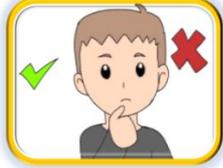


ÁREA 2 NORTE DE OPERACIÓN Y GESTIÓN
SERVICIO DE ASESORÍA Y ACOMPAÑAMIENTO A LAS ESCUELAS
LAS 24 FORTALEZAS DE SELIGMAN

No	Fortaleza	Actitudes	Ejemplo
1	Brío, pasión, entusiasmo	Afrontar la vida con entusiasmo y energía. Hacer las cosas con convicción y dando todo de uno mismo. Vivir la vida como una apasionante aventura, sintiéndose vivo y activo.	
2	Inteligencia social, personal, emocional	Ser consciente de las emociones y sentimientos tanto de uno mismo como de los demás, saber cómo comportarse en las diferentes situaciones sociales, saber qué cosas son importantes para otras personas, tener empatía.	
3	Perseverancia	Terminar lo que uno empieza. Persistir en una actividad, aunque existan obstáculos. Obtener satisfacción por las tareas emprendidas y que consiguen finalizarse con éxito.	
4	Liderazgo	Animar al grupo del que uno es miembro para hacer cosas, así como reforzar las relaciones entre las personas de dicho grupo. Organizar actividades grupales y llevarlas a buen término.	
5	Espiritualidad, propósito, fe, religiosidad	Pensar que existe un propósito o un significado universal en las cosas que ocurren en el mundo y en la propia existencia. Creer que existe algo superior que da forma o determina nuestra conducta y nos protege.	
6	Perdón, clemencia	Capacidad de perdonar a aquellas personas que han actuado mal, dándoles una segunda oportunidad, no siendo vengativo ni rencoroso.	
7	Valor, valentía	No dejarse intimidar ante la amenaza, el cambio, la dificultad o el dolor. Ser capaz de defender una postura que uno cree correcta, aunque exista una fuerte oposición por parte de los demás, actuar según las propias convicciones, aunque eso suponga ser criticado. Incluye la fuerza física, pero no se limita a eso.	
8	Gratitud	Ser consciente y agradecer las cosas buenas que a uno le pasan. Saber dar las gracias.	



ÁREA 2 NORTE DE OPERACIÓN Y GESTIÓN
SERVICIO DE ASESORÍA Y ACOMPAÑAMIENTO A LAS ESCUELAS
LAS 24 FORTALEZAS DE SELIGMAN

No	Fortaleza	Actitudes	Ejemplo
9	Bondad, generosidad	Hacer favores y buenas acciones para los demás, ayudar y cuidar a otras personas.	
10	Juicio, pensamiento crítico, mentalidad abierta	Pensar sobre las cosas y examinar todos sus significados y matices. No sacar conclusiones al azar, sino tras evaluar cada posibilidad. Estar dispuesto a cambiar las propias ideas con base en la evidencia.	
11	Prudencia, discreción, cautela	Ser cauteloso a la hora de tomar decisiones, no asumiendo riesgos innecesarios ni diciendo o haciendo nada de lo que después uno se pueda arrepentir.	
12	Curiosidad e interés por el mundo	Tener interés por lo que sucede en el mundo, encontrar temas fascinantes, explorar y descubrir nuevas cosas.	
13	Autocontrol	Tener capacidad para regular los propios sentimientos y acciones. Tener disciplina y control sobre los impulsos y emociones.	
14	Integridad, autenticidad, honestidad	Ir siempre con la verdad por delante, no ser pretencioso y asumir la responsabilidad de los propios sentimientos y acciones emprendidas.	
15	Amor por el conocimiento	Llegar a dominar nuevas materias y conocimientos, tendencia continua a adquirir nuevos aprendizajes.	
16	Picardía y sentido del humor	Gusto por la risa y las bromas, hacer sonreír a otras personas, ver el lado positivo de la vida.	



ÁREA 2 NORTE DE OPERACIÓN Y GESTIÓN
SERVICIO DE ASESORÍA Y ACOMPAÑAMIENTO A LAS ESCUELAS
LAS 24 FORTALEZAS DE SELIGMAN

No	Fortaleza	Actitudes	Ejemplo
17	Ingenio, originalidad, inteligencia práctica, perspicacia	Pensar en nuevos y productivos caminos y formas de hacer las cosas. Incluye la creación artística, pero no se limita exclusivamente a ella.	
18	Humildad, modestia	Dejar que sean los demás los que hablen de uno mismo, no buscar ser el centro de atención y no creerse más especial que los demás.	
19	Perspectiva	Ser capaz de dar consejos sabios y adecuados a los demás, encontrando caminos no solo para comprender el mundo, sino para ayudar a comprenderlo a los demás.	
20	Civismo, deber, trabajo en equipo, lealtad	Trabajar bien dentro de un equipo o grupo de personas, ser fiel al grupo y sentirse parte de él.	
21	Disfrutar de la belleza y la excelencia	Saber apreciar la belleza de las cosas, del día a día, o interesarse por aspectos de la vida como la naturaleza, el arte, la ciencia...	
22	Amarse y dejarse amar	Tener importantes y valiosas relaciones con otras personas, en particular con aquellas en las que el afecto y el cuidado son mutuos. Sentirse cercano y apegado a otras personas.	
23	Imparcialidad y equidad	Tratar a todas las personas como iguales en consonancia con las nociones de equidad y justicia. No dejar que los sentimientos personales influyan en decisiones sobre los otros, dando a todo el mundo las mismas oportunidades.	
23	Esperanza, optimismo, previsión	Esperar lo mejor para el futuro y trabajar para conseguirlo. Creer que un buen futuro es algo que está en nuestras manos conseguir.	

