

# Como hacer su tarea de TAREA DE FORTALEZAS

1) TECLEE <http://www.authentic happiness.org>

3) REGISTRESE

2) CAMBIE EL IDIOMA

The screenshot shows the homepage of the Authentic Happiness website. At the top, there is a navigation bar with 'REGISTER', 'QUESTIONNAIRES', 'RESOURCES', and 'NEWSLETTERS'. Below this, there is a section for 'Dr. Martin Seligman' and a list of questionnaires. A language selection menu is visible on the right side, with a red arrow pointing to it. A green arrow points to the 'REGISTER' button.

TEST VIA

The screenshot shows a page titled 'Usando la nueva Psicología Positiva' with a table of tests and their results. An orange arrow points to the 'TEST VIA' section. The table lists various tests such as 'Escala de Depresión CES-D', 'Escala PANAS', and 'Cuestionario de Felicidad General'. Below the table, there is a section for 'Cuestionarios sobre Rasgos' and 'Cuestionario de Fortalezas VIA para Niños'.

Test	Mi Puntuación	Rango de Resultados	Realizado por Última Vez	Opciones y Detalles
Escala de Depresión CES-D	17,00	0 a 60	6 nov 2007	Detalles ¿Volver a realizar el test?
Escala PANAS	42,00	10 a 50	6 nov 2007	Detalles ¿Volver a realizar el test?
Cuestionario de Felicidad General	5,50	1 a 7	2 may 2008	Detalles ¿Volver a realizar el test?
Cuestionario de Trabajo-Vida		0 a 3	2 may 2008	Detalles ¿Volver a realizar el test?
Test Breve de Fortalezas		0 a 42	22 oct 2008	Detalles ¿Volver a realizar el test?
Cuestionario de Gratitud	n/a	0 a 28	n/a	Realizar el Test
Cuestionario de Gratitud	n/a	1 a 8	n/a	Realizar el Test
Cuestionario de Motivaciones Transgresoras	n/a	7 a 35	n/a	Realizar el Test
Cuestionario VIA de Fortalezas Principales		0 a 28	2 may 2008	Detalles ¿Volver a realizar el test?
Cuestionario de Fortalezas VIA para Niños				Registrar a un niño para que realice este test

- 4) Complete el test VIA (versión 240 items)
- 5) Obtenga sus resultados
- 6) Imprima los para trabajarlos