**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?** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |