

WorkBC家长指南

家长支持子女所必备的职业发展资源



尊敬的家长和监护人：

随着学生开始准备离开高中 - 以及初中 - 有许多选择等着他们去探索，也会冒出许多令人困惑的问题。去哪里上大学？要花多少钱？要选什么专业？

我们知道在接下来的10年中，将近80%的工作岗位要求求职者具有高等教育体系中的某些类型的培训或教育。高中毕业后获得可负担的培训和教育将会为学生进入劳动力市场提供许多机会。通过支持孩子实现平稳过渡，您可以帮助他们在当今竞争激烈的就业市场中获得他们想要的职业。

这份指南中的信息旨在使您了解如何做出明智的选择。本指南包含了我们预计在未来几年中急需的工作，以及有哪些可用的教育、培训和职业规划方案。它提供了有关计划和服务的想法和信息，可帮助您和您的孩子一起做出重要的选择。

作为家长、监护人、老师和指导者，我们可以帮助我们的青少年成功实现他们的目标。在他们挑战自我，通过接受教育和努力学习而成长的过程中，我们可以通过指导和小小的鼓励来支持他们。我们希望您会觉得这份指南是一个宝贵的资源，可以帮助您和孩子建立对话，以便确定学习的途径。

祝愿您的孩子在迈向美好未来的每一步中都取得成功。



马兰妮 (Melanie Mark)
高等教育、技能和培训厅厅长



范廉明 (Rob Fleming)
教育厅厅长



洗崇山 (Shane Simpson)
社会发展及社会创新厅厅长



目录

准备开始	2	设定目标、制定计划	18
简介	2	什么是职业履历档案?	18
今天的青少年面临的挑战	3	第3步: 做出选择 - 帮助孩子设定目标	19
学校的职业规划支持	3	规划步骤	20
职业规划	4	应对挑战并解决问题	20
职业规划过程中的步骤	4	探索学习的途径	21
第1步: 了解自己	5	第4步: 付诸实施- 将计划付诸行动	21
准备好评估职业选择	6	学习的途径	21
探索和评估选择方案	7	高中的课程选择	22
第2步: 探索可能性	8	筹措教育资金	23
劳动力市场信息——		职业规划资源	26
BC省劳动力市场的机会	9	不列颠哥伦比亚省的资源	26
行业	9	全国资源	28
职业	11	关键术语和定义	30
BC省高需求职业	12		
寻求帮助 - 获得支持	15		
弄清楚职业的真实情况	15		
雇主需要的是哪些技能?	16		
技工行业中的职业	17		

准备开始



简介

随着孩子上完中学及中学毕业，他们会考虑他们的未来和职业选择。作为家长，您在此过程中发挥着关键的作用。

《WorkBC家长指南》帮助不列颠哥伦比亚省（即BC省）的家长，在孩子探索教育和职业选择方案及做出决定的过程中，为他们提供支持。监护人、家人和其他支持者也会发现这份指南很有价值。您会发现一些实践性理念和资源，在孩子探索和选择职业道路的过程中对他们特别有用。

把自己想象成教练，给以鼓励和信息。教练扮演着盟友的角色，帮助引导孩子将自己的想法、目标和决策变为现实。

这个过程将为孩子提供许多机会，使他们能够学习并应用他们终生受用的技能。您可以帮助他们发展这些技能，使他们在生活和事业上取得成功。

分享您的经历可能会帮助您的孩子思考他们自己的计划。花几分钟想一想您自己的职业道路、兴趣和热忱，以及这些方面如何造就了现在的您。回想一下您年轻时是如何设想自己的未来的。谁帮助了您？

任何旅程中总会有意想不到的转折。有时候有必要准备一个“备选计划”。什么事情（如果有的话）会导致您改变计划？

今天的青少年面临的挑战

今天的青少年可能会遇到您年轻时所遇到的一些同样的问题。但是，可供他们做出的选择则已大大增加。此外，他们要从中分拣的信息也会是海量的。青少年表达的一些想法包括：

- 他们可能不会实现自己的梦想。
- 现在做出的错误选择将会影响他们很长一段时间。
- 他们觉得不愿意和父母谈论自己生活中发生的事情。
- 他们没有时间去发现自我以及他们热爱的东西。
- 他们的生活中有太多要做决定的事情，而且有太多事情发生。

您如何帮助他们有效地应对这些想法？倾听，告诉他们您知道他们的恐惧并给予他们鼓励。您自己去尝试新事物，并支持他们也这样做。分享您自己的经验，并提醒他们学习和成长的过程中难免会犯错。职业决策并不是一成不变的，而是可以随着他们的发展而改变的。毕竟，学习和职业发展是一辈子的过程。

学校的职业规划支持

职业教育现在是幼儿园到12年级教学大纲的一部分，其中在整个毕业学年，有两个新的学习领域是致力于职业发展的。有关“职业生涯教育”（Career Life Education）和“职业生涯联系”（Career Life Connections）的更多信息，可在 curriculum.gov.bc.ca 上找到。

在整个教育过程中，学生们探寻他们的热情，发展他们的优势和能力，并在学校环境内外体验与职业有关的各种机会。这些机会包括有关服务的学习、实地工作项目和工作经验。指导者还可以帮助学生反思他们的学习经历并为他们未来的职业道路制定计划。职业发展的一些其他例子包括：

