

# 正向心理學

正向心理學由美國正向心理學之父沙利文(Martin Seligman)提出。正向心理學提出二十四個性格強項，它們分別列於六項美德之下，包括：智慧與知識、勇氣、節制、靈性和超越、公義及仁愛。

