

 08

## Otimistas

No estudo que realizou na Universidade da Pensilvânia ao longo de 22 anos, resumido no livro [Aprenda a ser otimista](https://www.amazon.com.br/Aprenda-a-ser-otimista-Martin-Seligman/dp/857701049X) (<https://www.amazon.com.br/Aprenda-a-ser-otimista-Martin-Seligman/dp/857701049X>), Martin Seligman determinou que o otimismo é a qualidade mais importante para o sucesso e a felicidade pessoal e profissional.

Além disso:

*Seleccione 3 alternativas*

**A** Eles valorizam o lado bom de qualquer situação.

**B** Os otimistas parecem ser mais eficientes em quase todas as áreas da vida.

**C** Se concentram na solução para cada problema.

**D** Buscam identificar o problema em cada obstáculo.