



## Talleres o programas grupales

El gabinete contribuye a la adquisición de competencias profesionales en los estudiantes mediante la impartición de talleres a lo largo del curso como los siguientes:

- Hábitos y técnicas de estudio: para que los estudiantes adquieran las destrezas necesarias para obtener un rendimiento académico óptimo, mejorando sus aprendizajes mediante la comprensión y utilización de técnicas de estudio adecuadas y la ayuda de nuevas estrategias formativas
- Estrategias para mejorar la habilidad de hablar en público: para que los estudiantes aprendan a comunicar, argumentar y defender ante otros, con rigor y confianza, los aspectos más significativos de una temática concreta.
- Trabajar en equipo: para que los estudiantes sean competentes en resolver adecuadamente situaciones grupales poniendo en práctica estrategias de escucha activa, toma de decisiones y gestión de conflictos.
- Elaborar trabajos académicos: los estudiantes aprenden a localizar información sobre una temática determinada, a organizarla y a presentarla con rigor y bajo las normas académicas establecidas.

## Talleres Primer Semestre

### **Microtaller de Ansiedad Ante los Exámenes**

Este taller te ayudará a entender por qué sientes ansiedad en los exámenes y a convertirla en una ayuda para rendir mejor y sentirte más seguro.  
Comprende tu ansiedad, domina tus exámenes.

**Fecha y horario:** 13 de Noviembre, jueves de 18:00 a 20:00

**Lugar:** Sala polivalente, V Centenario

**MICROTALLER**  
**ANSIEDAD ANTE LOS EXÁMENES**

Este taller te ayudará a entender por qué sientes ansiedad en los exámenes y a convertirla en una ayuda para rendir mejor y sentirte más seguro.

Comprende tu ansiedad, domina tus exámenes.

**INSCRÍBETE**  
MANDANDO UN CORREO A [gpp2@ugr.es](mailto:gpp2@ugr.es)

**13 DE NOVIEMBRE, JUEVES**  
**DE 18:00 A 20:00**  
**SALA POLIVALENTE, V CENTENARIO**

 UNIVERSIDAD  
DE GRANADA  
Vicerrectorado de Estudiantes y Vida Universitaria  
Gabinete Psicopedagógico

## Taller Miedo a Hablar en Público

En este taller podrás descubrir el poder de la expresión oral, fortalecer tu confianza al hablar frente a los demás y aprender técnicas para comunicar tus ideas con claridad y seguridad.

**Fecha y Hora:** 12, 19 y 26 de noviembre y 3 y 10 de diciembre de 12:00 a 14:00

**Ubicación:** Sala Polivalente, V Centenario

**Inscripción:** En este [enlace](#).

**TALLER:  
MIEDO A HABLAR EN  
PÚBLICO**

En este taller podrás descubrir el poder de la expresión oral, fortalecer tu confianza al hablar frente a los demás y desarrollar estrategias para comunicar tus ideas con claridad y seguridad.

¡Animate a participar y supera tu miedo a hablar en público!

**¡Inscríbete aquí!** 

**MIERCOLES 16 NOVIEMBRE (12, 19 Y 26) Y DICIEMBRE (3 Y 10)**  
**DE 12:00 A 14:00**  
**SALA POLIVALENTE, V CENTENARIO**

 UNIVERSIDAD  
DE GRANADA  
Vicerrectorado de Estudiantes y Vida Universitaria  
Gabinete Psicopedagógico

## Taller Mejora tu rendimiento académico en este cuatrimestre

Este taller te ofrece herramientas para gestionar tu tiempo de manera eficaz a través de una planificación adecuada. Además, aprenderás estrategias para evitar la procrastinación, técnicas de estudio, hábitos y rutinas saludables, así como métodos para optimizar tu memoria.

- **Fecha y Hora:** 30 de octubre y 6, 13, 20, 27 de noviembre de 12:00 a 14:00
- **Ubicación:** Sala Polivalente, V Centenario
- **Inscripción:** En este enlace.

**TALLER:  
MEJORA TU RENDIMIENTO  
ACADÉMICO EN ESTE CUATRIMESTRE**

Este taller te ofrece herramientas para gestionar tu tiempo de manera eficaz a través de una planificación adecuada. Además, aprenderás estrategias para evitar la procrastinación, técnicas de estudio, hábitos y rutinas saludables, así como métodos para optimizar tu memoria.

**¡INSCRÍBETE AQUÍ!**

**30 DE OCTUBRE Y  
6, 13, 20, 27 DE  
NOVIEMBRE**  
**DE 12:00 A 14:00**  
**SALA POLIVALENTE,  
V CENTENARIO**



UNIVERSIDAD DE GRANADA  
Vicerrectorado de Estudiantes y Vida Universitaria  
Gabinete Psicopedagógico

## Taller Entrenamiento en habilidades sociales

En este taller podrás descubrir la utilidad de las habilidades sociales, mejorar tu comunicación asertiva y favorecer tu adaptación a la vida universitaria.

- **Fecha y Hora:** 2, 9, 16, 23 y 30 de octubre de 12:00 a 14:00
- **Ubicación:** Sala Polivalente, V Centenario
- **Inscripción:** En este enlace.

**TALLER:  
ENTRENAMIENTO EN  
HABILIDADES SOCIALES**

En este taller podrás descubrir la utilidad de las habilidades sociales, mejorar tu comunicación asertiva y favorecer tu adaptación a la vida universitaria.

