適性測驗

RiTE 適性測驗專班

06/11 (日) 10:00-12:00

找尋工作感覺茫然，適應工作感覺困擾
透過測驗找出個人性格特點
了解自己的 LQ（領導商數）、EQ（情緒商數）
和 AQ（逆境指數），掌握自己合適的方向

#本次以在職 / 待業者爲優先報名對象

YES 就業力組合量表

06/13 (二) 11:00-12:00

透過測驗了解自身工作需求、求職動力、職場感受，
找出你的就業力。

職涯教練

06/04 (日)
14:00-17:00

別害怕新環境，你其實比想像的更能適應

陳盈純 教練｜跨國企業東亞暨南亞人力資源主管

「新的開始，新的氣象」
也帶來了「陌生的一切」
面對不同環境，腦袋瓜裡可能有滿滿的不安
讓我們抓出不安份的憂慮 BUG
戰勝恐懼，突出重圍

駐點團體

誰說高敏等於玻璃心 減敏訓練，呵護軍用級雷達的心靈

06/03 (六) 13:30-17:30　葉明哲｜諮商心理師

如果不時有一句話帶給你極大震撼，你卻發現他人無感
可能是因爲你有一顆敏感的心
敏感無關好壞，讓心理師帶領你認識自我特質
從減敏、減壓，增強應對外在干擾的抵抗力

誰說只能砍掉重練 優勢再造，打造不同凡響的正向思維

06/10 (六) 13:30-17:30　周雅文｜臨床心理師

你正在苦惱自己的技能點錯了
想重新開始卻無從下手
其實從另一種角度解讀個人優勢
便能發揮更多潛力
讓你再次擦亮盾牌，再次重返職場奮戰

誰說小孩有耳沒嘴 爲自己發聲，拒當小透明

06/18 (日) 13:30-17:30　沈品柔｜諮商心理師

「怎麼進入職場後，我的聲音總是被忽略或打斷？」
被當作小透明的委屈與難受
會漸漸影響你發聲的動力
讓我們從覺察感受開始
學習發表意見，勇敢打破「無言困境」

求職實戰力

職涯品牌行銷力

裏括文案、攝影到設計
再帶你搭上數位列車，讓更多人看見你！

06/15 (四)
14:00-17:00

超強文案力 打造你的職場吸睛術

那口井(范綱任)｜范范寫字樓 創意總監

好的文案力創造行銷好成績
透過案例更了解成爲好行銷人的職業心法
加碼教你應用短影音
從社群小編轉變爲企劃大神

06/17 (六)
09:30-12:30

數位潮流新時代 AI x 數位行銷，贏向新世界

陳建豪｜TibaMe培訓顧問

數位行銷千百種
讓 YS 帶你一手掌握熱門數位行銷工具
透過 Google Ads 與 ChatGPT
用最新趨勢與實際操作
放大你的廣告行銷影響力

本場次需自備筆電或平板及電源線
場地限制，電源插座請斟酌使用

06/17 (六)
14:00-17:00

多媒體設計指南 提升你的求職即戰力

呂家豪｜聯成電腦行銷視覺設計類 講師

成爲搶手設計師不可或缺的設計工具應用力
由講師手把手帶你實作體驗
一步步讓你的技能 level UP！
用業界認可的Adobe ACP 專業認證
打造真實力，讓履歷脫穎而出

本場次需自備筆電或平板及電源線
場地限制，電源插座請斟酌使用

06/18 (日)
09:30-12:30

捕捉時刻 「照相」未來

簡奕｜皇家攝影學院講師、接案攝影師

啟發你的攝影潛能，攜手進入攝影產業
讓 YS 帶你踏上創意之旅
探索鏡頭裡的無盡魅力
從掌握攝影行業趨勢
到考取攝影技術土證照的秘訣
將興趣變成不凡的專業
爲你的職涯之路增添煤爐光彩

06 YS 爲你打造職場加速器！

2023.06 | JUNE

YS 亮點之星　職涯探索

廖芳檎
準研究生/自由教育業者(輔導、教育專長)

推薦活動：
職涯諮詢、團體探索活動、適性測驗

YS評價：
當我在陷入負面、低落的情緒迴圈時，
YS是提醒我相信自己的角色！

~愈出色愈如履薄冰！　藉YS諮詢重新燃起行動力~

■ 一味追求優秀與正確　反盡地自限無法前行

就讀高師大的芳檎，在同儕、師長眼中，她爲人積極、專業且樂於負責，值得他人信賴，她卻不時質疑自己是否足夠優秀、能否成爲好老師。『好像我一定要夠好，才會被需要。』芳檎說，她希望凡事有明確的標準，透過清楚的優劣條件評價自身，才能消弭內心的不安。在面臨畢業的分岔路，芳檎無法忽視內心對職涯的疑惑不安，踏躍在教甄、研究所兩者之間，因此來到YS諮詢。

■ 透過YS看見亮點擁抱不確定　專注當下找回自信

首次諮詢時，芳檎即時發覺自己缺乏的是足夠的自信與對未知的彈性。當芳檎停駐於畢業的分岔路，無法抉擇時，YS諮詢師鼓勵她，如果能力足夠便不妨同時嘗試，有一項勝券在握，就算另一條路失敗也不可惜，這才讓芳檎了解，「生(職)涯沒有眞正最好的答案，而是在當下的情境裡，自己覺得最好的。」現在，她能看見自己在舞台上發光的樣貌，意識到自己有能力做選擇，放下對正確答案的執著。

■ 洞察自我燃起職涯火苗　持續覺察點亮前方道路

對未來迷茫時，只要能夠自我覺察，便能做出更適合自身的決定、爲自己負責。芳檎藉由YS提供專業的職涯諮詢服務，透過談話梳理想法，有時一句話就能解決困擾已久的疑惑。她形容，職涯諮詢好比用打火石取火，想讓職涯燃燒發亮，便需要在生活中持續覺察，有意識的改變才能去維護火苗，盼每位迷惘青年都能在職場中閃耀。

YS 亮點之星　上班族轉職

陳昱秀
餐旅專業 → 採購人員

推薦活動：
職涯諮詢、適性測驗、團體探索活動、
履歷健診、面試技巧

YS評價：
當自己如同缺水乾枯的琉璃瓶時，
YS如同滋潤瓶的圓丁，灌溉滋養後讓我鼓起勇氣向前邁進！

~轉職歸零重新開始　YS助力推開未來職涯大門~

■ 察覺轉職訊號　果斷另闢職涯之路

餐旅專業的昱秀，從宜蘭知名飯店結束實習後，選擇回到家鄉繼續投入相關產業，工作不久後發現，在餐旅業雖然可以發揮所學，卻與自身重視的職涯價值相悖，於是興起轉職、培養第二技能的念頭，在去年離職後，昱秀一開始尋職並不順利，加上先前的工作體悟，她想開始深度探討自己的能力與特質，剛好從朋友口中了解到YS的服務，就此開啟她的探索自我之旅。

■ YS助描繪第二目標　生涯職涯雙雙推動

初次晤談時，諮詢師便察覺昱秀雖有主見，但對自身的判斷缺乏篤定的自信。透過諮詢，昱秀開始從不同角度剖析自己，找到將個人天賦變成專業的方法。同時，諮詢師提醒昱秀未來職場上可能會面臨多樣挑戰，引導她思考期盼在30歲達成的成就，聚焦眞正的職涯目標。最後，昱秀不只成功進入採購領域，生涯也有了巨大轉折，她重拾舞蹈熱情，爲未來創造第三種職涯樣貌，增添個人獨有色彩。

■ 悉心傾聽成爲支持力量　收穫職涯祝福向前邁進

隨著諮詢越發深入，諮詢師發現昱秀時常爲了滿足他人期待，忽略自身想法與感受，便開始帶領她重新挖掘掩藏深處的想法，爲自己展開行動。諮詢師的悉心傾聽讓昱秀開始尊重自身感受，看見她的轉變，諮詢師鼓勵「未來的你會感謝現在努力的自己」，成爲她前行路上的重要支持！