

HOJAS INFORMATIVAS

Centro(s) de Tutoría

Además de las tutorías regulares, el centro de tutoría de tu escuela suele ofrecer muchos recursos útiles, como estrategias de estudio, talleres y laboratorios de apoyo para materias específicas. Con frecuencia también puedes utilizar libros de texto, computadoras o espacios tranquilos para estudiar, y algunos centros incluso ofrecen servicios de impresión. Para aprovechar al máximo tu visita, lleva tu programa de estudios (syllabus), las instrucciones de tus tareas, apuntes o borradores, y anota cualquier pregunta que tengas. Visita el centro de tutoría de tu escuela para obtener más información sobre cómo pueden ayudarte a comprender mejor tus cursos, mejorar tus habilidades de estudio y alcanzar tus metas académicas.

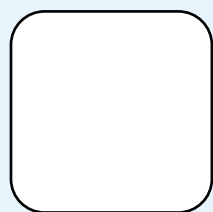
Problema	Solución
"No entiendo mi tarea de Álgebra de la universidad."	Participa en una tutoría grupal o en una tutoría individual de Álgebra Universitaria.
"No estoy seguro de cómo estudiar para mi examen de Introducción a la Biología."	Agenda una sesión de tutoría con un tutor de biología para aprender habilidades de estudio y cómo estudiaron para los exámenes cuando tomaron la clase.
"Necesito a alguien que me explique el cálculo a un ritmo más lento y con más detalle."	Programa una cita para una sesión de tutoría de matemáticas individual (1 a 1).
"Mi preparatoria tenía tutorías, pero siempre pensé que eran para estudiantes que estaban reprobando las clases. Me da vergüenza ir a un centro de tutoría en la universidad."	La tutoría está abierta a todos los estudiantes de todos los niveles. Ir a tutorías en la universidad no es solo para estudiantes que están teniendo dificultades en la clase.



Nombre:

Ubicación/edificio:

Contacto:



Escanéame 

Centro de Escritura

El Centro de Escritura existe en el campus para apoyarte en cualquier etapa de tu proceso de escritura. No necesitas tener un borrador para acudir. Los tutores están felices de ayudarte a empezar, incluso si todavía estás generando ideas o no estás seguro de por dónde comenzar. Recuerda que los tutores no escribirán tu trabajo por ti, pero sí te guiarán, harán preguntas y te ayudarán a desarrollar las habilidades que necesitas para hacerlo tú mismo. Puedes trabajar con un tutor de escritura para generar ideas, organizar tus pensamientos, fortalecer tu argumento o revisar tus borradores. Los tutores también pueden ayudarte a entender las expectativas de la tarea, desarrollar oraciones más claras y aprender estrategias que podrás usar en futuras actividades de escritura, sin importar tu carrera.

Normalmente necesitarás tu identificación de estudiante o tu acceso universitario y la descripción del proyecto. Algunos campus aceptan visitas sin cita previa, mientras que otros piden que hagas una cita rápida en línea. Asegúrate de revisar los horarios y políticas del centro para saber qué está disponible cuando estés listo para trabajar en tu escritura.

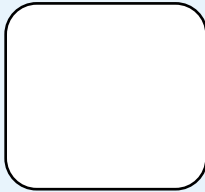
Problema	Solución
"No estoy seguro de si estoy usando correctamente los formatos de citación MLA y APA."	Visita el Centro de Escritura para obtener una explicación sobre cómo citar correctamente las fuentes e incorporar el formato adecuado en tu escritura.
"No estoy seguro de cómo empezar mi trabajo de investigación. Necesito ayuda para elaborar un esquema."	Haz una cita con un tutor de escritura para generar ideas sobre cómo estructurar tus ideas en un esquema para tu trabajo de investigación.
"Me gustaría que alguien leyera mi ensayo y me diera su opinión sobre cómo mejorar mi escritura."	Trae tu borrador de ensayo al Centro de Escritura y haz que un tutor de escritura lo revise y te dé su opinión.



Nombre:

Ubicación /edificio:

Contacto:



Escanéame 

Biblioteca

La biblioteca ofrece más que libros. Puedes reservar salas de estudio para trabajo individual o proyectos en grupo, y puedes reunirte con un bibliotecario cuando necesites ayuda para encontrar fuentes, investigar un tema o navegar bases de datos y citas. La mayoría de las bibliotecas también ofrecen apoyo tecnológico, como préstamo de laptops, acceso a software especializado, impresión y ayuda con problemas tecnológicos comunes. Para usar estos servicios, necesitas tu identificación de estudiante y algunos recursos pueden requerir una solicitud rápida en línea. Asegúrate de revisar los horarios y reglas de la biblioteca para saber qué está disponible cuando lo necesites.

