

職場實戰力



從趨勢洞察到藍圖實踐 開啟職涯未來式！

林俊宏 | 擺渡人生設計股份有限公司 知識長

主動出擊吧！

就業市場瞬息萬變，你是否已掌握「前瞻性思維」。
不論你是初入職場、尋轉職或期待穩健發展的青年，
課程將引導你強化趨勢洞察與掌握職涯規劃能力，
帶你從容應對未來挑戰，啟動職涯升級關鍵！

初階

1/22 ㉔ 09:30-12:30

洞察產業關鍵趨勢，
解鎖未來職場變革中的發展機會。

進階

1/22 ㉔ 13:30-16:30

系統化打造專屬職涯藍圖，
將目標轉化具體行動計畫。

※兩階段課程皆能參與者優先錄取

探索團體

務實夢想家提案

金錢焦慮下的 自我價值探索

1/17 ㊦ 14:00-16:30 洪雨婕 | VS諮詢師

你會這樣問過自己嗎？
「我這麼努力，為什麼錢還是留不住？」
金錢，不只是數字，
更是你內在價值觀和對自我期許的投射，
許多困境，源於不清楚自己真正的藍圖。

不談艱澀的投資，而是專注於理想實踐，
看見焦慮背後的自己，規劃夢想的行動。

誘思沙龍

1/28 ㊦ S3EP49-教練來開講

從迷惘找到位置 HR眼中成功轉職者的共同特質

來賓：廖純綺 | 台新銀行 人力資源處人力資源服務部 協理



掃我點選收聽

01

升級技能，
迎接新關卡

2026.01 | January

適性測驗

發掘你的職涯特質

YES就業力組合量表

1/9 ㊦ 14:00-15:30

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。

RiTE適性測驗

1/18 ㊦ 14:00-15:30

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(逆境商數)，
掌握自己合適的方向。

駐點諮詢

被動 vs. 主動： 養出脫框行動力的你

1/10 ㊦ 13:30-17:30 鄭珮嘉 | 諮商心理師

「你確定要選這個？」
「這個比較好，聽我的就對了。」
面對選擇的交叉口時，是否也讓你感到徬徨？
這次，與心理師一起打開選擇視野，找出你的內在動力，
練習從被動接受走向主動選擇，
讓人生不再只是單一路線，養出自信且勇往直前的你。

期待 vs. 自我： 活出社會角色外的你

1/24 ㊦ 13:30-17:30 傅弘毅 | 諮商心理師

「一個月賺多少啊？什麼時候要買房呀？」
「跟另一半到外地？你的工作怎麼辦？」
面對外界接連不斷的提問，是否也讓你感到壓力？
這次，與心理師一起回到自我，釐清你的真實渴望，
學習放下外界標籤與比較，
在他人期待外，活出自在、穩定又有力量的你。

