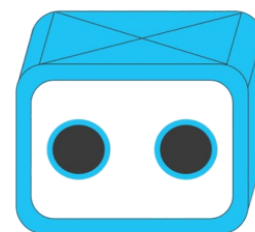


Bingo

COISAS QUE EU POSSO CONTROLAR



ROBOTIC BOX

CHEGOU A HORA DE TREINAR SUA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL.

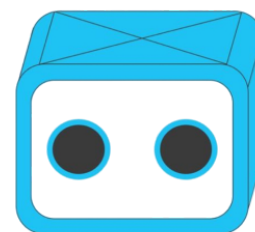
DORMIR O SUFICIENTE	SORRIR COM FREQUÊNCIA	RECONHECER MEUS ERROS	ACEITAR -ME	DEFINIR MEUS LIMITES
QUANDO PRATICAR GRATIDÃO	TRATAR-ME COM BONDADE	QUANDO AJUDAR OS OUTROS	MANTER MINHA PALAVRA OU NÃO	COMO EU INTERPRETO AS COISAS QUE ME FALAM
COMO FALO COMIGO MESMO	QUANDO PERDOAR AS PESSOAS	Free	QUÃO VERDADEIRO E HONESTO EU SOU	QUANDO FICAR ATENTO A MINHA RESPIRAÇÃO
OS OBJETIVOS QUE DEFINO PARA EU ALCANÇAR	DIZER QUE PRECISO DE UM TEMPO E DAR UM TEMPO PARA AS PESSOAS	TRATAR AS PESSOAS COM GENTILEZA	QUANTO ME ESFORÇO	QUANDO E SE DEVO TENTAR NOVAMENTE
QUANDO PEDIR AJUDA	COMO EU RESPONDO AOS DESAFIOS	LEMBRAR-ME QUE SOU SUFICIENTE E DIGNO	COMO EU CUIDO DO MEU CORPO	COMO ME RELACIONAR COM MEUS SENTIMENTOS

VOCÊ PODE MARCAR COM UM "X" TODAS AS COISAS QUE VOCÊ JÁ CONSEGUE CONTROLAR. AS COISAS QUE AINDA NÃO CONSEGUE, PROCURE REFLETIR QUAL O MOTIVO E EXERCITAR PARA QUE CONSIGA DESENVOLVER.

CADA QUADRINHO VALE 10 PONTOS. VAMOS VER QUANTOS PONTOS VOCÊ FEZ?

Bingo

COISAS QUE EU POSSO CONTROLAR



ROBOTIC BOX

CHEGOU A HORA DE TREINAR SUA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL.

DORMIR O SUFICIENTE	SORRIR COM FREQUÊNCIA	RECONHECER MEUS ERROS	ACEITAR -ME	DEFINIR MEUS LIMITES
QUANDO PRATICAR GRATIDÃO	TRATAR-ME COM BONDADE	QUANDO AJUDAR OS OUTROS	MANTER MINHA PALAVRA OU NÃO	COMO EU INTERPRETO AS COISAS QUE ME FALAM
COMO FALO COMIGO MESMO	QUANDO PERDOAR AS PESSOAS	Free	QUÃO VERDADEIRO E HONESTO EU SOU	QUANDO FICAR ATENTO A MINHA RESPIRAÇÃO
OS OBJETIVOS QUE DEFINO PARA EU ALCANÇAR	DIZER QUE PRECISO DE UM TEMPO E DAR UM TEMPO PARA AS PESSOAS	TRATAR AS PESSOAS COM GENTILEZA	QUANTO ME ESFORÇO	QUANDO E SE DEVO TENTAR NOVAMENTE
QUANDO PEDIR AJUDA	COMO EU RESPONDO AOS DESAFIOS	LEMBRAR-ME QUE SOU SUFICIENTE E DIGNO	COMO EU CUIDO DO MEU CORPO	COMO ME RELACIONAR COM MEUS SENTIMENTOS

VOCÊ PODE MARCAR COM UM "X" TODAS AS COISAS QUE VOCÊ JÁ CONSEGUE CONTROLAR. AS COISAS QUE AINDA NÃO CONSEGUE, PROCURE REFLETIR QUAL O MOTIVO E EXERCITAR PARA QUE CONSIGA DESENVOLVER.

CADA QUADRINHO VALE 10 PONTOS. VAMOS VER QUANTOS PONTOS VOCÊ FEZ?