



Forças Pessoais

A Psicologia Positiva acredita na felicidade como resultado de uma vida virtuosa.

Partindo desse princípio, e após compilarem e estudarem mais de duzentos códigos de conduta das culturas oriental e ocidental os pesquisadores chegaram a seis virtudes: **sabedoria, coragem, humanidade, justiça, temperância e transcendência.**

O próximo passo surgiu do questionamento:

Quais as características que um ser humano deveria ter para conquistar estas virtudes?

Os pesquisadores chegaram, assim, as 24 características, as quais chamaram de forças pessoais.

A Psicologia Positiva acredita que todos temos nossas forças pessoais, que em síntese é aquilo que de melhor temos a oferecer ao mundo.

É claro que temos outras qualidades além de nossas forças pessoais. Contudo, somente as forças são derivadas das chamadas virtudes ubíquas (que aparecem em todas as culturas)

Então agora é de conhecer suas forças e abusar delas !

Pois...há anos estudiosos têm comprovado que reforçar os pontos fortes pode ser bem mais promissor do que desenvolver os fracos.

Faça o "VIA Survey", o único levantamento científico gratuito das forças de caráter no mundo.

<https://www.viacharacter.org/survey/account/register>

É simples, e após uns 15 minutos descubra seus maiores pontos fortes.

E acredite pesquisas comprovam que usar os pontos fortes pode ajudá-la(o) a:

- ✓ Aumentar a felicidade e o bem-estar
- ✓ Encontrar significado e propósito
- ✓ Impulsionar os relacionamentos
- ✓ Gerenciar estresse e saúde
- ✓ Cumprir objetivos

Teste e verá

Seja a melhor pessoa que puder ser ! Maximizando suas forças e sendo mais feliz!

Gratidão

Bia Nóbrega