



# Mi Diario

Este diario le pertenece a:



**¿Cuál es una cosa de ti mismo de la que te sientes orgulloso hoy?**

---

---

---

---

---

---

**¿Qué cosas te gustan más de ti?**

---

---

---

---

---

---

---



**¿Cuál fue la última cosa positiva  
que alguien te dijo sobre ti?**

---

---

---

---

---

**¿Alguna vez alguien a quien  
admirabas cometió un error?  
¿Cómo lo superó?**

---

---

---

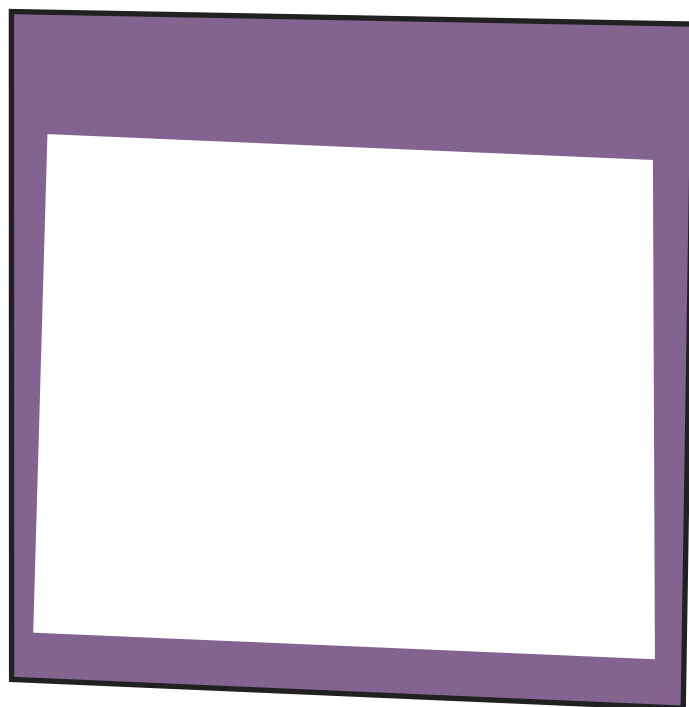
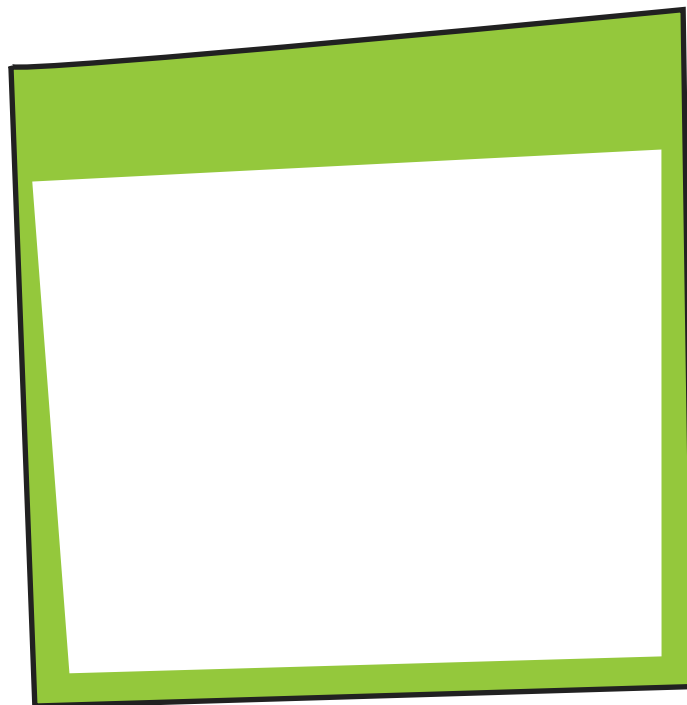
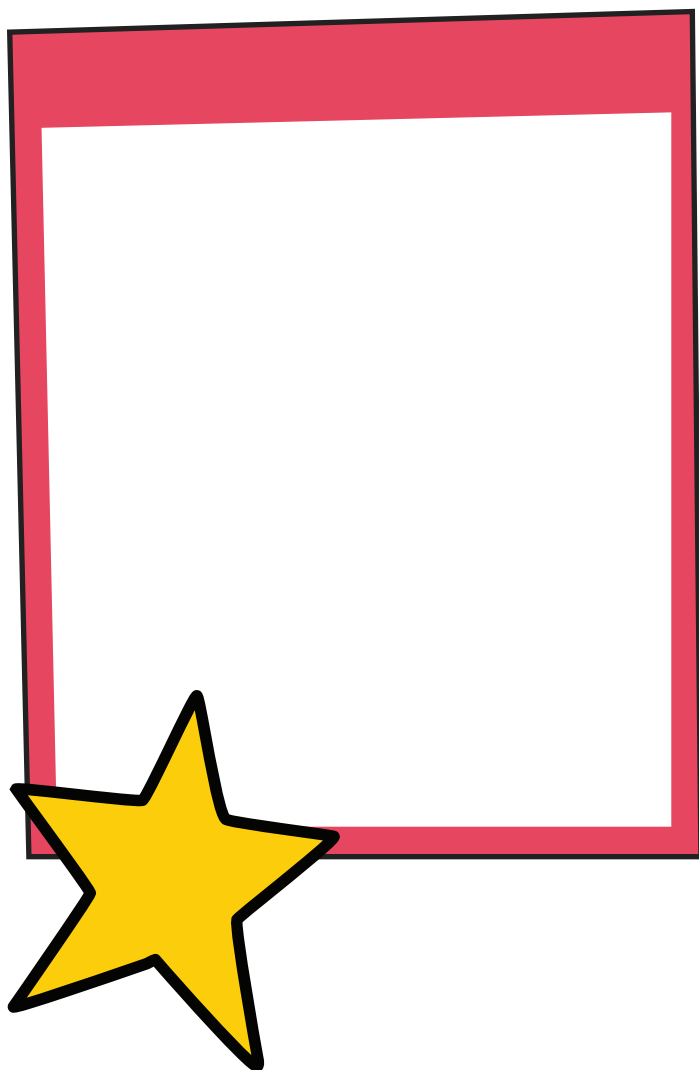
---

---

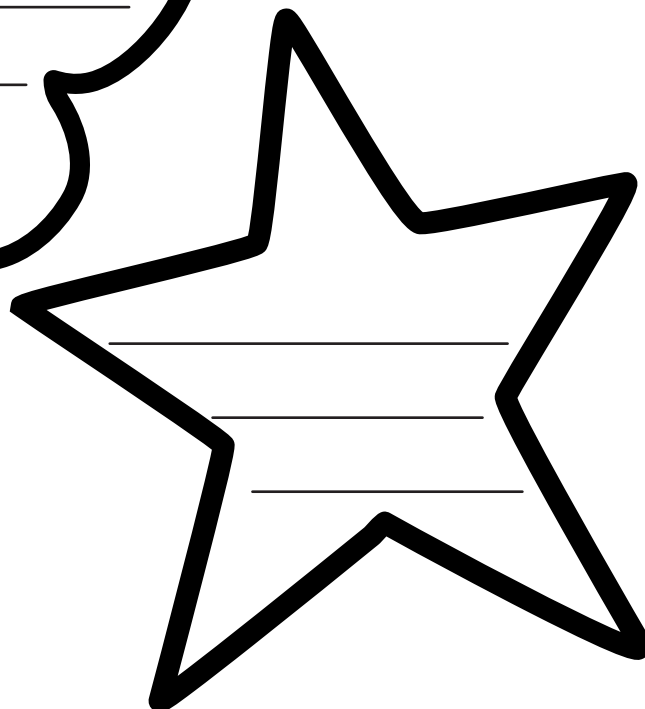
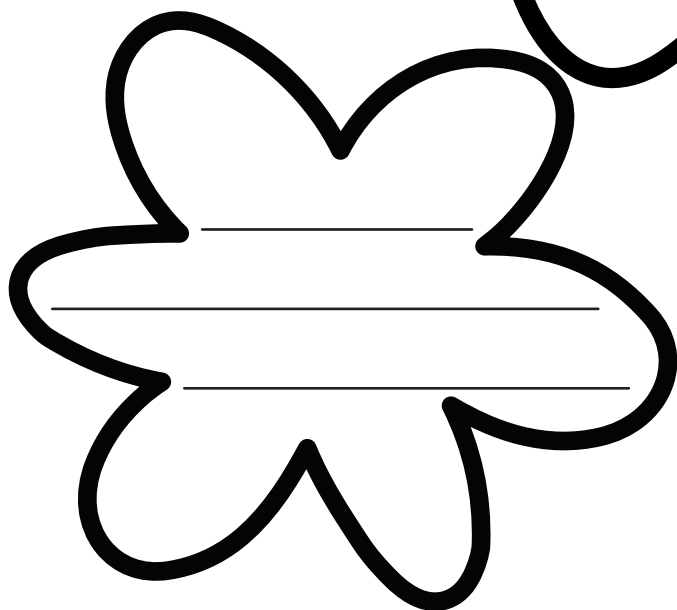
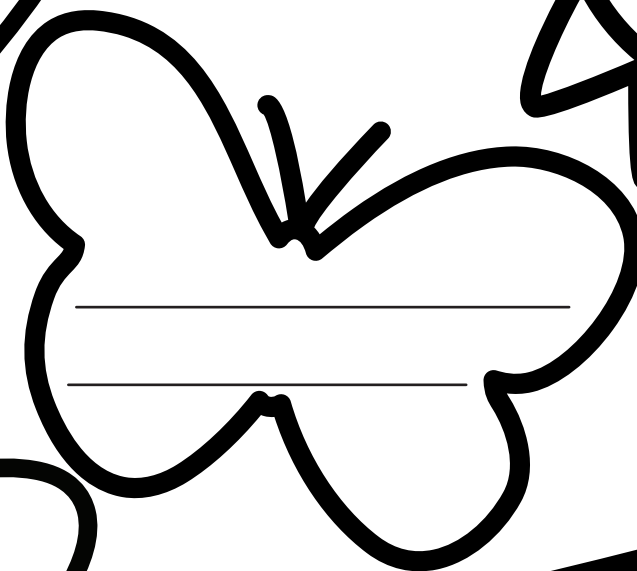
