

Adaptação

Cuidados para retomada ao trabalho presencial



No início da pandemia tivemos de nos adaptar às novas formas de trabalho, ajustar às rotinas da casa, às diferentes maneiras de relacionamento com os amigos, enfim.. muito foi exigido da nossa flexibilidade cognitiva e emocional.

A capacidade humana de se ajustar ao ambiente acontece pela análise das ações, reações e consequentes recompensas que podemos receber.

**Na retomada de trabalho gradual
vamos ter um novo momento de
adaptação. Estivemos
constantemente com nossos filhos,
maridos, esposas, pais por um
período significativo.**

Todos precisarão se ajustar. Por isso é muito importante reconhecer que a flexibilidade que já possuímos no cérebro seja projetado para o coletivo.

**Cuidar de si e dos seus colegas vai
ser um grande aliado neste
momento de transição.**

**A CASST conta com a ação de cada
servidor(a) para termos um retorno
seguro para todos.**