

# DIARIO PARA MEJORAR



## MI AUTOESTIMA

### Ejercicio 1

*Estoy orgullosa de mí por:*

### Ejercicio 2

*Me perdono por:*

### Ejercicio 3

*Soy amable conmigo cuando:*

### Ejercicio 4

*Me merezco:*

### Ejercicio 5

*Agradezco:*

### Ejercicio 6

*Fluyo más, cuando:*

### Ejercicio 7

*Algo que amo de mí es:*

### Ejercicio 8

*Mis cualidades:*

### Ejercicio 9

*He aprendido a aceptar que:*