

**Otimistas**

No estudo que realizou na Universidade da Pensilvânia ao longo de 22 anos, resumido no livro [Aprenda a ser otimista \(https://www.amazon.com.br/Aprenda-Ser-Otimista-Martin-Seligman/dp/857701049X\)](https://www.amazon.com.br/Aprenda-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:

*Selecione 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.