Eu e as minhas emoções

Um dos objetivos do Ser Presente é desenvolver autoconhecimento para   
adquirir uma   
percepção aguçada da sua personalidade e reconhecer seus pontos   
fortes e fragilidades, seus   
pensamentos, emoções e motivações.   
Você sabia que as emoções representam força? Quando reconhecemos e   
gerenciamos   
positivamente nossas emoções, é possível alcançar muitos objetivos   
e comunicar-se   
assertivamente com as pessoas ao nosso redor.   
  
Preencher formulário [1]   
  
Crie seu próprio formulário do Google. [2]   
  
Links:   
------   
[1] <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSenlwlHbfIWgXfq5u-0iix1I3JXAEsPma_AcDGT6QkE4Q7Rsw/viewform?vc=0&amp;c=0&amp;w=1&amp;usp=mail_form_link>   
[2] <https://docs.google.com/forms?usp=mail_form_link>