

Caricias escritas

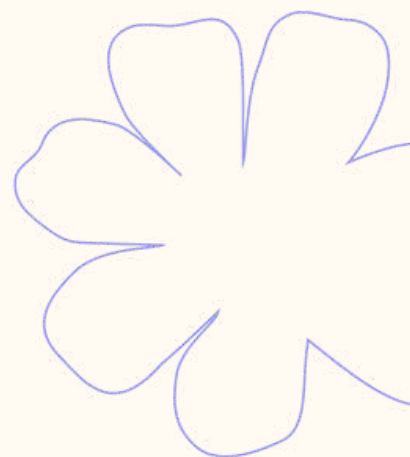
Menciona dos o tres cosas buenas de ti:

- 1.
- 2.
- 3.

Durante unos días, pregunta a las personas de tu entorno que escriban frases en positivo para ti:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.
- 16.
- 17.
- 18.
- 19.
- 20.

somos
estupendas.



Durante unos días, escribe todos los días algo bueno sobre ti o que te guste de ti:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.
- 16.
- 17.
- 18.
- 19.
- 20.

