

EP 010

PUNCTELE FORTE DE CARACTER

SHOW NOTES



OBIECTIV

> Dezvoltarea abilității de a îți înțelege punctele forte ale caracterului.

ÎNȚELEGEREA PUNTELOR FORTE DE CARACTER

> Virtuțile și punctele forte ale caracterului sunt esențiale în inteligența emoțională. Studiul VIA (www.viacharacter.org) este testul de personalitate validat psihometric, utilizat în această știință a psihologiei. Această examinare măsoară forța caracterului unui individ: capacitățile personale de bază pentru gândire, simțire și comportare în moduri pozitive.

> 250 de studii de cercetare au fost realizate cu privire la punctele forte ale caracterului, scoțând la suprafață capacitățile pozitive legate de fericire și succes. Există 24 de puncte forte ale caracterului grupate în șase categorii de virtuți.

PUNCTELE FORTE ALE CARACTERULUI

- > **Virtutea unu. Înțelepciune și Cunoaștere.** 1. Curiozitate / interes față de lume. 2. Dragoste pentru a învăța. 3. Judecată / gândire critică / deschidere. 4. Creativitate / originalitate / inteligență practică / inteligență obținută în afara școlii. 5. Inteligență socială / inteligență personală. 6. Perspectivă.
- > **Virtutea doi. Curaj.** 7. Bravură/ vitejie. 8. Perseverență / tărie de caracter/ vigoare/ sărguință. 9. Onoare/ integritate / sinceritate.
- > **Virtutea trei. Unmanitate și dragoste.** 10. Bunătate / generozitate. 11. Iubire și permisiune de a fi iubit. 12. Lucrul în echipă / ascultare / loialitate. 13. Corectitudine / echitate. 14. Leadership.
- > **Virtutea patru. Cumpătare.** 15. Auto-reglementare / autocontrol. 16. Prudență / Discreție / Atenție. 17. Smerenie / modestie.
- > **Virtutea cinci. Transcenența.** 18. Aprecieri a frumuseții și a excelenței. 19. Recunoștință. 20. Speranță / Optimism / Conștiință de viitor. 21. Spiritualitate / Discernământ / Credință / Religie. 22. Iertare / Milă. 23. Umor / spirit jovial. 24. Ardoare/ pasiune / entuziasm.

APLICAȚIE

> Efectuează testul punctelor de caracter pe site-ul organizației VIA (www.viacharacter.org), varianta gratuită, și bucură-te de primele 10 puncte forte ale caracterului tau, apoi dezvoltă un plan să le dezvolti pe ultimele trei.

RESURSE

- > Mai multe de la Dr Natanael Costea: www.eq.org.au
- > Abonează-te pe [Apple Podcasts](#)
- > Abonează-te pe [Google Play](#)

CONECTEAZĂ-TE

- > Facebook: www.facebook.com/eq.org.au
- > Instagram: www.instagram.com/eq.org.au

PARTENER

www.masatto.ro

