

Videre lesning og ressurser

Navn på ressurs og lenke (kan være dokumentvideo eller nettsted.)	Hvordan fremme motstandskraft hos studentene dine https://youtu.be/Bb4whqVawdo
Navn på ressurs og lenke (kan være dokumentvideo eller nettsted.)	10 måter å bygge og utvikle motstandskraft på https://youtu.be/VNCL1glwyOI
Navn på ressurs og lenke (kan være dokumentvideo eller nettsted.)	Dyrke motstandskraft https://open.spotify.com/show/1Mu92jf2loApXnpiWXH7r
Navn på ressurs og lenke (kan være dokumentvideo eller nettsted.)	10 verktøy for å bygge selvtillit https://resilientblog.co/inspirational/10-tools-for-building-self-confidence/
Navn på ressurs og lenke (kan være dokumentvideo eller nettsted.)	Selvtillit og selvkritikk Regneark & Øvelser https://www.psychologytools.com/professional/problems/self-esteem-self-criticism/
Navn på ressurs og lenke (kan være dokumentvideo eller nettsted.)	23 Resilience Building Aktiviteter & Øvelser for voksne https://positivepsychology.com/resilience-activities-exercises/
Navn på ressurs og lenke (kan være dokumentvideo eller nettsted.)	Hvordan øke elevenes selvtillit https://www.projectschooolwellness.com/how-to-boost-student-s-self-confidence/