- 体验式的动手学习课程：应用设计、技能和技术（幼儿园-12年级）
- 10到12年级青少年技工技能探索课程，学时25到30小时，涉及一系列基于技能的动手学习
- 12年级工作经验课程，使学生在获得基于工作的培训机会的同时，有机会获得毕业学分
- 双学分机会，即学生在开始学徒培训、取得证书并为获得专业证书和文凭而努力的同时可获得高中学分

请参阅第22页《高中的课程选择》。

信息速览

父母是青少年职业选择最有影响力的人。为编写本指南而采访的青少年将父母列为他们谈论职业时最可能的谈话对象。

职业教育目标

BC省职业教育课程有助于学生发展为受教育的公民。

学生将应该：

- 了解个人技能、素质、价值观、态度、兴趣和热忱与教育和职业道路的关系
- 认识到由资源、关系和指导者构成的网络可如何帮助他们探索职业道路以及离开高中后的过渡期
- 培养协作能力并重视多样化想法
- 培养技能，使思维更有原创性和创造性
- 明白现实生活中的经验，包括义工的经验，都可以帮助他们了解职业选择
- 培养技能，帮助他们在自己的规划和职业发展中保持灵活性
- 明白一个可无障碍出入、包容多元人士并提供支持和公平待遇的工作场所的重要性
- 认识到社会影响（文化、民族、性别等）会怎样影响生活选择和职业道路
- 表现出他们已经掌握了教学大纲中每个领域的“核心能力”，这些能力被认为是成功所需的“主要技能”

要牢记的关键事项

加拿大职业规划专家已经建立了“High Five”的理念。在您和孩子一起探索职业/人生道路的过程中，要牢记这些关键事项。

变化是不断的

变化是生活和工作中不断的力量。但是，机遇往往在变化的过程中出现。灵活性、多面性和适应性对于职业建设的成功非常重要。

学无止境

学习是一生持续不断的过程。在整个职业建设的循环往复过程中，学习、技能发展和努力是相互交织的。

注重过程

生活是一个充满体验之旅，每个目的地都只是沿途的驿站。职业建设需要你既要关注设定的目标，也要关注在实现目标的过程中所发生的一切。

听从内心

在做自己喜欢或热爱的事情时，你会始终全力以赴。追逐梦想有助于搞清楚重要的、激励你的是什么。

寻求盟友/成为盟友

在做出职业决定和人生的旅程中，你周围的人可以帮助你。

家人、朋友、邻居、同事和老师都是可以帮助你的潜在盟友和指导者。建立人脉，同时成为好盟友。

职业规划

对于大多数人来说，职业规划并不意味着做出一个重要的职业决定并终生持守。相反，它意味着寻找一份最适合个人兴趣、价值观、技能和偏好的事业，并根据需要评估和修订自己的规划。您的孩子可能会

在经济状况、职场、生活环境或兴趣发生改变的时候，重新考虑他们的职业方向。

在您的孩子做职业选择时，可能会发生一些事情导致他们改变自己的规划。要把职业规划看作是一辈子要做的事情，规划周期不时会有循环。通过这个过程，他们将在每次经历中学习、成长和改变，并受益于自己遇到的人。

职业规划过程中的步骤

正如制定旅行计划一样，职业道路的规划可以分解成几个步骤。下图显示了职业规划周期的各个阶段。在现实中，当孩子在对自己的职业目标重新评估时，他们可能会从任何阶段返回到之前的阶段。详细了解以下各部分中的每个步骤。

了解自己：确定对你来说重要的事情是什么，以及在你生活中你真正想要的是什么。

探索可能性：研究、探索并选择符合自己兴趣的几个选项。

做出选择：使用本指南来制定目标并作出计划。

实现计划：将自己的计划付诸行动。

重复：从经验中吸取经验教训，然后从头再来！





第1步：了解自己

选择与自己的个性、价值观、兴趣和技能相匹配的职业是非常必要的。那些实现匹配的人更有可能热爱自己的工作并成功实现自己的目标。

孩子对自己、自己的才能和喜好越了解，职业道路的选择就越容易。充分了解自己和职场将有助于他们明白可以在哪里找到适合自己

己的位置。应确保他们明白并不存在一个现成的合适工作等着他们去做 - 存在的只是良好的决策。

您可以在这方面帮助他们。提出问题，引发他们说出自己喜欢和不喜欢的，并明白什么是对他们重要的事情。您观察到他们在空闲时间所做的事情也可能会激发出有关职业的想法。

快速参考

WorkBC职业工具包 (WorkBC Career Toolkit) 可帮助您和您的孩子完成职业规划过程。您可以通过访问 [WorkBC.ca/careertoolkit](https://www.workbc.ca/careertoolkit)，在线查找该工具包。

例如，孩子可以参加互动测验，找到与他们的技能、工作偏好和兴趣相匹配的职业。

[WorkBC.ca/careercompass](https://www.workbc.ca/careercompass)

集思广益找出兴趣和热忱

根据孩子喜欢做的事情，帮助他们找到自己的热情。如果您的儿子想成为一名音乐人或您的女儿想成为一名冰球运动员，那么就可以利用这些想法和下面的问题来想一想他们可能感兴趣的其他职业：

- 冰球运动员从事过哪些其他职业？这些职业中有没有他们感兴趣的？
- 当一个音乐人制作专辑并巡回演出时，会涉及到哪些其他职业？

根据他们的兴趣并帮助他们探索所有可能适合的选项。鼓励孩子浏览 [WorkBC.ca/careers](https://www.workbc.ca/careers)，观看有启发意义的视频，或查看500个职业简介中的职业介绍。

