



AMOR PROPIO

El amor propio no es solo amarte y aceptarte, es cumplir tus sueños y hacer realidad la vida que deseas.



FECHA: ____

Recuerda y menciona los cumplidos que te ha hecho tu familia o personas que te quieren:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Menciona tus atributos:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Tu eres: _____
(Tu nombre)

1. YO SOY: _____

2. YO SOY: _____

3. YO SOY: _____

4. YO NO SOY: _____

5. YO NO SOY: _____

6. YO NO SOY: _____

Compromisos contigo:

1. Mi sueño es: _____

2. Que voy hacer para cumplirlo?

1. Me comprometo a: _____

2. Me Comprometo a: _____

3. Me Comprometo a: _____

4. Me Comprometo a: _____



Me comprometo a:

- Poner límites
- A decir NO
- Amarme
- Alejarme de personas que no me hacen bien
- Ponerme como prioridad
- Etc.

Amor propio

Toma la responsabilidad de hacerte cargo de ti y de tus sueños. También es un acto de amor propio, cuando piensas en ti y en tus sueños.

Pensar y querer algo no es suficiente. Hay que tomar acción.

No es solo amarte, es querer lo mejor para ti, y cumplir lo que te prometes.



Yo sueño con:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Cuáles son mis intenciones para acercarme a mis sueños?

Que acciones debo tomar para acercarme a mi sueños:

Que voy hacer?