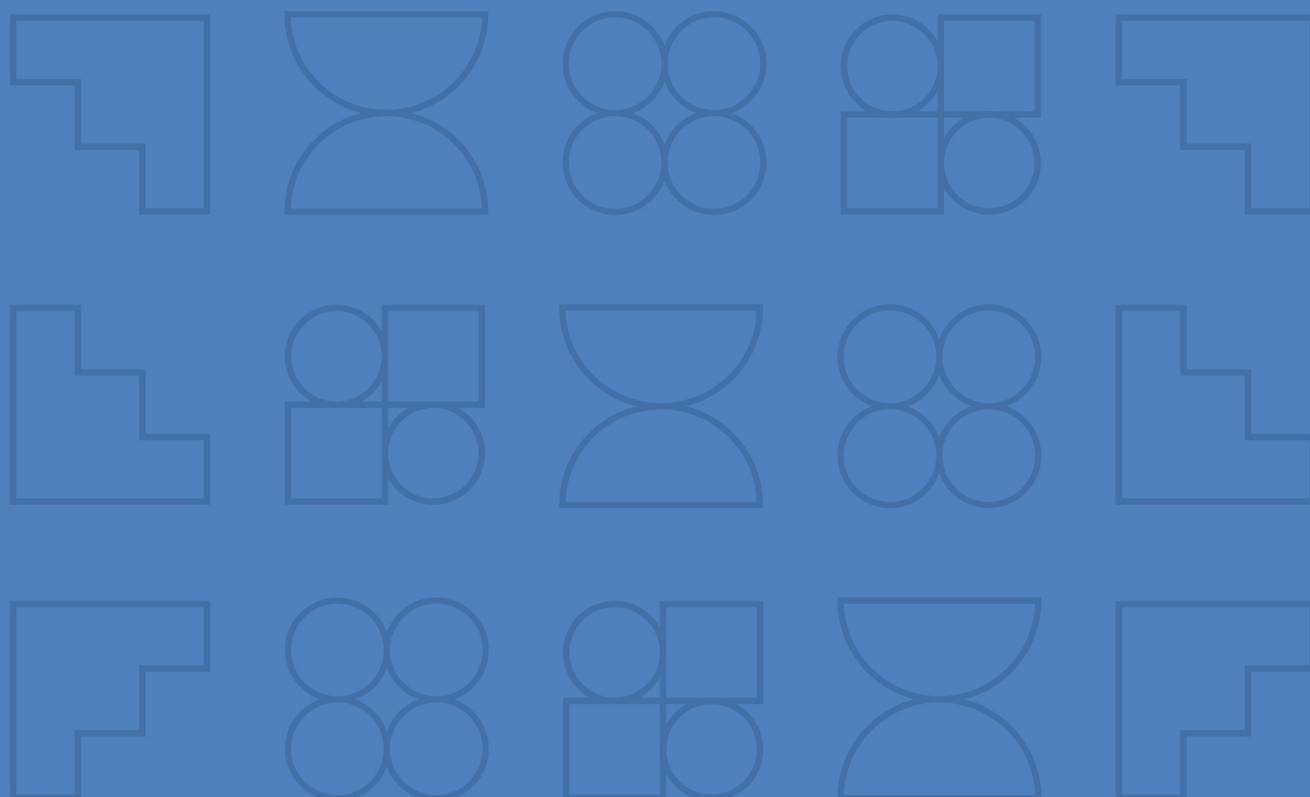




PUCP

Facultad de
Educación

Tu facultad te
acompaña en tu
***desarrollo personal
y profesional***



Tu facultad te acompaña en tu desarrollo personal y profesional

Presentación

En la Facultad de Educación, tu bienestar integral es nuestra prioridad. Sabemos que durante la vida universitaria puedes atravesar momentos desafiantes —ya sea en lo académico, personal o emocional— y no estás solo/a.

Por eso, hemos diseñado esta ruta de apoyo para que sepas cómo y con quién contar cuando necesites acompañamiento. Todo el proceso es confidencial, gratuito y humano. Te animamos a buscar ayuda a tiempo, como una muestra de autocuidado y fortaleza.

1. ¿Cuándo puedo solicitar apoyo?

Cualquier estudiante que sienta que algo no está yendo bien —en sus estudios, emociones o situación personal— puede pedir apoyo. No es necesario esperar a sentirse desbordado/a. Pedir ayuda es un acto de valentía y cuidado personal.

2. Conversa con un docente o con tu directora de carrera

Puedes hablar con alguien de confianza. A veces, una conversación es el primer paso para sentirte mejor. Puedes acercarte a:

- Un(a) docente.

- O bien, directamente a tu directora de carrera:

 - Educación Inicial: Mag. Carmen Sandoval (**csandoval@pucp.pe**)

 - Educación Primaria: Mag. Patricia Nakamura (**pnakamura@pucp.pe**)

 - Educación Secundaria: Dra. Angela Figueroa (**angela.figueroa@pucp.edu.pe**)

3. Acompañamiento desde Bienestar EDUCA

La Dirección de Estudios, a través de su área de Bienestar EDUCA, te acompaña en todo el proceso. Este apoyo puede incluir:

- Entrevistas personales para conocerte mejor.
- Orientación emocional.
- Coordinación con docentes si necesitas algún apoyo académico.
- Derivación a servicios especializados si es necesario.

Correo de contacto: **cbienestarmae@pucp.edu.pe**

4. Apoyo desde la Oficina de Bienestar Psicológico (OBP)

Si se considera importante contar con apoyo psicológico más especializado, se puede coordinar tu derivación a la OBP. Allí, profesionales capacitados te acompañarán con confidencialidad y cuidado.

Correo OBP: **bienestarpsicologico@pucp.edu.pe**

5. Recomendación de un servicio externo

En algunos casos y con tu consentimiento, puede sugerirse el contacto con un centro psicoterapéutico externo. Esta decisión se toma con el objetivo de ofrecerte el mejor cuidado posible, siempre respetando tu proceso.

6. Consideraciones finales

- Puedes acercarte en cualquier momento.
- Recibir apoyo no es signo de debilidad, sino de valentía.
- Estamos aquí para escucharte, sin juicios y con empatía.

7. Situaciones de salud mental

Si tú o alguien cercano presenta señales de riesgo (ideación suicida, intentos o planes), contacta inmediatamente a Bienestar EDUCA o escribe a:

Correo de contacto: **cbienestarfae@pucp.edu.pe**

Alerta Campus: 940 222 000

También puedes revisar el Protocolo frente al comportamiento suicida PUCP: **“Protocolo frente al comportamiento suicida de la PUCP”**, elaborado por la Dirección de Asuntos Estudiantiles y la Oficina de Bienestar Psicológico.

8. Contacto de la Dirección de Estudios: Bienestar EDUCA – Facultad de Educación

 **cbienestarfae@pucp.edu.pe**