





















| | |
|--|--|
| Yo soy suficiente. Soy especial. ¡Yo soy yo! | Soy capaz de cosas extraordinarias. |
| Soy valiente. Puedo hacer cualquier cosa. | Siempre seguiré intentándolo. |
| Soy creativo(a) y cariñoso(a). Soy único(a). | Soy digno(a) de todas mis esperanzas y sueños. |
| Estoy agradecido(a) por todos y cada uno de los días. | Mi cuerpo y mi mente son fuertes. Escucho cómo me siento. |
| No me comparo con los demás porque me gusta mucho ser yo. | Disfruto siendo yo mismo. La gente me quiere por lo que soy. |
| Elijo pensar positivamente y ver lo bueno en las situaciones. | Puedo tomar decisiones saludables. ¡Puedo y lo haré! |
| Elijo ser amable conmigo mismo y con los demás. | Estoy orgulloso(a) de quien soy. |
| Yo creo en mi mismo(a). Tengo esto. | ¡Tengo autoestima! Mi valor nunca cambia. |
| Aprendo de los desafíos y me hago más fuerte cada día. | ¡Hay algo increíblemente especial en ser yo mismo(a)! |
| Mi seguridad y felicidad importan. Yo import. | Soy la mejor versión de mí mismo. Mejoro cada día. |

| | |
|---|--|
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |