

Reconociéndome

Cosas en las que soy bueno/a

1	
2	
3	

Halagos que he recibido

1	
2	
3	

Qué me gusta de mí

1	
2	
3	

Retos a los que me he enfrentado

1	
2	
3	

He ayudado a otros en

1	
2	
3	

Cosas que me hacen único/a

1	
2	
3	

Cosas que valoro en los demás

1	
2	
3	

Las personas que reconocen sus propias fortalezas tienden a conocerse mejor y cultivar una autoestima positiva.