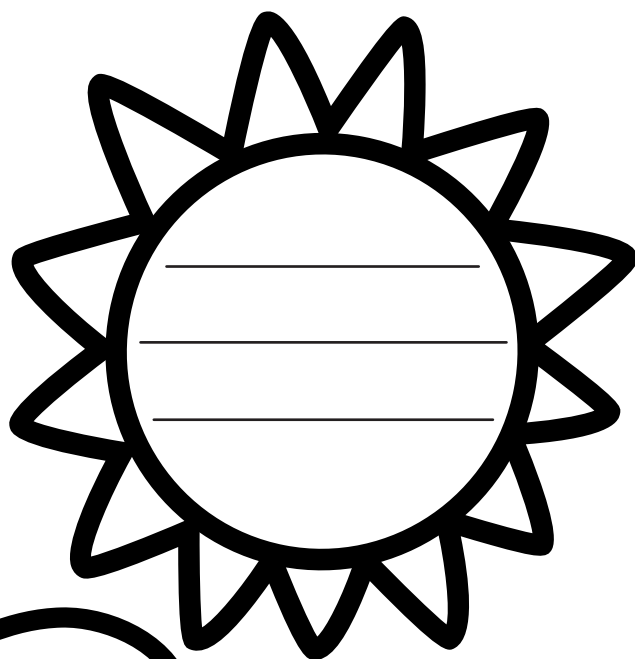
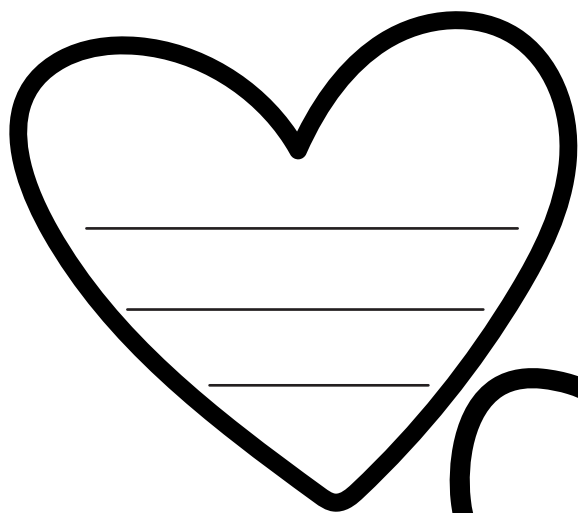
---



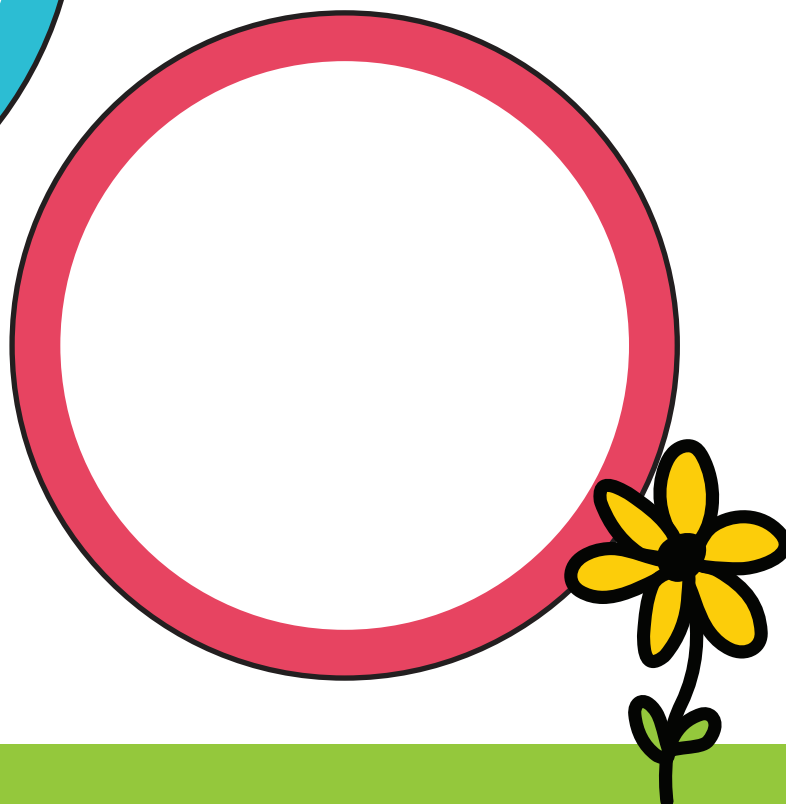
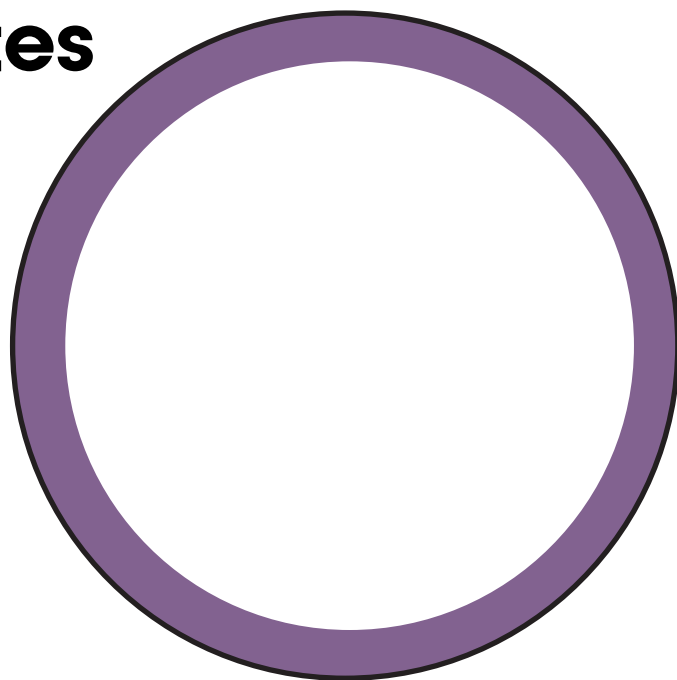
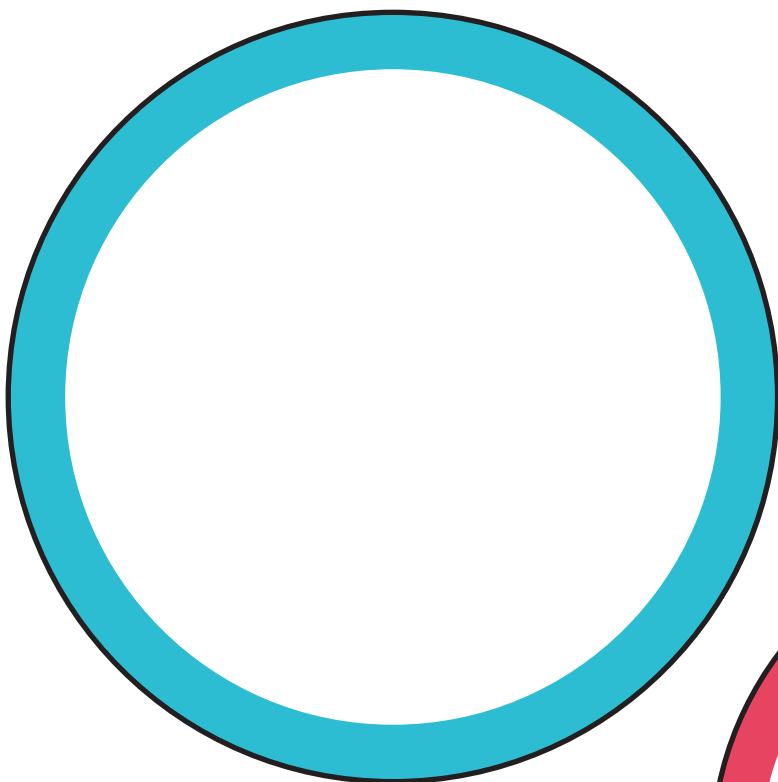
**Escribe 3 cosas  
que salieron  
bien hoy.**

