

青年尋 Me

自信向前行

桃園市政府就業服務處 職涯諮商活動

一、活動說明

為鼓勵青年探索自己的目標與夢想，敢於冒險、行動、探索自我職業生涯，桃園市政府就業服務處提供諮詢服務，主要著力方向包括：第一、透過適性測驗讓青年更了解自己性格，目標清楚明確；第二、以團體諮商的方式讓青年與專業職涯老師對談，發掘自己的興趣與方向。計畫協助探索青年個人對未來的展望，更了解自己後，勇敢的實踐夢想。

二、活動主題：「青年尋 me，自信向前行」

- 信件:透過寫未來信件的方式，給予自己激勵與勉勵的意義。
- 自信:讓青年對於未來的夢想，更有目標，增添自信心。

三、活動對象

桃園市內各高中職校學生。

四、活動時間

108 年 3 月至 10 月期間，配合各校時間(平日、假日皆可)

團體職涯諮詢：每組 60 分鐘，1 組約 8-10 人，總人數約 20-40 人皆可。

五、活動流程表

1. 學生報名機制



2. 活動流程

序號	進行時間	內容	備註
1	5 分鐘	學生報到	
2	15 分鐘	活動開場	
3	80 分鐘	各組開始進行職涯諮詢	需要安排空間分組
4	15 分鐘	回饋與寫信給未來的自己	
5	5 分鐘	大合照	

※活動總共進行約 120 分鐘(可再與各校討論進行方式)。

六、活動經費

活動經費皆由桃園市政府預算支應，包含活動執行費用、小團體諮商師費用、活動禮品費用等。

七、聯絡資料

Career 就業情報桃園分公司 03-2627180

履歷健診暨職涯諮商活動專案團隊

八、歷年活動照片記錄



