

Síndrome del impostor: entiende el patrón y supéralo



Plan de acción

1

Escribe tus competencias y resultados sin falsa modestia

2

Habla del patrón con un mentor, colega o terapeuta

3

Registra comentarios positivos y reléelos en días de duda

4

Responde a los elogios solo con un gracias

5

Contrasta tu autopercepción con retroalimentación estructurada de tu jefe

Para recordar

Sentirse un fraude no prueba que lo seas: confía en las evidencias, no en el miedo.

Autor: **Vagner Soares**

Artes gráficas: **Yago Soares**

vagnersoares.com.br