

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:**

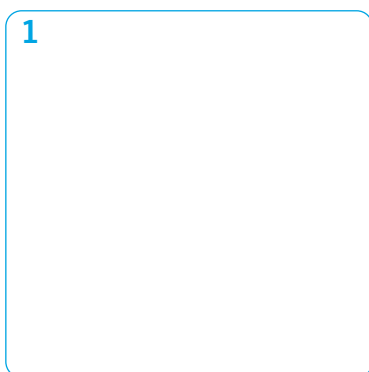
1. Busca una palabra positiva que te defina (ej. alegre, amistosa/o, colaborador/a, sociable...).

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

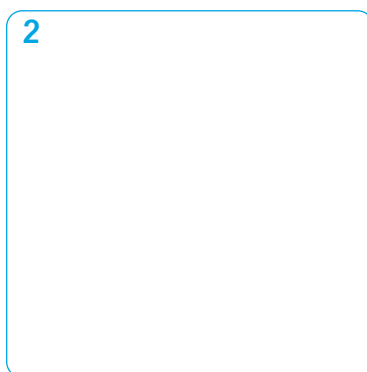
3. Escribe un sueño que tengas.

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

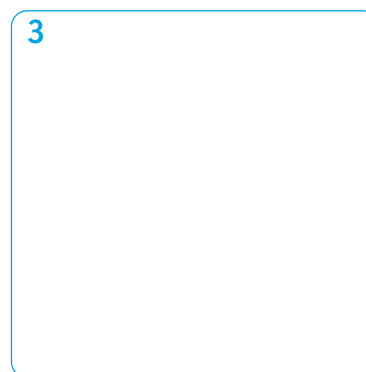
1



2



3



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

