

## 《影音創客》課程簡介與價格

更新日期：2021/10/26

「影音創客」為台灣最大新手拍片教學團隊，以手把手教學方式，協助新手從 0 到 1 學會拍片，強調簡單、實用、立上手，不只給心法還教方法！馬上學會用手機與 APP 就能自拍/製影片；學會基礎攝影用鏡頭說故事；獨家研發的影片拆解自學術，讓你自學不求人；每個人都能輕易地「玩」成職場中最常會用到的活動記錄 MV 短片；掌握網路新媒體鏡頭語言，讓你快速學會大家喜歡觀看的拍片自造術！

同時，結合夥伴「危機管理顧問」的 Hans，共同提供更多元的數位課程，用系統性的思考、外在功法、內在心法與實際案例，來與各位分享危機是如何處理的！

以及提供北京執業多年的林峻生中醫，為大家分享《醫路向前行-上班族的健康之路》，針對上班族常出現的身體狀況，分析原因、提供保養的方法，就是希望大家有健康的身體，才會擁有幸福的人生。

### 課程價格：

價格	課程類別	課程/教材名稱
NT\$0/年	手把手教你學拍片 (免費版)	NO.1 社群小編好忙！拍片前你應該問自己的 3 個問題
		NO.2 影音快製力！影音創客教你做出 10 秒片頭
		NO.3 掌握 3 大訣竅！學會百萬 YouTuber 的新媒體網路語言
		NO.4 新手拍片，如何運用 3 種鏡位創造吸睛影片
		NO.5 新手面對鏡頭說話的 5 招基礎入門
NT\$0/年	危機處理心法 (免費)	危機處理心法 01：請閉上嘴，當一個旁觀者！
		危機處理心法 02：善用眼來觀察，用手做註記！
		危機處理心法 03：你的懂不是真的懂，找第三方確認你的觀點！
		危機處理心法 04：處理問題前先看懂人性
		危機處理心法 05：見好就收否則會出事
		危機處理心法 06：紙上只談兵肯定學不會
		危機處理心法 07：只道聽途說肯定會出事
		危機處理心法 08：預期純屬不切實際
		危機處理心法 09：等待是『鬥智鬥勇』的過程！
		危機處理心法 10：犯錯是個該慶祝的時刻
NT\$0/年	上班族的健康之路 (免費版)	好朋友愛亂來怎辦？談談女性上班族的月經不準時 01：月經不行？你是哪型
		好朋友愛亂來怎辦？談談女性上班族的月經不準時 02：為什麼會月經不調呢

<p>NT\$3000/年</p>	<p>醫路向前行-上班族的健康之路 (完整版)</p>	好朋友愛亂來怎辦?談談女性上班族的月經不準時 01: 月經不行? 你是哪型
		好朋友愛亂來怎辦?談談女性上班族的月經不準時 02: 為什麼會月經不調呢
		好朋友愛亂來怎辦?談談女性上班族的月經不準時 03: 如何調整生活方式, 改善月經不調
		職場男性的不孕不育 01: 為什麼會不孕不育
		職場男性的不孕不育 02: 怎麼樣來解決男性不孕不育的問題
		職場女性的不孕不育 01: 為什麼懷孕要盡量趁早
		職場女性的不孕不育 02: 不孕不育的原因有哪些
		職場女性的不孕不育 03: 不孕不育該怎麼生活調理
		上班族的便秘問題 01: 便秘有哪些危害
		上班族的便秘問題 02: 為什麼會便秘, 對身體影響
		上班族的便秘問題 03: 如何改善便秘的症狀
		上班族的胃脹氣與胃食道逆流 01: 胃脹氣和胃食道逆流常見哪些症狀?會造成那些危害
上班族的胃脹氣與胃食道逆流 02: 哪些原因引起胃脹氣與胃食道逆流		
上班族的胃脹氣與胃食道逆流 03: 如何改善胃脹氣與胃食道逆流		

