

# Què pots fer si vols més intimitat?



## LES TEVES ESTONES A SOLES

### CAS REAL

«A vegades necessito estar sola per pensar en les meves coses. Però les meves germanes grans em tracten com si fos una nena petita. Volen saber-ho tot! No és que amagui res, simplement no tinc ganes de parlar-ho amb elles!» (Allison)

Per què creus que les germanes de l'Allison la solen tractar com si fos una nena petita?

---

---

---

Què pot fer l'Allison perquè les seves germanes sàpiguen que vol una mica d'intimitat?

---

---

---

Si estiguessis a la situació de l'Allison, *tu* què faries?

---

---

---



## LA TEVA HABITACIÓ

### CAS REAL

«Quan tinc un mal dia, l'únic que vull és estar sol. És clar que m'agrada que els meus pares es preocupin per mi, però a vegades entren de cop a la meva habitació quan necessito el meu espai!»  
(Ryan)

Creus que els pares d'en Ryan estan preocupats per ell?

---

---

---

Si creus que és així, què pot estar fent (o no fent) en Ryan perquè els seus pares es preocupin encara més?

---

---

---

Si estiguessis a la situació d'en Ryan, *tu* què faries per guanyar-te la confiança dels teus pares?

---

---

---



## EL TEU MÒBIL

### CAS REAL

«Quan la meva mare trobava el meu mòbil per casa, es posava a llegir els meus missatges. Un dia, fins i tot va bloquejar una de les meves amigues perquè creia que no era una bona influència per a mi!» (Nadine)

Creus que la mare de la Nadine està preocupada per ella?

---

---

---

Si creus que és així, què pot estar fent (o no fent) la Nadine perquè la seva mare es preocupi encara més?

---

---

---

Si estiguessis a la situació de la Nadine, *tu* què faries per guanyar-te la confiança de la teva mare?

---

---

---