

Docenianie piękna Doceniam sztukę, muzykę, malarstwo, taniec i inne formy wyrażania piękna.	Zdolność do miłości Potrafię okazywać i przyjmować miłość.	Praca zespołowa Potrafię pracować w grupie.
Zdolność do przyjaźni Umiem być dobrym przyjacielem / dobrą przyjaciółką.	Ciekawość Uważam, że świat jest interesujący, i lubię angażować się w nowe rzeczy.	Sprawiedliwość Umiem przyznać się do błędu i staram się wszystkich traktować równo.
Przebaczenie Nie dążę do wyrównywania rachunków. Akceptuję to, że przyjaciele i ukochane osoby mogą mieć wady.	Wdzięczność Okazuję wdzięczność i wyrażam podziękowania.	Nadzieja Wierzę, że mogę osiągnąć swoje cele.
Humor Wykorzystuję humor, by poprawić ludziom nastrój. Staram się do wszystkiego podchodzić z humorem.	Wytrwałość Wytrwale robię to, co uważam za ważne, nawet jeśli sprawy się komplikują lub ponoszę porażkę.	Uczciwość Mówię ludziom, na czym mi zależy, dotrzymuję obietnic i nie kłamię.
Ostrożny osąd Lubię wszystko dobrze przemyśleć i podejmuję decyzje dopiero wtedy, gdy znam wszystkie fakty.	Życzliwość Pomagam przyjaciołom, staram się poprawiać ludziom humor, lubię uszczęśliwiać innych ludzi.	Przywództwo Potrafię przejąć dowodzenie i pomóc grupie zorganizować wspólną pracę.
Zamiłowanie do nauki Uwielbiam się uczyć i rozwijać.	Skromność Nie zachowuję się jak osoba wyjątkowa, nie przechwalam się i nie opowiadam nieskromnie o dobrych rzeczach, które mnie spotkały.	Kreatywność Lubię wymyślać nowe pomysły i nowe sposoby robienia różnych rzeczy.

Mądrość Nie tracę z oczu tego, co w życiu naprawdę ważne.	Ostrożność Unikam niepotrzebnego ryzyka i myślę, zanim coś powiem.	Samokontrola Jestem osobą bardzo zdyscyplinowaną i konsekwentnie dążę do osiągnięcia swoich celów mimo pokusy ich porzucenia.
Inteligencja społeczna Potrafię dostosować się do różnych sytuacji i dobrze wyczuwam, co czują inni ludzie.	Duchowość Wierzę w uniwersalną moc lub w Boga i nawet w trudnych okresach życia nie porzucam mojej wiary.	Odwaga Potrafię robić to, co uważam za słuszne, nawet gdy odczuwam lęk, niepewność lub onieśmienie.
Entuzjizm Kocham to, co robię, i nie mogę się doczekać rozpoczęcia kolejnych projektów.	Przyjmowanie perspektywy Patrzę na sprawy z różnych punktów widzenia i potrafię przyjąć perspektywę innych osób.	Odkrywanie Uwielbiam próbować nowych rzeczy i eksplorować różne możliwości.
Zauważanie tego, co wewnątrz Zwykle mam świadomość tego, co czuję i myślę.	Zauważanie tego, co na zewnątrz Zauważam to, co dzieje się poza mną, oraz konsekwencje moich zachowań dla innych ludzi.	Życzliwość wobec siebie Jeżeli nie spełnię swoich oczekiwań, potrafię sobie wybaczyć i na nowo zaangażować się w realizację swoich celów.
Gotowość Wybieram robienie tego, na czym mi zależy, nawet gdy na przykład odczuwam smutek, złość, niepewność czy mam niską motywację.	Wewnętrzna równowaga Trudne myśli i uczucia nie rządzą mną. Potrafię dążyć do sukcesu mimo odczuwanych wątpliwości czy obaw.	Koncentracja na użyteczności Skupiam się na tym, co jest użyteczne – na działaniach, które polepszają moje życie.