

¡ÍNDICE!



1. EL BOTIQUÍN DE LOS RECUERDOS..... 4

Tengo todo lo necesario para curar tus recuerdos tristes y dolorosos. ¿Te hago un chequeo?



2. #MEGUSTA #MEJORO..... 6

¿Lo hago o no lo hago? ¿Me ayuda a ser mejor o no? Deja de deshojar la margarita. Yo te ayudaré a descubrir lo mejor para ti.



3. EL CLUB DE LA RISA..... 8

Yo puedo ayudarte a reírte de tus mayores miedos o complejos, y superarlos. ¿Te atreves a embarcarte en este viaje?



4. GUIONISTA DE MI VIDA..... 10

Imagina que puedes cambiar algo del día de ayer y mejorarlo. ¡Yo te enseñaré cómo hacerlo!



5. MIS LISTAS DE MÚSICA..... 12

Soy la lista de éxitos de las acciones de tu vida. ¡Dale *play* a las acciones que te hacen ser mejor y haz que la música fluya!



6. EECTO DOMINÓ..... 14

¿A veces pierdes los nervios y todo se echa a perder? ¡Descubre mi truco para controlar la situación!



7. MI BÚSQUEDA DEL TESORO..... 16

Juntos encontraremos nuestros mayores tesoros y los guardaremos como si fueran oro.



8. MI DIARIO EMOCIONAL..... 18

¿Quieres conocerte mejor? ¡Apunta en mis hojas qué emociones has sentido esta semana y descubre sus causas!

9. RELATO..... 22

10. ENTREVISTA y ¿QUÉ APRENDISTE CON...?..... 30