

1. Apreciação da beleza e excelência

Observas e aprecias a beleza, a excelência e/ou a competência em todos os domínios da vida, da natureza à arte, à matemática, à ciência, à experiência do dia-a-dia.

2. Gratidão

Estás consciente das coisas boas que te acontecem e nunca as tomas como garantidas. Os teus amigos e familiares sabem que és uma pessoa grata porque tens sempre tempo para expressar a tua gratidão.

3. Gostar de aprender

Adoras aprender coisas novas, quer nas aulas, quer sozinho(a). Sempre adoraste a escola, ler e visitar museus. Consideras que em qualquer lugar existe uma oportunidade para aprender.

4. Entusiasmo

Independentemente do que fazes, fá-lo com grande entusiasmo e energia. Nunca fazes nada de forma incompleta ou com desânimo. Para ti a vida é uma aventura.

5. Perdão

Perdoas aqueles que te fizeram mal. Dás sempre uma segunda oportunidade às pessoas. O princípio que te guia é a misericórdia e não a vingança.

6. Esperança

Esperas o melhor do futuro e esforças-te para alcançá-lo. Acreditas que o futuro é algo que podes controlar.

7. Curiosidade

Tens curiosidade acerca de tudo. Estás sempre a fazer perguntas e consideras todos os assuntos e temas fascinantes. Gostas de explorar e descobrir.

8. Coragem

És uma pessoa corajosa que não se deixa intimidar com ameaças, desafios, dificuldades ou sofrimento. Defendes o que está certo, mesmo que os outros não concordem. Ages de acordo com as tuas convicções.

9. Trabalho em equipa

Sobressais como membro de um grupo. És um colega de equipa leal e dedicado(a), fazes sempre a tua parte e esforças-te bastante para o sucesso do grupo.

10. Criatividade

Pensar em novas formas de fazer as coisas é uma componente importante acerca de quem tu és. Nunca ficas satisfeito(a) por fazer as coisas de forma convencional quando existe uma alternativa melhor.

11. Humor

Gostas de rir e provocar. Para ti é importante fazer sorrir as outras pessoas. Tentas ver o lado positivo de todas as situações.

12. Auto-regulação

Inclui auto-regulação. De uma forma consciente regulas o que sentes e o que fazes. És uma pessoa disciplinada. Controlas as tuas vontades e emoções e não o contrário.

13. Inteligência Social

Estás consciente das motivações e sentimentos das outras pessoas. Sabes o que fazer para te adaptares a diferentes situações sociais e para deixar os outros à vontade.

14. Perspetivar

Apesar de não te considerares uma pessoa sábia, é esta a imagem que os teus amigos têm de ti. Eles valorizam a tua perspectiva acerca das coisas e recorrem a ti para te pedir conselhos. A tua forma de ver o mundo faz sentido para os outros e para ti próprio(a).

15. Prudência

És uma pessoa cuidadosa e as tuas escolhas são consistentemente prudentes. Não dizes ou fazes coisas que te possas vir a arrepender.

16. Justiça

Tratar os outros com justiça é um dos teus princípios básicos. Não permites que os teus sentimentos influenciem nas tuas decisões acerca dos outros. Dás uma oportunidade a todos.

17. Honestidade

És uma pessoa honesta, não só por falares a verdade, mas por viveres a tua vida de uma forma genuína e autêntica. És uma pessoa com os pés assentes na terra e sem vaidades. És uma pessoa verdadeira.

18. Perseverança

Esforças-te bastante para terminar o que começaste. Independentemente do projecto,

consegues sempre terminá-lo a tempo oportuno. Não te distraís enquanto trabalhas e obténs satisfação ao concluir as tarefas.

19. Bondade

És bondoso(a) e generoso(a) para com os outros e nunca estás demasiado ocupado(a) para fazer um favor. Gostas de praticar boas acções aos outros, mesmo que não os conheças muito bem.

20. Espiritualidade

Tens crenças fortes e coerentes acerca do propósito e significado superiores do universo. Sabes qual é o teu lugar num sistema mais alargado. As tuas crenças influenciam as tuas acções e são uma fonte de conforto para ti.

21. Amor

Valorizas relações de proximidade com os outros, especialmente aquelas em que a partilha e o cuidar são recíprocos. As pessoas a quem te sentes mais próximo são aquelas que se sentem mais próximas de ti.

22. Discernimento

Inclui pensamento crítico e critério. Pensar aprofundadamente acerca das coisas e examiná-las em todas as perspectivas são aspectos importantes acerca de ti. Não te precipitas a tirar conclusões e baseias-te apenas em evidências sólidas para tomar decisões. És capaz de mudar de ideias.

23. Humildade

Não procuras ser o centro das atenções, preferindo que os teus talentos falem por si próprios. Não te consideras especial e os outros reconhecem e valorizam a tua modéstia.

24. Liderança

Sobressais nas tarefas de liderança: encorajas o grupo para fazer as coisas e manténs a harmonia entre os elementos do grupo ao fazer com que todos se sintam incluídos. Realizas um bom trabalho organizando actividades e vendo que elas se concretizam.