

## Description des 24 forces de caractères (Peterson et Seligman)

Source : Paucsik et al., 2021)

La sagesse	La créativité : penser à des façons nouvelles et productives de faire des choses La curiosité : s'intéresser à toutes les expériences de vie L'ouverture d'esprit : être capable d'accueillir différents points de vue L'amour de l'apprentissage : s'intéresser à l'acquisition de nouvelles connaissances et compétences La perspective : réfléchir et examiner les choses sous différents angles
Le courage	L'honnêteté : dire la vérité et se présenter de manière authentique La bravoure : ne pas reculer devant la menace, le défi, la difficulté ou la douleur La persistance : finir ce que l'on commence L'enthousiasme : aborder la vie avec excitation et énergie
L'humanité	La gentillesse : faire preuve de bienveillance et d'altruisme L'amour : valoriser les relations étroites avec les autres L'intelligence sociale : faire preuve d'écoute, d'empathie, être en mesure de s'exprimer en tenant compte de ses besoins et ceux d'autrui
La justice	L'équité : traiter toutes les personnes de la même manière selon les notions d'équité et de justice Le leadership : initier et organiser les activités d'un groupe Le travail d'équipe : être capable de coopérer
La tempérance	Le pardon : pardonner à ceux qui nous ont fait du tort La modestie : laisser parler ses réalisations La prudence : être prudent dans ses choix, ne pas dire ou faire des choses que l'on pourrait regretter par la suite L'autorégulation : être capable de réguler ses comportements
La transcendance	L'appréciation de la beauté et de l'excellence : remarquer et apprécier la beauté, l'excellence et la performance dans tous les domaines de la vie La gratitude : être conscient et reconnaissant des choses positives qui se produisent L'espoir : attendre le meilleur et œuvrer pour l'atteindre L'humour : aimer rire et plaisanter, donner le sourire aux autres La spiritualité : avoir des convictions qui donnent des buts à la vie et du sens à l'existence, et agir en cohérence avec celles-ci