



Council for
Intellectual Disability



My strengths **我的能力**

Conversation cards
对话用卡



My strengths cards 我的能力说明卡

These cards can help you think about your strengths.
这些卡片可以帮助您思考自己的能力。

Strengths are the things that come easy to you like being friendly or organised.
能力指对您来说轻而易举的事情，比如与人为善、友好。

Knowing your strengths can help you choose a job that is right for you.
了解自己的能力有助于选择适合自己的工作。



I am kind
我很友善



I am a leader
我是领袖



I am curious
我有好奇心



I am flexible
我很灵活



I am organised
我有组织力



I am friendly
我很友好



I am caring
我关心别人



I am honest
我很诚实



I am brave
我很勇敢



I am thoughtful
我很贴心



I am creative
我有创造力



**I am helpful
我乐于助人**



I am energetic
我精力充沛



I like teamwork
我喜欢团队合作



I like to try new things
我喜欢尝试新事物



I am calm
我情绪稳定



I like new ideas
我喜欢新想法



I am positive
我很乐观



I am on time
我很守时



I like to write
我喜欢写作



I like to read
我喜欢阅读



I like to public speak
我喜欢公众演讲



I am funny
我很风趣