en este concurso donde después de disfrutar de una grata lectura, puedes realizar una reseña o ensayo de la misma e intervenir en este certamen que organiza internacionalmente el Fondo de Cultura Económica. En este número del boletín Oriente Informa, te damos a conocer algunos temas con un título propuesto.

Recuerda que los libros de esta colección se encuentran en la Biblioteca del Plantel en la sala de consulta y en el cubículo del Programa Jóvenes hacia la Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades, edificio “F” planta baja.

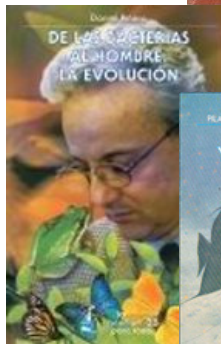
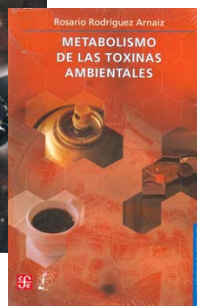
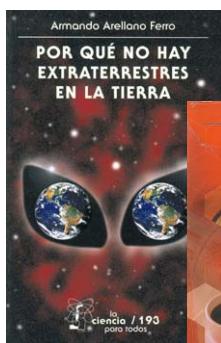
### Tema: Astronomía

Arellano Ferro Armando. *¿Por qué no hay extraterrestres en la Tierra?* En este libro se analizan las posibilidades de que otras civilizaciones se hayan desarrollado en otro rincón del Universo. Se concluye invitando al lector a no dejarse tentar por la simpleza de admitir lo anterior como posible y se esgrimen razones científicas para negar la presencia de extraterrestres.

Otros títulos de este tema son: *Encuentro con las estrellas*, de Bravo Silvia; *Los hoyos negros y la curvatura del espacio-tiempo*, de Hacyan Shahen y *Un universo en expansión*, de Rodríguez Luis Felipe, entre otros.

### Tema: Biología

*El maravilloso mundo de los arácnidos*, de Hoffmann Anita. Aquí



la autora da a conocer algunas de las características más sobresalientes de los arácnidos, el lugar que ocupan en las cadenas alimenticias y, en especial, el control que ejercen sobre las poblaciones de insectos, sumamente benéficas para el hombre y la naturaleza en general. Otros títulos: *De las bacterias al hombre: la evolución*, de Piñero Daniel; *Las musas de Darwin*, de Sarukhán José, entre otros textos.

### Tema: Ciencias de la Salud


*Microbios y enfermedades*, de Pérez Tamayo Ruy. El lector reali-

zará un recorrido que lo llevará al conocimiento de algunas de las enfermedades que afectan al hombre con mayor frecuencia, en todo el planeta, entre ellas las producidas por una infección originada por agentes biológicos. El autor nos describe la enfermedad y el modo en cómo nos pueden atacar.

Otros libros del mismo tema: *Metabolismo de las toxinas ambientales*, de Rodríguez Arnaiz Rosario; *Hipertensión arterial*, de García Barreto David; *El colesterol: lo bueno y lo malo*, de Tudela Victoria.

### Tema: Ciencias del mar

*El océano y sus recursos I. Panorama oceánico*, de Cifuentes Lemus y otros autores.

Este libro describe un panorama actual de la oceanología y la oceanografía con los antecedentes históricos de su evolución. El lenguaje y metodología utilizados han sido pensados para una mejor comprensión por parte de estudiantes y público en general. Otros títulos son: *El océano y sus recursos II al XI*; *La ballena gris: mexicana por nacimiento*, de Fleischer Luis; *Las tortugas marinas y nuestro tiempo*, de Márquez René, entre otros. 

Comité Organizador local del concurso Leamos la Ciencia para todos: profesores Miguel Ángel Pulido y Julieta Sierra

**Cápsula ecológica I****¡Todos por UNAmbiente sano!**

Invitamos a la comunidad de este centro educativo a colocar los residuos en los diversos contenedores que existen en el Plantel y con ello evitar la proliferación de fauna nociva, la contaminación visual y cumplir con la Ley de Residuos Sólidos en el Distrito Federal, con ello seguramente fomentaremos un ambiente grato para todos.

