



Le mie paure

Questa scheda ti aiuterà a riflettere e a prepararti mentalmente all'inizio della scuola superiore, trasformando le tue paure in obiettivi raggiungibili.

1. 🧠 **Cosa mi preoccupa di più?**

Scrivi qui le tue principali preoccupazioni riguardo all'inizio della scuola superiore:

2. 💬 **Da dove nascono queste paure?**

Pensa alle ragioni per cui provi queste preoccupazioni:

3. ✂️ **Come posso affrontare queste paure?**

Scrivi delle idee o soluzioni che ti possono aiutare a superare queste paure:



4. 🧑🏫 Ho già superato qualcosa di simile?

Ricorda i momenti in cui hai affrontato cambiamenti importanti e come hai superato le difficoltà:

5. 🎯 Obiettivi per il mio primo anno di scuola superiore

Scrivi i tuoi obiettivi per affrontare l'inizio della scuola superiore con più sicurezza

6. 🗝 Il mio motto per affrontare la scuola superiore:

Scrivi una frase motivazionale o un motto che ti ispiri per affrontare con coraggio questa nuova avventura:
