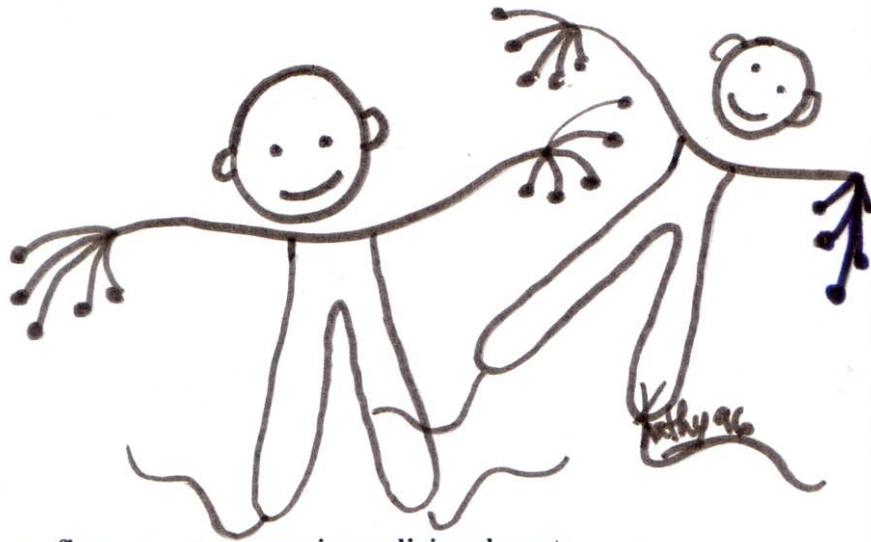


## **PARA CRESCER EU PRECISO DE...**



### **TER**

- Pessoas à minha volta em quem confio e que me amam incondicionalmente.
- Pessoas que me estabelecem os limites de forma a eu saber quando parar antes de surgirem situações problemáticas e/ou perigosas.
- Pessoas que me mostram como fazer as coisas correctamente , pelo seu exemplo.
- Pessoas que querem que eu aprenda a minha maneira de fazer as coisas.
- Pessoas que me ajudam quando estou doente, em perigo ou preciso de aprender.

### **SER**

- Uma pessoa de quem os outros podem gostar e a quem podem amar.
- Feliz por fazer coisas boas/bonitas para os outros e mostrar a minha preocupação para com eles.
- Respeitador de mim próprio e dos outros.
- Responsável pelo que faço.
- Confiante em que as coisas vão correr bem.

### **CONSEGUIR**

- Falar com os outros acerca das coisas que me assustam e/ou me aborrecem.
- Encontrar maneiras para resolver os problemas com que me defronto.
- Controlar-me quando sinto que gostava de fazer algo errado ou perigoso.
- Perceber quando é a altura certa para falar com alguém ou para realizar determinada acção.
- Encontrar alguém para me ajudar quando eu preciso.

Texto traduzido e adaptado por Isabel Duarte de : Grotberg, E...A Guide to promoting resilience in children. Early Childhood Development Practice and Reflections , Number 8 , Bernard van Leer Foundation , The Hague , 1995.