

職涯戰場 無限可能

歡迎加入「YS青年」體驗職涯服務

f 高屏澎東分署 / YS青年職涯發展中心



青年職涯發展中心LINE@



青年職涯發展中心官網



青年職涯發展中心FB

免費資源

免費資源報你知

職涯探索
名人分享

職涯教練
企業參訪

達人講座
空間交流

服務資訊

來這裡找服務

地址: 高雄市前金區五福三路21號8樓

官網: <https://ys.nat.gov.tw/>

電話: 07-2313232 傳真: 07-2416562

服務時間: 週二至週日 09:00-18:00 (週一及國定假日休息)

職涯教練

企業觀點 儲備職場即戰力



鑽石心 走闖職場

PART 2



業務關鍵心法， 打造職涯精彩金鑰

曹俊欽 教練 | 林仔邊自然文史保育協會專案經理

業務力，已然成為職場中關鍵實力，還認為那只是銷售工作的必須嗎？不論求職、溝通與社交都是業務力的重要構面，透過教練豐富的經驗傳授，帶你習得業務關鍵心法，提升職場業務力。

初階班 8/10 六
14:00-17:00

進階班 8/11 日
14:00-17:00



8/18 日

初階班

10:00-13:00

進階班

14:00-17:00

國際化起手式， 掌握外商關鍵入場券

加美國際驗證股份有限公司東亞及南亞區人資經理
East & South Asia Regional HR Business Partner
陳盈純 教練

外商企業總是蒙著神秘面紗，充滿了美好的嚮往，現實的工作樣貌，又與本土企業有何不同呢？面對文化的差異，你準備好要融入了嗎？外商公司的戰鬥模式、各種眉角，讓教練帶你職場解析，掌握外商關鍵入場券。

為求課程完整性，本頁活動以兩堂課程皆可參加者為優先報名對象



入職最關鍵， 履歷面試我可以

楊伸太 教練 | 大統集團總管理處人資顧問

求職第一步，履歷自傳準備好，如何凸顯個人優勢與亮點，才能夠獲得人資青睞，爭取面試機會，入職最關鍵，讓教練為你指點迷津，在求職旅程上順利前行。

初階班 8/24 六
14:00-17:00

進階班 8/25 日
14:00-17:00



玩樂創意，成為關鍵人才

唐伯川 教練 | 台南老爺行旅總經理

綜觀全球，飯店品牌不勝枚舉，你知道飯店業，希望什麼樣的人才一同加入嗎？飯店服務業的工作價值與熱情服務，其中的關鍵元素又是什麼呢？透過教練的居旅故事以及創新服務的經驗分享，帶你領略飯店業五感體驗的奧義。

8/31 六
14:00-17:00

提升職場適應力



職場衝突因應

江惠頌 教練 | 沐華國際美容股份有限公司營運長

工作上意見不同時，你是吞下意見？還是據理力爭？只要有衝突，雙方就只能尷尬收尾嗎？讓豐富公關經驗的教練透過實際案例討論，與你分享在職場面對衝突的因應方式。讓衝突變成更多溝通的可能性！

8/03 六
14:00-17:00

本次課程以有工作經驗者為優先錄取對象

YS 亮點之星

YS 之星 打造自我品牌力

蔡晨華
電話客服專員

工作內容：

電話接聽，線上協助客戶解決問題
協助公司各項專案調查、及教育案例製作

所需能力：

樂觀積極，可主動與人溝通談判協商



是什麼原因接觸到 YS 呢？

偶然在臉書看到好友參與 YS 活動的貼文，後來在轉職遇到瓶頸時，才想起有這麼棒的機構可以尋求諮詢，並在諮詢師專業協助下順利轉職。

進入職場有什麼樣的學習和體認嗎？

努力充實精進自己當然重要，但我認為在此之前「倒空」亦是重要的。因從業務單位轉換為內勤工作，須不帶主觀批判，重新建構並調整工作方式，並明確瞭解自身職務定位與公司期望產出，才能快速融入新團隊並確保工作的質量。

你覺得 YS 在求職的這段歷程扮演什麼樣的角色？

是陪伴者、聆聽者、亦是引導者。透過 YS 的測評工具及職涯諮詢師專業分析，幫助我發現以前未看見的盲點，明確掌握自我價值與職能定位。且在履歷撰寫及模擬面試提供許多實用的回饋與指導，找到合適的工作，順利轉職。

一路走來，有什麼心得想跟大家分享呢？

列子曰：「大道以多歧亡羊」，處在資訊化時代必須要作出抉擇的機會比從前更多。因此我認為「認識自己」是非常重要的事，唯有真正認識並坦然面對自己，明白自身優劣與工作價值觀，才能作出相對正確的判斷，而不至於在過程中迷失方向。

從心而覓，不憂不懼！

翻開有精彩故事喔

YS 創業之星

興趣創業 堅持夢想經營力

黃瓊瑤
五金咖啡

Always be ready!



