

# Forças e Desafio

CHEGOU A HORA TREINAR SUA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL!

Registre cada tarefa concluída em seu caderno ou outra folha de papel.

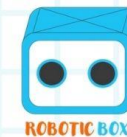


1. Escreva porque é importante conhecer seus pontos fortes e desafiantes. 	2. Escreva uma força com cada letra do seu nome. 	3. Faça um desenho mostrando como alguém pode vencer um desafio. 
4. Faça um desenho de você mesmo e faça uma lista das suas 10 forças. 	5. Pense em uma habilidade que você tem e poderia melhorar. Liste 3 passos para seguir nessa direção. 	6. Usando seus pontos fortes, escreva um breve discurso convencendo seus pais de algo que você quer conquistar 
7. Dê a si mesmo um prêmio por uma de suas maiores forças. Qual seria o prêmio? 	8. Pergunte a um amigo ou membro da família quais são seus maiores pontos fortes. As forças dele são iguais as suas? Porque sim ou não? 	9. Faça uma lista de seus pontos fortes usando apenas emojis ou símbolos. 

# Forças e Desafio

CHEGOU A HORA TREINAR SUA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL!

Registre cada tarefa concluída em seu caderno ou outra folha de papel.



1. Escreva porque é importante conhecer seus pontos fortes e desafiantes. 	2. Escreva uma força com cada letra do seu nome. 	3. Faça um desenho mostrando como alguém pode vencer um desafio. 
4. Faça um desenho de você mesmo e faça uma lista das suas 10 forças. 	5. Pense em uma habilidade que você tem e poderia melhorar. Liste 3 passos para seguir nessa direção. 	6. Usando seus pontos fortes, escreva um breve discurso convencendo seus pais de algo que você quer conquistar 
7. Dê a si mesmo um prêmio por uma de suas maiores forças. Qual seria o prêmio? 	8. Pergunte a um amigo ou membro da família quais são seus maiores pontos fortes. As forças dele são iguais as suas? Porque sim ou não? 	9. Faça uma lista de seus pontos fortes usando apenas emojis ou símbolos. 