

Categoría	Fortaleza	Puntuación (1-10)	Reflexión	Acción
Sabiduría y Conocimiento	Creatividad	0		
	Curiosidad	0		
	Juicio	0		
	Amor por el aprendizaje	0		
	Perspectiva	0		
Coraje	Valentía	0		
	Perseverancia	0		
	Integridad	0		
	Vitalidad	0		
Humanidad	Amor	0		
	Amabilidad	0		
	Inteligencia social	0		
Justicia	Equidad	0		
	Liderazgo	0		
	Trabajo en equipo	0		
Templanza	Perdón	0		
	Humildad	0		
	Prudencia	0		
	Autorregulación	0		
Trascendencia	Apreciación por la belleza/excelenc	0		
	Gratitud	0		
	Esperanza	0		
	Sentido del humor	0		
	Espiritualidad	0		

EL MAPA DE FORTALEZAS

Paso a paso

1. Asigna una puntuación a cada fortaleza.

Usa una escala del 1 al 10:

1 = apenas presente en tu día a día

10 = la usas constantemente y te representa mucho

Sé honesto contigo mismo. No se trata de lo que “deberías” tener, sino de lo que realmente sientes hoy.

2. Rellena el gráfico de barras.

Las fortalezas van en el eje horizontal (X).

La puntuación del 1 al 10 en el eje vertical (Y).

Dibuja una barra para cada fortaleza según la puntuación asignada.

3. Interpreta el resultado.

Observa:

¿Qué fortalezas están más presentes?

¿Hay alguna que te gustaría cultivar más?

¿En qué situaciones usas más cada fortaleza?

MAPA DE FORTALEZAS

