



Cómo afrontar el cambio

Matriz

Ve el video ["3 consejos para ayudar con la transición – Cómo afrontar el cambio"](#) de Create Imperfect y pídele a los estudiantes que identifiquen las tres sugerencias para afrontar el cambio.

| Estrategias de afrontamiento | Nota del video | ¿Cómo piensas que esto tiene que ver contigo? (Ejemplos de tu vida) |
|-------------------------------------|-----------------------|--|
| Consejo #1 | | |
| Consejo #2 | | |
| Consejo #3 | | |