

Orientación Psicosocial

Son espacios de escucha, adquisición de herramientas y entrenamiento de competencias psicosociales básicas mediante los cuales se busca el fomento del autocuidado, las estrategias de afrontamiento, desarrollo vocacional, proyecto de vida y la resiliencia emocional en comunidad universitaria, en áreas de promover la calidad de vida y bienestar integral de nuestra Comunidad Universitaria.

¿Cuáles situaciones están al alcance del servicio?



<i>Primeros Auxilios Psicológicos</i>
<i>Orientación Vocacional y de Proyecto de Vida</i>
<i>Desarrollo y Entrenamiento de Competencias Psicosociales (Estrategias de afrontamiento, autoconocimiento, autocuidado, etc.)</i>
<i>Gestión Emocional</i>
<i>Sintomatología asociada a la Ansiedad y Depresión</i>
<i>Derivación a otras instancias de atención en Salud Mental</i>

¿Cuáles situaciones NO están al alcance del servicio?

<i>Diagnósticos en salud mental o crisis emocionales agudas</i>
<i>Situaciones que atenten contra la vida propia o de terceros</i>
<i>Asuntos legales o disciplinarios</i>
<i>Violencia doméstica, abuso sexual o cualquier forma de violencia</i>
<i>Problemas de adicción o abuso de sustancias psicoactivas</i>
<i>Cualquier situación que requiera intervención especializada</i>



**Duración
Estimada por Sesión**

 **30 a 45**
minutos

Cantidad de sesiones

 **Máximo 3 por persona**

Modalidades

 **Presencial**
 **Virtual**
 **Telefónica**

La disponibilidad presencial de este servicio puede variar conforme disponibilidad de profesionales en sede.

● **No corresponde ni reemplaza una atención psicoterapéutica o clínica.**

Para los casos que lo requieran se acompañará respectiva derivación y contacto con Centro de Atención Psicológica, E.P.S. o I.P.S. y/o entes especializados

● *en Salud Mental que puedan brindar la atención requerida.*

Agenda tu orientación 

<https://forms.gle/YXsCpsqGcQWDbgqY9>
bienestar.integral@uan.edu.co