**¡Te esperamos!**

**TODOS LOS JUEVES DE  
OCTUBRE  
(2, 9, 16, 23 Y 30)**  
**DE 9:30 A 11:30**  
**SALA POLIVALENTE, V  
CENTENARIO**



**¡Inscríbete aquí!**



UNIVERSIDAD DE GRANADA  
Vicerrectorado de Estudiantes y Vida Universitaria  
Gabinete Psicopedagógico

## Micro Talleres Primer Semestre

### Microtaller Adaptación a la Vida Académica

En este micro taller os acompañaremos en vuestro proceso de adaptación a la Universidad y a la vida académica. Podréis resolver dudas vocacionales o relacionadas con vuestro grado: asignaturas, itinerarios formativos o los servicios universitarios de los que podéis disponer.

- **Fecha y Hora:** 29 de septiembre, de 12:00 a 14:00
- **Ubicación:** Sala Polivalente, V Centenario
- **Inscripción:** Enviar un correo a [@email](#)

## MICROTALLER: ADAPTACIÓN A LA VIDA ACADÉMICA

### CONTENIDOS

En este micro taller os acompañaremos en vuestro proceso de adaptación a la Universidad y a la vida académica.

Podréis resolver dudas vocacionales o relacionadas con vuestro grado: asignaturas, itinerarios formativos o los servicios universitarios de los que podéis disponer.

LUNES  
29 de septiembre  
de 2025  
HORARIO  
12:00-14:00  
LUGAR  
Sala Polivalente, V  
Centenario



INSCRÍBETE EN:  
[gpp2@ugr.es](mailto:gpp2@ugr.es)

## Microtaller Gestión del Tiempo y Mejora del Rendimiento

¿Quieres mejorar tus calificaciones en este cuatrí!?

### Gestión del tiempo y mejora del rendimiento

Aprende a gestionar tu tiempo con eficacia mediante una buena planificación, además de técnicas y recursos para estudiar de forma más efectiva.

- **Fecha y Hora:** 2 de octubre, de 12:00 a 14:00
- **Ubicación:** Sala Polivalente, V Centenario
- **Inscripción:** Enviar un correo a [@email](#)

**MICROTALLER**  
**GESTIÓN DEL TIEMPO Y  
MEJORA DEL RENDIMIENTO**

¿Quieres mejorar tus calificaciones en este cuatrí?!

Aprende a gestionar tu tiempo con eficacia mediante una buena planificación, además de técnicas y recursos para estudiar de forma más efectiva.

INSCRÍBETE  
MANDANDO UN  
CORREO A  
[gpp2@ugr.es](mailto:gpp2@ugr.es)

2 DE OCTUBRE, JUEVES  
DE 12:00 A 14:00  
SALA POLIVALENTE,  
V CENTENARIO



UNIVERSIDAD DE GRANADA  
Facultad de Ciencias de la Salud y Vida Universitaria  
Gabinete Psicopedagógico

## Microtaller el Valor de los Valores

## El valor de los valores

Este taller te invita a descubrir cómo los valores pueden guiar tus decisiones y fortalecer tu adaptación personal, social y académica.

- **Fecha y Hora:** 16 de octubre, de 12:00 a 14:00
- **Ubicación:** Sala Polivalente, V Centenario
- **Inscripción:** Enviar un correo a [@email](#)

**MICROTALLER  
EL VALOR DE LOS VALORES**

Este taller te invita a descubrir cómo los valores pueden guiar tus decisiones y fortalecer tu adaptación personal, social y académica.

¡Participa y haz de ellos tu brújula en tu vida!

**INSCRIBETE MANDANDO UN CORREO A [gpp2@ugr.es](mailto:gpp2@ugr.es)**

**16 DE OCTUBRE, JUEVES**  
**DE 12:00 A 14:00**  
**SALA POLIVALENTE, V CENTENARIO**

UNIVERSIDAD DE GRANADA  
Vicerrectorado de Estudiantes y Vida Universitaria  
Gabinete Psicopedagógico  
www.ve.ugr.es/gpp2

## Microtaller Aprender a Relajarte

### Aprende a relajarte

Este taller te invita a explorar técnicas de relajación que te ayudarán a reducir el estrés, mejorar tu bienestar y encontrar mayor equilibrio en tu día a día.

¡Participa y descubre cómo la relajación puede convertirse en tu mejor aliada!

- **Fecha y Hora:** 5 de noviembre, de 9:30 a 11:30
- **Ubicación:** Sala Polivalente, V Centenario
- **Inscripción:** Enviar un correo a [@email](#)

**MICROTALLER  
APRENDE A RELAJARTE**

Este taller te invita a explorar técnicas de relajación que te ayudarán a reducir el estrés, mejorar tu bienestar y encontrar mayor equilibrio en tu día a día.

¡Participa y descubre cómo la relajación puede convertirse en tu mejor aliada!

**INSCRIBETE MANDANDO UN CORREO A [gpp2@ugr.es](mailto:gpp2@ugr.es)**

**5 DE NOVIEMBRE, MIÉRCOLES**  
**DE 9:30 A 11:30**  
**SALA POLIVALENTE, V CENTENARIO**

UNIVERSIDAD DE GRANADA  
Vicerrectorado de Estudiantes y Vida Universitaria  
Gabinete Psicopedagógico  
www.ve.ugr.es/gpp2