

Información acerca de CAPS:

Este puede ser un momento en tu vida que puede estar lleno de cambios y retos, y asistir a consejería te puede ayudar a ajustarte mejor a la Universidad, a crecer como persona y a poder manejar mejor las demandas de los estudios, familia, trabajo y relaciones sociales. El Centro de Consejería y Servicios Psicológicos (CAPS) te puede ayudar a ser exitoso y a sentirte satisfecho en tu vida personal.

La consejería es una relación de colaboración en la cual una persona actúa como facilitador para ayudar a otra persona a entenderse mejor y a resolver un problema en particular. Frecuentemente miembros de la familia y amigos pueden ofrecer consejos pero a veces no pueden ser objetivos en sus opiniones, un consejero profesional por otro lado te puede ofrecer ayuda de una forma más clara y objetiva.

Los consejeros del Centro de Consejería y Servicios Psicológicos (CAPS) tienen un entrenamiento extenso en psicología y conducta humana que los capacita para trabajar con diferentes personas y con

Como Contactarnos:

Puedes llamar al 407-823-2811 para hacer una cita u obtener más información. Estas bienvenido(a) a visitarnos en nuestra oficina.

Edificio de Consejería # 27
Lunes a Jueves 8:00 am - 6:00 pm
Viernes 8:00 am – 5:00 pm

Para más información acerca de nuestros servicios, programas de formación u otros enlaces útiles están disponibles en el sitio web CAPS:

www.caps.sdes.ucf.edu

Experiencias Comunes:

Estudiantes de color y de diversidad étnica pueden tener algunas experiencias diferentes como:

- Dificultad para sentirse parte del grupo
- Presión para hablar por o representar tu grupo étnico o cultural
- Manejar estereotipos y expectativas de otros
- Dificultad manejando diferentes expectativas y grupos culturales
- Sentir presión de que tienes que demostrar tu capacidad para estar aquí.
- Puedes tener experiencias de prejuicio y opresión.



Centro de Consejería y Servicios Psicológicos (CAPS)



Información para Estudiantes de Color



Declaración de la misión de CAPS con la diversidad

El personal del centro de consejería y servicios psicológicos de la Universidad Central de la Florida tiene el compromiso de proveer un ambiente en el que te sientas seguro y bienvenido independientemente de tu sexo, expresión de género, grupo étnico o cultural, creencias religiosas, orientación sexual, origen nacional, edad, tamaño, habilidades físicas o mentales o clase socio-económica.

Hacemos un esfuerzo constante de promover la aceptación y el entendimiento de la diversidad de todas las personas y nos educamos y educamos a los demás en temas de diversidad.

Es nuestro compromiso cada día ser más afirmativos, respetuosos y tener una mente abierta hacia la diversidad no solamente en el Centro pero en todas nuestras interacciones con estudiantes, profesores, administradores y todo el personal del campus universitario. Nosotros no solamente queremos compartir esta visión pero es nuestra esperanza el poder contribuir para reducir los problemas de racismo, prejuicio, discriminación y opresión.

Es nuestra esperanza el que todas las personas en nuestro Centro, en el campus, y en la comunidad puedan vivir en paz y sentirse seguros y cómodos siendo ellos mismos.



¿Que puedes esperar de nuestros servicios?:

Los consejeros profesionales de CAPS tienen el compromiso de proveer un ambiente de seguridad y bienvenida para todos los estudiantes. Nuestro personal respeta todas las diferencias de identidades individuales. En el proceso de consejería es común que los estudiantes compartan información personal y sensitiva. Nuestros consejeros profesionales en CAPS mantienen los más estrictos estándares de confidencialidad. Los expedientes de los estudiantes que reciben consejería se mantienen separados de los expedientes académicos o administrativos.

Mantente en contacto:

Conectarte y relacionarte con otros puede aumentar tu sentimientos de apoyo y pertenencia. UCF tiene muchos recursos para los estudiantes internacionales incluyendo organizaciones estudiantiles que pueden ser encontradas en las siguientes redes informáticas:

- **International Services Center**
Centro de servicios para estudiantes Internacionales.
intl.ucf.edu
- **Office of Student Involvement:**
Ofrece una lista de las organizaciones estudiantiles.
ucf.collegiatelink.net/Organizations
- **Just Knights Response Team:**
Página web para reportar incidentes de injusticia causada por prejuicios hacia la identidad de una persona.
jkrt.sdes.ucf.edu
- **Multicultural Student Center:**
Para información de los programas de la UCF que apoyan la diversidad e inclusión.
msc.sdes.ucf.edu
- **Multicultural Academic Support Services**
Ayuda a los estudiantes multiculturales y de primera generación.
mass.sdes.ucf.edu

Los Servicios que ofrece

Consejería Individual

Consejería en una interacción uno-a-uno con un consejero profesional, que te ayuda a expresar sentimientos y a trabajar para hacer cambios saludables en tu vida personal.

Consejería grupal

Los grupos terapéuticos son dirigidos por profesionales que ofrecen a los estudiantes un ambiente estimulante y de apoyo para explorar temas de interés en común.

Consejería en conjunto o de parejas:

Pueden solicitar consejería de parejas aquellas personas que están en una relación y que necesiten consejería premarital o marital, así como en áreas de divorcio, ajuste sexual o consejería para parejas no heterosexuales. Cualquier dos estudiantes, tales como compañeros de cuarto, también pueden utilizar este servicio para mejorar su relación o para resolver problemas de comunicación. Ambos estudiantes deben estar matriculados en la UCF para ser elegibles para este servicio.

Servicios de presentaciones acerca de nuestros servicios o de temas de interés:

Nuestro personal profesional está disponible para hacer presentaciones en temas relacionados al desarrollo integral de los estudiantes.