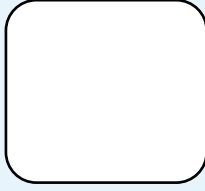
Problema	Solución
"Tengo que escribir un trabajo de investigación, pero no sé por dónde empezar a buscar información."	Reúnete con un bibliotecario para obtener ayuda y entender cómo buscar artículos, libros y más en el sitio web de la biblioteca.
"Hay tantas bases de datos de investigación en línea que no sé cuáles usar ni cómo utilizarlas"	Pregunta a un bibliotecario qué bases de datos de investigación serían las mejores para usar en tu área de estudio específica. Hay diferentes bases de datos según cada área temática.
"Estoy teniendo dificultades para encontrar referencias para un tema específico que necesito para mi trabajo de investigación."	Visita a un bibliotecario especializado en el área para preguntar cómo puedes mejorar tu método de investigación para encontrar temas específicos.
"Necesito un lugar tranquilo para estudiar y concentrarme."	Ve al sitio web de la biblioteca para reservar una sala de estudio.
"Se me descompuso la laptop y necesito pedir prestada una para hacer mi tarea."	Visita la biblioteca para informarte sobre las opciones para prestar una laptop.



Nombre:

Ubicación /edificio:

Contacto:



Escanéame 

Grupos de Estudio

Puedes unirte a un grupo de estudio organizado a través de tu universidad, los cuales suelen ser ofrecidos por centros de tutoría, programas de apoyo académico o departamentos específicos. También puedes formar tu propio grupo con tus compañeros de clase. Los grupos de estudio te permiten repasar el material en conjunto, analizar conceptos difíciles, hacerse preguntas mutuamente y compartir diferentes formas de comprender el contenido del curso.

Recuerda que un grupo de estudio no es un lugar para que alguien más haga el trabajo por ti; todos están ahí para participar activamente, hacer preguntas y aportar sus ideas. Si estás creando tu propio grupo, establece metas claras desde el principio, elige horarios regulares para reunirse y selecciona un lugar tranquilo donde todos puedan concentrarse.

Descubre lo útil que pueden ser los grupos de estudio en la universidad...



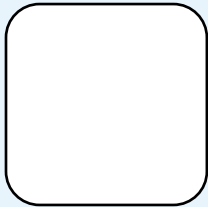
Problema	Solución
“Tengo dificultades para estudiar por mi cuenta. Me distraigo fácilmente y necesito que alguien me ayude a mantenerme responsable y enfocado.”	Forma un grupo de estudio con amigos o compañeros de clase para ayudarte a mantenerte enfocado y responsable de tus metas académicas.
“Me ayudaría poder hablar sobre mi tarea con alguien más.”	Considera estudiar con amigos y explicarles tu tarea, o trabajar juntos en ella para comprender mejor el contenido.
“Realmente estoy teniendo dificultades en mi clase. No sé cómo están estudiando los demás para el próximo examen.”	Reúnete con tus compañeros de clase para conocer las estrategias que están utilizando para prepararse para el examen.



Nombre:

Ubicación /edificio:

Contacto:



Escanéame 

Horario de Atención del Profesor

Visitar a tu profesor durante sus horas de atención es una de las cosas más útiles que puedes hacer para tus clases. Las horas de atención son momentos específicos en los que los profesores están disponibles para responder preguntas, explicar temas confusos, hablar sobre las expectativas de las tareas o brindarte retroalimentación sobre tu progreso académico. No necesitas tener un problema específico para asistir; puedes ir con preguntas, ideas o incluso solo para asegurarte de que vas por buen camino. También es una buena idea enviarle un correo electrónico a tu profesor con anticipación para informarle sobre lo que te gustaría conversar. Esto le da la oportunidad de preparar materiales o recursos que puedan serte útiles.

Hablar con tu profesor te ayuda a establecer una relación, lo que puede hacer que el curso se sienta más manejable y menos intimidante. Para asistir a las horas de atención, generalmente solo necesitas presentarte en el horario publicado o programar una cita rápida si tu profesor así lo solicita.

