|  |  |
| --- | --- |
| (200) | 青年生涯發展能力：生涯規劃及管理 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 請選出你在最近一個月的實際情况。 | | | | | |
|  | 在最近一個月，我能夠... | 非常  沒信心 | 沒  信心 | 普通 | 有  信心 | 非常  有信心 |
|  | 運用個人管理技巧（例如：人際技巧、團隊合作、時間管理、可靠性、誠信、解難能力）以促進我在職場上的表現和發展。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 找到合適的支援及指導去面對未來的職場和生涯發展問題。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 持續地發展我的能力、興趣、價值觀和對工作世界的認識。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | 應對未來的生涯過渡和轉變以及當中產生的壓力。 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |