

Malacrea, Pessina

IMPARIAMO A FARCI "SCUDO"



NOME:..... DATA:.....

In tutti quei momenti di difficoltà in cui provi rabbia, ti si senti solo, hai la sensazione di non sapere come andare avanti...

COSA POTRESTI FARE?
IMPARARE A DIFENDERTI
IMPARARE A FARTI SCUDO,

MA COME?

Imparando a far fronte in modo attivo alle difficoltà, chiedendo aiuto, partecipando al gruppo, mettendo in campo tutte le risorse personali e non che possiedi

NON è FACILE UTILIZZARE lo scudo, MA CI RIESCI
Già!
VEDIAMO COME...

LO SCUDO...

Mi sembra di riuscire
a "farmi scudo"
quando...

- 1. _____

- 2. _____

- 3. _____

Gli aspetti di me che
mi aiutano a "farmi
scudo" sono

- 1. _____

- 2. _____

- 3. _____

Le relazioni che mi
aiutano a "farmi
scudo" sono con

- 1. _____

- 2. _____

- 3. _____