

 05

Ambientes

Cuidado com o ambiente que você cria, tanto para seus amigos quanto para a sua família. O terapeuta Fábio Mocci explica que o ambiente influencia a maneira como a pessoa encara a vida, principalmente a forma de criação. “O contexto familiar em que você está envolvido pesa muito.

Se a pessoa tem pais opressores, pode se tornar uma pessimista”. Por isso, perceba se seu pessimismo é “herdado” e livre-se dele. E procure sempre criar um ambiente harmonioso ao seu redor.