

ИГРА "РАЗКРИЙ СИЛАТА"

Всеки ден избирайте една силна страна и изпълнявайте задачата към нея!
Разпалете силата си и бъдете щастливи през Новата 2021 Година!

Честност



Споделете нещо честно с приятел.

Креативност



Изпълнете рутинна задача по нов начин.

Любов



Покажете любовта си към приятел.

Екипност



Помогнете на колега с трудна за него задача.

Благодарност



Запишете нещо добро, което се случи днес.

Смирение



Забележете дали не говорите повече от другите.

Смелост



Опълчете се срещу нещо несправедливо.

Любопитство



Днес питайте по-често "Защо?".

Доброта



Сгответе вечеря за някого.

Безпристрастност



Позволете на другите да не са съгласни с вас.

Оценяване на красотата



Забележете и запомнете нещо красиво.

Самоконтрол



Правете редовно упражнения или ходете пеша.



Упоритост



Наблегнете на усилията, а не на перфектността.

Ученолюбие



Научете нещо ново по интересна тема.

Социална Интелигентност



Бъдете съпричастни с приятел.

Лидерство



Поемете лидерска роля в обществен проект.

Вяра



Прочетете мисъл на духовен водач.

Прошка



Споделете нещо, което ви е обидило и го забравете.

Жизнерадост



Направете нещо с ентузиазъм

Преценка



Оценете конструктивно противоположна гледна точка.

Хумор



Изгледайте комедия със семейството си.

Благоразумие



Помислете преди да вземете решение.

Перспектива



Обмислете свой проблем от различен ъгъл.

Надежда



Запишете 2 неща, които ви правят щастливи.

Нека силата да бъде с вас!

Изтъкнатите учени проф. Кристофър Питърсън и проф. Мартин Селигман и последващите проучвания на Института за изследване на характера VIA са установили, че има 24 универсални за всички хора силни черти. Те ни правят устойчиви в трудни моменти и ни помагат да преуспяваме в добри периоди.

Всяка от 24-те силни страни принадлежи към някоя следните 6 групи добродетели:

