



## Los 6 pilares de la resiliencia

¿Qué es la resiliencia? Es una cualidad propia del ser humano que le posibilita superar la adversidad con eficacia. Esta capacidad está basada en 6 principios, ¿quieres saber cuales son?

---

**Delivery:** SCORM

**Developed:** 5' VISION by Thinking Heads

**Temática:** Self management

**Duration:** 6 minutes

**License:** Nominal anual

**Author:** Francisco Giménez Plano

**Languages:** es