



Maravillosamente

Programa de acompañamiento y habilidades
para **universitarios neurodivergentes**



Bienestar



Herramientas



Comunidad



Un espacio para **comprenderse,**
crecer y pertenecer.

2 PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

¿Qué es Maravillosamente?

Maravillosamente es un programa de acompañamiento psicoeducativo y experiencial creado para estudiantes universitarios neurodivergentes, orientado a fortalecer habilidades personales, académicas y emocionales dentro del contexto de educación superior.

El programa surge desde la necesidad de generar espacios más comprensivos, humanos e inclusivos para estudiantes que muchas veces enfrentan la universidad desde experiencias de sobrecarga, ansiedad, agotamiento, dificultades de adaptación o sensación de no pertenencia.

A través de encuentros grupales, dinámicas prácticas y herramientas concretas, **Maravillosamente** busca promover:



bienestar
emocional



regulación y
autocuidado



habilidades
sociales



organización
académica



autoconocimiento



y sentido de
comunidad



Nuestro enfoque



Neuroafirmativo



Psicoeducativo



Participativo



Centrado en fortalezas



Basado en el bienestar
y la pertenencia

“

No todos los estudiantes viven la universidad de la misma manera.

Algunos necesitan, además de herramientas,
un espacio donde sentirse comprendidos.

”



THERANEEDS

Acompañamiento que transforma

La experiencia universitaria *no se vive igual para todos*

Cada vez más estudiantes neurodivergentes ingresan a la educación superior enfrentando desafíos que muchas veces pasan desapercibidos:



Agotamiento constante



Ansiedad académica



Dificultades de organización



Sobrecarga sensorial



Aislamiento social



Masking o "camuflaje social"



Sensación de no encajar



Frustración y autoexigencia extrema



Aunque muchos poseen grandes capacidades, frecuentemente deben adaptarse a sistemas que no siempre consideran **distintas formas de procesar, aprender y relacionarse** con el entorno.



Maravillosamente

nace como un espacio seguro de **acompañamiento, desarrollo y pertenencia** para estudiantes neurodivergentes.



¿Qué buscamos con Maravillosamente?

Maravillosamente tiene como objetivo general promover el **bienestar integral**, el **desarrollo de habilidades** y el sentido de pertenencia de estudiantes universitarios **neurodivergentes**, a través de un **acompañamiento respetuoso, inclusivo y centrado en fortalezas**.



Creemos en el potencial único de cada persona y en la importancia de caminar **juntos** la experiencia universitaria.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS



Fortalecer el **bienestar emocional** y la autorregulación a través de herramientas prácticas y accesibles.



Desarrollar **habilidades académicas** y ejecutivas que favorezcan la organización, la planificación y el estudio efectivo.



Fomentar **habilidades sociales** y de comunicación que promuevan relaciones sanas y auténticas.



Promover el **autoconocimiento**, la autoaceptación y la confianza en las propias fortalezas.



Generar un **sentido de comunidad** y pertenencia dentro de la vida universitaria.



Impulsar una **cultura universitaria más inclusiva**, empática y respetuosa de la neurodiversidad.



THERANEEDS
Acompañamiento que transforma



Nuestro propósito es que cada estudiante se sienta comprendido, valorado y capaz de construir su camino universitario a su manera.

Componentes del programa

Maravillosamente está diseñado desde un enfoque **integral**, combinando diferentes estrategias y espacios para acompañar a los estudiantes en su día a día.



Encuentros grupales

Sesiones semanales con temáticas psicoeducativas y dinámicas participativas para aprender, compartir y practicar.



Herramientas prácticas

Estrategias y recursos concretos para la organización, regulación emocional, estudio, comunicación y más.



Acompañamiento cercano

Guías y facilitadores capacitados que brindan apoyo, contención y orientación a lo largo del proceso.



Espacios seguros y respetuosos

Creamos un ambiente de confianza donde cada estudiante puede ser él mismo y sentirse escuchado.



Comunidad y pertenencia

Promovemos vínculos auténticos entre estudiantes, generando redes de apoyo y sentido de conexión.



Trabajamos desde un **enfoque neuroafirmativo**, reconociendo y valorando las diferentes formas de procesar, aprender y relacionarse con el mundo.



No se trata de "adaptarse", se trata de crear oportunidades para que cada uno pueda florecer.



Ejes temáticos *para acompañarte*

Los encuentros están organizados en módulos que abordan distintas áreas clave para tu **bienestar** y **desarrollo universitario**.



1. Conociéndome

Autoconocimiento, identidad neurodivergente y fortalezas.



