

## 附件

### 一、《提升自我、成就自我——大数据时代下的生涯规划与修炼》课程大纲

#### 第一单元 开启性格特质与能力密码

1. 掌握最新自我行为与能力优势
2. 了解综合能力与竞争力
3. 与前期比对变化性

#### 第二单元 职场前哨“战”--RTC 个人修炼

1. 自我管理
2. 自我情绪管理与修炼
3. 个人修炼与建议

#### 第三单元 RTC 生涯规划

1. 不同特质的职场发展方向
2. 不同特质适合的职务

#### 第四单元 职场中的高效沟通

1. 不同特质的表达特征
2. 个性化高效沟通关键

### 二、任课老师：杨侑蓁

杨侑蓁自 1987 年起投身人才发展领域，累积深厚底蕴。1990 年至 2002 年间，她先后在台湾顶尖科研机构——工业技术研究院（ITRI）及全球通信巨擘 AT&T 担任人力资源与人才发展要职，专精于人力资本增值、职业路径规划及企业迷你 MBA 课程的策划执行。

2002 年，杨老师加盟 RtCatch 中国区总部众诚策略管理公司，担任资深顾问，专注于人才测评、组织进化、高潜力人才培养、胜任力模型构建、团队诊断与建设等核心领域，以实战经验为企业提供深度咨询服务及培训，其生动互动的教学风格与扎实的专业功底深受学员赞誉。

目前，杨老师担任 RTC 人才研究院北京分院院长、睿特云网科技公司咨询部总经理、广州钧涵贝佳尔人才管理有限公司资深顾问等职务。同时，她也是中

国管理科学研究院学术委员会特约研究员、沈阳药科大学亦弘商学院领导力课程教授及北京市长江扶贫科技扶贫基金会的公益讲师。

杨老师曾任强生医疗专业教育学院、中信集团等知名企业的特聘讲师，为京东方、京东、联想集团等众多行业领军企业提供咨询与培训服务，以其深厚的咨询顾问经验助力企业人才战略与组织发展。