



# Definición y clasificación de fortalezas de carácter

Enfoque en fortalezas

## Definición y clasificación de fortalezas de carácter

Las fortalezas de carácter pueden definirse como un conjunto de rasgos positivos que se reflejan en la manera de pensar, sentir y actuar (Park, Peterson y Seligman, 2004). Las personas demuestran estas fortalezas de manera natural y disfrutan cuando las utilizan, lo cual les permite alcanzar su óptimo funcionamiento y perseguir resultados valiosos (Quinlan, Swain y Vella, 2012).

Asimismo, es importante distinguir el concepto de fortaleza de carácter de otras cualidades que, en términos generales, también se consideran fortalezas (Niemiec, 2019):

### Talento

Lo que hacemos naturalmente bien.

### Habilidad

Lo que entrenamos para desarrollar.

### Intereses

Las pasiones que motivan a la acción.

### Recursos

Los apoyos externos a las personas (familia, comunidad, etc.).

### Valores

Lo que atesoramos internamente.



Las fortalezas de carácter actúan como una fuerza que cataliza e impulsa el desarrollo de estas cualidades. Por ejemplo, no es suficiente el talento para desarrollar las máximas capacidades, puesto que las fortalezas de perseverancia y autorregulación pueden ser útiles para que la persona sea capaz de sobreponerse a las dificultades que le presenta una actividad determinada, aprender de las experiencias, desarrollar sus habilidades y alcanzar su máximo potencial.

Peterson y Seligman (2004) investigaron cientos de libros filosóficos y religiosos, así como catálogos y listados de fortalezas que fueran conocidas y valoradas en todas las culturas, religiones y naciones.

Su investigación derivó en la publicación del “Manual de Virtudes y Fortalezas” (Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification), en el cual incluyeron un listado de 24 fortalezas de carácter, agrupadas en seis grandes virtudes (ver su descripción al final del documento).

Conocida también como la clasificación VIA (Values In Action), cuenta con una plataforma en línea que permite a las personas responder una encuesta de forma gratuita para conocer el propio perfil de fortalezas (compuesto por 24 fortalezas, las cuales se organizan de acuerdo con las respuestas que el individuo proporciona al momento de responder la encuesta).

Área	Clasificación VIA	Strengths Finder 2.0	Myers-Briggs Type Indicator
Ofrecimiento clave	Lenguaje común.	Relación con el talento.	Tipos y temáticas.
Fortalezas que identifica	24 fortalezas, agrupadas en 6 virtudes.	34 fortalezas, agrupadas en 4 habilidades de gestión.	8 preferencias, organizadas en 16 tipos de personalidad.
Dominios de la vida	Hogar, trabajo, escuela, social.	Trabajo.	Hogar, trabajo, escuela, social.
Vínculo con personalidad	Identidad.	No aplica.	No aplica.
Fenómeno esencial	Ser y hacer.	Hacer.	No aplica.
Fortalezas que identifica	Carácter nuclear.	Talentos y habilidades.	Preferencias.
Sustento de validez	Análisis históricos, criterios, psicometría.	Encuestas.	Teoría basada en Carl Jung.
Enfoque	Las 24 fortalezas son importantes: quiénes somos y qué hacemos en el mundo.	Top 5.	Orientación para ver el mundo.
Intervenciones	Muy importante.	No aplica.	No relevante.
Involucramiento de la ciencia	Abierta a todos los científicos.	Patentado.	Patentado, no abierto.
Escrutinio de la ciencia	Revisado por pares.	Sin revisión por pares.	Sin revisión por pares.
Costo	Versión gratuita y de cargo por uso.	Cargo por uso.	Cargo por uso.

Figura 1. Comparativo de clasificaciones de fortalezas.

Fuente: Niemiec, R. (2019). *Fortalezas de carácter. Guía de intervención*. México: El Manual Moderno.

La relevancia de la clasificación de fortalezas de carácter es su versatilidad para el estudio y comprensión del funcionamiento humano óptimo en distintos contextos. Por ejemplo, mientras que la clasificación de Strengths Finder 2.0 se enfoca más en la identificación y práctica de las fortalezas en un contexto laboral, la clasificación VIA aborda distintos dominios de la vida, que va muy en sintonía con el Myers-Briggs Type Indicator, pero que igualmente se distingue no solo por ser una descripción de la personalidad, sino que también existe un interés en la cualidad práctica, es decir, la clasificación VIA favorece la idea de que las fortalezas son una vía para construir mayores recursos a través de la acción.

