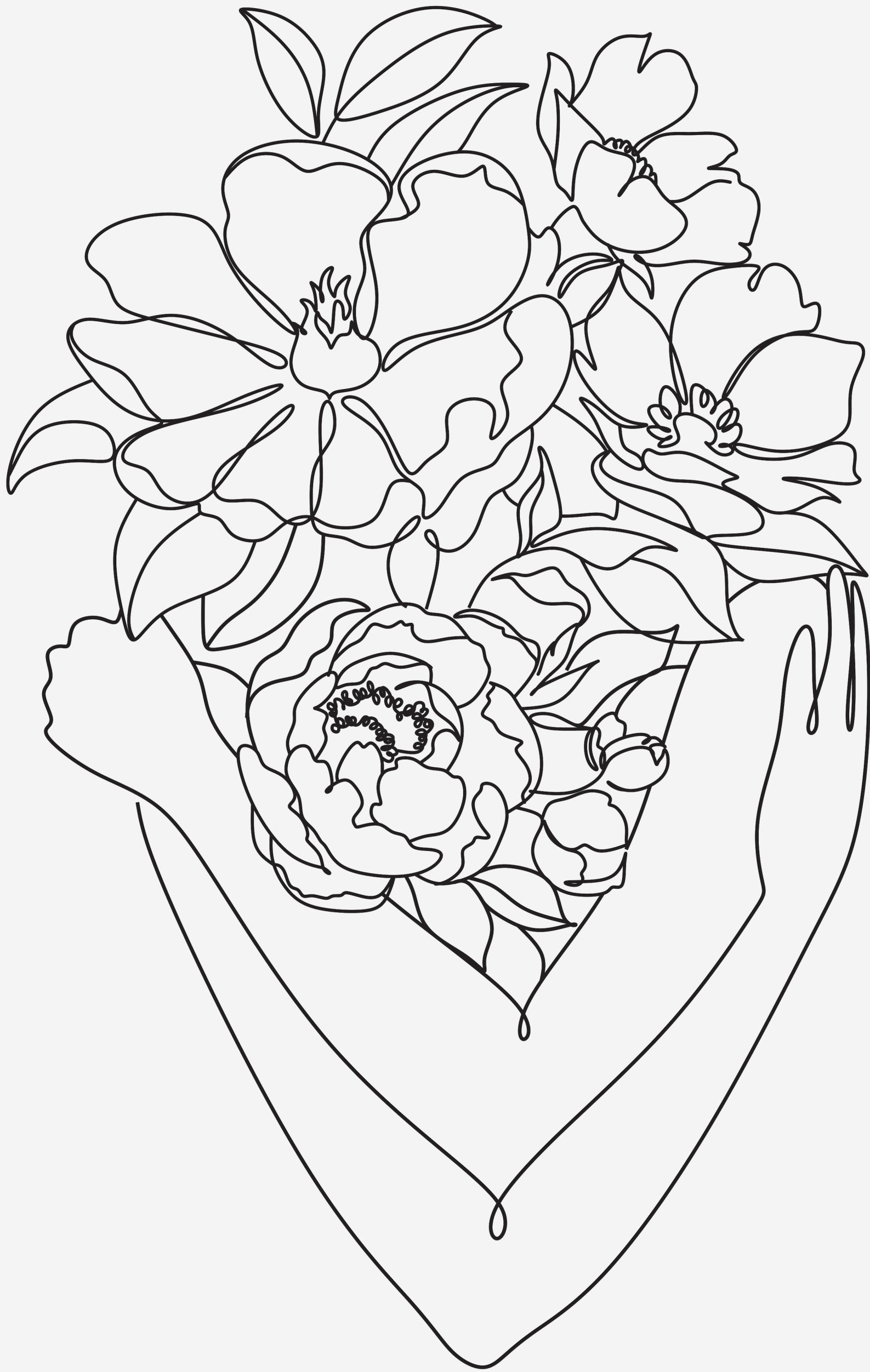


DIARIO DE
GRATITUD



@drnlmindskills

DR. IGLESIAS, PHD, LMHC

drnlmindskills.com

FECHA: _____

do. lu. ma. mi. ju. vi. sá.

Hoy soy agradecido/a por

- _____
- _____
- _____

Hoy me siento

Me gustaría sentirme

Afirmación de hoy

- _____
- _____
- _____
- _____

Algo de lo que estoy orgulloso/a

- _____
- _____
- _____
- _____

Notas / recordatorios:

Mañana espero

- _____
- _____
- _____
- _____

3 cosas buenas que pasaron hoy

- _____
- _____
- _____



EL FRASCO DE LA GRATITUD

