

AUTOSTIMA



LE SEI COLONNE DELL'AUTOSTIMA

- - VIVERE CONSAPEVOLMENTE
- - ACCETTARE SE STESSI
- - ASSUMERSI LE RESPONSABILITA' DELLE PROPRIE SCELTE
- - AFFERMARE SE STESSI
- - PORSI DEGLI OBIETTIVI E SAPER COMBATTERE PER RAGGIUNGERLI
- - RIMANERE FEDELI AI VALORI CHE ABBIAMO SCELTO

L'AUTOSTIMA E':

- 1. FIDUCIA NELLE NOSTRE CAPACITA' DI PENSARE E DI SUPERARE LE SFIDE FONDAMENTALI DELLA VITA
- 2. FIDUCIA NEL NOSTRO DIRITTO AL SUCCESSO E ALLA FELICITA', NEL NOSTRO DIRITTO DI AFFERMARE LE NOSTRE NECESSITA' E DESIDERI, DI GODERE DEI NOSTRI SFORZI
- 3. LA SENSAZIONE DI VALERE E DI MERITARE TUTTO QUESTO

UNA SANA STIMA DI SE' PORTA ALLA:

- razionalità
- realismo
- intuito
- creatività
- indipendenza
- flessibilità
- capacità di gestire i cambiamenti
- desiderio di correggere gli errori
- benevolenza
- cooperazione