|  |  |
| --- | --- |
| (200) | 青年生涯发展能力：生涯规划及管理 |

|  |  |
| --- | --- |
|  | 请选出你在最近一个月的实际情况。 |
|  | 在最近一个月，我能够... | 非常没信心 | 没信心 | 普通 | 有信心 | 非常有信心 |
|  | 运用个人管理技巧（例如：人际技巧、团队合作、时间管理、可靠性、诚信、解难能力）以促进我在职场上的表现和发展。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 找到合适的支持及指导去面对未来的职场和生涯发展问题。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 持续地发展我的能力、兴趣、价值观和对工作世界的认识。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 应对未来的生涯过渡和转变以及当中产生的压力。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |