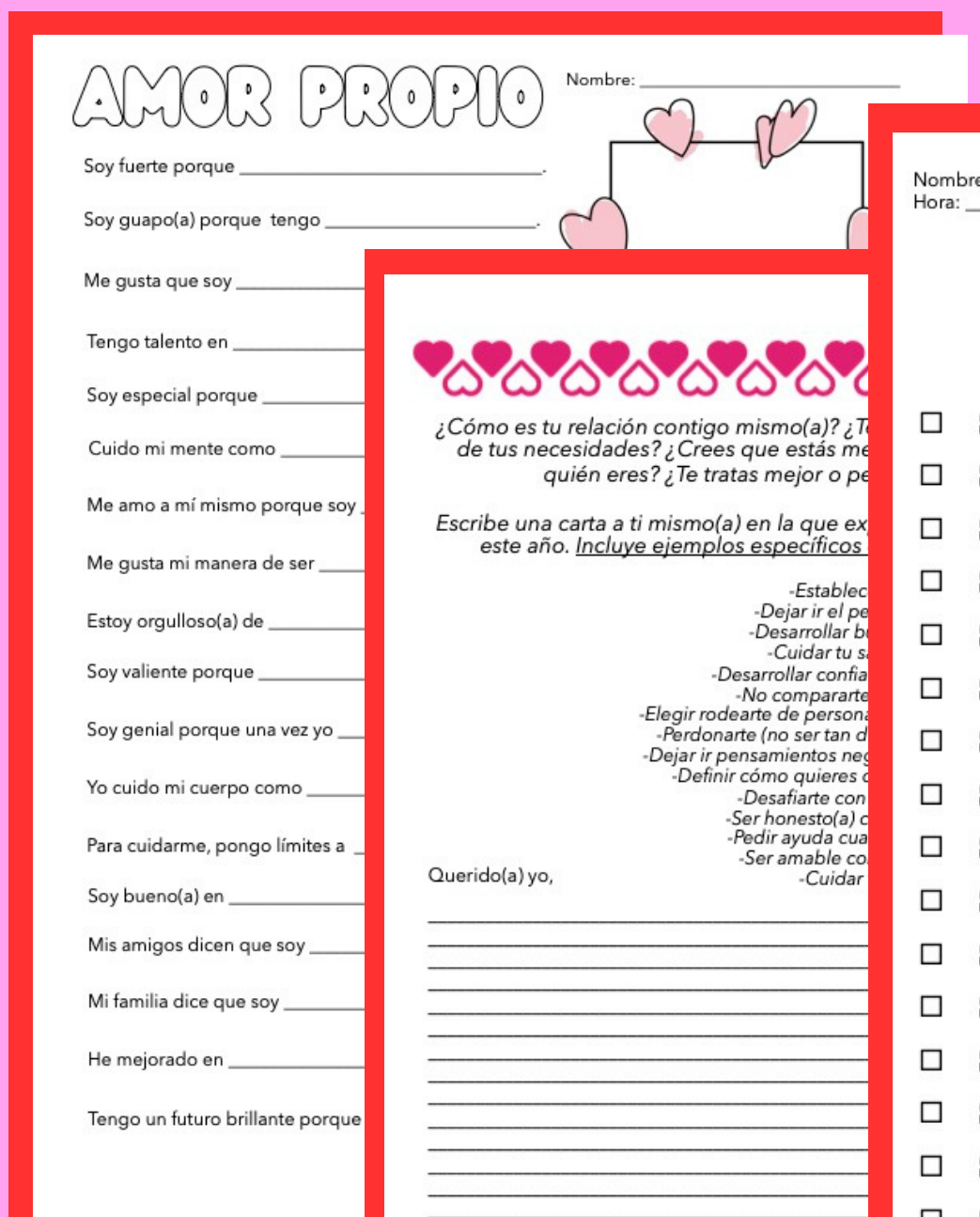
AMOR PROPIO WORKSHEETS



4 WORKSHEET PAGES INCLUDED



PRINT INDIVUAL PAGES OR AS A PACKET

Nombre: _____
Hora: _____



¿CUÁNTO TE CUIDAS?

☐ Sí ☐ No 1. Soy responsable de mi vida. Si no me gusta algo, lo cambio.

☐ Sí ☐ No 2. Creo que puedo ser y hacer lo que me proponga.

☐ Sí ☐ No 3. Tengo confianza respecto de quién soy. Me gusta ser yo.

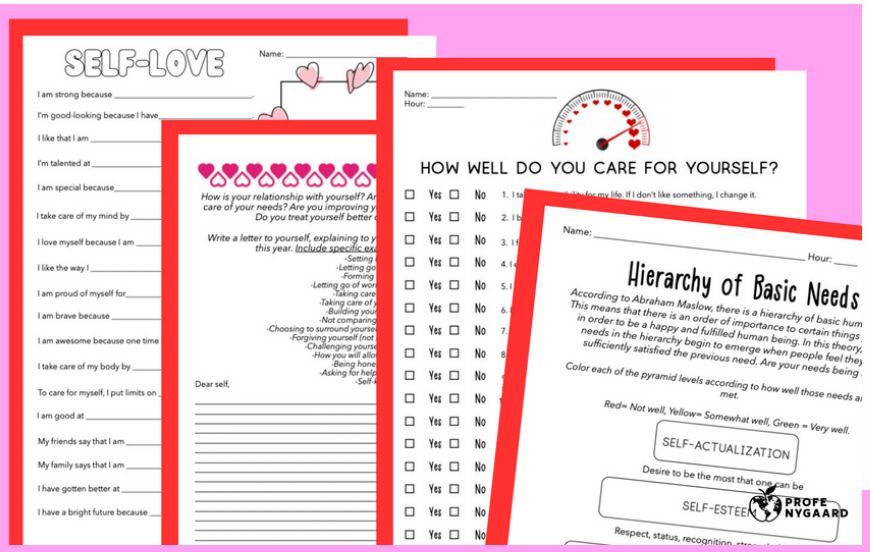
☐ Sí ☐ No 4. Me expreso sobre todos los aspectos de mi vida, incluso si eso incomoda otras personas.

☐ Sí ☐ No 5. Sé lo que me hace feliz y lo que me importa.

PROFE NYGAARD

ALSO AVAILABLE IN ENGLISH (SOLD SEPARATELY)

SELF-LOVE WORKSHEETS



PROFE NYGAARD