

## Inventario de Fortalezas Personales

### Instrucciones

Lee las siguientes descripciones de 24 fortalezas humanas. Todas las personas usan estas fortalezas en alguna ocasión. Lo que te pedimos es que marques la casilla que está al lado de las fortalezas que sean una parte absolutamente esencial de quien eres, que definen quién eres como persona, que son parte de lo que eres. Por ejemplo, alguien que ha dedicado su vida a ayudar a los demás podría marcar la bondad como una de sus fortalezas esenciales; alguien que es capaz de entender muy bien a otras personas podría considerar que la inteligencia social es una parte clave de lo que es, y alguien que constantemente está buscando información nueva podría considerar el amor por el aprendizaje como algo fundamental. Como hace la mayoría de las personas, marca solo aquellas fortalezas que consideras más esenciales.

Algunas personas creen que ninguna de estas fortalezas es más definitoria de quienes son que otras. Si ese es el caso, no marques ninguna de las casillas y en la última línea maque la frase: “Ninguna de estas características es una parte más esencial de lo que soy que otras”.

Por favor describe a la persona que eres, NO a la persona que te gustaría ser. Piensa en tu vida en general, no en cómo te has comportado en una o dos situaciones.

### Fortalezas del carácter

1. Creatividad: Los demás te ven como una persona creativa; ves, haces y/o creas cosas útiles; se te ocurren formas originales para resolver problemas y para ser productivo.
2. Curiosidad: te gusta explorar; buscas lo novedoso; te interesan las actividades, ideas y personas nuevas; estás abierto a tener nuevas experiencias.
3. Buen juicio/ Pensamiento crítico: Eres una persona analítica; examinas las cosas desde todos los ángulos; no llegas a conclusiones prematuramente, sino que tratas de tener en cuenta toda la información para tomar una decisión.
4. Amor por el aprendizaje: Suelen encontrar maneras de profundizar tu conocimiento y tus experiencias; constantemente buscas nuevas oportunidades para aprender; te apasiona ampliar tus conocimientos
5. Perspectiva/ Sabiduría: Ves las cosas desde una perspectiva amplia; otras personas recurren a ti para pedirte consejo; ayudas a otros a entender el mundo; aprendes de tus errores.
6. Valentía: Te enfrentas a tus miedos y superas los retos y las adversidades; defiendes lo que es correcto; el dolor, la tensión o la confusión no te echan para atrás.
7. Perseverancia: Sigues siempre hacia adelante cuando tienes en mente una meta; tratas de superar todos los obstáculos; terminas lo que empiezas.
8. Honestidad: Eres una persona muy íntegra y auténtica; dices la verdad, aunque duela; te presentas ante los demás de forma sincera; te haces responsable de tus actos.
9. Entusiasmo: Tienes entusiasmo por la vida; eres una persona con mucha energía y muy activa; aprovechas tu energía al máximo.

10. Amor/Cariño: eres una persona cálida y auténtica con los demás; no solo compartes tu cariño, sino que estás abierta a recibir el amor de los otros; valoras crear relaciones de cercanía e intimidad con otras personas.
11. Bondad: Haces cosas buenas por los demás; ayudas y cuidas a otras personas; eres generoso; tienes compasión y entrega.
12. Inteligencia social: Pones mucha atención a los detalles de las relaciones sociales y los sentimientos de los demás; intuyes bien lo que mueve o motiva a los demás; sabes qué hacer y qué decir en cualquier situación social.
13. Trabajo en equipo: eres una persona participativa y colaboradora en grupos y equipos; eres leal a tu grupo; muestras un gran sentido del deber con tu grupo; siempre haces lo que te corresponde.
14. Imparcialidad: Crees firmemente que todos deberían tener las mismas oportunidades; no dejas que tus sentimientos personales influyan en tus decisiones sobre los demás; tratas a los demás como te gustaría que te trataran a ti.
15. Liderazgo: influyes positivamente en las personas que diriges; prefieres liderar en vez de seguir; se te da muy bien organizar y hacerte cargo de cosas por el bien del grupo.
16. Perdón/Comprensión: Perdonas fácilmente cuando te han herido; das a las personas una segunda oportunidad; no eres una persona vengativa o resentida; aceptas las limitaciones de los demás.
17. Humildad/Modestia: Dejas que tus logros hablen por sí mismos; ves lo que tienes de bueno, pero prefieres que destaquen los demás; no te ves a ti mismo como alguien más importante que los otros; admites tus imperfecciones.
18. Prudencia: Utilizas la precaución con inteligencia; planeas las cosas y las haces con cuidado; no tomas riesgos innecesarios ni haces cosas de las que después podrías arrepentirte.
19. Autorregulación. Eres una persona muy disciplinada; sabes controlar tus vicios y malos hábitos; mantienes la calma ante la presión; sabes manejar tus impulsos y tus emociones.
20. Apreciación de la belleza y la excelencia: te das cuenta de la belleza y la excelencia que hay a tu alrededor; con frecuencia te asombra la belleza, la grandeza o la bondad moral de la que eres testigo; muchas veces te sientes lleno de asombro o maravillado.
21. Gratitud: Con frecuencia sientes y expresas gratitud; no das por hecho las cosas buenas que te suceden; en muchos momentos sueles sentirte una persona afortunada .
22. Esperanza: Eres optimista, esperas que suceda lo mejor; crees en un futuro mejor y trabajas para lograrlo; se te ocurren muchos caminos diferentes para alcanzar tus metas.
23. Sentido del Humor: Eres juguetón, bromista; te gusta hacer reír y sonreír a la gente; tu sentido del humor te ayuda a conectarte mejor con los demás; aportas alegría a las situaciones tristes con chistes o bromas.
24. Espiritualidad/Sentido de Vida: Tienes ciertas creencias, religiosas o no, de que tu vida es parte de algo más grande y más significativo; esas creencias guían tu conducta y te dan una sensación de calma, comprensión y propósito en la vida.

Considero que ninguna de estas características es más esencial que otras para definir lo que soy”. Recuerda: escoge esta opción si todas las fortalezas son igual de importantes para definirte personalmente. No escojas esta opción sólo porque pienses que todas son deseables y cualquiera debería tenerlas.

Último paso: revisa las fortalezas que has marcado. ¿Alguna de ellas es más representativa de quién eres que las demás? Si es así, agrega otra marca a la casilla que está junto a ellas.

