

Cómo reponerse después de un fracaso profesional



Tú no eres lo que haces

Que se acabe un proyecto o trabajo no significa que te acabes tú.

Tus conocimientos y habilidades son tuyas y las puedes usar en nuevas organizaciones y proyectos.



Habla en términos de beneficio

Explica qué puedes hacer por los demás. ¿Cómo puedes aportar valor en tu ámbito profesional?



Cuéntaselo al mundo

Da visibilidad a tu perfil. Cuéntale a tu red de contactos en qué puedes ayudar a una organización.



Vete a las veces en las que sí

Recuerda retos a los que te has enfrentado y qué acciones pusiste en marcha. Trata de **aplicar** todo eso que **te dio resultado a tu reto actual.**



Perdón y aceptación

Perdónate. Libérate. **Tu energía** no puede estar en el pasado, sino **diseñando soluciones en el presente.**



En tu vulnerabilidad reside tu mayor fortaleza

El miedo es el arma de nuestro intento insulso de proteger nuestro ego. Asumiendo tu vulnerabilidad, **no tienes nada que perder y mucho por ganar.**



Trabaja para marcar la diferencia

Deja más huella quien se muestra como es. Ten el coraje de **parecerte lo máximo posible a ti.**



Ayuda y colabora con los demás

En tu generosidad y capacidad de ofrecer ayuda a los demás encontrarás una de las **mejores estrategias de crecimiento.**



Sin ti no eres nada

Cuídate, come, duerme bien... **te necesitas más que nunca.**



Sueños grandes, pasos pequeños

Da pasos pequeños que te lleven a **conseguir** los resultados y **el bienestar que quieres para ti.**

FUENTE: ELENA ARNAIZ, PROFESORA DE ESIC.