**A RESILIÊNCIA NA SUA HISTÓRIA PESSOAL**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Indique uma situação difícil ou desafiadora que você já viveu no passado:** | **Como você se sentiu naquele momento?** | **Naquele momento, o que você imaginava que poderia acontecer?** | **O que realmente aconteceu depois?** | **O que ajudou você a superar o desafio ou problema?** |
| Quando descobri que iria ser pai pela primeira vez.  Quando durante a infância, me mudei para o pará. | Despreparado.  Deslocado. | Que eu pudesse não cumprir com minhas responsabilidades. Tendo na época assumido financiamentos e acabando de mudar de casa, o financeiro era uma grande preocupação.  Que pudesse não me adaptar socialmente. | A melhor coisa em minha vida. Ser pai é transformador.  Cresci meu ciclo social ao invés de diminuí-lo. | A existência da minha filha. É realmente uma situação complexa e transformadora. Primeiro porque realmente reações químicas ocorrem no cérebro que transformam a forma de pensar e enxergar o mundo. Ao ver a criança, principalmente em seus primeiros meses de vida, temos uma epifania.  O convívio social obrigatório que a escola proporciona e a prática do esporte (na época, skate). |