

SUPERADOLESCENTE

# Pensamentos e sentimentos



Como gerir as emoções

# Sumário

Uma montanha-russa emocional	4-5
Quem és tu?	6-7
Tudo em família	8-9
Sou adoptado	10-11
Arranja um amigo	12-13
É amor?	14-15
O jogo do namoro	16-17
Altos e baixos	18-19
Não sejas solitário	20-21
Momentos tristes	22-23
Sê feliz	24-25



Popular na escola	26-27
Mau comportamento	28-29
O dono perfeito	30-31
Dá o teu tempo	32-33
Impõe-te	34-35
Dinheiro, dinheiro, dinheiro	36-37
O teu futuro	38-39
Traçar o teu próprio caminho	40-41
Índice remissivo e glossário	42-47
Endereços úteis	48