**¿POR QUÉ SEPARAR?**

Se estima que cada ciudadano genera poco más de un kilogramo diario de basura, resulta que, entre los habitantes y visitantes de la Ciudad de México generamos más de 12 mil toneladas diarias de desechos sólidos... esto es, más de cuatro millones de toneladas al año.

De ese kilogramo, 800grs son potencialmente aprovechables; esto es que la basura es algo más que un problema, es un recurso aprovechable por la sociedad.

**¿QUÉ BENEFICIOS APORTA SEPARAR?**

- Incrementar el reciclaje de subproductos
- Reducir la cantidad de residuos a disponer en los rellenos sanitarios y, así aumentar su vida útil.
- Dignificar la labor de los trabajadores de limpia, recolección, tratamiento y disposición final de la basura, al depositar los desechos cuyo manejo es más higiénico.
- Cuidar, preservar y mejorar el medio natural y social donde vivimos.
- Cuidar, preservar y mejorar la salud de los ciudadanos, sus familias y la comunidad en general.

**¿CÓMO LO ESTAMOS HACIENDO EN EL PLANTEL?**

Indiscutiblemente, apoyándonos todos los sectores del Colegio, estudiantes, trabajadores de todos los sectores, administrativos y académicos.

**MATERIALES ORGÁNICOS**

Utiliza los recipientes de color verde disponibles para sobrantes de comida, bolsas de té y filtros de cafetera; flores, plantas y desechos de jardinería; servilletas desechables; papel y cartón con grasa natural y humedad en exceso.

**MATERIALES INORGÁNICOS**

Los recipientes son de color gris y lo debemos de emplear para colocar bolsas de plástico, vasos, popotes, envolturas de frituras, de pan, o dulces.

**CONTENEDORES PARA ENVASES DE PLÁSTICO**

Se encuentran ubicados en la explanada central, en ellos debes depositar tus envases vacíos y de preferencia reducirlos (aplastarlos) antes de colocarlos en el contenedor.

**DEPÓSITO DE PILAS:**

Están colocados en sitios estratégicos para acopiar pilas alcalinas y de litio de todo tipo, y con ello evitar una mayor contaminación. Dichas pilas se envían a la Facultad Estudios Superiores Zaragoza, donde reciben tratamiento y dejan de ser un contaminante.

## ENSEÑANZA APRENDIZAJE

**E**n el Colegio de Ciencias y Humanidades se considera al alumno como sujeto de su aprendizaje, de su formación y de su cultura; tiene la misión de formar a sus jóvenes en la autonomía de su aprendizaje, desarrollando en ellos sus habilidades, conocimientos y valores del saber científico, social y humanístico, integrados en el Plan de Estudios del CCH.

Para lograr ese cometido, dispone de recursos humanos y materiales, como elementos principales que den respuesta a propósitos claros, es decir, hacía el fortalecimiento educativo de sujetos –alumnos- como agentes de cambio en el entorno social y cultural en este subsistema del bachillerato universitario.

Bajo este contexto, el pasado 29 de septiembre, se realizó una edición más de las Jornadas de Balance Académico, cuyo propósito fue detectar a los alumnos que requieren atención inmediata tanto en el aspecto académico como psicopedagógico, luego de una evaluación del proceso enseñanza-aprendizaje como estrategia preventiva, a partir del trabajo docente colaborativo y multidisciplinario.

En diversas sesiones un gran número de académicos, intercambiaron información de los jóvenes de primer y tercer semestres con problemáticas distintas, entre ellas incumplimiento de tareas, falta de interés académico, indisciplina



## ■ Se realiza Jornada de Balance Académico Impulso al trabajo docente colaborativo y multidisciplinario


e inasistencias, como factores de riesgo para su adecuada formación educativa.

Así, desde temprana hora de ese día, se realizó la presentación de los profesores asistentes, quienes atienden los diversos grupos académicos. El objetivo fue detectar a los jóvenes con peligro de trancar y afectar sus estudios de bachillerato, por lo que sugirieron canalizar a aquéllos con problemáticas severas, a distintas instancias de este centro educativo.