“只有了解自己，你才能做出有关职业的正确决定——那些反映你最重要的个人价值观和关注点的决定，而不是受到诸如地位和收入等外部成功因素所驱使的决定。”

Barbara Moses – Career Intelligence

职业对话提示

- 可以在吃饭的时候讨论。你们可以谈论喜欢什么、不喜欢什么、最喜欢的科目、价值观、特长和能力。
- 可以利用孩子在您车上的时间，询问他们的兴趣和活动。
- 和孩子一起参与一项活动（可以考虑一起做义工）。
- 把有兴趣的职业列出来，每个月选一个进行讨论。
- 剪下用于讨论的文章，并把它贴在冰箱上，让大家都能看到。
- 找出孩子感兴趣的音乐、书籍、电影、电视节目、体育和其他。

准备好评估职业选择

孩子的技能、价值观、兴趣和喜好会为适合的职业提供线索。这些信息还可以帮助他们系统地职业选择进行比较并作出好的选择。

介绍一个标准表的概念，在这个表中，他们最重要的标准列于顶行，而他们正在考虑的职业则列于左侧。他们的标准可以包括诸如以下内容：

- 价值观
 - 技能
 - 个性因素
- 兴趣
 - 工作条件
 - 地点、收入、继续教育、身体局限

对于表中的每个选项，如果他们知道他们考虑的职业与该标准匹配，则打 ✓。如果他们不确定并且有疑问，则打 ?，如果他们知道该职业与该标准不匹配则打 ✕。

职业	创造 和 设计	组织	一对一 帮助人	设定 自己的 工作时	编写 和 研究	所需的 最高教育： 学士学位	生活在 Fort St. John	发展的 机会	出差	入职时薪 最低\$20
教育 辅导员	✓	✓	✓	✕	✓	?	✓	?	✕	?
中学教师	✓	✓	?	✕	✓	✓	✓	?	?	✓
就业 辅导员	✓	✓	✓	✕	?	✓	✓	?	✕	?
活动 策划人	✓	✓	✓	✕	✕	✓	?	?	?	?
公共关系 协调员	✓	✓	?	?	?	✓	?	✓	?	?
慈善 筹款员	✓	✓	?	?	?	✓	?	?	?	?

然后，他们可以专注于那些打 ✕ 较少、最吸引他们的职业。无论他们在哪个选项里打了“?”，那个选项都应该是他们对该职业进行探索的一部分。鼓励他们重新审视他们的选择并确定哪些标准是最重要的。

这个过程也可以应用于其他决策，例如对不同院校的课程进行比较时。

探索和评估 选择方案



快速参考

鼓励孩子了解本省大众选择职业的标准和原因。他们可以在 WorkBC.ca 上发现100多个 Career Trek 视频。

WorkBC.ca/careertrek

信息速览

在2017年至2027年间，BC省预计将有917,000个职位空缺。

（来源：《不列颠哥伦比亚省劳动力市场展望：2017年版》）

信息速览

在本省196万有工作（非自雇）的民众中，73%的人受雇于雇员少于100人的公司。值得注意的是，38%的人受雇于雇员少于20人的公司。

这意味着在探索就业机会时，您应该考虑小型雇主，而不是只关注大公司。

（来源：加拿大统计署（STATISTICS CANADA））

快速参考

在WorkBC的网站上查找关于BC省经济、劳动力市场和高需求职业的最新信息。

[WorkBC.ca/labourmarket](https://www.workbc.ca/labourmarket)

第2步：探索可能性

孩子收集到关于自己的信息后，他们的下一步就是制作一份要探索的职业想法清单。他们将研究一系列职业，并且可能在对其有吸引力的行业中，对相关选项进行深入探索。这个过程将帮助他们缩小选择范围，并找出最适合的职业。



劳动力市场信息 - BC省劳动力市场的机会

劳动力市场信息是有关经济、技能短缺、人口趋势和未来就业增长预测的信息。

例如：

- 未来将需要哪些工作；
- BC省的哪些地区为特定工作提供了机会；
- 人口增长的变化可能如何影响就业市场；以及
- 其他更多信息！

您和孩子可以通过访问 WorkBC.ca/labourmarket 和其他在线资源、阅读报纸以及与其他行业的人士交谈，找到劳动力市场信息。咨询各种资源将有助于孩子对正在发生的情况获得最准确的了解。

要开始这个研究的过程，您的孩子可以考虑以下这些问题：

- 什么样的工作、技能和培训是有需求的？
- 哪些行业正在成长？
- 我们的人口如何变化，这将如何影响职业规划？
- 经济中正在发生什么事情刺激了对工人的需求？

这些问题应该含在孩子的职业规划过程中。这些问题可以帮助他们确认自己感兴趣的领域将来是否会有工作机会。

2017年版的《不列颠哥伦比亚省劳动力市场展望》预测，2017至2027年间将有917,000个职位空缺

这些空缺的大约70%是因为员工退休、患病或死亡而产生的。其余的30%是通过经济增长而创造的新职位。78%的工作岗位至少需要某种形式的高等教育。

行业

在2017年至2027年间，仅五个行业就占了BC省预计职位空缺总量的一半左右（请参见第10页的图1，查看完整的行业清单）：

行业	职位空缺	占职位空缺总量的百分比
医疗保健和社会援助	142,500	15.5%
专业、科学和技术服务	102,400	11.2%
零售贸易	86,900	9.6%
酒店和餐饮服务	62,700	6.8%
运输和仓储	62,400	6.8%