促成創業的原因及創業歷程分享？公司創立背景與介紹？

創業是為了驗證自己。遭遇打工時，客人指定老闆煮的咖啡所受的衝擊，老闆說：「不同人會泡出不同味道的咖啡。」因緣下遇到一位五金行店長透露店面搬遷訊息，開啟了我的創業歷程。五金咖啡創立於2012年，位於高雄市梓官區五金行內，目標是融入在地生活脈絡，打造一間「讓每杯咖啡都能振奮人心」的咖啡館。創業過程有如雲霄飛車般驚喜不斷，因堅持做自己有興趣的事情，讓我從輪機系，轉身踏入咖啡領域。

創業至今，最辛苦的事？最有成就感的事？

青年人創業難免不被看好，但不要被外面的聲音綁架了。聆聽自己內心真實的夢想，調整好自己的心態，去面對店裡大大小小的事，對我來說沒有什麼是最辛苦的，咖啡館每天都發生令人意想不到的問題。而做足所有的準備，當客人點了一杯咖啡，輕啜一口，滿足的表情，這是一家咖啡館，最有成就感、最滿足的事。

給職場新鮮人或想創業青年的提醒或建議？

1. 不要怕；冷靜分析你要做的事，賺錢並非第一考量。
2. 橫向連結；不懂就問，尋求各方支援，勿單打獨鬥。
3. 知識分享；知識的價值在於分享，建構一個樂於分享的環境，幫助你在第一時間獲取所要資訊，作出正確判斷。

8月
AUGUST/2019

遷徙世代

職場·生活·歸屬感

青年職涯發展中心
Youth Salon



勞動部勞動力發展署
高屏澎東分署

YOUTH SALON

職涯FITTING班

8/13日 聽傳媒
13:00-18:00 職場的事,為你插播放送



13:00-15:00 | 職人講座
踏在節奏上的播音達人
DJ 小娟 | 港都電台 Best Radio FM98.3 電台 DJ



15:00-18:00 | 單位參訪
聲入你心的互動頻道
Hit FM 90.1 高屏廣播電台



欲報名者須全程參與活動
不接受單堂報名

8/30日 最好x最壞的時光·
19:00-21:00 那些開啟第二人生的事

名人嚮導來開講

人生中的**靈感與解答**都藏在電影裡

水某 | 作家、影評人、電影故事家

曾經在玩具公司擔任行銷經理的水某,是如何開啟自己的第二專長,並與水允共同經營的「那些電影教我的事」帶領百萬粉絲,從只是看電影娛樂的過客,一起帶進電影裡細細品味,將這些潛藏在電影裡的人生哲學,轉化為一股深省成長的力量!

限額
150名



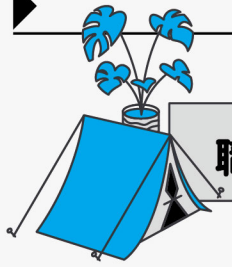
那些電影教我的事



GREAT GENERATION

職人講座

產業達人 點亮職場指標力



職場·生活·歸屬感



面對困境不卡關· 通靈少女到棒球主審

索菲亞(劉柏君) | 暢銷作家《靈界的譯者》
他是《通靈少女》的原型人物,也是台灣首位棒球女主審。26歲他決定退出官廟,走進球場追尋目標。他曾面臨許多挫折,練習在困境中自我調適,活出最適合自己的姿態。

8/03 六
14:00-16:30



共生x公寓·找尋城市歸屬感

柯柏麟 | 玖樓共同創辦人
沒有歸屬感的精神危機,侵蝕著在城市工作、求學的蝸居族群。玖樓團隊打造「共生公寓」,藉由共居,在日常中創造人與人的連結。「靑居共居」實驗,也為高齡台灣創造居住的新想像。一起在職涯中尋找自己的歸屬!