Problema	Solución
"Me interesan las oportunidades de investigación en mi área de estudio, pero no sé por dónde empezar."	Visita a tu profesor durante su horario de atención para preguntar sobre las oportunidades de investigación que pueda tener disponibles.
"Estoy teniendo dificultades para entender una de mis clases. No tengo tiempo para quedarme después de clase a hablar con mi profesor porque tengo otra clase que asistir."	Haz una lista de preguntas y visita a tu profesor durante el horario de atención. Si no puedes asistir a las horas de oficina, verifica si puedes programar una cita con él o ella.
"Me encanta una de mis clases. Me gustaría aprender más y hacer una práctica de verano relacionada con la clase."	Visita a tu profesor durante el horario de atención para compartir tu interés y preguntar cómo se incorporó a su campo. Pregunta si puede conectarte con posibles oportunidades de prácticas o pasantías.



Revisa tu plan de estudios (syllabus) para ver la ubicación de la oficina de tu profesor y sus horarios de atención.

Servicios de Accesibilidad

Los Servicios de Accesibilidad garantizan que tengas el mismo acceso a tu educación al proporcionar adaptaciones académicas para discapacidades, ya sean físicas, de aprendizaje, de salud mental, sensoriales o temporales. Las adaptaciones pueden incluir tiempo adicional en los exámenes, apoyo para tomar apuntes, formatos alternativos o espacios de evaluación con menos distracciones. Para comenzar, normalmente necesitarás presentar documentación y reunirte con un miembro del personal para hablar sobre tus necesidades específicas. Una vez aprobadas, recibirás instrucciones sobre cómo usar tus adaptaciones y cómo comunicar tus necesidades a tus profesores.

Estos servicios no cambian los requisitos del curso; simplemente te brindan el acceso y el apoyo que necesitas para participar plenamente. Si crees que podrías beneficiarte de estas adaptaciones, siempre vale la pena comunicarte lo antes posible.

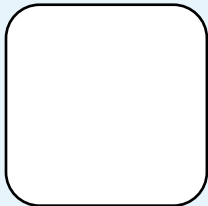
Problema	Solución
"Tuve un IEP en la preparatoria, pero no sé si puedo recibir esa ayuda en la universidad."	Visita la oficina de Servicios de Accesibilidad para ver qué apoyo está disponible según tus necesidades.
"Debido a mi discapacidad, tengo dificultades para tomar apuntes en clase."	Habla con la oficina de Servicios de Accesibilidad para ver si pueden proporcionarte una adaptación para la toma de apuntes en tus clases.
"Se me dificulta terminar mis exámenes dentro del tiempo asignado debido a mi discapacidad."	Pregunta a la oficina de Servicios de Accesibilidad si calificas para recibir adaptaciones de tiempo extendido en los exámenes debido a tu discapacidad.



Nombre:

Ubicación /edificio:

Contacto:



Escanéame 

Reúnete con tu Asesor Académico

Tu asesor académico está en el campus para ayudarte a mantenerte en el camino correcto y aprovechar al máximo tu experiencia universitaria. Aunque puede ayudarte a inscribirte en clases, las citas son para mucho más que solo la matrícula. Puedes reunirte con tu asesor para revisar tu plan de estudios, explorar carreras o especializaciones menores, entender los requisitos de graduación, hablar sobre dificultades académicas o planear con anticipación prácticas profesionales o metas futuras. Para reunirte con tu asesor, normalmente necesitarás programar una cita en línea o asistir durante los horarios de atención sin cita previa. Comunicarte con anticipación y hacer seguimientos con regularidad puede hacer que tu recorrido académico sea mucho más claro.

Problema	Solución
"Estoy reprobando una de mis clases y no creo que pueda pasarla."	Comunícate con tu asesor académico sobre tu situación y determina si retirarte del curso es la mejor opción.
"Me gustan las clases de mi carrera, pero también tengo otra área de interés. Me pregunto si puedo tomar más clases en esa área para añadirlas a mi grado académico."	Habla con tu asesor académico sobre tomar clases adicionales relacionadas con tu otro interés, lo cual podría llevar a una especialización menor (minor), una doble especialización (double major) o un doble grado.
"No estoy tan interesado en las clases de mi carrera como había esperado."	Programa una cita con tu asesor académico para hablar sobre la posibilidad de cambiar tu carrera.
Estoy pasando por una situación personal difícil que está afectando mi desempeño en la escuela. Quiero saber más sobre mis opciones para continuar o pausar mis clases.	Habla con tu asesor académico sobre recursos y opciones para continuar tus estudios, como tomar una licencia académica, retirarte de las clases o recibir una calificación de "Incompleto" en tus cursos.



Encuentra a tu asesor a través del portal del estudiante. Revisa el sitio web del campus para encontrar la información de tu asesor y cómo programar una cita.