

測量你的魔勁

工作表現魔勁：我有什麼條件進行這項活動

動機	你想要把這項活動做到盡善盡美的程度（如果你從事這項活動時只是「按表操課」，你的分數高不到哪兒去。）
知識	你瞭解該做什麼，該怎麼做的程度（如果你不清楚步驟或優先順序，你的分數不會高。）
能力	你是否具備把這份工作做好的技能（如果這份工作所需技能無法在你身上找到，你的得分不會太好看。）
信心	你是否確信自己能把這份工作做好（如果你做得很瞎、很沒把握，那別就指望分數會高。）
真誠	你發自內心想要參與這項活動的程度（如果你是「半吊子」或「擺是假」，那分數也是只會低不會高。

個人體會魔勁：這項活動能帶給你什麼

幸福	參與這項活動讓我感到快樂（如果這活動提不起你的興趣、甚或讓你痛苦，還是以任何形式讓你感到不舒服，你這個項目的分數只有低的份兒。）
報酬	這活動能提供你看得上眼的物質或心理報償（如果這活動能提供的報償太少，或所提供的報償不是你想要的，那麼低分是可以預期的。）
意義	這個活動的成果對你而言有多少意義。（如果你並不覺得有成就感，也不覺得對社會有所貢獻，那麼，等著拿低分吧。）
學習	這項活動幫助我得到了多少學習與成長。（如果你覺得自己只是在原地踏步，而沒有學到什麼東西，那麼這一項請給自己低分。）
感激	整體而言，我很感激於有機會從事這項活動，感覺很充實。（如果你覺得參與這項活動是浪費時間，或做完覺得很後悔，那麼這一項低分是應該的。）