

Rasgos positivos de personalidad.

[tiburcio2] 😊 | 11:49, 29/Mar |

Dentro del marco de la Psicología positiva existe una línea de investigación centrada en las fortalezas y virtudes que favorecen el crecimiento humano, en donde es clave la clasificación elaborada por Peterson y Seligman (2004). Los autores sostienen que se pueden cultivar los rasgos mejores de carácter.

La clasificación propone 6 virtudes que comprenden 24 fortalezas:

Sabiduría y conocimiento, dentro de las que se incluyen creatividad, curiosidad, mentalidad abierta, amor por el conocimiento y perspectiva.

Coraje, que comprende valentía, perseverancia, vitalidad y autenticidad.

Humanidad, en las que figuran amabilidad, inteligencia social y amor.

Justicia, a la que pertenecen la capacidad de trabajar en equipo, equidad y liderazgo.

Templanza: Autorregulación, prudencia, perdón y modestia.

Trascendencia: Apreciación de la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, humor y espiritualidad.

Salud

PD algunos de los que andan por este mismo pantallazo ya lo practican, y eso que salen ganando.