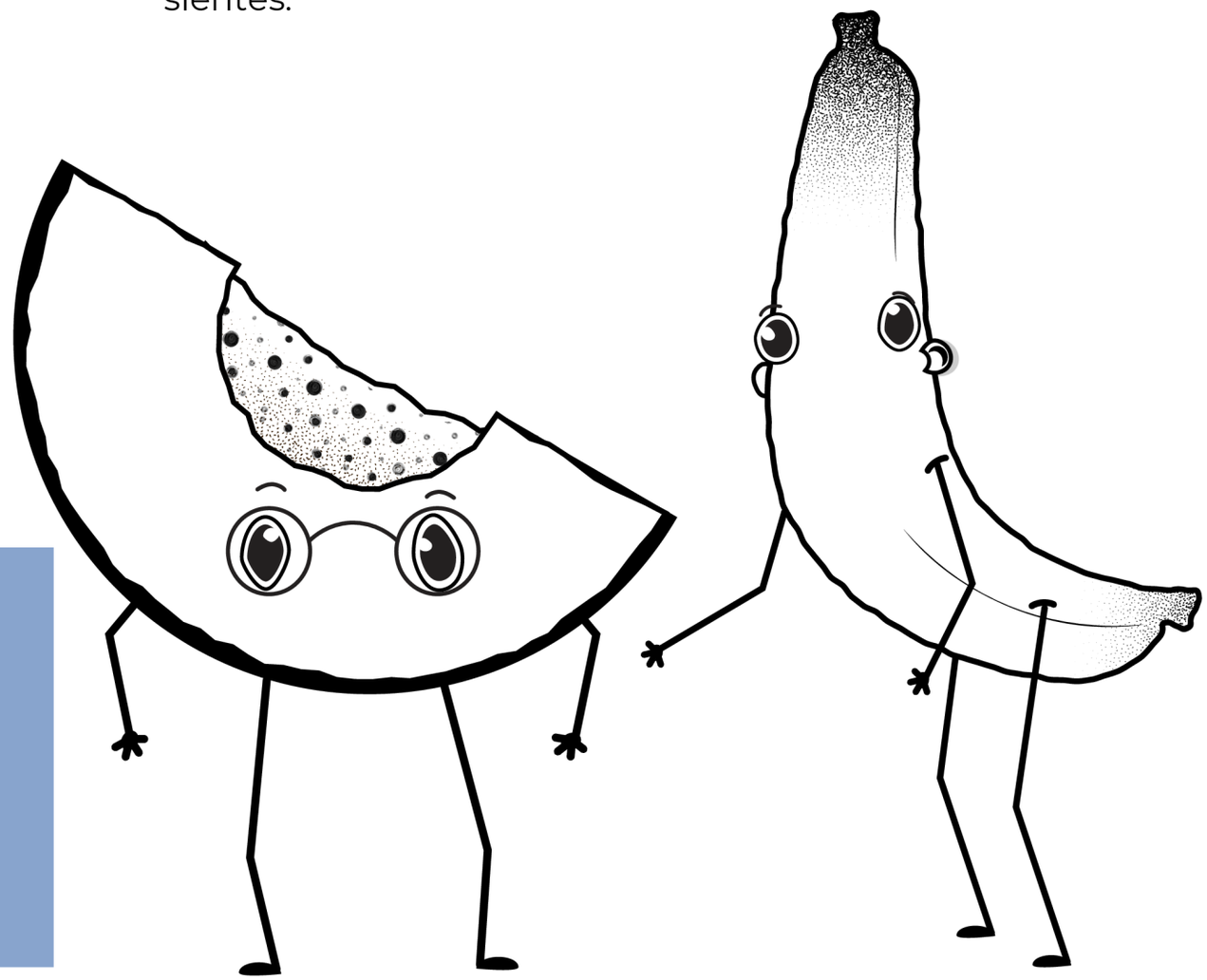
¡Escuche el podcast aquí!

TIEMPO TRANQUILO

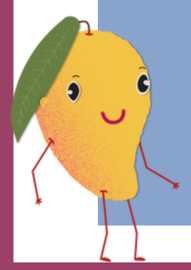
¿Cómo te sientes?

Dibuja expresiones en Melón y Plátano que se correspondan con cómo te sientes.



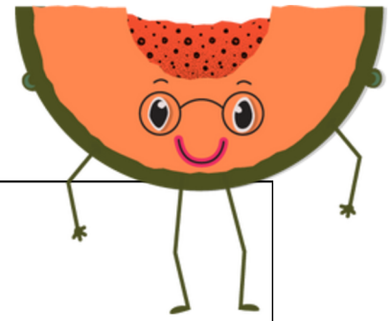
Pensamientos Tranquilos

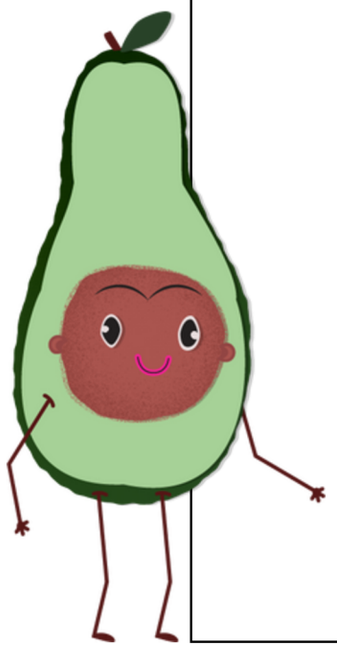
Soy amable
Soy de ayuda
Soy inteligente



TIEMPO TRANQUILO

Soy...





Termina esta afirmación positiva: Soy _____.
Las opciones de palabras pueden ser inteligente, valiente, con talento, capaz de cualquier cosa, un buen amigo, amable, ¡o lo que tú elijas!

Luego, haz un dibujo de ti mismo usando esta afirmación positiva.