El Centro de Consejería en la Universidad de Ball State

¿Por qué Consejería?

La universidad puede ser un tiempo estresante en la vida, especialmente cuando usted está lejos de casa. El Centro de Consejería lo puede ayudar a enfrentarse con este estrés. La misión del Centro de Consejería es ayudar a estudiantes a alcanzar sus objetivos educativos y mejorar su vida en BSU. El personal es profesional, caluroso y respetuoso de diferencias culturales.

Servicios Gratis

El Centro de Consejería ofrece varios servicios a los estudiantes de Ball State incluyendo:

- **Consejería Individual.** Esto implica una reunión con un consejero (usualmente semanalmente) para ayudar con cualquier preocupación que usted puede estar experimentando en su vida académica o personal.
- **Consejería en Grupo.** Esto implica una reunión con un grupo de personas que pueden estar compartiendo preocupaciones similares como usted. La consejería en grupo es una manera de dar y recibir apoyo de otros. Se reúne generalmente una vez a la semana durante el semestre.
- **Servicios de Pruebas.** Esta oficina ofrece pruebas psicológicas y de la carrera. Otras pruebas (como GRE, LSAT, y Praxis) están también disponibles aquí por National Testing Programs por un precio.
- **Habitación de Recurso.** Esta oficina tiene información sobre la ansiedad, la depresión, el autoestima, las habilidades de estudio y más.

Los Programas para Estudiantes Internacionales

Estos programas serán ofrecidos a través del semestre

- **Horas Internacionales de Conversación**. Este programa ayuda a estudiantes internacionales a practicar inglés, aprender habilidades de estudio y de las clases, y para hacer amigos norteamericanos. Para hacer discusiones entre los estudiantes, usted normalizará y disminuirá sus sentimientos de aislamiento, preocupación, y esperanza, así como consigue apoyo de amigos norteamericanos.
- **La reunión de Consultación.** En vez de reunirse con un consejero semanalmente como por individuo o grupo a los que se aconsejan, la reunión de consultación proporcionará a estudiantes internacionales una oportunidad de hablar brevemente con un consejero (aproximadamente 20 minutos) para recibir guía acerca de una preocupación específica que ellos pueden tener.
- **Grupo Internacional de Estudiante.** Este grupo es diseñado para estudiantes internacionales para compartir sus experiencias transculturales y para conectar con otros estudiantes internacionales. Este grupo será limitado a 12 estudiantes y se reunirá semanalmente.

Los Talleres para Estudiantes Internacionales

El Centro de Consejería en la Universidad de Ball State

Estos programas consistirán en 1-2 reuniones

- **La Comprensión y El Enfrentamiento con Experiencias Transculturales.** Este taller ayuda a estudiantes internacionales a comprender sus experiencias transculturales. Para hacer discusión de las diferencias entre su cultura de hogar y la cultura de EEUU, usted podrá comprender mejor su experiencia de choque cultural y cómo enfrentarlo.
- **Crear una Nueva Vida en BSU.** Este taller ayuda a estudiantes internacionales a ajustarse al campus de BSU. Para hacer discusión, usted aprenderá acerca de los recursos de campus de BSU, acerca de la cultura norteamericana, y acerca de las amistades, así como aprender habilidades a resolver los problemas de la vida cotidiana.
- **Hacer Amigos en EEUU.** Este taller ayuda a estudiantes internacionales a hacer amigos norteamericanos en el campus. Usted ganará una mejor comprensión de sus esperanzas para la amistad y cómo ellos quizás sean diferentes de esperanzas norteamericanas de estudiantes. Este taller ayuda a reducir malas comunicaciones con estudiantes norteamericanos y a disminuir la frustración de hacer amigos en el campus.
- **Calificando su Adaptación.** Este taller ayuda a estudiantes internacionales a revisar su nivel de ajuste y a identificar información que ellos todavía no quizás sepan. Los temas incluyen el clima, la traducción, las relaciones, la comunicación, y las amistades transculturales.

Para más Información

Si usted está interesado a buscar consejo de individuo, de grupo, o para los servicios de pruebas, por favor póngase en contacto y marque al 765-285-1736 para una cita o pase por Lucina Hall Habitación 320.

La Habitación del Recurso está ubicada en Lucina Hall Habitación 310C. Siéntase libre de pasar en cualquier momento. La oficina está abierta para ofrecerle a Usted los recursos disponibles. Las horas son visible fuera de la puerta.

Si usted está interesado a asistir cualquiera de los programas específicos para estudiantes internacionales, contacte por favor a Dr. Pei-Yi Lin marcando al 765-285-1736 o por e-mail en plin@bsu.edu.