

UNO SGUARDO AL FUTURO...

Pensa ad un episodio che ritieni abbia elevate probabilità di verificarsi nel tuo futuro e prova a immaginarlo e descriverlo come se fosse "reale" (racconta tutto nei dettagli: chi ci sarà con te, dove sarà, quando, come ti vestirai, che emozioni pensi che proverai, quali preoccupazioni, possibili imprevisti e problemi da risolvere, eventuali sorprese, come andrà e come starai dopo...)

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Quando hai terminato, raccontalo al tuo compagno /a di banco e ascolta i suggerimenti e le osservazioni che farà aiutarti ad affrontare al meglio l'episodio che hai anticipato con la fantasia.