Durante esa jornada realizada en los turnos matutino y vespertino, los docentes también se refirieron al apoyo que brinda el Programa Institucional de Asesorías, instancia donde pueden ser canalizados los estudiantes con dificultades académicas. Del mismo modo, abordaron la temática de la inasistencia, como un aspecto preocupante para el desarrollo formativo del educando.

Cabe resaltar que en estas sesiones se solicitó a los profesores la integración y análisis conjunto de los datos previamente recabados, a partir de las hojas “Dálmata”, proporcionadas por la Dirección General del Colegio y distribuidas

por la Coordinación local de Tutores, para ubicar los casos coincidentes de los alumnos que requieren atención. Asimismo señalar, si fuera el caso, alguna problemática que se presente en el grupo completo.

Participaron en la organización de esta XVII Jornada de Balance Académico, integrantes de Servicio Social, del Programa Institucional de Asesorías y Tutorías, del Departamento de Psicopedagogía, de la Coordinación de Cómputo, además de las secretarías General, Académica, Docente, Administración Escolar y de Asuntos Estudiantiles. 





## Feria de la salud en el Plantel Oriente

# Orientación para llevar un estilo de vida saludable

Literalmente era una feria, de todo había para el entretenimiento y conocimiento de nuestros jóvenes estudiantes en la tradicional Feria de la Salud, promovida por la Dirección General de Servicios Médicos de la UNAM y coordinada por personal del Departamento de Psicopedagogía.

Desde temprana hora del día, los voluntarios para atender los diversos stands informativos se dispusieron a repartir diferentes impresos, cuyo contenido versó sobre las formas para prevenir problemas de adicción, de sobrepeso y obesidad, el derecho a ejercer la sexualidad libre y responsablemente, usos del condón y métodos anticoncep-

tivos, para vivir sin drogas, violencia contra las mujeres, trata de personas, interrupción del embarazo, entre otros, cuyo propósito es que los educandos de este centro educativo lleven un estilo de vida saludable.

Frases contundentes como “Consume tus energías, no tu vida”; “Marihuana en los adolescentes”; “Usa tu voz. No te quedes callada”; “Tienes derecho a decidir”; “¿Es posible cambiar!! Para vivir sin adicciones”; ¡Vamos a separar! Para respirar mejor”, “Manda a volar a las drogas”, entre otras, invitaron a la reflexión de nuestra comunidad estudiantil, que tuvo la oportunidad de acercarse con especialistas y conocedores de distintas temáticas, quienes los orientaron sobre riesgos y cuidados a su salud.

Uno de los locales más visitados fue el de la Dirección General de Servicios Médicos de la UNAM, espacio que proporcionó información sobre tabaquismo, alcoholismo, adicción a la marihuana, sobre peso y obesidad. Del alcoholismo, dijeron que existe éste cuando se encuentran presentes por lo menos tres de los siguientes elementos en un periodo de 12 meses: compulsión por beber, incapacidad para controlar cuánto o cómo beber, necesidad de consumo de alcohol, reducción del


repertorio conductual, abandono de responsabilidades, actividades y placeres alternativos por beber.

Asimismo, hablaron del tabaquismo que es un producto vegetal y es utilizada como droga legal y psicoactiva más utilizada en el mundo; en el tabaco, alertaron, se han encontrado múltiples sustancias perjudiciales para la salud. Cada cigarro contiene aproximadamente 4700 productos químicos, de los cuales 200 son venenosos y 43 son consideradas carcinógenos.

En tanto, de la obesidad y el sobrepeso, resaltaron que la principal forma de prevenir estos problemas es llevar un estilo de vida saludable que incluya una alimentación balanceada, ejercicio recreativo y reforzar la autoestima. Nunca, añadieron, es tarde para modificar los hábitos alimenticios y de ejercicio para controlar el peso.