Las fortalezas de carácter son estudiadas no solo en dominios de la vida (hogar, trabajo, escuela, social), sino también para comprender su conexión con otros elementos del bienestar que igualmente son importantes como la atención plena, las relaciones positivas, el significado, el logro y el bienestar físico. Asimismo, son facilitadoras para una mejor crianza y un mejor afrontamiento a las dificultades, entre otros.



## - - Descripción de las fortalezas de carácter:

### Virtud: Sabiduría.

**Creatividad:** original, adaptable, ingenuidad, ver y hacer las cosas de diferentes maneras.

**Juicio:** pensamiento crítico, pensar desde todas las perspectivas, no saltar a conclusiones.

**Curiosidad:** interés, búsqueda de novedad, exploración y apertura a las experiencias.

**Amor por el aprendizaje:** dominar nuevas habilidades y tópicos, aumentar sistemáticamente el conocimiento.

**Perspectiva:** sabiduría, brindar consejos sabios, ver el panorama general.

### Virtud: Coraje

**Valentía:** no empequeñecerse ante amenazas o retos, enfrentar los miedos, defender lo que es correcto.

**Honestidad:** autenticidad, ser fiel a uno mismo, sinceridad sin pretensiones, integridad.

**Perseverancia:** persistencia, laboriosidad, terminar lo que se comienza, superar obstáculos.

**Entusiasmo:** vitalidad, entusiasmo por la vida, vigor, energía, no hacer las cosas de manera tibia.

### Virtud: Humanidad

**Amor:** amar y ser amado, valorar las relaciones cercanas con los demás, calidez genuina.

**Bondad:** generosidad, atención afectuosa, cuidado, compasión, altruismo, hacer por los demás.

**Inteligencia social:** inteligencia emocional, tener consciencia de los motivos/sentimientos de uno mismo y los demás, saber lo que motiva a otras personas.

### Virtud: Justicia

**Trabajo en equipo:** civismo, responsabilidad social, lealtad, contribuir al esfuerzo del grupo.

**Liderazgo:** organizar actividades grupales para concluir las tareas, influir positivamente en los demás.

**Equidad:** adherirse al principio de justicia, no dejar que los sentimientos sesguen las decisiones, igualdad de oportunidades para todos.

## Virtud: Templanza

**Perdón:** misericordia, aceptar las limitaciones de otros, otorgar segundas oportunidades, superar el rencor cuando le han ofendido.

**Prudencia:** ser cuidadoso con las decisiones propias, cauteloso, no tomar riesgos innecesarios.

**Humildad:** modestia, permitir que los logros propios hablen por sí mismos.

Autorregulación: autocontrol, disciplina, control de impulsos, emociones y vicios.

## Virtud: Trascendencia

**Aprecio de la belleza y la excelencia:** reverencia y asombro por la belleza, admiración por la habilidad/excelencia, experimentar elevación por la belleza moral.

**Esperanza:** optimismo, proyección al futuro, esperar lo mejor y trabajar para conseguirlo.

**Gratitud:** agradecido por lo bueno, expresar gratitud, sentirse bendecido.

Humor: gusto por la risa y las bromas, hacer sonreír a otros, despreocupado, ver el lado positivo.

**Espiritualidad:** conectar con lo sagrado, propósito, significado, fe, religiosidad.



## Referencias

- Niemiec, R. (2019). *Fortalezas de carácter. Guía de intervención*. México: El Manual Moderno.
- Park, N., Peterson, C., y Seligman, M. (2004). *Strengths of character and well-being*. *Journal of social and Clinical Psychology*, 23(5).
- Peterson, C., y Seligman, M. (2004). *Character Strengths and Virtues. A Handbook and Classification*. Estados Unidos: American Psychological Association.
- Quinlan, D., Swain, N., y Vella, D. (2012). Character strengths interventions: Building on what we know for improved outcomes. *Journal of Happiness Studies*, 13(6).

La obra presentada es propiedad de ENSEÑANZA E INVESTIGACIÓN SUPERIOR A.C. (UNIVERSIDAD TECMILENIO), protegida por la Ley Federal de Derecho de Autor; la alteración o deformación de una obra, así como su reproducción, exhibición o ejecución pública sin el consentimiento de su autor y titular de los derechos correspondientes es constitutivo de un delito tipificado en la Ley Federal de Derechos de Autor, así como en las Leyes Internacionales de Derecho de Autor.

El uso de imágenes, fragmentos de videos, fragmentos de eventos culturales, programas y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, es exclusivamente para fines educativos e informativos, y cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por UNIVERSIDAD TECMILENIO.

Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de esta obra sin la autorización previa por escrito de UNIVERSIDAD TECMILENIO. Sin embargo, usted podrá bajar material a su computadora personal para uso exclusivamente personal o educacional y no comercial limitado a una copia por página. No se podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.