

Más lecturas y recursos

Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)	Cómo fomentar la resiliencia en sus alumnos https://youtu.be/Bb4whqVawdo
Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)	10 maneras de desarrollar la resiliencia https://youtu.be/VNCL1glwyOI
Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)	Cultivar la resiliencia https://open.spotify.com/show/1Mu92jf2loApXnpiWXH7r
Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)	10 herramientas para ganar confianza en uno mismo https://resilientblog.co/inspirational/10-tools-for-building-self-confidence/
Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)	Fichas y ejercicios de autoestima y autocritica https://www.psychologytools.com/professional/problems/self-esteem-self-criticism/
Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)	23 actividades y ejercicios de resiliencia para adultos https://positivepsychology.com/resilience-activities-exercises/
Nombre del recurso y enlace (puede ser un documento, vídeo o página web)	Cómo reforzar la autoestima de los alumnos https://www.projectschoowellness.com/how-to-boost-students-self-confidence/