

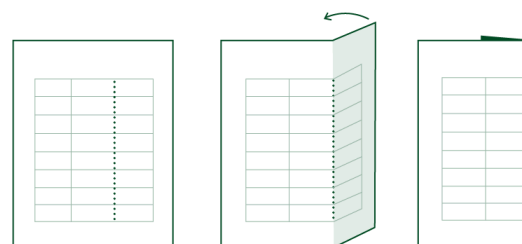


La Encuesta Instantánea de Fortalezas del Carácter del Proyecto Positividad es una evaluación concisa diseñada para proporcionar a las personas una rápida comprensión de su perfil personal de fortalezas del carácter. Aunque es importante señalar que esta encuesta no ha sido sometida a validación académica, servirá como un valioso punto de partida para las personas interesadas en explorar sus fortalezas de carácter.

Instrucciones para la encuesta

Paso 1: Imprimir y doblar

Para obtener resultados más precisos, imprima la encuesta por una sola cara y dóblela por la línea de puntos verde oscura, de modo que la columna "Fortaleza del carácter" quede oculta al realizar la encuesta. Una vez completada la encuesta, puede desplegar cada página y revelar sus puntos fuertes.



Paso 2: Completar la encuesta

Para cada fila, utilice la clave siguiente y marque con un círculo el número que corresponda al grado de similitud de cada frase con usted.

- 1 = No se parece en nada a mí
- 2 = Un poco como yo
- 3 = Algo parecido a mí
- 4 = Me parezco mucho

Paso 3: Recuento de resultados

1. Desdoble el papel para revelar los puntos fuertes del carácter.
2. Por cada frase que haya marcado con un "4", escriba el punto fuerte correspondiente en "Fortalezas fiables" en la última página. Continúe, escribiendo 3 bajo "Fortalezas emergentes", 2 bajo "Fortalezas subutilizadas" y 1 bajo "Fortalezas que necesitan atención".

Paso 4: Su punto fuerte

1. Pregúnteselo a usted mismo: ¿Cuál es su punto fuerte (y por qué lo cree)?
2. Marque con una estrella su punto fuerte.

Frase	Tasa				Fuerza del carácter
	1	2	3	4	
Actúo incluso cuando las cosas me dan miedo.	1	2	3	4	Valentía (C)
Termino lo que empiezo incluso cuando las cosas son difíciles.	1	2	3	4	Perseverancia (C)
Me importa más ser fiel a mí mismo que ser popular.	1	2	3	4	Integridad (C)
Me siento lleno de energía y entusiasmado con la vida normalmente.	1	2	3	4	Entusiasmo (C)
Estar muy cerca de una o más personas es muy importante para mí.	1	2	3	4	Amor (H)
Me gusta ayudar a los demás, aunque ellos no puedan ayudarme.	1	2	3	4	Amabilidad (H)
Comprendo los pensamientos, sentimientos y acciones de los demás.	1	2	3	4	Inteligencia social (H)

FORTALEZAS DEL CARÁCTER ENCUESTA 6-12



**THE
POSITIVITY
PROJECT**

Frase	Tasa				Fuerza del carácter
Aprecio las cosas bellas que observo en la naturaleza, así como los diversos talentos de la gente.	1	2	3	4	Apreciación de la belleza y la excelencia (Tr)
Estoy agradecido por las personas de mi vida y por toda la ayuda que me han dado.	1	2	3	4	Gratitud (Tr)
Empiezo cada día creyendo que será un buen día.	1	2	3	4	Optimismo (Tr)
Disfruto riendo y haciendo reír y sonreír a los demás.	1	2	3	4	Humor (Tr)
Mi vida tiene sentido y lo que hago importa.	1	2	3	4	Propósito (Tr)
Tengo la capacidad de considerar la situación antes de responder.	1	2	3	4	Autocontrol (Te)
Planeo el futuro y logro mis objetivos tomando decisiones cuidadosas cada día.	1	2	3	4	Prudencia (Te)

Frase	Tasa				Fuerza del carácter
	1	2	3	4	
Dejo que mi trabajo hable por sí mismo, no presumo ni busco protagonismo.	1	2	3	4	Humildad (Te)
No guardo rencores.	1	2	3	4	Perdón (Te)
Me gusta ser líder en mis grupos.	1	2	3	4	Liderazgo (J)
Creo que todas las personas tienen valor y merecen ser respetadas.	1	2	3	4	Equidad (J)
Soy fiable y me dedico a ayudar a mi equipo a alcanzar sus objetivos.	1	2	3	4	Trabajo en equipo (J)
Creo que es importante considerar todas las partes y opiniones antes de actuar.	1	2	3	4	Perspectiva (W)
Me emociona aprender algo nuevo.	1	2	3	4	Amor por aprender (W)

Frase	Tasa				Fuerza del carácter
	1	2	3	4	
Creo que está bien cambiar de opinión.	1	2	3	4	Mentalidad abierta (W)
Disfruto explorando nuevas ideas, lugares y actividades.	1	2	3	4	Curiosidad (W)
Me gusta pensar y hacer las cosas de forma original.	1	2	3	4	Creatividad (W)

Fortalezas fiables (4)	Fortalezas emergentes (3)	Fortalezas subutilizadas (2)	Fortalezas que necesitan atención (1)
Las fortalezas fiables son las cosas en las que somos realmente buenos y las hacemos sistemáticamente. Estas fortalezas nos aportan éxito y felicidad. Nos facilitan afrontar retos, hacer amigos y alcanzar nuestros objetivos con confianza.	Las fortalezas emergentes son las cosas en las que mejoramos. Tienen mucho potencial para hacernos aún más fuertes y tener un impacto positivo en nuestras vidas. Cuando trabajamos en estas fortalezas, podemos mejorarlas y hacer que nuestra vida sea aún mejor.	Las fortalezas subutilizadas son aquellas en las que somos buenos pero que no utilizamos tanto como podríamos. A veces, ni siquiera nos damos cuenta de lo buenos que somos en ellas. Prestar más atención a estos puntos fuertes y utilizarlos más a menudo puede ayudarnos a descubrir nuevos talentos, aprender cosas nuevas y tener más éxito.	Las fortalezas que necesitan atención son las cosas que se nos dan bien, pero que necesitamos practicar y mejorar. Si les prestamos más atención y trabajamos en ellas, pueden mejorar aún más. Centrarnos en estos puntos fuertes puede ayudarnos a alcanzar mayores niveles de éxito, a tener mejores relaciones con los demás y a vivir una vida más feliz.

FORTALEZAS DEL CARÁCTER ENCUESTA 6-12



THE
**POSITIVITY
PROJECT**



Para obtener más información sobre sus resultados, escanee el código QR o visite
<https://posproject.org/character-strengths/>