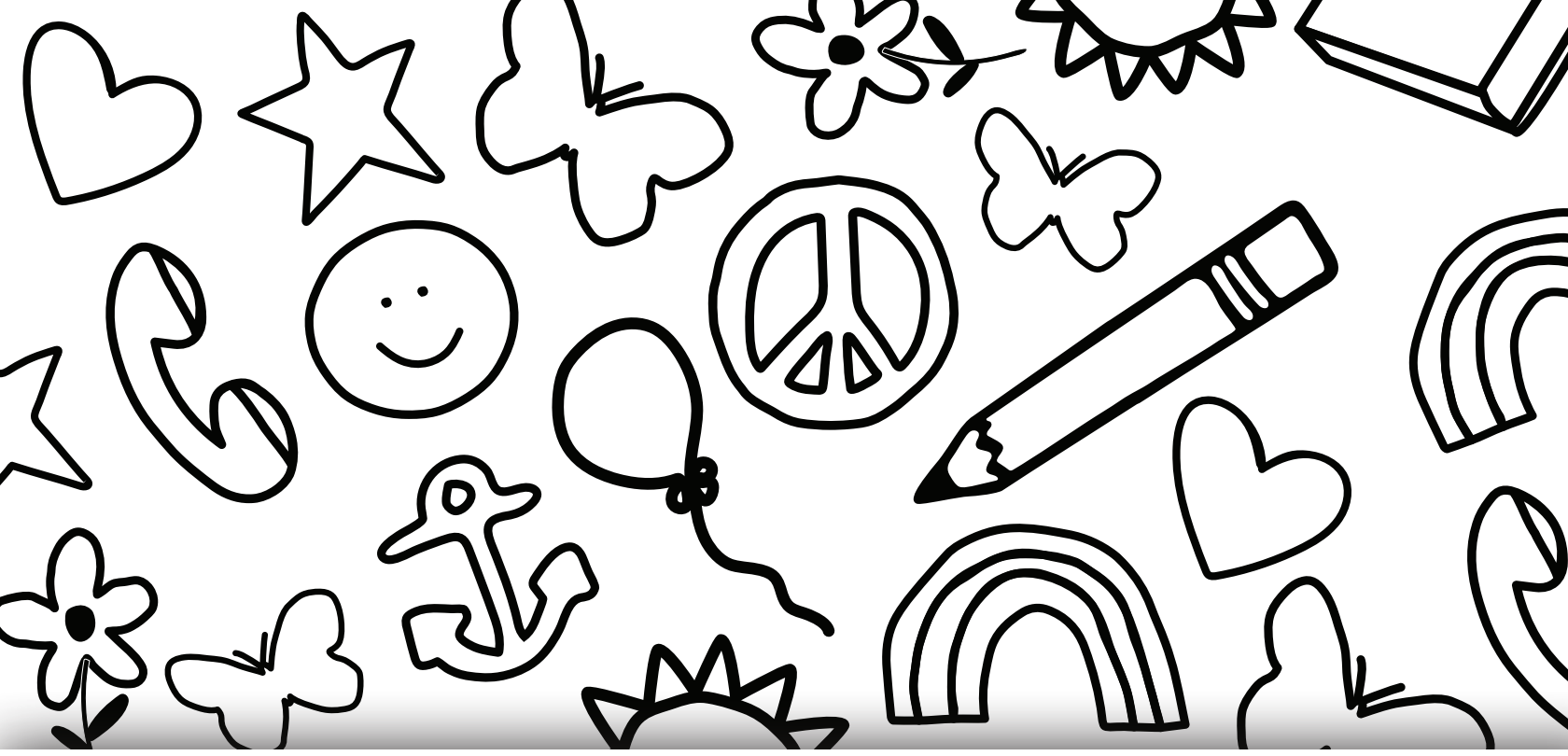


**Escribe 5 afirmaciones  
positivas para recordar.**



**Escribe o dibuja 3 cosas  
por las que te sientes  
agradecido.**





**The Kids  
Mental Health  
Foundation™**

**[KidsMentalHealthFoundation.org/es](https://KidsMentalHealthFoundation.org/es)**