劳动力市场信息可提供帮助

劳动力市场信息可以帮助您的孩子对各种职业进行探索，确定求学的方向或找到工作。

选择一个职业

他们可以通过对职业的研究，在投入时间和金钱获得培训和教育之前作出明智的选择。

选择教育或培训课程

他们可以找出雇主需要的是哪些凭证以及哪里可以提供相关课程。

找到工作

通过了解哪些公司在招聘或可能在不久的将来招聘，他们可以使找工作更有针对性。他们应该浏览在线招聘信息，并与在他们感兴趣的领域工作的朋友和家人谈谈。

您可以通过访问 WorkBC.ca，找到最新的劳动力市场信息。

BC省的人口老龄化将使医疗护理和社会援助成为未来十年职位空缺最多的行业类别。由于需要接替退休人员，预计该行业将有57%的职位空缺。其余的43%将产生于医疗系统的扩张，以满足BC省人口老龄化所带来的医疗需求。

有些行业预计将经历更为活跃的就业增长。例如，对于专业、科学和技术服务以及信息、文化和康乐产业45%的空缺将源自于行业扩张。

其他行业，由于就业增长有限，将经历一系列不同的情况。例如，林业和伐木业及支持活动中所有预期的职位空缺都将是由于员工退休而产生的。职位空缺几乎全部是接替性的其他一些行业有农业和渔业（98%）、建筑业（97%）、制造业（94%）和公用事业（93%）。

图1：2017-2027年主要行业类别中的职位空缺

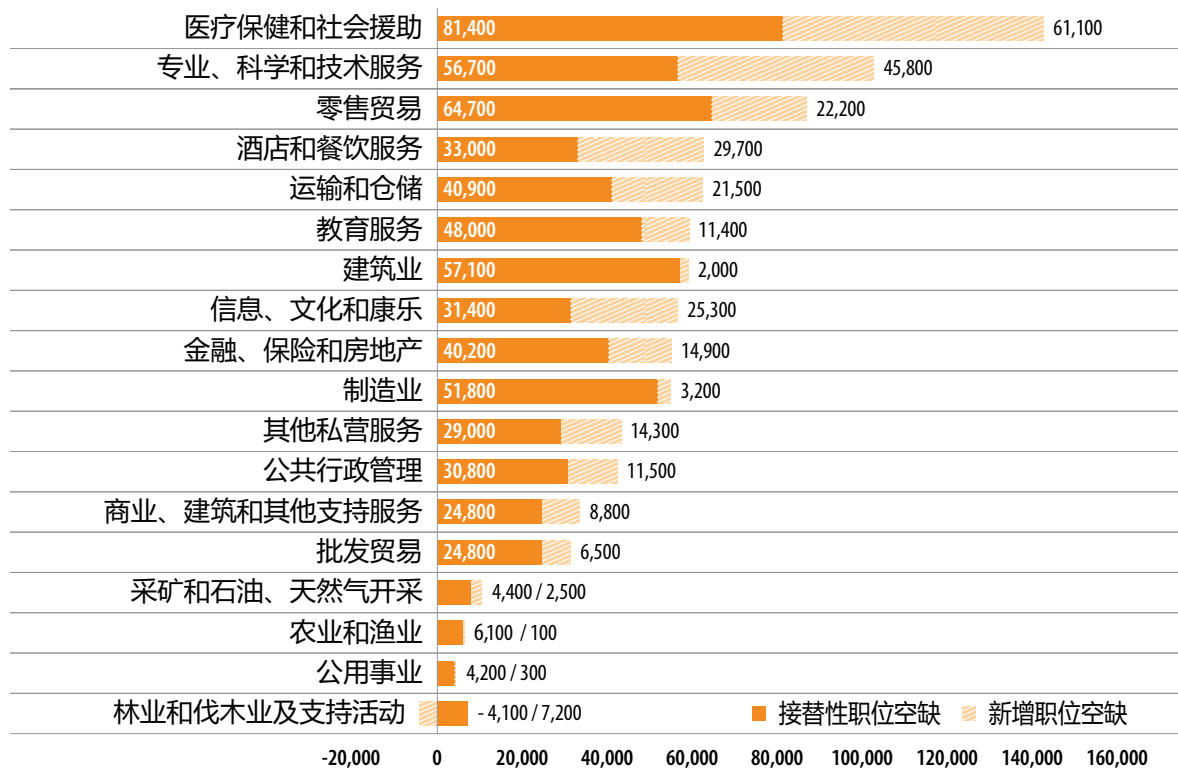
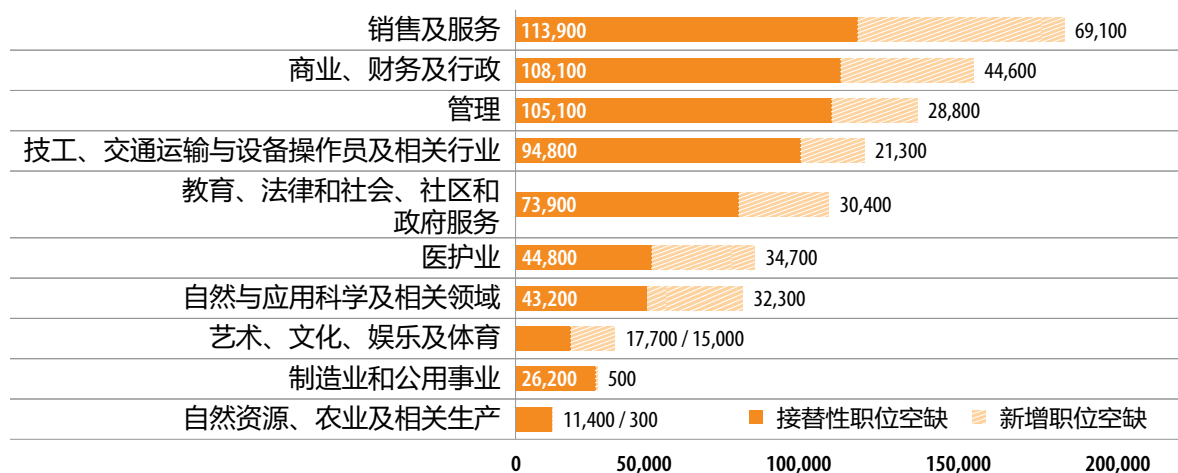


