Nome:

data:

Minha semana de emoções

Nossas emoções podem ser divididas em quatro zonas: azul, verde, amarela e vermelha. Tentamos sempre ficar ou voltar para a zona verde e evitar a zona vermelha. Preencha os quadros abaixo arrastando as suas emoções em relação a alguns fatores em sua vida.

Estudos	Relacionamento com os colegas	Relacionamento com os professores	Cumprir regras

Família	Expectativas no futuro	Organização Pessoal	Lazer próprio

Baixa energia e motivação para participar	Atento e com sentimentos positivos em geral	Desconfortável e necessidade de concentração	Cheio de emoções negativas e pode reagir duramente
Baixa energia e motivação para participar	Atento e com sentimentos positivos em geral	Desconfortável e necessidade de concentração	Cheio de emoções negativas e pode reagir duramente
Baixa energia e motivação para participar	Atento e com sentimentos positivos em geral	Desconfortável e necessidade de concentração	Cheio de emoções negativas e pode reagir duramente
Baixa energia e motivação para participar	Atento e com sentimentos positivos em geral	Desconfortável e necessidade de concentração	Cheio de emoções negativas e pode reagir duramente

LIVEWORKSHEETS