

3

## Pilares de la Autoestima



### VIDA CONSCIENTE

Enfrentar la vida con una actitud proactiva, aceptar los errores y aprender de ellos.



### AUTOACEPTACIÓN

Amarse y aceptarse con virtudes y defectos, no sabotear los logros profesionales por creer que no se merecen.



### RESPONSABILIDAD

Comprender y aceptar que somos responsables de los comportamientos y decisiones que se tienen y de la felicidad propia.



### AUTOAFIRMACIÓN

Respetar las necesidades propias, buscando nuevas formas de hacer las cosas o de expresar lo que sentimos, pensamos y deseamos.

### VIDA CON PROPÓSITO



Utilizar las habilidades, virtudes y destrezas en función a un propósito que permita trascender en la vida.



### INTEGRIDAD

Vincular las creencias, valores, e ideales con el modo de ser y actuar, mostrando congruencia con la forma de ver el mundo.