图2：2017-2027年主要职业类别中的职位空缺



职业

前三大职业类别中的职位空缺占不列颠哥伦比亚省未来十年预计职位空缺总量的一半以上（51%）。

如前一页图2显示，大约四分之三的职业空缺将存在于五大职业类别中：

职业类别	职位空缺	占职位空缺总量的百分比
销售及服务	183,000	20.0%
商业、财务及行政	152,700	16.7%
管理	133,900	14.6%
技工、交通运输与设备操作员及相关行业	116,100	12.7%
教育、法律与社会、社区及政府服务	104,300	11.4%

排名第一的职业类别中的大多数工作为销售和服务，为人们进入劳动力队伍提供了一个切入点，也为培养和磨练技能和胜任能力提供了机会。排名第二和第三的类别（商业、财务和行政；管理）提供了广泛的就业机会，在BC省几乎每个机构的运作和竞争力方面发挥着重要作用。

对于一些主要职业类别来说，职位空缺的驱动力量是人口结构因素，而不是经济因素。例如，在制造业和公用事业以及自然资源、农业和相关生产类别中，98%的预计职位空缺是由于员工退休需要接替而产生的。

信息速览

到2027年，科学、技术、工程和数学（英文缩写为STEM）类别的职业将有83,400个职位空缺，目前这些职业中的雇员占本省雇员总数的7.6%。

（来源：不列颠哥伦比亚省劳动力市场展望：2017年版）

信息速览

约有18%的BC省工人是自雇人士。

（来源：加拿大统计署（STATISTICS CANADA））



BC省高需求职业

在BC省大约500种职业中，有些职业的前景看好，而有些则不然。省劳动力市场研究人员密切关注劳动力市场，并找出预期急需的职业。这份“高需求职业名单”列出了最急需的职业。请浏览 WorkBC.ca/highdemandjobs，了解这份名单是如何产生的。


与您的孩子一起浏览这份名单，看看其中是否有他们可能感兴趣的职业。


趋于平衡

趋于平衡的职业是高需求职业中工作机会较以前减少的职业。如果这种趋势继续下去，相关职业可能会从未来更新的名单中删除。趋于平衡的职业以浅绿色显示。

	职业	职位空缺 (至 2027年)	工资 中位数 2016年	职业代码 (NOC)
 高需求管理职业： 通常要求有学士学位、 研究生或第一专业学位 和/或重要工作经验	零售和批发贸易经理	26,200	\$26.00	0621
	餐厅和食品服务经理	8,500	\$19.00	0631
	保险经纪、房地产经纪和金融经纪经理	7,100	\$34.97	0121
	公司销售经理	5,200	\$39.23	0601
	银行、信贷和其他投资经理	4,700	\$38.46	0122
	财务经理	4,600	\$39.90	0111
	高级经理——财务、通讯及其他商业服务	4,500	\$48.60	0013
	计算机和信息系统经理	4,500	\$43.75	0213
	设施运营和维护经理	4,000	\$34.97	0714
	广告、市场营销和公共关系经理	3,700	\$33.65	0124
	高级经理——建筑、运输、生产和公用事业	3,500	\$40.38	0016
	高级经理——贸易、广播及其他服务（未归入其他类别中）	3,200	\$35.26	0015
	人力资源经理	3,100	\$37.50	0112
	住房建造和翻修经理	3,100	\$20.00	0712
	社会、社区和惩教服务管理人员	2,900	\$37.00	0423
	运输经理	2,800	\$35.00	0731
	酒店服务经理	2,700	\$21.15	0632
	行政管理人员——高等教育和职业培训	1,800	\$36.89	0421
	康乐、体育和健身计划及服务主任	1,200	\$26.03	0513
 高需求职业： 通常要求有学士学位、 研究生或第一专业学位	财务审计师及会计师	11,500	\$27.69	1111
	信息系统分析员和顾问	9,600	\$36.92	2171
	计算机程序员和互动媒体开发人员	8,800	\$37.02	2174
	学院和其他职业学校教师	6,300	\$32.00	4021
	软件工程师和设计师	5,000	\$37.13	2173
	其他财务人员	4,700	\$29.74	1114
	大学教授和讲师	4,600	\$38.46	4011
	工商管理咨询方面的专业工作	4,300	\$36.00	1122
	广告、市场营销和公共关系领域中的专业工作	3,600	\$30.77	1123
	律师和公证人	3,600	\$106,361*	4112
	土木工程师	3,400	\$36.78	2131
	制片人、导演、舞台舞蹈设计和相关职业	3,100	\$29.50	5131
	网页设计人员和开发人员	2,900	\$22.00	2175

