



## CONFUSÃO

É quando a nossa mente se desloca em várias direções ao mesmo tempo e intensifica nossas avaliações. É um momento no qual nossos pensamentos e sentimentos tornarem-se ineficazes e consequentemente não sabemos mais qual a direção a seguir. A pessoa confusa tem dificuldade em identificar o que deseja. Não sabe o que lhe faz bem ou desagrada.



## CONFUSÃO

Ao selecionar a carta da Confusão você deverá realizar com o adolescente algumas perguntas para avaliar como ele(a) lida com essa emoção.



## CONFUSÃO

Na hora de tomar decisões importantes você se sente confusa (o)?



## CONFUSÃO

Você reconhece os próprios sentimentos e desejos?



### CONFUSÃO

Em várias situações deixa os outros decidirem por você sobre aquilo que deveria gostar, pensar ou falar?



### CONFUSÃO

Você sabe o que quer?



### CONFUSÃO

O que te faz sentir melhor ou mais motivado?



### CONFUSÃO

Tem momentos em que se sente muito confuso e perdido nas suas decisões ou escolhas?



## CONFUSÃO

Você se conhece o suficiente?



## CONFUSÃO

Sente-se inseguro? Se SIM, por quê?