

# ESCALERA AL AMOR PROPIO

Para llegar al amor propio, tenemos que haber subido todos los niveles de esta escalera. ¿En cual escalón estás tú?

Llegaste!

6. AUTOESTIMA

¿Te respetas a ti mismo/a?

5. AUTORESPECTO

¿Aceptas todas las partes de ti?

4. AUTOACEPTACIÓN

¿Te valoras o juzgas?

3. AUTOEVALUACIÓN

¿Tienes un buen concepto de ti?

2. AUTOCONCEPTO

¿Te conoces a ti mismo/a?

1. AUTOCONOCIMIENTO