Otro stand muy concurrido fue el establecido por el Gobierno Federal, el cual trató aspectos de violencia contra las mujeres en sus distintas manifestaciones; por ejemplo, la psicológica que proviene de insultos, amenazas, o que ignoren a la persona; la física que se ejerce a partir de jalones, golpes, pellizcos o empujones; la sexual, que se genera a través de tocamientos sin el consentimiento de la persona—hombre o mujer—forzar a tener relaciones sexuales o decirte palabras o señas sexuales ofensivas; patrimonial, cuando dañan a tus pertenencias o las de tu familia, o te despojan de ellas, así como la económica que consiste cuando te pagan menos que a un hombre por el mismo trabajo. En síntesis se promovió entre el alumnado que la violencia no es el camino.

Cabe destacar que personal de servicio médico local, también estuvieron muy activos en esta Feria y se sumaron a las actividades para detectar el sobre peso y la obesidad de los estudiantes. Para ello, distribuyeron diversos trípticos donde se explicaban los valores de la circunferencia de la cintura y el Índice de Masa Corporal (IMC).

Participaron en esta feria realizada el pasado 29 de septiembre, instancias del Gobierno Federal, Centros de Integración Juvenil, Fundación Mexicana para la Planificación Familiar (Mexfam), servicios médicos de la UNAM y del Plantel, así como el Departamento de Psicopedagogía. 



## DEFENSORÍA DE LOS DERECHOS UNIVERSITARIOS



**Académicos  
y  
Estudiantes:**

La Defensoría  
hace valer sus derechos

**Emergencias al 5528-7481**

Lunes a viernes

9:00-14:00 y 17:00-19:00 hrs.

Edificio "D", nivel rampa frente a *Universum*

Circuito Exterior, Ciudad Universitaria

Estacionamiento 4

Teléfonos: 5622-6220 al 22 Fax: 5606-5070

[ddu@servidor.unam.mx](mailto:ddu@servidor.unam.mx)

**La Estación Meteorológica del  
Plantel  
Invita a la exposición**

**eXPERIMENTOS  
De física**

El próximo jueves 20 de octubre de  
2011. De 16:00 a 20:00 hrs.

Lugares: Explanada del Plantel, Sala 1  
de Audiovisual "Dr. Pablo González  
Casanova" y Laboratorio Prototipo  
Edif. "S"



## A seso...Rías

**Una nueva oportunidad**

Por: Angélica Vargas

**¡H**ola! soy Iván... Vengo a asesorías... Debo 20 materias... Voy a cursar dos PAE... Voy a presentar tres extra: TLRIID III, TLRIID IV...

Inicia septiembre, los próximos extraordinarios son en octubre... es verdaderamente un reto.


Quiero platicar con Iván, no con la desesperación o falta de planeación o el peso de los años o el empuje de las nuevas generaciones.

¿En qué momento te perdiste Iván? ¿Qué dejaste de hacer? ¿En qué lugar o espacio del Colegio un rato, un rato se convirtió en años? Eso no se cuestiona, no a él, porque ya se está ocupando, sino a aquellos que van por el mismo camino.

A él se le apoya, se trabaja con la autoestima, se le quitan prejuicios en relación a la materia, se le brindan otras perspectivas de estudio.



Así que:

Es un reto formar estudiantes que sean capaces de modificar actitudes hace a el estudio, es un reto interesar a los jóvenes en los contenidos de las materias, es un reto propiciar en los adolescentes el encontrar la utilidad del conocimiento y la aplicación de lo que aprenden, es un reto que vean la necesidad de desarrollar sus habilidades y que asuman el compromiso inmediato de aprender, de acreditar el extraordinario y no reprobar más 

# 2011

Al En  
cuen  
tro del  
MAÑANA

EXPOSICIÓN DE ORIENTACIÓN VOCACIONAL

*Qué* *carrera*

6 al 13 de *elegir*  
octubre



9:00 a 17:00 horas  
Estacionamiento para Aspirantes,  
Av. del IMAN s/n,  
Ciudad Universitaria



[www.dgose.unam.mx](http://www.dgose.unam.mx)







## PSICORIENTA



Julia Gaspar Martínez

## Mi ser creativo

Somos lo que pensamos; todo lo que  
somos surge con nuestros pensamientos,  
con nuestros pensamientos hacemos  
al mundo.  
Buda

En cada persona existe un potencial creativo innato en espera de expresarse y desarrollarse. Descubrir tu ser creativo depende en gran medida de que te conozcas y reconozcas aquellas situaciones en las que has logrado ser innovador, original, creativo. Toma unos segundos para evocar esas experiencias... busca las actividades que disfrutas, (ojo, no sólo en las académicas) pues el ser creativo se manifiesta en el aula y fuera de ella; en espacios deportivos, culturales, familiares, o de entretenimiento.

