

A quen atendemos

Estudantado matriculado na USC
(grao, mestrado ou programas de doutoramento)

📍 Ubicación

Rúa de Lope Gómez de Marzoa,
4. (Pavillón Estudantil)

Só con cita previa. Para
información contactar
mediante correo



CONTACTO

mediante o noso
correo

atencionpsicologica
@usc.gal

Agardamos o teu correo!



Servizo de Atención Psicolóxica USC

Servizo asistencial **gratuíto**,
encargado de procurar o
benestar psicolóxico do
estudantado da USC

Obxectivos

1.

Prestar atención psicolóxica ao estudiantado matriculado na USC que presenta problemas psicolóxicos que interfíren no seu funcionamento académico

2.

Informar ao estudiantado sobre os posibles recursos a onde acudir en caso de que a demanda non sexa obxecto de intervención do Servizo

3.

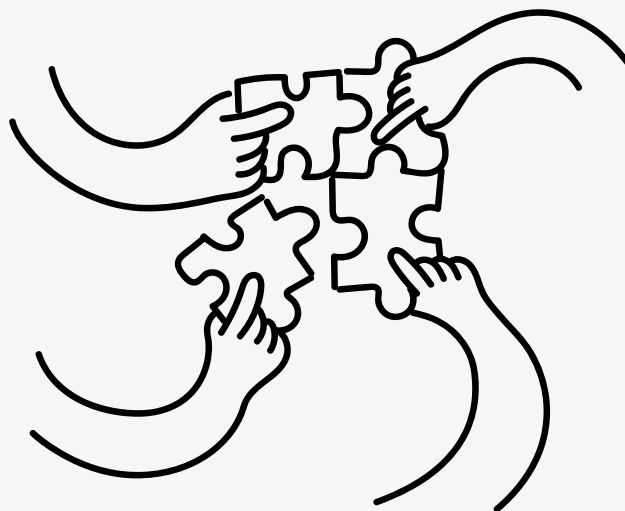
Facer un seguimento e ofrecer apoio, en caso de que o precise, ata que sexa atendido por outro recurso

Cando é momento de pedir axuda?

Cando consideras que por ti mesmo/a non es capaz de resolver os problemas que estás tendo.

Cando as estratexias que habitualmente utilizas xa non te están sendo útiles.

Non esperes, estamos aquí para ti.



Motivos de consulta frecuentes

1

Ansiedade ou estrés

2

Baixo estado de ánimo

3

Dificultade de adaptación aos cambios

4

Problemas de organización e xestión do tempo

5

Autoesixencia, perfeccionismo

6

Problemas de relacións sociais/illamento