

正向快報 *Pos Kids* 8

正向劇場:性格強項

1.



小剛每天都充滿活力，
很有**熱情與幹勁**！

2.



晶晶真的很有**創造力**，
看！她又做了新的甜品！

3.



我欣賞小白很有**毅力**，
遇到困難都努力
不放棄！

4.



其實每個人都有性格強項，
柔柔你也常常運用你的
仁慈幫助了
很多人呢！

正向小百科

性格強項 (Character Strengths) 共有24個，可以歸納在6種美德之中：



仁愛

愛
仁慈
社交智慧



智慧與知識

創造力
好奇心
開明思想
喜愛學習
洞察力



勇氣

勇敢
毅力
正直
熱情與幹勁



節制

寬恕
謙遜
審慎
自我規範



靈性與超越

感恩
希望
幽默感
靈修性
對美麗和卓越的欣賞



公義

團隊精神
公平
領導才能

性格強項知多點



測試你的性格強項



正向遊樂園

強項大搜查

你能找出以下的性格強項嗎？試試從以下文字中把它們圈起來！（文字方向：→ ↓ ↘ ✓）

情	菠	蘿	冰	洞	麥	鐵	甲	奇	俠
緒	遊	歷	雪	田	察	人	朋	課	謙
溫	開	明	思	想	瑪	力	友	魚	遜
度	旋	白	社	法	利	氣	蛋	黃	角
計	百	轉	會	交	奧	校	迪	自	落
審	寶	夏	木	盒	智	園	士	我	生
慎	袋	天	正	馬	識	慧	尼	規	物
時	音	直	元	素	大	都	會	範	花
樂	對	美	麗	和	卓	越	的	欣	賞
波	子	汽	水	學	良	靈	修	性	說

- 1 社交 __ __：了解別人和自己的動機與感受，明白怎樣配合不同的社交場合。
- 2 正 __：說實話、真實地表現自己、不虛偽、為自己的感情和行為負責。
- 3 __ __ 思想：樂意積極地尋找不同的資料來作多方面思考，公平地衡量各方面的事實。
- 4 __ 察 __：包含判斷力以及知識與經驗的累積，在決策前能權衡利害輕重。
- 5 謙 __：不追求別人的注視，不會賣弄個人的強項及成就，或認為自己勝過別人。
- 6 __ 慎：很小心、不會過分冒險，作選擇時總是謹慎地行事。
- 7 自我 __ __：懂得控制自己的行為與感覺，能夠自律。
- 8 __ 美麗 __ __ __ __：能從生活及周遭環境中感受到值得讚嘆的地方。
- 9 靈 __ __：相信生命是具有崇高的目的與意義，包括但不局限於宗教的信仰和實踐。

答案



你知道你的性格強項是什麼嗎？試問問家人或朋友，然後寫在下面：（可以多於一項！）

我的性格強項是：

柔柔用她的仁慈幫助身邊有需要的人，小白也用他的毅克服困難、學習游泳，你又會怎樣運用你的性格強項呢？和爸爸媽媽一起討論，然後用文字或圖畫記錄下來吧！

我會這樣運用我的性格強項：

