

## Más lecturas y recursos

<b>Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)</b>	Cómo fomentar la resiliencia en sus alumnos <a href="https://youtu.be/Bb4whqVawdo">https://youtu.be/Bb4whqVawdo</a>
<b>Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)</b>	10 maneras de desarrollar la resiliencia <a href="https://youtu.be/VNCL1glwyOI">https://youtu.be/VNCL1glwyOI</a>
<b>Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)</b>	Cultivar la resiliencia <a href="https://open.spotify.com/show/1Mu92jf2loApXnjpiWXH7r">https://open.spotify.com/show/1Mu92jf2loApXnjpiWXH7r</a>
<b>Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)</b>	10 herramientas para ganar confianza en uno mismo <a href="https://resilientblog.co/inspirational/10-tools-for-building-self-confidence/">https://resilientblog.co/inspirational/10-tools-for-building-self-confidence/</a>
<b>Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)</b>	Fichas y ejercicios de autoestima y autocritica <a href="https://www.psychologytools.com/professional/problems/self-esteem-self-criticism/">https://www.psychologytools.com/professional/problems/self-esteem-self-criticism/</a>
<b>Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)</b>	23 actividades y ejercicios de resiliencia para adultos <a href="https://positivepsychology.com/resilience-activities-exercises/">https://positivepsychology.com/resilience-activities-exercises/</a>
<b>Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)</b>	Cómo reforzar la autoestima de los alumnos <a href="https://www.projectschoolwellness.com/how-to-boost-students-self-confidence/">https://www.projectschoolwellness.com/how-to-boost-students-self-confidence/</a>