

自我管理大檢閱

下列有 52 項的自我管理能力，請按你個人的經驗或別人對你在這些能力的評價

- 第一步：請選擇一種顏色筆，圈出 10 個你認為自己擁有的某一種自我管理能力。
- 第二步：請選擇另一種顏色筆，圈出 3 個你認為自己需要改善的自我管理能力。

冒險	警覺	堅定	精明
自動自覺	真誠	勇敢	平穩
坦白	開朗	關心別人	合作
勇氣	專心	好奇	決斷
動力	變通	隨和	情緒穩定
熱情	強硬	有彈性	友善
慷慨	寬容	熱心幫助	誠實
主動	正直	仁慈	忠誠
開放	樂觀	有條理或整齊	耐性
堅毅	抗壓力	充滿自信	有禮貌
守時	可靠	足智多謀	自律
細心	自力更新	自我表達	幽默感
真摯	自發	圓滑或婉轉	節儉