	职业	职位空缺 (至 2027年)	工资 中位数 2016年	职业代码 (NOC)
	社会工作者	2,700	\$30.50	4152
	商业开发人员及市场营销研究人员和顾问	2,700	不适用	4163
	人力资源专业人士	2,400	\$31.28	1121
	家庭、婚姻和其他相关辅导员	2,300	\$27.50	4153
	作者和作家	2,200	不适用	5121
	卫生政策研究人员、顾问和项目官员	1,600	\$33.88	4165
	自然和应用科学政策研究人员、顾问和项目官员	1,600	\$33.65	4161
	高等院校的教学和研究助理	1,600	\$21.15	4012
	建筑师	1,500	\$31.73	2151
	计算机工程师（软件工程师和设计师除外）	1,400	\$40.50	2147
	心理学家	1,300	不适用	4151
 高需求职业： 通常要求有 大专文凭、证书 或受过学徒培训	行政管理人员	19,800	\$23.00	1221
	行政助理	15,000	\$22.00	1241
	社会和社区服务工作者	11,400	\$19.11	4212
	会计技师和簿记员	10,100	\$20.00	1311
	幼儿教育工作者和助理	9,100	\$16.00	4214
	汽车维修技工、卡车和公共汽车维修工和机械维修工	6,700	\$27.28	7321
	房地产代理人及销售员	6,600	\$44,753*	6232
	发型师和理发师	5,000	\$13.85	6341
	康乐、体育和健身项目领队及教练	4,700	\$20.00	5254
	物业管理员	4,500	\$23.00	1224
	计算机网络技术员	3,800	\$32.69	2281
	警员（现役除外）	3,700	\$37.50	4311
	电子维修技术员（家用和商用设备）	3,300	\$24.24	2242
	用户技术支持技术员	3,000	\$25.96	2282
	零售主管	2,900	\$18.45	6211
	保险代理人 and 经纪人	2,700	\$21.54	6231
	执行助理	2,600	\$24.86	1222
	承包商和监理：重型设备操作人员	2,400	\$32.09	7302
	法律行政助理	2,200	\$24.00	1242
	航空飞行员、飞行工程师和飞行教官	2,100	\$48.08	2271
	保险理赔员和索赔审查员	1,500	\$34.63	1312
	消防员	1,500	\$36.00	4312

	职业	职位空缺 (至 2027年)	工资 中位数 2016年	职业代码 (NOC)
 <p>高需求职业: 通常要求有中学 学历及/或接受过 特定职业培训</p>	零售店售货员	27,000	\$12.00	6421
	办公室一般工作人员	12,200	\$21.00	1411
	接待员	11,100	\$16.00	1414
	餐饮服务员	9,400	\$10.85	6513
	家庭护理员、家政服务人员和相关职业	7,200	\$17.00	4412
	会计及相关文员	6,400	\$20.50	1431
	家庭托儿服务提供者	4,300	\$10.85	4411
	出租车和豪华轿车司机	2,500	\$16.50	7513

	职业	就业总量 2017年	工资中位 数 2016年	职业代码 (NOC)
 <p>高需求的医护业: 重点医护职业 (由BC省卫生厅认定)</p>	全科医生和家庭医生	6,758	\$207,881*	3112
	精神科医生	839**	\$232,402*	—
	注册护士及注册精神科护士	52,540	\$42.45	3012
	医学超声波技师	702	\$37.02	3216
	物理治疗师	3,415	\$39.17	3142
	职业病治疗师	1,982	\$39.17	3143
	护士助手、护工和病患服务人员	32,353	\$23.05	3413
	灌注师	58**	\$49.45	—

工资率: 对于标有“*”的职业，由于没有小时工资率，所以给出的为年薪。

医护职业工资数据: **全科医生、家庭医生和精神科医生**的工资数据来自BC省卫生厅（Ministry of Health）。这些数据是指未支付办公室租用和其他管理费用之前的总收入。其他医护职业的工资数据来自BC省卫生雇主协会（Health Employers Association of B.C.）。

医护职业就业数据: **精神科医生和灌注师**的就业数据（标有“**”）是指2016年的就业估计数。

寻求帮助 - 获得支持

当您与孩子一起了解职业规划和其中的挑战时，您很快就会意识到这一切无法由您自己独立完成。正如孩子需要支持一样，寻找对您自己的支持也同样重要。

支持有许多不同的形式。有些支持者会在一段较长的时期为您提供支持，而另一些会在某个特定情况下帮助您。想一想您可以找谁寻求支持。别忘了将那些在您年轻时期对您有重要影响的人包括进来，例如教练、老师、朋友或其他亲戚。您还可以在当地就业和职业中心找到有帮助的人。那些支持您的人被称为盟友。

潜在的盟友：

- 朋友
- 家人
- 老师
- 社区中心工作人员和青年工作者
- 职业和青年辅导员
- 同事

您的盟友可以怎样帮助您？

- 了解您孩子的兴趣和优势以及如何进一步开拓
- 探索相关职业和机会
- 探索相关教育和培训机会
- 对如何支付教育开支提出各种想法
- 与您的孩子讨论他们面临的其他问题或挑战

