



### YO HAGO COSAS IMPORTANTES

1. ¿Crees que vales por lo que eres?

Por qué

---

---

2. Si te esfuerzas lograrás lo que quieres.

Por que

---

---

3. Si pides ayuda podrás

---

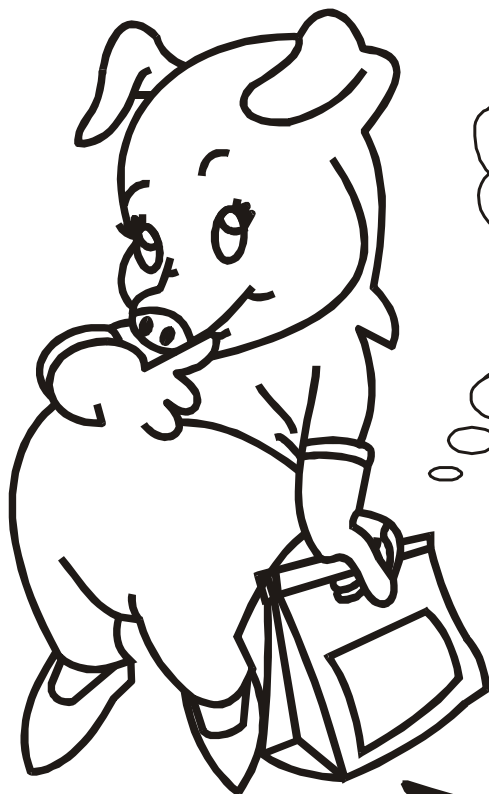
---

4. ¿Crees que puedes mejorar?

Por que

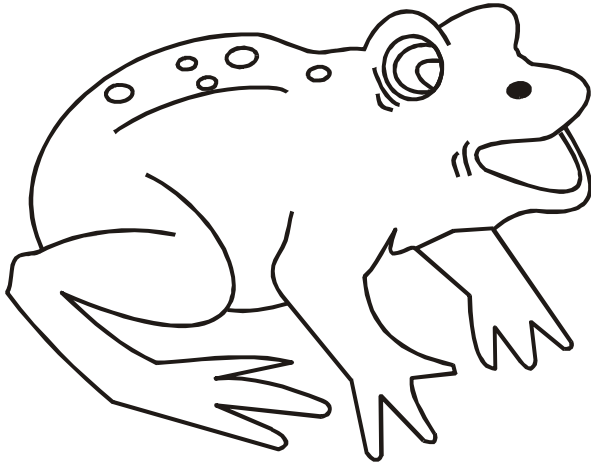
---

---



*Piensa en lo siguiente:  
Tienes que valorarte, ser  
independiente, ser  
asertivo, sentirse  
orgulloso y aceptarte  
TI MISMO*

# Pintame



*El ser reconocido por los demás da una sensación de seguridad. Es importante que te felicites a ti mismo y aprendas a distinguir tus cosas buenas de las menos buenas*

¿Cómo te sientes tú cuando ....? (une con una flecha)

Feliz ..... Me doy cuenta que he hecho algo bien

Animado ..... Alguien me ha felicitado.

Supercontento ..... Me han dicho que estoy guapo

Ilusionado ..... Me dicen que seré su amigo (a)

Alegre ..... Yo elogio a mi amigo/a

Escribe alguna cosa bonita que pienses sobre ti mismo/a

---

---

---

---

Escribe alguna cosa bonita que tu amigo piense o diga sobre TI.

---

---

---

---