



# RESILIENCIA

PORQUE ES IMPORTANTE DESARROLLARLA

---



Permite recuperarte



Vivir con sentido del humor



No dejarte vencer.



Aprender de los errores



Manejar la presión



Enfrentar los problemas



Superar la tristeza



Controlar las emociones negativas



Crece a pesar de los problemas



Activar tus habilidades en momentos difíciles

<https://gesvin.wordpress.com/>

