**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?** | **Quem ou o que ajudou você a superar o desafio ou problema?** |
| Ir para o intercambio | Me senti apavorado e sozinho | Imaginei que correria perigo, que ficaria sozinho mt tempo, que sentiria mt saudade | Aproveitei o intercambio como nunca e aprendi mt | Muitos novos amigos que formei, que estavam sentindo a mesma coisa |