



## 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?

---

**Método de entrega:** SCORM

**Desarrollado por:** 5' VISION by Thinking Heads

**Temática:** Desarrollo personal

**Duración:** 6 minutos

**Licencia:** Nominal anual

**Autor:** Francisco Giménez Plano

**Idiomas:** es