弄清楚职业的真实情况

关于某项工作是怎么样的、如何入行、薪资如何以及该行业是否仍在成长，一些不错的资源可以回答这些问题。要回答这些问题以及其他许多问题，孩子可浏览 WorkBC.ca/careers 上的职业概况和视频。这些4到5分钟的视频能够准确地描绘出从事某个职业可能会是什么情形。

利用您的人脉，把孩子介绍给他们感兴趣职业的从业者。与这些从业者的交谈是获得对职业深入了解的有效方法。

在与从事感兴趣职业的人交谈的过程中，可以询问以下问题：

- 您是如何选择这个职业的？
- 您需要接受什么样的培训才能入行？是否有哪所学校是您会推荐的？
- 关于您的工作，您最喜欢的是什么？
- 关于您的工作，您最不喜欢的是什么？
- 您工作中的日常活动有哪些？您一天的工作通常是怎样的？
- 这份工作中最重要的技能或完成好工作的关键是什么？
- 您所在领域的员工工资范围是多少？
- 就业前景怎样？
- 是否有一些与您职业相关的其他职业可能会让我感兴趣？

探索职业概况

动物健康技师、造船工、酿酒师、时装设计师、地质技术员、直升机飞行员、记者、助产士、呼吸治疗师、拖船船长和网络开发人员。这些只是孩子可以进行更多了解的本省职业中的一部分。

职业概况概括描述了工作涉及的内容以及求职者要达到要求应如何准备。鼓励孩子在网上探索职业概况，以了解更多关于上述职业和其他数百个职业的信息。

探索WorkBC的500个职业概况。您可以在 WorkBC.ca/careers 上找到从工作职责和工资到教育和就业前景的详细信息。

在 WorkBC.ca/careertrek 上可查看WorkBC的Career Trek视频，其中包括在全省拍摄的100多个职业的深入介绍。

雇主需要的是哪些技能？

雇主是帮助年轻人应对未来挑战和机遇的关键资源。了解雇主的需求可以帮助青年对教育、职业、要培养的技能 and 成功策略做出选择。

雇主们感到要招到拥有他们所需技能的人更加困难了，这一点是不足为奇的。今天的青少年如果能够做好准备，可以提供雇主需要的技能，那么他们必将拥有优势。

您可以与孩子分享世界经济论坛预测的2020年排名前十位的能力（见图3）。

图3：2015年排名前十位的能力及2020年的预测

2020年排名前十位的能力	2015年排名前十位的能力
1. 复杂问题的解决能力	1. 复杂问题的解决能力
2. 批判性思维	2. 与他人合作
3. 创造力	3. 人员管理能力
4. 人员管理能力	4. 批判性思维
5. 与他人合作	5. 谈判能力
6. 情商	6. 质量控制能力
7. 判断和决策能力	7. 以服务为宗旨的能力
8. 以服务为宗旨的能力	8. 判断和决策能力
9. 谈判能力	9. 主动倾听能力
10. 1认知灵活性	10. 1创造力

来源：世界经济论坛《未来就业报告》，2016年1月

雇主怎么说？

在一次全省范围的问卷调查中，其中一个重要发现是，虽然雇主在寻找特定的技能，但大多数雇主是根据年轻人年如何展现自我以及他们的态度而做出聘用决定的。

在年轻人就业能力方面，雇主们看到的三大差距在于：生活技能、技术能力和解决问题的能力。但是，他们表示，如果年轻人有正确的态度、人生观和承诺，他们愿意帮助年轻人开拓出干好工作所需的特定技能。

当被问及对家长和孩子的建议时，雇主给出了以下见解：

- 注重发展工作、学习和生活所需的基本技能。这九项基本技能是：
 - 阅读文字
 - 文件使用
 - 算术
 - 写作
 - 口头交流
 - 与他人一起工作
 - 持续学习
 - 思考能力
 - 使用计算机

这些基础技能帮助人们学习所需的特定工作技能并在工作中取得成功。您可以帮助您的孩子找出自己的特长，并认识到他们拥有的技能。您也可以和他们一起探索他们想要发展的技能。有关这九种基本技能的更多信息，请访问 www.canada.ca/en/employment-social-development/programs/essential-skills/tools/what-aresential-skills.html。

- 了解一下技工的工作。许多雇主感到家长、老师和年轻人并不了解或考虑技工行业中的工作机会。在 skillscanada.bc.ca/resources/essential-skills 上可观看有关技工基本技能的视频。
- 在学校、在工作岗位、通过做义工以及在生活中，都要做一个积极的学习者。成功所需的许多技能、人脉和关系都是在学校之外发展而成的。
- 随时了解世界上正在发生的事情。这样做可以让您的孩子抓住机会，为他们的教育和职业做出正确的选择

- 有积极的人生观和态度。雇主大都会根据应聘者的态度、如何展现自我以及是否能够与他们一起工作来做出聘用决定。

职业辅导员经常听到雇主说具体工作技能他们是可教的，但态度、个性和学习意愿他们教不了的。他们尤其要找的是那些具有坚韧不拔精神并对不确定性有忍耐力的员工。

技工行业中的职业

技工行业包括各种各样的职业：汽车维修技师、厨师、电工、发型师和理发师、重型设备操作员、锁匠、油漆工和装饰工、钣金工、水井钻工等等。

技工职业存在于各行各业中，包括制造业、旅游业和酒店业、建筑业、航空航天业、汽车业和海运业。

作为学徒来为技工或工业领域的职业做准备，使您的孩子可以将他们80%的培训用于实际工作中，在发展技能的同时赚取工资。

在BC省，目前有100多个技工培训和学徒课程可提供就业机会。事实上，您的孩子在离开高中之前就已经能够开始接受培训了。通过“青少年技工”（前称“中学学徒”）和“青少年技工培训”（前称为ACE IT）课程，孩子们可以在毕业前就开始接受培训。他们选择这些课程可获得中学和高等教育双学分。越来越多的人还在大专院校或其他培训机构修读基础课程，以此作为踏入技工或工业职业的最初入门途径。

