



UNIVERSIDAD DE GRANADA

Vicerrectorado de
Estudiantes y Vida
Universitaria

Taller de ansiedad ante los exámenes

Objetivos

Los objetivos de este taller son:

1. Mejorar el funcionamiento de uno mismo y su funcionamiento emocional y cognitivo
2. Entrenar en habilidades de autocontrol para mejorar la capacidad de afrontamiento de situaciones personales, sociales y académicas.

Inscripción

La inscripción podrá realizarse de dos formas:

- Inscripción presencial: Gabinete Psicopedagógico, despacho 7, segunda planta del Edificio V Centenario en horario de 9h a 14h
- Inscripción online a través del siguiente formulario online.

Contacto

Gabinete Psicopedagógico. Edificio V Centenario. Tlf: 958246388 / 248501.
Correo electrónico: gpp2@ugr.es.