■ 課程簡介

課程類別	課程/教材名稱	簡介
<p>手把手教你學拍片 (免費版)</p>	NO.1 社群小編好忙! 拍片前你應該問自己的 3 個問題	現在的小編好忙, 行銷宣傳貼文也要產出內容, 甚至連影片都要下海自己拍, 可是開拍之前你知道怎樣企劃才會拍對嗎? 來看看開拍前的 3 個問題吧!
	NO.2 影音快製力! 影音創客教你做出 10 秒片頭	看過很多華麗或簡單的開場, 但輪到我自己要做片頭, 實在不知道該從何下手? 來看看 4 招做 10 秒片頭吧!
	NO.3 掌握 3 大訣竅! 學會百萬 YouTuber 的新媒體網路語言	素人學拍片或是自學, 常常會有一些盲點, 也還不會解析別人的畫面, 所以讓我們告訴你, 掌握 3 個重點, 你的影片也能像百萬 YouTuber
	NO.4 新手拍片, 如何運用 3 種鏡位創造吸睛影片	素人新手學拍片時, 往往還沒有穩固的攝影基礎, 畫面上的取景總是遠遠的, 主要人物或主體都小小的, 讓人看不到重點, 本集告訴你常用鏡位的意義, 希望幫助大家多使用看看喔!
	NO.5 新手面對鏡頭說話的 5 招基礎入門	面對鏡頭是許多新手最害怕的, 讓我們告訴你 5 招, 下次面對鏡頭說話時, 請務必檢查一下是否有做到喔!
<p>危機處理心法 (免費)</p>	危機處理心法 01: 請閉上嘴, 當一個旁觀者!	開會的時候員工突然發難, 當著主管的面把問題都丟出來, 主管當下只有五分鐘的時間可以處理, 處理的不好不但會得罪部門的所有員工, 更有可能讓這位主管未來成為一個跛腳的主管, 看看如何用五分鐘來解決眼前的問題吧!