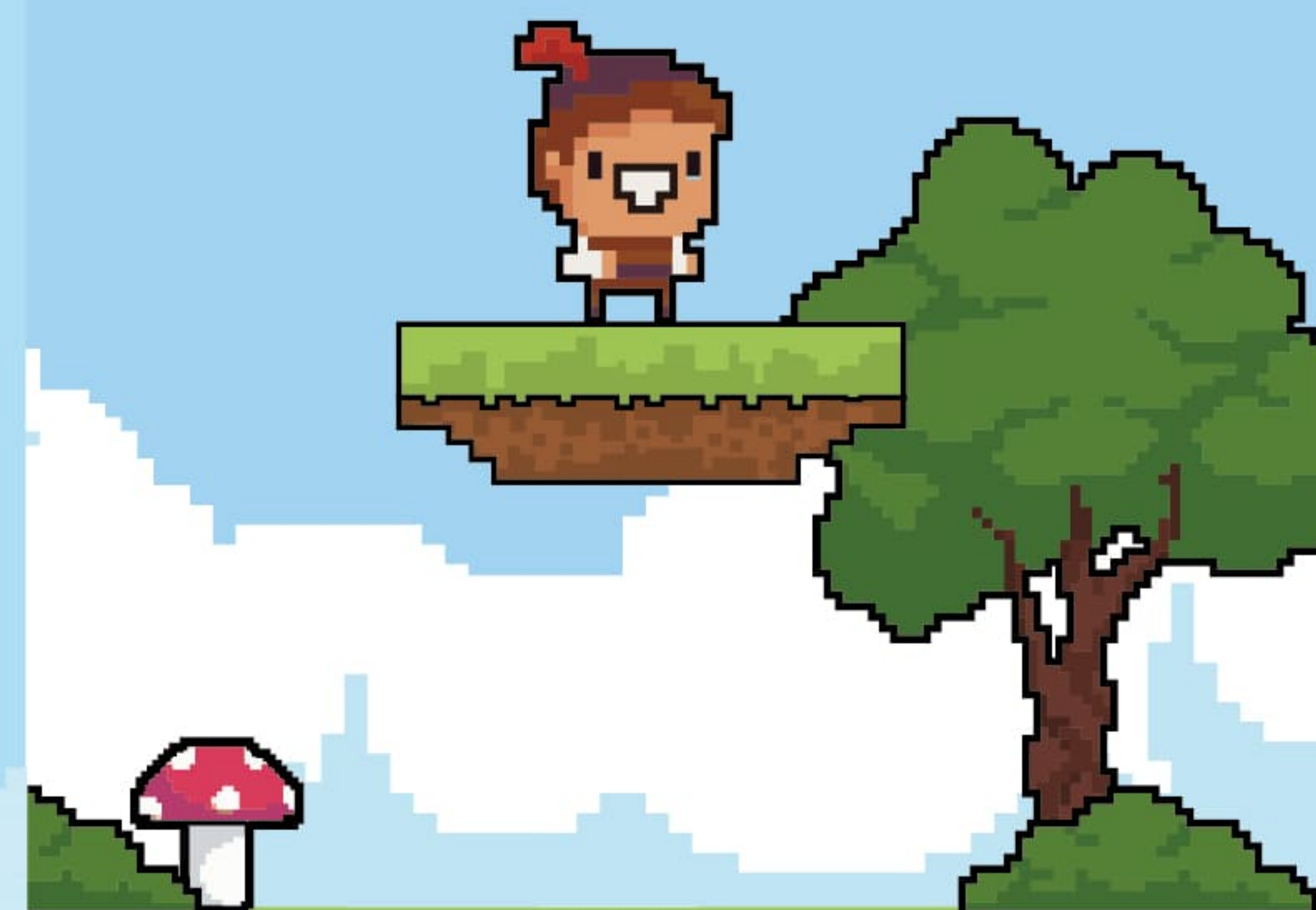
職涯新賽季 LEVEL UP

2026.01 / January

收集經驗值
強化你的成就



在新年度的職場環境
找到新目標



勞動部勞動力發展署
高屏澎東分署

青年職涯發展中心
Youth Salon

職人講座



1/10 六
13:30-16:00

從基層到關鍵角色： AI 長談職涯養成與人才新樣貌

曾明賢 | USPACE AI 長

在 AI 轉速拉滿的時代，人才的進化不能慢半拍！
從工程師走向 AI 長，哪些職能成為關鍵推進力？
帶你拆解職涯升級的核心節點，解析 AI 必備能力與團隊中的新興職務，
陪你站上職涯進化的加速軌道。



1/31 六
13:30-15:00

新職務開箱： AI數位行銷的幕後玩家們

吳振和 | cacaFly聖洋科技 VP of Technology

當各行開始與 AI 產生更多連結，不同產業中也逐漸出現新的工作樣貌。
從內容生成到資料語言，新興角色正在成形，
想知道這些職務如何運作、又需要哪些能力嗎？
帶你抓住下一波雲端及行銷人才的入場機會。

基本工資調漲

自115年
1月起

時薪
196 元

月薪
29,500 元

職涯教練



工作坊

升職必修課： 履歷x面試x深度諮詢

蘇麗美 教練 | 104人資學院 資深顧問

每一個offer都不是偶然，而是精心規劃和努力的成果，
這次的工作坊將幫助你打造屬於自己的職場成功之路。

初階-履歷健檢與面談技巧

1/17 六 09:30-17:00

履歷不只是填空格，面談不是照稿念，
而是展示你能力與經驗的舞台！
履歷不知道該寫什麼？面談總是詞窮？
努力準備，卻沒有完全顯現在求職行動中。
其實，履歷是你的推銷文，面談是你的行銷活動，
充滿力量的內容，能夠幫你爭取到更多面試機會！
#履歷行銷 #閃閃發亮

進階-模擬面試與團體回饋

1/18 日 09:30-12:30

面試總是卡卡？這堂課讓你絲滑通關！
你準備好迎接面試的挑戰了嗎？
明明履歷寫得不錯，
一到面試就開始緊張，影響發揮。
通過模擬面試與團體回饋，
讓你在與面試官互動時從從容容，輕鬆應對各種問題！
#面試是場比賽 #問題全壘打

深度-1對1諮詢

1/18 日 14:00-17:00

迷茫嗎？透過1對1與教練諮詢，重新找到指引方向的光！
每個人的職涯進程都不盡相同，
這堂 1對1諮詢課，
將根據你的具體情況，給出客製化的專業建議。
幫助你找到突破困境的最佳路徑。
#職涯燈塔 #量身訂製
*初階及進階課程皆有報名者才能獲得1對1諮詢的入場券。
*因名額有限，將根據報名順序錄取。

Upgrade Skills, Enter the Next Stage



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