

Programa de Apoyo Psicológico y Acompañamiento Emocional a la Comunidad Universitaria de la UNIA



900 732 837

GRATUITO, ANÓNIMO Y CONFIDENCIAL

Un espacio seguro donde
parar, entender cómo estás y
avanzar con el apoyo de
psicólogos y psicólogas
especializados/as.

SERVICIO PRESTADO POR

 **emocional**

 **Universidad
Internacional
de Andalucía**

¿NECESITAS AYUDA RÁPIDA Y EFICAZ?

En ocasiones necesitamos un **respaldo profesional** para tomar decisiones o afrontar momentos difíciles, tanto en **el ámbito personal como en el ámbito familiar o laboral**. Por ello, la Universidad Internacional de Andalucía te ofrece un espacio de atención psicológica individual centrada en la **intervención en crisis y el apoyo inmediato**. Nuestro equipo te facilitará herramientas y estrategias de autogestión, con el fin de fomentar tu resiliencia y cuidar tu bienestar emocional dentro de la Comunidad Universitaria. De este modo, podrás abordar los desafíos con mayor confianza, contando con un respaldo profesional **orientado a recuperar tu equilibrio personal**.

Nuestro equipo de profesionales está a tu disposición para ayudarte a abordar asuntos que puedan afectarte.

Bienestar Emocional



Estrés, ansiedad, agotamiento o desmotivación, Fortalecimiento de la autoestima.

Familia



Mejora de las relaciones interpersonales y la comunicación.

Trabajo



Afrontar cambios importantes, presión académica o laboral

Ponte en contacto para un servicio eficaz y discreto, a tu disposición de 08:00 a 20.00h de lunes a viernes. Dirigido a: Equipo de Gobierno, Personal Técnico de Gestión, Administración y Servicios (PTGAS) y Alumnado.

Llamando por teléfono en horario de 08:00 a 20:00h de lunes a viernes.

900 732 837 GRATUITO

**PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS:
ESCUCHA Y ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA**

Cómo crear tu cuenta

Accede al siguiente enlace de registro:

unia.emocional.com

Es imprescindible registrarse con el correo institucional de la UNIA (@unia.es).

Regístrate con tu correo institucional, crea una contraseña segura y valida tu cuenta desde el correo de confirmación.

Mail de contacto: eva@emocional.com