



ESPERANZA/OPTIMISMO

Encuestas VIA llama esta fortaleza Esperanza



THE
POSITIVITY
PROJECT

Virtud de Padres: Trascendencia. Esta fortaleza le permite a las personas superar sus problemas y encontrar sentido en el universo. Las fortalezas de la trascendencia son apreciación de belleza y excelencia, conexión/proposito, gratitud, esperanza/optimismo, y humor.

CUAL ES EL SIGNIFICADO DE LA ESPERANZA?

Esperas lo mejor del futuro y trabajas para lograrlo

La esperanza y el optimismo representan un estado de esperanza y confianza sobre el futuro (tanto a corto como a largo plazo). Las personas con esta fuerza están orientadas al futuro. Tienen una visión positiva de lo que depara el futuro y mantienen la confianza de que llegarán allí. Mantienen una actitud positiva a pesar de los contratiempos, y a menudo encuentran formas de convertir lo que parece un obstáculo en un peldaño para alcanzar sus objetivos.

Las personas optimistas a veces se consideran ingenuas o incluso delirantes. Y sí, hay algunas personas que son ilógicamente optimistas, lo que puede ser perjudicial. Sin embargo, el optimismo no se trata de usar lentes de color rosa y darse la vuelta cuando las cosas se ponen difíciles. Se trata de mantenerse enfocado en lo bueno en cualquier situación, lo que le permite estar al tanto de las oportunidades y ser responsable de sus emociones.

PORQUE ES IMPORTANTE?

Para las personas, el optimismo se correlaciona con el éxito en el trabajo y el juego, la salud mental y física y las relaciones sociales sólidas. Las personas optimistas son planificadoras y establecedoras de objetivos. Debido a su mentalidad orientada hacia el futuro, a menudo son trabajadores, concienzudos y capaces de superar obstáculos. Y, según estudios académicos sobre prisioneros de guerra, el optimismo es el más importante en predecir la capacidad de resiliencia.

A nivel grupal, el optimismo es crucial para el éxito grupal. Los optimistas son líderes fuertes. Encuentran sentido en las dificultades y pueden crear una visión para el futuro. Consideran los posibles obstáculos como oportunidades, en lugar de amenazas. Sin esperanza y optimismo, no podríamos superar las dificultades. Estaríamos atrapados donde estamos. Los optimistas son inspiradores; Su ejemplo es contagioso. Y, al compartir y lograr su visión, a pesar de los contratiempos, nos ayudan a todos a lograr más.

Individuos con esta fortaleza pueden tener estas descripciones:

- Positivo
- Alegre
- Confidente
- Alertador
- Motivador
- Inspirador

Individuos con esta fortaleza les gusta pensar, sentir, o comportarse de la siguiente manera:

- Hoy va a ser un buen día.
- Tengo una visión clara en mi cabeza de como se ve mi futuro.
- Tengo metas para el futuro.
- Tengo Fe de que lograre las metas que me propuse.
- A pesar de, Mantengo la convicción de que el futuro va a estar bien.
- Es importante mantenerse esperanzado hacia al futuro.
- Me gusta ayudar a otros a que vean una visión positiva del futuro.

CITAS DE ESPERANZA

“Esperanza es importante porque ayuda a que el presente sea más fácil de soportar. Si creemos que habrá un mejor mañana, Podremos soportar cualquier dificultad hoy.”

-THICH NHAT HANH

“Podemos aceptar finitas decepciones, pero nunca perder la esperanza infinita.”

-MARTIN LUTHER KING, JR.

“Hope is the thing with feathers / That perches in the soul / And sings the tune without words / And never stops at all.”

-EMILY DICKINSON

“Esperanza es como Paz. Es un regalo de Dios y un regalo que Podemos darnos unos a otros.”

-ELIE WIESEL