

職場參訪

以科學為翼， 讓運動產業與人才展翅高飛！

10/17 ㉔ 10:00-16:00

在賽場背後，
運動科學正是選手突破極限的秘密武器！
一起走進國家運動科學中心，近距離參訪專業設施，
探索運動與科學如何交織，為未來職涯點燃更多想像！



職人分享

邱宏達 | 國家運動科學中心-運動科學研究處處長

職場參訪

國家運動訓練中心

欲報名者須參加全天活動，不接受單堂報名！

把熱愛變成工作！ 職業球團行銷人的企劃日常

10/22 ㉔ 10:00-16:00

從賽場上球員拼盡全力的飆汗，到觀眾席熱浪般的歡呼與支持，
一場職業運動賽事，點燃了生活熱情的沸點！
想知道球團行銷團隊如何延續這份精采與感動嗎？
一起走進活動企劃日常，揮灑熱血棒球魂吧！



職人分享

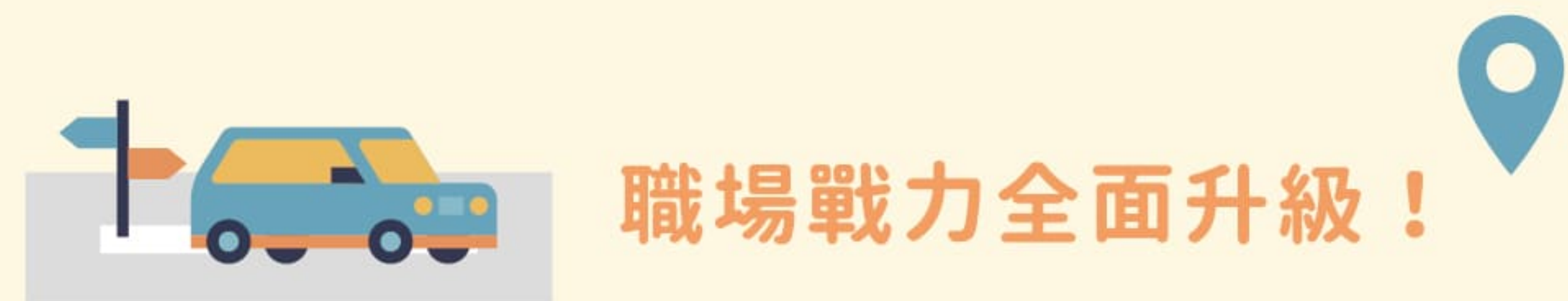
劉修竹 | 台鋼雄鷹棒球隊股份有限公司 行銷企劃專員

職場參訪

台鋼雄鷹 鷹House

欲報名者須參加全天活動，不接受單堂報名！

職場實戰力



10/16 ㉔
14:00-17:00

未來人才工作術-AI共創力

高效團隊提案術， 用Gamma×ChatGPT帶你神助攻！

陳怡瑄(千里老師) | 千里企劃設計工作室 執行長

提案卡關？簡報總差臨門一腳？
AI時代，懂得「人機共創」才是職場制勝關鍵！
用Gamma×ChatGPT，從0到1打造完整提案，
讓創意與效率同步爆發，做出專業又有說服力的簡報。
讓AI不只是工具，而是你的超級戰友，
助你在專案提案、客戶簡報等關鍵時刻，一擊制勝！



10/19 ㉔
14:00-17:00

未來人才關鍵能力-合作力

Team Up！ 沙盤實戰×打造你的職場合作地圖

陳政廷 | 創識智庫國際有限公司 執行長

進入職場合作的沙盤戰場，打造屬於你的團隊地圖！
一起透過沙盤模擬的沉浸式世界，親身體驗商業決策現場，
從中學會如何分工協作、策略對話、整合資源，
透過角色扮演與情境模擬，培養跨部門視角與應變能力！
#沙盤模擬 #策略思維 #職場合作力

10

邁開步伐，全力跑向未來

2025.10 | October

適性測驗

YES就業力組合量表

10/7 ㉔ 10:30-12:00

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。

DISC適性測驗

10/19 ㉔ 14:00-15:30

在工作中，你知道自己的人際風格嗎？
透過DISC測驗，找出你的溝通優勢，掌握自我溝通重點和行為模式！

RiTE適性測驗

10/23 ㉔ 10:00-11:30

了解自己的LQ(領導商數)、EQ(情緒商數)和AQ(逆境商數)，
掌握自己合適的方向。

探索團體

從卡關到突破： 啟動你的職涯密碼

10/15 ㉔ 13:30-16:00 張純嘉 | YS諮詢師

對未來充滿期待，卻好像被擋在門外？
渴望前行，卻找不到突破的方法？
掌握關鍵行動，啟動職涯通關密語，
一起解鎖，讓夢想不再遙遠！

駐點諮詢

職想聽懂你： 從同理練習走出職涯困境

10/18 ㉔ 13:30-17:30 林士傑 | 諮商心理師

「講話總是被誤會？除了心累，人生也是超級卡？」
每次跟人互動，你不自覺冒出厭世感，心態默默跟著歪掉？
透過換位思考的同理練習，
學習向內覺察情緒、向外讀懂訊息，
培養出你的高情商能力，突破一再卡關的困境！
#同理心 #高情商