2. Regulación y bienestar

Herramientas para gestionar emociones, estrés y sobrecarga.



3. Organización académica

Estrategias para planificar, priorizar y mantener el enfoque en los estudios.



4. Habilidades sociales y comunicación

Comunicación asertiva, comprensión social y relaciones auténticas.



5. Autocuidado y vida cotidiana

Rutinas sostenibles, hábitos, descanso y gestión del tiempo.



6. Comunidad y proyecto de vida

Pertenencia, propósito y construcción de metas con sentido.



Cada eje está diseñado para brindarte **herramientas prácticas**, **espacios de reflexión** y experiencias compartidas que te acompañen dentro y fuera del aula.



Metodología



Participativa



Psicoeducativa



Vivencial



Flexible y adaptada



No se trata de cambiar quién eres, sino de potenciar lo que ya eres.



THERANEEDS
Acompañamiento que transforma

Ejes temáticos *para acompañarte*

Los encuentros están organizados en módulos que abordan distintas áreas clave para tu **bienestar** y **desarrollo universitario**.



1. Conociéndome

Autoconocimiento, identidad neurodivergente y fortalezas.



2. Regulación y bienestar

Herramientas para gestionar emociones, estrés y sobrecarga.



3. Organización académica

Estrategias para planificar, priorizar y mantener el enfoque en los estudios.



4. Habilidades sociales y comunicación

Comunicación asertiva, comprensión social y relaciones auténticas.



5. Autocuidado y vida cotidiana

Rutinas sostenibles, hábitos, descanso y gestión del tiempo.



6. Comunidad y proyecto de vida

Pertenencia, propósito y construcción de metas con sentido.



Cada eje está diseñado para brindarte **herramientas prácticas**, **espacios de reflexión** y experiencias compartidas que te acompañen dentro y fuera del aula.



Metodología



Participativa



Psicoeducativa



Vivencial



Flexible y adaptada



No se trata de cambiar quién eres,
sino de potenciar lo que ya eres.



THERANEEDS
Acompañamiento que transforma

¿A quién va dirigido? ≡

Maravillosamente está dirigido a estudiantes de educación superior que se identifiquen como **neurodivergentes** o que experimenten desafíos asociados a distintas **formas de aprender, procesar, organizarse y relacionarse** dentro del contexto universitario.

El programa busca acompañar a estudiantes que muchas veces viven la universidad desde la **sobrecarga, la ansiedad, el agotamiento** o la **sensación de no encajar** completamente en los espacios académicos tradicionales.



Público al que puede beneficiar



Estudiantes
con TDAH



Estudiantes
TEA /
Autismo



Diferencias
de aprendizaje
(dislexia,
disgrafía, etc.)



Altas
capacidades



Hipersensibilidad
sensorial



Dificultades de
funcionamiento
ejecutivo



Ansiedad
asociada a
exigencias
académicas y
sociales

Un espacio flexible e inclusivo



No es necesario contar con un diagnóstico formal para participar.

Maravillosamente busca ser un espacio humano, seguro y respetuoso, donde cada estudiante pueda sentirse comprendido, acompañado y valorado desde su propia experiencia.

“

Lo importante no es encajar en una etiqueta.
Lo importante es sentirse acompañado en la experiencia universitaria.

”



THERANEEDS
Acompañamiento que transforma

Estructura del programa

Un espacio de acompañamiento grupal, humano y práctico para vivir la universidad desde tu **autenticidad** y **bienestar**.



Modalidad de trabajo



10 encuentros grupales



Duración de cada sesión: **1 hora**



Formato grupal y participativo



Orientado a estudiantes universitarios **neurodivergentes**

Organización de las sesiones

Cada encuentro abordará un eje temático específico mediante:



Dinámicas grupales



Herramientas prácticas



Reflexión guía



Actividades experienciales



Recursos visuales



Estrategias aplicables a la vida universitaria

Metodología



Psicoeducativa



Neuroafirmativa



Participativa



Flexible y adaptada



Centrada en fortalezas

Los 10 módulos del programa

- 1 Bienvenida y comunidad
- 2 Conociéndome mejor
- 3 Ansiedad y sobrecarga universitaria
- 4 Regulación emocional y autocuidado
- 5 Organización y funcionamiento ejecutivo
- 6 Métodos de estudio neurodivergentes
- 7 Habilidades sociales y comunicación
- 8 Masking y autenticidad
- 9 Proyecto personal y propósito
- 10 Cierre y proyección



“

Cada sesión busca entregar *herramientas reales*, generar *conexión* y construir un espacio seguro de *crecimiento universitario*.

