



Casos para aplicar la Resiliencia

Caso 1

Juan se encuentra en su último año de bachillerato, hacía unos meses, tenía muy claro lo que quería hacer cuando terminara su educación bachiller, ahora, no tiene idea de qué camino tomar; perdió a un ser querido y siente que nada le motiva y que no tiene habilidades sobresalientes para desempeñarse en algo. Su graduación se acerca y él sigue sin decidirse y sin encontrar una motivación para avanzar.



Retomando tus aprendizajes frente a la resiliencia, ¿qué crees que debería hacer Juan?

Caso 2

Sofía lleva tres semanas en su primer empleo, se ha sentido angustiada porque aun no entiende muy bien lo que debe hacer, sin embargo, su equipo de trabajo la ha apoyado para adaptarse. Después de las primeras tres semanas de trabajo, su jefa cita al equipo a una reunión de último momento porque ocurrió un error que afecta el desarrollo del proceso del equipo. Cuando conversan sobre ello, una compañera de Sofía la culpa diciendo que ella fue quien cometió el error, pero Sofía, aunque no tiene todo el proceso claro, siente que no hizo nada malo y tiene temor de perder esta oportunidad laboral.



Retomando tus aprendizajes frente a la resiliencia, ¿qué crees que debería hacer Sofía?