	<p>危機處理心法 02: 善用眼來觀察, 用手做註記!</p>	<p>上菜的時候把客人給燙傷了, 經理在去醫前院集合了所有員工, 他想問問大家有沒有解決的想法或建議, 面對沉默不語以及推卸責任的員工們他感到無力, 這問題處理不好的話是會引發客訴及社會觀感不佳, 更嚴重的是會讓餐廳關門並讓所有員工都沒有了工作, 經理到底該怎麼處理這個眼前的狀況呢? 看看如何用五步驟來拆解的問題吧!</p>
	<p>危機處理心法 03: 你的懂不是真的懂, 找第三方確認你的觀點!</p>	<p>公司有人在嚼舌根, 先是亂報會議內容, 再是亂傳誰要離職, 造成公司上下恐慌, 短短沒幾天走了一堆員工, 再不處理只怕風暴會更嚴重, 公司到底該怎麼處理這個眼前的狀況呢? 看看如何用辦別訊息五步驟來處理這個問題吧!</p>
	<p>危機處理心法 04: 處理問題前先看懂人性</p>	<p>董事長臨時召見, 先是公司收到黑函, 再是指證主管收賄, 不想引起非議或恐慌, 所以要漢斯立馬做處理, 但董事長一、是沒給任何授權, 二、也沒有給任何的指示與步驟, 漢斯到底該怎麼處理這個眼前的狀況呢? 看看如何用辦別人性四步驟來處理這個問題吧!</p>
	<p>危機處理心法 05: 見好就收否則會出事</p>	<p>財務部門要省預算, 行銷部門要加預算, 雙方會議直接開幹, 針鋒相對兼火爆嗆聲, 董事長做出最終裁決之後, 因為部門員工的衝突而讓事件升級, 身為事發部門的主管到底是要順藤摸瓜把事鬧大? 還是要利用這個機會創造公司部門合作文化? 看看如何用收服對手三步驟來處理這個問題吧!</p>
	<p>危機處理心法 06: 紙上只談兵肯定學不會</p>	<p>公司開發了新產品, 新人幹勁十足開發, 一天就引發抱怨, 認真投入卻得負面效應? 到底是新人個人的問題? 還是公司的產品有異狀? 評估員工去或留不能只靠一面之辭! 看看如何用讓菜鳥長大四步驟來處理這個問題吧!</p>
	<p>危機處理心法 07: 只道聽途說肯定會出事</p>	<p>總經理被警察約談, 公司一片慌亂, 有人亂講亂傳消息, 董事長越洋下令徹查, 又正巧碰上客戶參訪, 到底是要立馬做處理, 還是要等參訪完再做處理呢? 看看如何用還人清白四步驟來處理這個問題吧!</p>
	<p>危機處理心法 08: 預期純屬不切實際</p>	<p>提案以為十拿九穩, 被客戶打槍陷入慌亂, 競爭對手卻大獲好評, 不知為何也不知如何, 距離確認尚有補救機會, 有限時間要做出正確處理, 看看如何用『打臉四步驟』來處理這個問題吧!</p>
	<p>危機處理心法 09: 等待是『鬥智鬥勇』的過程!</p>	<p>買房本是人生大事, 看到好物理應跟進, 但為何要先踩煞車, 一邊等待一邊丟價, 這個做法是什麼用意? 看看如何用『等魚上鉤四步驟』來處理這個問題吧!</p>
	<p>危機處理心法 10: 犯錯是個該慶祝的時刻</p>	<p>因為失誤招致損失, 第一時間辭職負責, 主管不準便搞失蹤, 一邊救訂單一邊找人, 有限時間做積極處理, 看看如何用『回心轉意四步驟』來處理這個問題吧!</p>
<p>醫路向前行-上班族的健康之路 (免費版)</p>	<p>好朋友愛亂來怎辦? 談談女性上班族的月經不準時 01: 月經不行? 你是哪型</p>	<p>古代月經稱叫月信, 月信就有一個信用的意思, 時間到就會有消息, 有信用一定會準時到, 但是現在因為我們生活的習慣開始跟古代有很大的不一樣, 因此週期時間就不準時, 有的是早來晚來隨便來, 也有來了不走, 要不就是常常來, 妳是哪一型?</p>

