

# Yo sí que valgo

## Espejo mágico

Pega un **papel de aluminio** en el cuadro de abajo y así crearás tu espejo mágico. Este espejo tiene un gran poder que enseguida descubrirás. ¿Cómo funciona? Debes mirarte en el directamente a los ojos y **decirte alguna cosa bonita**, como por ejemplo: “yo sí valgo”, “soy una persona maravillosa”, “me quiero mucho”, “yo sí puedo”, “me gusto mucho”..., y todas las que se te ocurran. El espejo va a hacer magia y **te ayudará a sentirte mejor**.

Puedes usarlo al levantarte, o al acostarte, o durante el día, cuando estés alegre, triste, con enfado, sin energía o con mucha..., todas las veces que quieras. Y una cosa muy importante: para que siga siendo mágico, **úsalo al menos una vez al día**. ¡Ánimo!

PEGA AQUÍ UN PAPEL DE ALUMINIO



## Mi logo

Todas las personas tenemos **capacidades** (“superpoderes”) y por lo tanto podemos hacer muchas cosas. Teniendo en cuenta estas capacidades podemos crear un logo que nos identifique. ¿Quieres saber cómo sería tu logo? **Sigue las siguientes instrucciones:**

1. Busca una palabra positiva que te defina (ej. alegre, amistosa/o, colaborador/a, sociable...).

---

2. Seguro que hay alguna actividad que se te da muy bien. ¿Cuál?

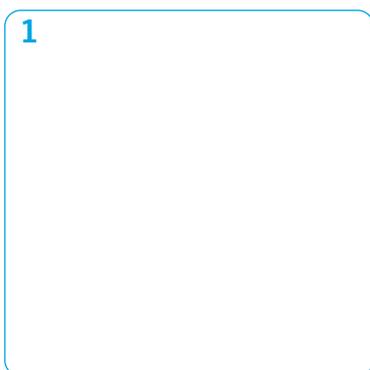
---

3. Escribe un sueño que tengas.

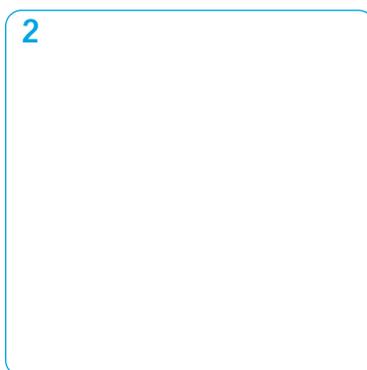
---

4. Ahora representa cada una de esas palabras con un dibujo en los siguientes cuadros.

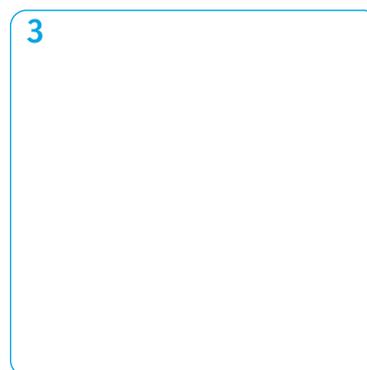
1



2



3



5. Para terminar, vas a crear un último dibujo: combina los tres anteriores y crea tu propio logo (puedes añadir tu nombre).

