



UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE CHIAPAS

INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN E EN GESTIÓN DE
RIESGOS Y CAMBIO CLIMÁTICO

PROYECTO DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA Y PSICOLÓGICA GRATUITA

¡ATENCIÓN ESTUDIANTES!

- ¿Estás abrumado por la carga de trabajo escolar?
- ¿La ansiedad te impide concentrarte?
- ¿Tus emociones interfieren con tu desempeño académico?
- ¿Te cuesta encontrar motivación para empezar tu día?



**NO ESTÁS SOL@ AQUÍ ENCONTRARÁS
UN ESPACIO DONDE SERÁS ESCUCHAD@.**

1. **Habla** con tu tutor o tutora de grupo para obtener toda la información sobre el proyecto.
2. Tu tutor/a ingresará tus datos en el sistema.
3. Una vez hecho, se comunicará contigo un PSS a tu correo institucional para ofrecerte el acompañamiento que requieras.

HORARIO DE ATENCIÓN

JUEVES Y VIERNES

12: 00 PM A 4:00 PM

EDIFICIO 21 INST. DE INVESTIGACIÓN EN GESTIÓN DE
RIESGOS Y CAMBIO CLIMÁTICO.

MÓDULO DE TRABAJO

- Bloque de 5 sesiones semanales.
- duración de 40 a 45 minutos.
- comunicación vía correo institucional.

NO ESTÁ MAL PEDIR AYUDA

