優勢羅盤（The Advantage Compass） — 自評答卷

個人戰略自評：6 道李克特題（1–5）把你的工作定位到優勢羅盤的兩根軸上——優勢對短板、遠見對痛點——外加兩週時間審計和一個承諾動作。它是一張地圖，不是一紙判決。

先反向計分 ac-03、ac-04、ac-05 再取均值。ac-01/ac-02/ac-06 低分而反向題高分，是典型的人質日程：能幹、忙碌、沒有指向。審計得出的象限鐘頭數比李克特均值更權威——投放勝過觀點。 · scoring: mean · range [1, 5]

填寫說明

何時：獨自進行，25 分鐘，適合日程很滿、方向不明的時刻。每月重跑一次；兩次之間的差值才是真正的分數。

怎麼填：按實際過去的兩週作答，不按意願。審計題的各象限鐘頭數從日程表估，不要憑記憶。

每行圈一個數字。如實作答即可——這是回饋，不是考試。

# / 條目	非常不同意 1	不同意 2	中性 3	同意 4	非常同意 5
1 · 我能說出自己不費力就能做好、而別人覺得有價值的工作——並且拿得出例項。	1	2	3	4	5
2 · 我能用一句話說清三年後想做什麼工作——而且這句話在過去一年裡沒有變過。	1	2	3	4	5
3 · 我一週裡的大部分時間給了今天緊急的事，而不是構築未來三年的事。（反向）	1	2	3	4	5
4 · 我常因為擅長的工作被表揚——而這些表揚和我想去的地方幾乎沒有關係。 （反向）	1	2	3	4	5
5 · 在普通的一週裡，我會把實實在在的鐘頭花在既做不好又被掏空的工作上，而且沒有結束它的計劃。 （反向）	1	2	3	4	5
6 · 我最擅長也最在乎的工作，在日程表上已經有被保護的、寫明的時間——不只是一個念頭。	1	2	3	4	5

開放題

兩週審計：過去兩週大概各有多少鐘頭落在每個象限？每個象限一行（黃金賽道 / 學習區 / 救火 / 內耗）。

匯入: 象限投放

一個動作：如果下週只能改變一件事，是什麼——哪天回頭檢查？

匯入: 承諾動作

優勢羅盤——你的象限地圖

- 兩軸得分：優勢自覺與遠見清晰，對撞痛點佔比與陷阱暴露
- 兩週審計的象限投放，附健康佔比表做參照
- 重述那一個承諾動作，帶它的回看日期