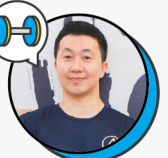
8/16 五
14:00-16:30



內在適應力·失敗淬鍊人生價值

Vicky Hsu | 精品業數據分析師
工作很努力,卻仍遭受負評;被調到不喜歡的部門,卻沒離職的勇氣。挫折天天上演,如何在困境中求生?如何縮小能力與目標差距,讓才華配得上夢想?更宏觀看待人生職涯,將有不同的解答。

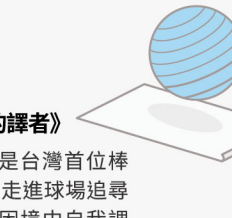
8/17 六
13:30-16:30



忙到沒時間運動?上班族微健身

陳柏君 教練/物理治療師 | 雅典娜體適能中心 負責人
你也是一週運動次數為「零」、想運動卻怕更累的上班族嗎?適度運動可以強化持續力、專注度,使心情愉快、降低壓力。讓健身教練交給你簡易辦公室運動的方法,讓職涯健康且平衡!

8/18 日
10:00-12:30



遷徙世代·打造帶著走的家

宋倍儀 | 走走家具 CEO
他們為在外打拼的租屋族,設計能重複組裝、易於搬運的家具,將簡約美感帶進日常。「房是租的,但生活不是。」追尋目標跨地域求職的你,住進擁有熟悉的物件的家,全世界都是你的舒適圈。

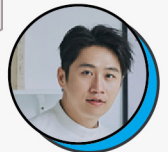
8/24 六
14:00-16:30



職場人的瑜珈練習·擺脫工作疲憊

Enfys | 日日瑜珈 負責人
上班久站久坐,讓你肩頸僵硬、腰痠背痛嗎?瑜珈能放鬆身體、調整姿勢,運用深度呼吸舒緩緊繃的心神。讓瑜珈老師帶著你,舒服的伸展四肢,讓身體重新充滿能量!

8/25 日
09:30-11:30



工作不厭世·學習準時下班

威廉 | 資深媒體人
被工作現實壓得喘不過氣,總是專案爆量、加班加到厭世?職業倦怠並非不治之症。工作不是單打獨鬥,真正厲害的人懂得尋求資源。學習在下班後「放過自己」,聽聽威廉的職涯生存指南。

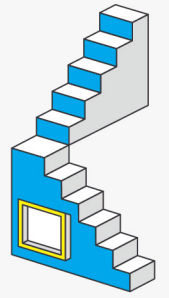
8/25 日
14:00-16:30

探索團體

駐點諮詢

職來職往,誰來讓我靠!

8/02 五 14:30-17:00 黃怡蓉 | YS諮詢師
茫茫職海,誰能依靠,熬過崩潰,只求存活,職場生存戰就此展開,一起透過桌遊「誰來讓我靠」,感受人情冷暖與適者生存的體驗吧!



職涯「價訊」班

8/28 日 14:30-17:00 吳昭蓉 | YS諮詢師
在職涯的路口,價值觀變成我們的導航,暗示我們可能前往的方向。盤點內在需求與價值觀的訊息,在職涯旅途中不迷航!

職涯適性測驗 了解自我,展現專屬品牌力

8/10 六 11:00-12:00
8/15 四 10:30-12:00
8/21 日 11:00-12:00

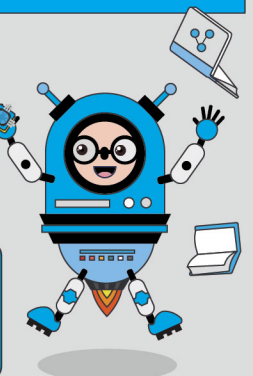
夢幻嚮導介紹

KNOWING

你好,我是**諾依**小博士,
讓我來帶你認識
6大職業星球吧!!



掃描前往
嚮導情報站



為自己勇敢



若我離開主流,是不是只能逆流

呂綺濡 | 臨床心理師
當我想追求的、和『應該追求』的背道而馳,在『順應自己的不安』、和『擁抱主流的不甘』之間,其實我們需要說服的人從來都只是自己。試著找到影響我們的外在訊息,與無法前進的自己對話,在岔路中找到行動的力量。

初階班 8/08 四
13:30-17:30

進階班 8/15 四
13:30-17:30

為求課程完整性,以兩場課程皆可參加者為優先報名對象。

溝通好難?其實只是你沒聽懂!

8/10 六 13:30-17:30 王紹穎 | 臨床心理師

沒發現的弦外之音、事後才驚覺的雞同鴨講、永遠沒有共識的對話,這些溝通的難題,其實都能從傾聽開始破解。別錯過傾聽能找到的重要線索,學習善用傾聽技巧,發現改善關係的契機。

自信的力量,長在我身上

8/17 六 13:30-17:30 陳怡樺 | 諮商心理師

當機會就在眼前,我們常常只需要『自信』這個臨門一腳,就能幫助我們發揮實力、迎接挑戰。在團體中學習自我鼓勵的技巧,發現生命經驗中的閃亮時刻,看見內在自信的光。