

06

## Pilares da resiliência

Assista ao vídeo abaixo e depois selecione que habilidade dos três pilares da resiliência o teste do marshmallow está testando.

The Marshmallow Test (legendado)



(<https://www.youtube.com/watch?v=77XIyD0YTqU>).

Aprenda mais sobre o interessante [teste do Marshmallow](#) ([https://pt.wikipedia.org/wiki/Experimento\\_do\\_marshmallow](https://pt.wikipedia.org/wiki/Experimento_do_marshmallow)).

*Selecione uma alternativa*

**A** Estado de espírito

**B** Autoestima

**C** Autocontrole