

成功大學職涯諮詢系列活動

CPAS 職業適性診斷測驗團體解析活動花絮

生涯發展與就業輔導組為協助學生在畢業進入職場前，特邀請業界職涯顧問講授「CPAS 職業適性診斷測驗」，透過簡單測驗，瞭解自身到底該從事什麼樣的工作呢？讓學生在學習專業技能外，瞭解自己本身的性格與工作之間的「適性」與否，也是非常重要的思考重點，如果每個人都能夠瞭解自己的「適性工作」，並且努力開發自己的潛能，相信每個人都可以找到自己的「適才適所」，創造出真正屬於自己的成功職涯。

日期：109 年 10 月 15 日(四) 13:00-15:00 {與通識課程「生涯發展」合作}

地點：都計系館 50204 教室

講者：鼎燁顧問有限公司 修瑞燁 總經理

本次講座的講師是 鼎燁顧問有限公司 修瑞燁 總經理，修老師的經歷十分豐富，她在分析 CPAS 這塊已有十年之久，除了做人力仲介根據客戶需求找適合的人才以外，近五、六年也常在大專院校替同學們做 CPAS 的分析。

在這次的講座開始前，同學們皆已做完 CPAS 測驗，並拿到專屬於自己的診斷測驗結果，講師透過同學們的測驗結果去講解各項數值所代表的涵義。

做 CPAS 除了能找到適合自己的工作以外，講師強調最重要的是它能幫你認識自己，知道「現在的你是什麼樣的你」，先了解自己以後，再去對應未來想做的事，將優勢繼續保持，劣勢則是慢慢去改善。

講師在這裡說到一個重要的觀念，無論自己未來做了什麼規劃，都要清楚那是「自己」做的選擇，所以要去承擔它所有的好與壞，在回首職涯起點的時候不會感到後悔，這才是最重要的。

CPAS 從四個面向去分析：

1. 找出適才所才：分析自己適合什麼工作。
2. 掌握學習關鍵：找出自己的優/缺點，進而知道如何補足自己的弱項。
3. 創新力評估：分析自己是否適合創業。
4. 挑選夥伴：知道自己適合與什麼樣的人合作、搭檔。

在職場上，許多企業使用 CPAS 作為選人才的標準，CPAS 的信效度高達九成，並且常模是亞洲人地區，因此很多企業會在面試前請應



徵者先做完 CPAS 測驗，若符合公司需求才會再通知進一步的面試，可見 CPAS 在職場上佔有重要地位，而分析 CPAS 的結果去了解自己更顯重要。

CPAS 測驗結果上會包含 5 項職業適性指數、6 項核心職能、6 項電腦解析。

透過測驗結果上的數值，可以分析出 12 項性格密碼：行動性、持續性〈毅力指數〉、指導性〈自信指標〉、挑戰性〈企圖指標〉、共感性〈同理心指標〉、情緒安定性〈EQ/情緒掌握〉、獨立自主性、革新性〈舒適圈〉、思考性、柔軟性〈應變力〉、感受性〈察言觀色〉、慎重性〈細節〉。

每項性格密碼講者都提供了兩個常模：大學生常模及創業家常模，創業家常模同時可以視為接近成功的數值。

在所有的數值中，並非分數越高越好，像是在「指導性」得到了滿分，代表的可能是過度自信導致目中無人。測驗中也有許多數值是可以一起參照的，像是挑戰性及革新性如果數值都

很高，代表是對現況不滿意，並且有改變的想法，數值一高一低則稱為「內耗」，即為不滿意自己所處的環境，但也不願意去做改變。

透過 12 項基因密碼，針對自己的性格去對應是否符合將來期望的工作，工作大致上可以分為五大類：定型的工作、對人的工作、營業的工作、非定型工作、創造性工作，其中創造性工作也可以視為創新能力的數值。

如果自己想做的工作不符合工作期望的數值，講者鼓勵同學別氣餒，因為一個動機就可以讓某些數值改變，像是領導潛能可以從社團經驗去培養，期許同學可以有多一點的外部刺激，去培養所謂的「軟性實力」。

講者也鼓勵同學超越大學生常模，可以透過以下這些範例去調整性格：

- 1.行動性：要求自己早上提前 30 分鐘起床、隨身帶筆記，紀錄每天的感想及計畫...
- 2.持續性：每天慢跑 30 分鐘、每週讀一本書、每天記帳...
- 3.指導性：每天想一個點子及故事，並與同學分享、帶頭做一件有意義的事...
- 4.挑戰性：提前 1 小時把工作做完、超越課業目標 10%...
- 5.共感性：每天讚美他人、日行一善...
- 6.情緒安定性：遇到心煩的事，先冷靜深呼吸、



- 7.獨立自主性：自己完成一項可執行，有績效的企劃書...
- 8.革新性：想出一向能提升環保節能的小創意...
- 9.思考性：設計一個問卷、設計下半年的學業改善計畫...
- 10.柔軟性：如果我是對方，我的感受會如何...

講者說所謂的調整，並非是要為難自己，以「稍微鼓勵一下自己，我就做得到」為原則，最重要的是這些調整要能夠堅持下去。

接著提到的是學習規劃書，看完 CPAS 以後去評估自己的軟實力、硬實力(專業)、生活有需要調整的部分嗎？把這三項做結合，以年為單位去做規劃，慢慢從中調整自己。

最後講者再次強調，做了 CPAS 測驗後，希望大家先去好好了解、認識自己，知道自己的特質及擅長的部份在哪裡，再去扣接到將來想做的事情，看看有沒有符合自己的特質及性格。

期許同學在清楚了解自己後，善用自己的優勢在職場上好好發揮，弱勢也如同講師所說「不要氣餒」，從現在開始透過每天些微的調整，並堅持下去，必定會有所改變。最後祝福各位同學，無論是在現階段或是未來，都能充分認識當下的自己，進而找到適合同時也是自己想做的事。