職想肯定你： 從正向練習找到職涯信心

10/31 ㉔ 17:30-21:30 周雅文 | 臨床心理師

「我到底行不行？我的方向在哪裡？」
當挫敗感與無力感襲來，你懷疑是自己不夠好？
透過正向心理學的引導，挖掘你的高光時刻，
重新喚醒自信、點燃行動力，
打破內耗循環，為你的職涯注入正能量！
#正向心理學 #自信重建



職人講座



10/18 六
10:00-12:30

運動心理諮詢師- 陪你練出不怕輸的心理肌力

陳泰廷 | 心泰表現顧問公司 執行長

當緊張、失誤與低潮同時湧現，逃避不是解方，找到自己的復位節奏才是關鍵。
掌握將壓力化為能量、把挫敗變成動力的方法，帶走能立即應用的行動策略，
在場上與人生賽道上，都能跑得更長、更穩。



10/19 日
10:00-12:30

站上本壘之外的視角- 棒球情蒐的決策世界

徐樂 | 灼見運動數據 執行長

當夢想無法直線前進，你會選擇停下還是開闢新賽道？
從球場轉戰數據戰情室，位置改變但影響力依舊！
揭示運動數據在情蒐與決策中的關鍵價值，
探索專業熱情與職涯轉換的連結方式，換個視角，掌握專業與洞察力的致勝關鍵。

誘思沙龍

- 10/1 三 S3EP42-尬聊新鮮事 來賓：鋼鐵青年-郭庭瑋、郭瑞凱、鐘柏鈞
鋼鐵人職場體驗共振好頻，破解你的求職難題，提升職場競爭力
- 10/15 三 S3EP43-教練來開講 來賓：江惠頌 | 豐群水產股份有限公司總經理特助 兼 企業溝通與永續計畫任務小組協理
打造不被取代的職場價值感
- 10/29 三 S3EP44-職想和你聊 來賓：陳泰廷 | 心泰表現顧問公司/運動心理諮詢師
在壓力中鍛鍊專注力，運動心理師的職場修煉術



掃我點選收聽

Step Strong, Chase the Future



職涯教練

工作坊

#青年領導力 #全貌觀落實
以3場次皆能參加者優先錄取



領導力覺醒： 看見自己 × 帶領團隊 × 看見全局

帶你從認識自己、讀懂團隊，
到看見全局、做出好決策的三堂實戰訓練！

林巧玲 教練 | 高雄洲際酒店 人力資源部總監

PART1 領導，從搞懂自己開始

10/19 日 09:30-12:30

當團隊需要有人帶領時，你會是那個人嗎？
領導不是天生，是從了解自己開始。
你擁有哪些潛在領導特質？
如何在壓力下保持情緒穩定？
透過自我盤點與實作練習，打造屬於你的影響力風格。

PART2 關鍵決策，迎戰團隊凝聚與挑戰

11/15 六 09:30-12:30

團隊不只各司其職，還要能共度挑戰。
當衝突爆發、意見分歧、氣氛僵住，該怎麼辦？
領導力是建立信任、有效溝通與關鍵判斷，
掌握團隊不同階段的帶領重點，
化解衝突、凝聚共識，從問題中創造成長機會！

PART3 全局思維，領導者的高度落地

12/20 六 09:30-12:30

不只是帶隊，更要帶方向。
領導者要看得全、想得遠，還要能讓願景落地實行。
從用系統化思維分析情勢、
把願景拆解成可實行的路線，
到全貌思考轉換成落地執行，
練成能帶隊前進的全局視角！

領導不靠年資： 小主管的世代融合必修課

10/3 五 14:00-17:00

陳孟吾 教練 | 台虹科技集團如東富展科技有限公司 總經理

帶你破解跨世代溝通密碼！
從X到Z，精準對頻不同世代的思考與溝通習慣
不只搞懂上司怎麼想，也學會帶動不同年齡的夥伴一起衝。
還有升主管最怕的事——「出頭鳥與周邊關係怎麼重新定義？」
一次學會領導力與人際平衡的升級術
#我現在要爆炸 #XYZ軸



SINCE 2013

職涯戰場·無限可能 歡迎加入「YS青年」體驗職涯服務



Instagram



官網



FACEBOOK

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
------	------	------	------	------	------



地 址 | 高雄市前金區五福三路21號8樓
電 話 | 07-2313232 Fax:07-2416562
服務時間 | 週二至週日 09:00-18:00 (週一及國定假日休息)
官 網 | <https://kys.wda.gov.tw>

注意事項

YS所有活動皆為事先報名制，請至YS官網報名，
以15至29歲青年為優先參加對象。
YS小提醒：YS保有修改及終止活動之權利，如有任何
變更內容或詳細注意事項將於YS官網公告。

●為響應一次用產品減量，請自備環保杯及環保餐具●

廣告