

 03

Faça o que eu fiz na aula

Se esta é a primeira vez que ouve falar sobre a síndrome do impostor, pare um momento para identificar sobre:

O que mais te surpreendeu ou acho mais útil?

- Que pensamentos, sentimentos e/ou comportamentos reconheceu em si?
- Quais são as suas dúvidas? Escreva-as agora.