



11 de octubre de 2024

## CARTA CIRCULAR AL PERSONAL DEL RECINTO

  
Angélica Varela Llavona, Ph.D.  
Rectora

### **CRECIENDO JUNTOS: GRUPO DE APOYO PARA EL FORTALECIMIENTO DE VINCULOS PARA FAMILIAS CON ADOLESCENTES**

El Programa de Apoyo al Empleado (PAE), adscrito a la Oficina de Recursos Humanos, les invita a participar de esta enriquecedora experiencia grupal. Este grupo constará de cinco sesiones que se llevarán a cabo en las instalaciones del PAE, ubicadas en el 4to piso de la Torre Sur en Plaza Universitaria. El grupo dará inicio el **miércoles 16 de octubre de 2024**, en un horario de **9:00 a.m. a 11:30 a.m.** Las sesiones continuarán en el mismo horario en las siguientes fechas: **30 de octubre, 13 y 20 de noviembre, y 11 de diciembre.** Es fundamental el compromiso de participar en todas las sesiones.

En este espacio, los familiares podrán ampliar su comprensión sobre los aspectos psicológicos y emocionales de la adolescencia, así como compartir experiencias y estrategias para apoyar a sus adolescentes en el contexto de la sociedad actual. Además, a través de ejercicios prácticos, se promoverá el fortalecimiento de la comunicación y el vínculo entre los miembros de la familia y los/as adolescentes. Esta experiencia grupal está dirigida al personal del recinto que tiene la responsabilidad de la crianza o cuidado parcial de adolescentes de entre 10 y 18 años, y que esté interesado en adquirir destrezas y apoyo para afrontar los desafíos propios de esta etapa, promoviendo un enfoque positivo y saludable hacia la crianza. El grupo no está diseñado para familias o cuidadores de jóvenes con discapacidades neurocognitivas moderadas o severas. Aquellas familias que requieran orientación o servicios pueden comunicarse con el PAE.

El equipo de profesionales que facilitará esta experiencia está compuesto por dos psicólogas clínicas en formación del Programa Graduado de Psicología de nuestro recinto, quienes están comprometidas a ofrecer un espacio seguro de aprendizaje y apoyo.

Exhortamos a todo el personal interesado en participar a registrarse en el siguiente enlace: <https://forms.office.com/r/Bdt7YaSdSX>. Espacios limitados a 10 participantes. Cada empleado podrá participar en un grupo de apoyo por semestre. Son grupos cerrados, por lo que, a partir de iniciada la primera sesión, no es posible la integración de nuevos miembros.

El registro de asistencia y el contenido de esta actividad serán sometidos a consideración ante la Oficina de Ética Gubernamental para la convalidación de horas de ética.

Para cuidar de los/as que amamos, debemos darnos permiso para elegir espacios de respiro que nos permitan recargar nuestras energías.

Para más información, pueden comunicarse con el PAE a las extensiones 84406, 84407 o 84418.

**¡Esta es otra gran oportunidad para regalarnos experiencias de autocuidado y ser parte del Equipo PAE / IUPI Activa y Saludable!**

UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO  
Recinto de Río Piedras  
Rectoría

PO Box 23305  
San Juan, PR 00931-3305  
Tels. 787-763-3930  
787-764-0000, Ext. 83000  
Fax 787-764-8799

Patrono con Igualdad de Oportunidades en el Empleo M/M/VI