Alguna vez te has descubierto al decir: “yo no soy bueno para el dibujo”; “a mi no se me dan las matemáticas”, o tal vez recibiste comentarios como “qué feo coloreas” o “tú no eres buen@ para esto”; la creatividad puede ser un talento natural, y el primer paso para desarrollarla implica liberarse de temores e inhibiciones, o de etiquetas que alguna vez te colgaron personas importantes en tu vida.

El concepto de *creatividad* nos orienta a hacer ‘algo’ nuevo, transformar los elementos, inventar, ser original. Según Eduardo De Bono, dicho concepto se relaciona con la voluntad, habilidad y método; por su parte, J. Pierrakos señalaba que se refiere con la voluntad

inteligencia y conciencia. Por ello, ser consciente de tus habilidades y limitaciones implica el autoconocimiento; conocer aquello que deseas y quieres, lleva implícito la voluntad; así, planear, desarrollar y practicar va ligado con el método a seguir para recuperar o desarrollar tu creatividad.

Algunos autores consideran que un elemento primordial para desarrollar la creatividad es el *pensamiento divergente*, es decir la habilidad de buscar más de una respuesta a un problema determinado, encontrar soluciones y alternativas a distintos problemas. Pero la tarea no concluye con encontrar opciones nuevas, éstas deben de ser adecuadas y adaptadas a la situación donde se presenta el problema.

¿Cómo desarrollar la creatividad? Para eso es necesario practicar otras características personales como la flexibilidad, fluidez (generar varias ideas), dedicación, tolerancia, ser original (ir más allá de ideas comunes), la capacidad de ver el todo (situación y su contexto), ser una persona empática (consciente de tus intereses y de los demás), ser curiosa, independiente, reflexiva, ser activa, persistente, comprometida, con sentido del humor, imaginativa, entre otras.

Además de las características personales, en el exterior contarás con una serie de estímulos que favorecerán y te permitirán desarrollar tu creatividad, y estas condiciones las encontraremos en el hábito de la lectura, visitas a museos, teatro, cine, conciertos, en los espacios culturales, históricos; en las relaciones con los demás, en la variedad de lo que comemos y bebe-

mos. Entre más estímulos visuales, auditivos, gustativos, olfativos y táctiles experimentes, mayor será la estimulación para que surja la creatividad. “*El genio artístico es extraordinariamente sensitivo al medio*”.

Pero así como necesitamos de un medio rico en estímulos, también requerimos de algunos momentos de soledad e introspección. La capacidad de estar solo es un recurso que facilita aprender a pensar, a innovar, a cambiar. Recuerda que el hombre es el único ser que tiene la capacidad de inventar, imaginar, crear y transformar; la creatividad plasmada en un objeto o producto creativo siempre estará relacionado con el ser humano. Descubrirnos como seres creativos puede proporcionarnos sentimientos de satisfacción, energía y una actitud positiva hacia la transformación y la conciencia.

La creatividad no sólo se relaciona con la inteligencia, incluye la práctica, el autoconocimiento, liberarte de prejuicios sobre ti mism@, dejarte fluir, dar paso a la inspiración, intentar, arriesgar y permitir su desarrollo en cualquier ámbito de tu vida escolar, familiar; en el bullicio y en tu soledad. ¿Qué piensas sobre este tema?

---

Waisburd G. 1996 *Creatividad y transformación. Teoría y técnicas*. Editorial Trillas, México.

# Feria de las Asesorías

17 y 18 de octubre

¿Qué tanto sabes y conoces de tus materias?

Te retamos a demostrar tus habilidades, conocimientos y aprendizajes

Asiste a la explanada central y participa  
(Programa Institucional de Asesorías)

