

**Emoções negativas**

Tereza participou de um embate profissional com sua colega de trabalho. Tereza defendia uma ideia e sua colega discordava e, a cada argumento que ela emitia, Tereza respondia mais agressivamente.

De acordo com a IE, é importante que Tereza:

*Selecione 2 alternativas*

- A** Neutralize as emoções negativas.
- B** Dê razão para a colega, isso evita conflitos.
- C** Foque na racionalidade.
- D** Faça uma auto-observação.