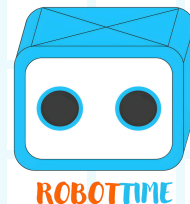




Diário do coração

CHEGOU A HORA TREINAR SUA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL!

Registre em seu caderno ou em outra folha qualquer



Vamos criar o hábito de reconhecer e nomear nossas emoções?  

Como me senti hoje?     	Por que me senti assim? 	O que me ajudou / pode ajudar?  

Também desenhe carinhas ou cenas ao lado das respostas 