Reflexiones

| **Propósito** | **Dimensión Emocional** | **Dimensión Social** | **Dimensión de Conocimiento** |
| --- | --- | --- | --- |
| Establecer una ruta posible de transformación personal | Reconoce tus emociones y permítete sentirlas sin juicio. | Conecta con personas que te inspiren y apoyen tu crecimiento. | Investiga sobre diferentes filosofías de vida y prácticas de crecimiento personal. |
| Desarrollar conocimiento de la condición humana en el espacio personal | Reflexiona sobre tus experiencias y cómo te han moldeado. | Participa en actividades comunitarias para entender diferentes perspectivas. | Lee libros de psicología y filosofía para comprender mejor el comportamiento humano. |
| Ate mi autopercepción desplegar habilidades hacia el desarrollo de mi potencial personal | Practica la autocompasión y valora tus fortalezas. | Aprende de personas que hayan superado obstáculos similares. | Realiza cursos y talleres que te ayuden a desarrollar habilidades específicas. |
| Orientar en un plan de satisfactores de las dimensiones humanas, de convivencia y armonía conmigo mismo y los demás | Cultiva relaciones saludables basadas en el respeto mutuo. | Contribuye al bienestar de tu comunidad con acciones positivas. | Investiga sobre técnicas de comunicación efectiva y resolución de conflictos. |

¡Tu viaje hacia el crecimiento personal está a punto de comenzar! Reconoce tus emociones, conecta con otros y busca conocimiento. Permítete crecer, valora tus habilidades y cultiva relaciones positivas. Con compromiso y acción, ¡puedes transformarte y vivir en armonía contigo mismo y los demás!