	<p>好朋友愛亂來怎辦?談談女性上班族的月經不準時 02: 為什麼會月經不調呢</p>	<p>為什麼會月經不調呢?月經不調有可能是精神壓力太大、內分泌失調、運動量不夠、食慾不好、用腦過度、過度減重節食、運動過度流太多汗、代謝變慢等等</p>
<p>醫路向前行-上班族的 健康之路 (完整版)</p>	<p>好朋友愛亂來怎辦?談談女性上班族的月經不準時 01: 月經不行?你是哪型</p>	<p>古代月經稱叫月信, 月信就有一個信用的意思, 時間到就會有消息, 有信用一定會準時到, 但是現在因為我們生活的習慣開始跟古代有很大的不一樣, 因此週期時間就不準時, 有的是早來晚來隨便來, 也有來了不走, 要不就是常常來, 妳是哪一型?</p>
	<p>好朋友愛亂來怎辦?談談女性上班族的月經不準時 02: 為什麼會月經不調呢</p>	<p>為什麼會月經不調呢?月經不調有可能是精神壓力太大、內分泌失調、運動量不夠、食慾不好、用腦過度、過度減重節食、運動過度流太多汗、代謝變慢等等...</p>
	<p>好朋友愛亂來怎辦?談談女性上班族的月經不準時 03: 如何調整生活方式, 改善月經不調</p>	<p>要如何改善月經不調呢?要先確認造成月經不調的原因, 才能對症下藥給予最適當的方案, 有需要注意飲食的、睡前需要放鬆治療、泡腳、固定的運動項目等等...</p>
	<p>職場男性的不孕不育 01: 為什麼會不孕不育</p>	<p>為什麼會不孕不育, 因為現在的飲食生活環境, 含有很多的荷爾蒙的製劑, 就會導致即男性的生殖功能不斷下降, 還有辦公室長期久坐, 導致基礎代謝率就開始會低下, 等等...</p>
	<p>職場男性的不孕不育 02: 怎麼樣來解決男性不孕不育的問題</p>	<p>在治療男性不孕不育的時候, 其實還是要辯症施治, 要怎麼樣來調整呢?飲食跟生活是絕對要調整的, 尤其是酒要少喝一點, 抽煙少抽一點, 再搭配特定的運動等等...</p>
	<p>職場女性的不孕不育 01: 為什麼懷孕要盡量趁早</p>	<p>因為女生年紀太大, 卵子質量就不會太好, 而男生的年紀大, 精子的品質也不好。當精子卵子兩個狀況都不是太好時, 受精卵可能就不容易著床了, 即使著床了, 也不容易成長生長, 可能第一個月就流掉了。</p>
	<p>職場女性的不孕不育 02: 不孕不育的原因有哪些</p>	<p>不孕不育的原因有哪些?1.內膜比較薄 2.年紀比較大 卵子精子質量不好 3.下焦濕熱 易感染導致精卵會合通道堵塞 4.免疫系統失調...</p>
	<p>職場女性的不孕不育 03: 不孕不育該怎麼生活調理</p>	<p>不孕不育該怎麼生活調理呢?針對不同的狀況作處理 1.改善男性精子品質增加受孕機率 2.補養氣血, 改善卵子衰退 3.治療感染情況, 打造有利環境 4. 與精神壓力有關 要紓解生活壓力 5.子宮發育不良, 發育期就要調理, 生育期再調太晚了 6.輸卵管沾黏, 中藥幫助抗感染</p>
	<p>上班族的便秘問題 01: 便秘有哪些危害</p>	<p>便秘有哪些危害?會產生口苦口臭, 嘴巴為苦苦的, 容易嘴巴會有味道, 肝臟解毒功能也會下降, 也會產生婦科的問題等等...</p>
	<p>上班族的便秘問題 02: 為什麼會便秘, 對身體影響</p>	<p>為什麼會便秘呢?1.纖維素吃太少 2.壓力的關係 3.慢性病用藥導致 4.腰椎壓迫導致腸到循環不好</p>
<p>上班族的便秘問題 03: 如何改善便秘的症狀</p>	<p>我們該怎麼樣來借由飲食習慣或運動、穴位按摩的方式, 或是小方法來改善便秘情況? 1.多吃水果 2.維持正常的運動 3.注意腰部的保暖 4.按摩手上大腸的經絡 5.按摩足陽明胃經 6.泡腳</p>	

<p>上班族的胃脹氣與胃食道逆流 01: 胃脹氣和胃食道逆流常見哪些症狀?會造成那些危害</p>	<p>胃脹氣和胃食道逆流常見哪些症狀?會造成那些危害 1.吃不下能量不足, 影響工作效率 2.長期不適, 影響工作心情 3.影響人際關係 4.繼發其他頑固的慢性疾病影響職場表現</p>
<p>上班族的胃脹氣與胃食道逆流 02: 哪些原因引起胃脹氣與胃食道逆流</p>	<p>哪些原因引起胃脹氣與胃食道逆流?1.飲食的部分, 讓腸胃容易產生脹氣跟胃食道逆流 2.辦公室的工作形態問題 3.有些長期便秘的患者, 也會容易產生胃脹性胃食道逆流。</p>
<p>上班族的胃脹氣與胃食道逆流 03: 如何改善胃脹氣與胃食道逆流</p>	<p>如何改善胃脹氣與胃食道逆流?1.改善飲食結構 2.紓解壓力 3.避免長期壓迫 4.改善症狀的穴位按摩</p>