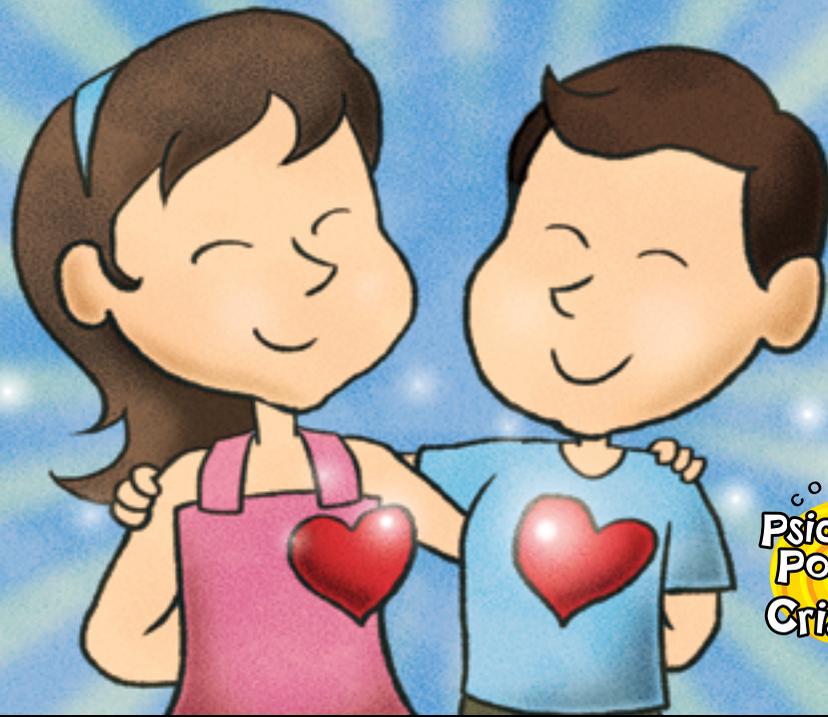


Vavá e Popó

Descobrem as Forças Pessoais



Miriam
Rodrigues

COLEÇÃO
Psicologia
Positiva
para
Crianças

SINOPSYs
editora



Miriam Rodrigues

Vavá e Popó

Descobrem as Forças Pessoais

Ilustrações
Mauzi Estudio



2017

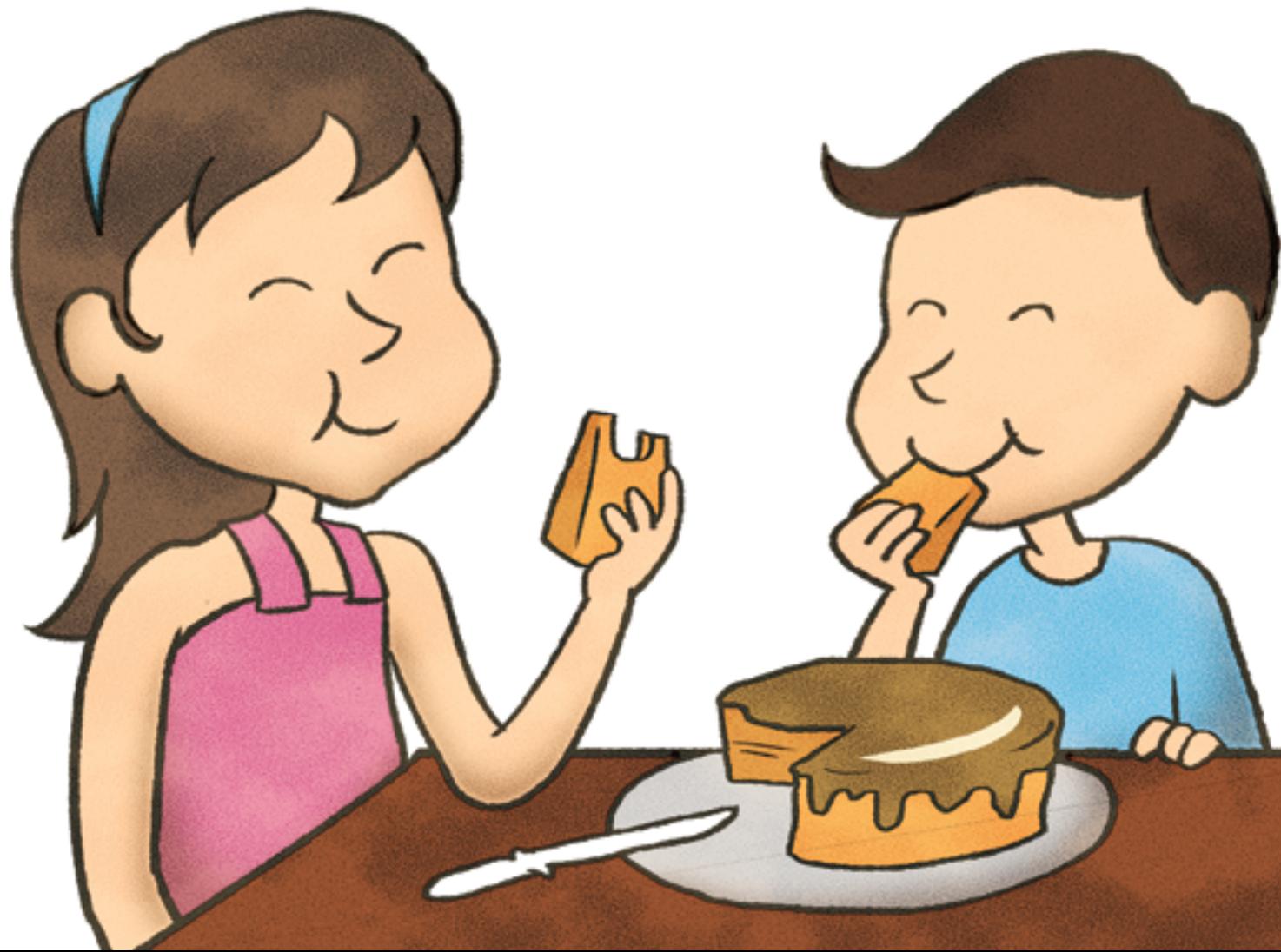


Para os adultos

Os pesquisadores Martin Seligman e Christopher Peterson, fundadores da psicologia positiva, após uma ampla pesquisa que envolveu cerca de 200 culturas, chegaram à conclusão que as virtudes são ubíquas, ou seja, universais; tais virtudes são subdivididas em 24 características psicológicas positivas chamadas *forças pessoais*. Esse estudo deu origem à classificação VIA (acrônimo para *values in action*, cuja tradução é “valores em ação”). A classificação VIA é a pedra fundamental de muitos programas de psicologia positiva (Peterson, 2004) por promover seu propósito, que é investigar cientificamente os componentes da vida agradável, da vida significativa e da exploração dos ingredientes da felicidade. Para a psicologia positiva, uma vida autenticamente feliz, é uma vida virtuosa. Pessoas que conhecem seus pontos fortes são capazes de contribuir para uma sociedade saudável e próspera. Um indivíduo que floresce vive a forma mais autêntica de felicidade.

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press and Washington, DC: American Psychological Association.

Vavá e Popó estavam lanchando e se deliciando com o bolo de cenoura com cobertura de chocolate que a mamãe deles tinha feito. Estavam comentando sobre como estava delicioso e que ficavam felizes em comê-lo.



Conversavam animadamente, relembrando o dia em que tinham ido ao parque e andado na roda gigante mais alta da cidade.

