



UNIVERSIDAD DE GRANADA

[Info UGR](#)

Asesoramiento personal, académico y vocacional

El Gabinete Psicopedagógico ofrece a los miembros de la comunidad universitaria información, asesoramiento y formación que engloba en las dimensiones personales, académicas y/o vocacionales-profesionales.

Mediante atención individualizada o a través de talleres.

Información relacionada

¿Qué servicios ofrece el Gabinete Psicopedagógico?

- [Asesoramiento Vocacional](#)
- [Asesoramiento Académico](#)
- [Asesoramiento Personal](#)
- [Recursos informativos / material bibliográfico](#)

- [Talleres](#)
- [EMPODERAD@S](#)

¿Quiénes puede acceder a estas iniciativas?

Los servicios del Gabinete Psicopedagógico van dirigidos a los/las estudiantes de Grado y Posgrado de la Universidad de Granada.

¿En qué consiste el asesoramiento vocacional y académico?

- **Asesoramiento vocacional:** apoyo a personas en el proceso de toma de decisión al llevar a cabo una elección realista y eficaz de los estudios que desea realizar. Clarificación de las expectativas, metas y creencias que se tienen respecto a la titulación a la que quieren acceder.
- **Asesoramiento Académico:** ayuda a estudiantes con problemas para afrontar adecuadamente las exigencias de su carrera mediante técnicas de estudio y planificación del tiempo.

¿Cómo puede ayudarme el servicio de asesoramiento personal?

Este servicio supone atención en las distintas áreas de la vida de los/las estudiantes que puedan estar afectando su rendimiento académico y adaptación personal por problemas tales como depresión, ansiedad, estrés y relaciones personales, entre otros.

¿Qué tipo de talleres se organizan y cómo puedo inscribirme?

El gabinete contribuye a la adquisición de competencias profesionales académicas y personales en el estudiantado mediante la impartición de talleres a lo largo del curso. Oferta de talleres:

-

Hábitos y técnicas de estudio: para que los/las estudiantes adquieran las destrezas necesarias para obtener un rendimiento académico óptimo, mejorando sus aprendizajes mediante la comprensión y utilización de técnicas de estudio adecuadas y la ayuda de nuevas estrategias formativas

- Estrategias para mejorar la habilidad de hablar en público: para que los/las estudiantes aprendan a comunicar, argumentar y defender ante otros, con rigor y confianza, los aspectos más significativos de una temática concreta.
- Ansiedad ante los exámenes
- Entrenamiento en Habilidades Sociales (HHSS)
- Superar el miedo a hablar en público
- Trabajar en equipo: para que los/las estudiantes sean competentes en resolver adecuadamente situaciones grupales poniendo en práctica estrategias de escucha activa, toma de decisiones y gestión de conflictos.
- Elaborar trabajos académicos: los/las estudiantes aprenden a localizar información sobre una temática determinada, a organizarla y a presentarla con rigor y bajo las normas académicas establecidas.
- Taller Mindfulness

Puedes consultar los detalles de inscripción e impartición de los talleres en la web del Vicerrectorado de Estudiantes y Empleabilidad.

¿Qué material formativo e informativo te ofrecemos?

En la web del Vicerrectorado de Estudiantes y Empleabilidad puedes encontrar diverso material sobre los principales problemas y desafíos que los/las estudiantes presentan en su ajuste a la vida universitaria, como por ejemplo:

- Hábitos de estudio
- Procrastinación
- Condiciones óptimas para estudiar
- Exámenes tipo test
- Técnicas de estudio
- Estrés
- Ansiedad a hablar en público
- Ansiedad ante los exámenes
- Depresión
- Problemas de sueño
- Compañeros de piso
- Relaciones de familia
- Embarazo no deseado
- Orientación sexual

- Abuso y agresión sexual
- Trastorno de la alimentación
- Hábitos saludables de la alimentación
- Acné
- Problemas con el alcohol
- Problemas con el cannabis
- Asertividad
- Ayudar a amigos con problemas
- Shock cultural

Tienes así mismo una [herramienta para la planificación de horarios de estudio y trabajo](#).

También puedes consultar aquí la [“Guía Psicopedagógica para Estudiantes y Profesores Universitarios en EEES”](#).

Píldoras formativas para sentirte empoderada / empoderado

Desde la UGR se han creado [cápsulas formativas para atender las demandas psicopedagógicas del alumnado universitario en tiempos de COVID-19](#) dentro del Proyecto Formativo EMPODERA@S.

El objetivo de este proyecto es proporcionar estrategias básicas de conocimiento en materia socioemocional y académica con un repositorio abierto de sesiones formativas a través de medios audiovisuales.

Formulario de Contacto

Cumplimenta los campos de este formulario y pulsa "ENVIAR" para que nos llegue tu consulta.

Nombre

Apellidos

Correo electrónico

Para poder ofrecerte un mejor servicio usa tu cuenta @correo.ugr.es o @ugr.es.

Teléfono

DNI

Asunto

Mensaje

Adjuntar Fichero

Choose

a

file

Subir al servidor

Máximo 1 fichero.

Límite de 1 MB.

Tipos permitidos: txt, rtf, pdf, doc, docx, odt, ppt, pptx, odp, xls, xlsx, ods.

Enviar

Información básica sobre protección de sus datos personales aportados

- **Responsable:** [Universidad de Granada](#)
- **Legitimación:** La Universidad de Granada está legitimada para el tratamiento de sus datos, siendo de aplicación las bases jurídicas previstas en el art. 6.1 del Reglamento General de Protección de Datos que correspondan en función de la finalidad pretendida por usted en el formulario de contacto.
- **Finalidad:** Gestionar su comunicación.
- **Destinatarios:** No se prevén comunicaciones de datos, salvo que sea necesario para gestionar su solicitud.

- **Derechos:** Tienen derecho a solicitar el acceso, oposición, rectificación, supresión o limitación del tratamiento de sus datos, tal y como se explica en la información adicional.
- [Información adicional](#)

Unidad Responsable

Unidad de Orientación Académica y Acceso a la Universidad

Body

Gabinete Psicopedagógico / Unidad de Orientación Académica

- Dirección: Espacio V Centenario 1ª planta 18071 Granada
- Correo electrónico: [@email](#)
- Horario: lunes a viernes de 09:00 a 14:00 horas
- Teléfono: 958 24 85 01 - 958 24 63 88 - 958 24 93 68

Términos Relacionados

Apoyo en caso de abuso sexual

Apoyo en caso de ansiedad

Apoyo en situaciones de depresión

Asertividad

Asesoramiento académico

Asesoramiento personal

Asesoramiento psicopedagógico

Asesoramiento vocacional

Asesoramiento y atención psicopedagógica

Ayuda psicopedagógica

Empoderad@s

Estrés

Gabinete psicopedagógico

Hábitos de estudio

Hablar en público

Métodos anticonceptivos

Orientación sexual

Planificación de horarios
Prevención de embarazos
Problemas con compañeros y compañeras de piso
Problemas con el alcohol
Problemas con el cannabis
Problemas de sueño
Procrastinación
Protección ante agresión sexual
Shock cultural
Técnicas de estudio
Taller mindfulness
Transtornos de la alimentación
Unidad de Orientación Académica

Este documento tiene carácter meramente informativo. Su contenido carece de valor jurídico.

Fecha de Actualización

23 de Mayo de 2023

Compartir en

[Asesoramiento personal, académico y vocacional \(PDF\)](#)