



Mi Universidad

Nombre del Alumno:

Ángel Alexis Moreno Córdova

Nombre del tema: Diseñando bienestar: mi espacio emocional ideal

Parcial: Tercero

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano

Nombre del profesor: Lic. María Fernanda Montserrath Campos Román

Nombre de la Licenciatura: Arquitectura

Cuatrimestre: Sexto

Lugar y Fecha de entrega: 06 de Julio de 2025

Comitán de Domínguez, Chiapas, México

“Diseñando bienestar: mi espacio emocional ideal.”

Refugio de Fluir.



El **Refugio de Fluir** es un entorno donde se integran la concentración, la calma y la conexión con uno mismo. Este espacio representa no sólo un lugar de trabajo, sino una extensión emocional de quien lo habita: alguien que valora la armonía estética, la paz mental y la posibilidad de crear sin presión.

Emociones que busca generar:

- **Tranquilidad y serenidad:** a través de luz cálida, texturas suaves y una vista abierta hacia la naturaleza.
- **Seguridad emocional:** al estar rodeado de elementos que ordenan el entorno y permiten claridad mental.
- **Motivación y enfoque:** gracias a la organización del espacio de trabajo, las herramientas a la mano y la inspiración visual.
- **Inspiración y creatividad:** fomentada por detalles artísticos, vegetación natural y una atmósfera que invita a imaginar y construir.

Elementos físicos, simbólicos y sensoriales:

- I. **Conexión interior-exterior:** las amplias ventanas corredizas no sólo permiten la entrada de luz natural, sino que establecen una relación directa con la naturaleza exterior (montañas, plantas, aire). Esto amplía la mente y calma el sistema nervioso.

2. **Iluminación cálida y estratégica:** crea una atmósfera acogedora, sin distracciones visuales fuertes ni puntos de tensión.
3. **Distribución inteligente:** hay una división clara entre las zonas de concentración (escritorio con monitores y mesa de dibujo) y las de descanso (sillón curvo, alfombra suave, área lounge).
4. **Texturas que abrazan:** la alfombra esponjosa en el centro actúa como núcleo emocional del espacio. Es el lugar de pausa, de descanso o de pensamiento sin exigencias.
5. **Uso de madera y piedra:** materiales naturales que transmiten solidez, arraigo y calidez emocional.
6. **Mobiliario ergonómico y elegante:** sillas de diseño, escritorio amplio y cómodo que refuerzan la funcionalidad sin perder el estilo.
7. **Estanterías con iluminación puntual:** contienen libros, arte, figuras y objetos personales que fortalecen la identidad y la pertenencia.

Relación con mi bienestar emocional y motivación:

Este espacio representa un balance consciente entre el hacer y el ser. Es una arquitectura emocional donde la productividad no está dissociada del bienestar. Aquí no se trabaja por presión, sino por inspiración. Las decisiones de diseño reflejan un deseo de cuidado interno: regular el estrés a través del orden, encontrar motivación en lo bello y sentirse seguro en un entorno que ha sido pensado desde lo emocional.

Este lugar no sólo acoge tus ideas: las respeta, las acompaña y les da espacio para crecer.