

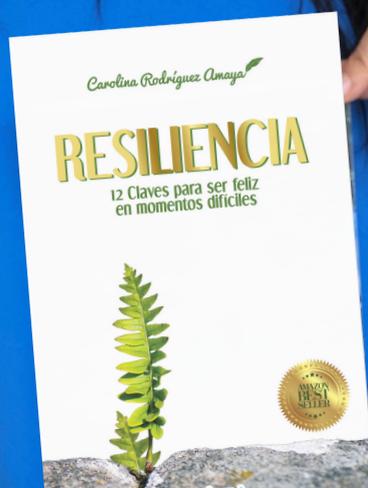
mentorU<sup>®</sup>

CLASE MAGISTRAL

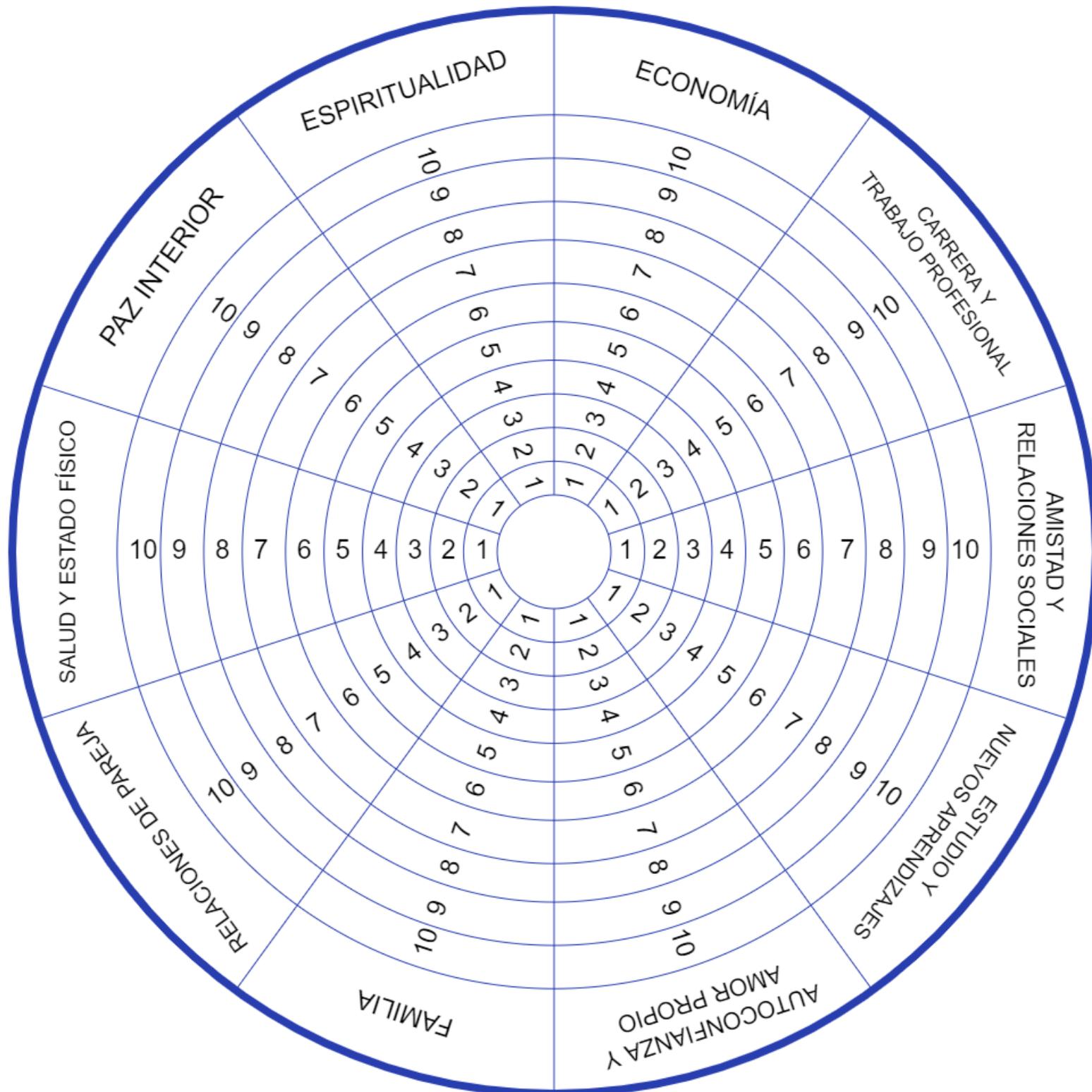
*De Resiliencia*

CUADERNO DE TRABAJO

¿ERES UNA PERSONA  
RESILIENTE?



**CALIFICA TU NIVEL DE SATISFACCIÓN DE 1 A 10, EN CADA UNA DE LAS ÁREAS DE TU VIDA. HAZLO SIN PENSAR TANTO, EL PRIMER NÚMERO QUE LLEGUE A TU CABEZA:**



mentorU<sup>®</sup>

**SI TUVISTE UNA O MÁS  
CALIFICACIONES POR DEBAJO  
DE 7, ESTA CLASE ES PARA TI.**



- **RESPONDE ESTAS PREGUNTAS CON SÍ O NO:**
- **¿SIENTES QUE TU VIDA ES MONÓTONA?**
- **¿SIENTES QUE DEBES SANAR SITUACIONES DEL PASADO?**
- **¿CREES QUE NO HAS PODIDO PERDONAR A UNA PERSONA, SITUACIÓN O EXPERIENCIA?**
- **¿NO ENTIENDES POR QUÉ ALGÚN EVENTO DESAFORTUNADO TUVO QUE SUCEDER EN TU VIDA?**
- **¿CREES QUE LA VIDA ES DIFÍCIL O QUE HAY QUE LUCHAR EN ELLA?**
- **¿SUFRES O HAS SUFRIDO MUCHO?**
- **¿CREES QUE LA VIDA ES INJUSTA?**
- **¿CREES QUE ESTÁS EN UNA POSICIÓN DE DESVENTAJA FRENTE A OTROS?**



mentorU<sup>®</sup>

**SI TUVISTE ALGÚN SÍ,  
TE ESPERO EN MI CLASE MAGISTRAL.**