有关技工职业和培训的信息：

- WorkBC.ca/trades
- 技工职业 - youth.itabc.ca/careers/
- ITA青少年技工项目 - youth.itabc.ca/programs



快速参考

登录网站 itabc.ca/youth，阅读课程描述以及100多个技工和工业领域职业中每个职业的简介。

信息速览

2016年，BC省有超过45,000人参加了学徒培训或其他技工培训计划

（来源：行业培训管理局（INDUSTRY TRAINING AUTHORITY））

设定目标、制定计划



当您的孩子在做规划和设定目标时，您应该牢记“High Five”原则：变化是不断的；学无止境；注重过程；听从内心；寻求盟友/成为盟友。虽然孩子要设定目标，但“注重过程”也涉及对刚刚发生的事情的关注。其中一些发生的事件会带来宝贵的机会。俗话说“计划赶不上变化”，这可能有助于您对计划的修正加以思考。

什么是职业履历档案？

职业履历档案是一个可存放您孩子的奖状、工作经历证明、职业目标、推荐信（由可证明其能力和成就的关键人士提供）的档案夹。您的孩子对感兴趣的职业所做的调研以及他们最喜欢的一些资源也可以放在这里。

创建职业履历档案不仅有助于职业规划，而且也有助于为他们的教育争取资金。大多数奖学金和助学金都要求他们在计划中含有此类信息。这将使您的孩子更容易申请可能符合资格的奖学金和助学金。

职业履历档案中包括哪些内容？

家长可以帮助孩子创建职业履历档案。档案里可以包括一些资料来证明“他们是怎样的人”、“他们能做什么”，以及他们所收集的有关职业、教育和培训的信息和其他资料：

- 关于兴趣、个性和长处信息
- 工作和义工经历
- 确认他们的技能和成就的推荐信和证明函

- 在学校、工作或社区中所取得的成就、奖励或表彰
- 完成培训或参加讲座所获得的技能证书
- 有关感兴趣的职业和完成的支持性调研的总结
- 培训和教育，包括有关学校、大专、学院、大学、培训机构和感兴趣的课程的详情
- 最喜欢的资源，包括网站和其他信息来源
- 目标和实现目标的一些步骤

信息速览

如果您写下一个目标，那么您实现目标的可能性就会高出50%！

第3步：做出选择 - 帮助孩子设定目标

当您展望未来时，制定计划相当重要。目标可以帮助孩子为成功做出规划。

要倾听孩子的想法，而不是将您的想法强加于他们。如果您提出一个宏伟目标而没有听一听他们想要的是什么，他们自己真正的兴趣可能会受到压制。这可能增加他们的焦虑

并使他们感到迷茫，而且可能为错误的起步付出昂贵的代价。这也可能使他们在并不真正感兴趣的职业中获得有限的成功。

要使他们抵达理想的彼岸，请帮助孩子对步骤进行细分。这一点通常是孩子最难应对的地方。

一些短期目标的例子

- 我本月将在 workbc.ca 上查看四种职业。
- 我会和三个在我感兴趣的职业中工作的人交谈。
- 我会在 _____ 做义工。我想从这次经历中获得：_____。
- 我这个星期将在 educationplannerbc.ca 上花三个小时查看有关教育和培训的选择。
- 我会做这四件事来兼顾学校、娱乐、工作和家庭：_____。
- 我这个学期数学成绩的目标是B+。
- 我将报名参加 _____ 课程，学习 _____，并请我姑姑帮助我每周练习一次该技能。

帮助您的孩子设定切合实际的目标，避免一次启动太多目标。这样他们就不太可能不知所措或有挫败感。

要记住：实现目标应该得到奖励。一定要为他们达成目标而庆贺！



规划步骤

从目标出发做逆向规划是值得学习的一个很好的技巧。这有助于帮助孩子将一个看似巨大的努力分解成较小的、更易于达成的步骤。让他们问自己几个问题：

- 我今天能达成我的目标吗？
- 如果不能，我可能要先做些什么？
- 在这之前是否有一些事情是我可能要做的

鼓励他们不断逆向思考，直到他们确定现在可以开始的任务。计划可以写在一张大纸上。使用“即时贴”，这样，他们在完成计划的过程中，就可以轻松地对这些步骤重新排序。

例如：

- 你今天可以开始上一个环保技术员课程吗？不行，你需要先被录取。
- 你今天能被录取吗？不行，你必须先申请。
- 你今天可以申请吗？不行，你需要收集所有必要的文件，然后完成申请。
- 你今天能完成申请吗？不行，你需要决定要申请哪个课程。

通常这样的计划会产生许多分支。例如，除了申请之外，您的孩子可能要筹划费用问题并确定住在哪里。对于每个主题的分支，他们都可以逆向规划，直到找出他们可以开始的任务。

鼓励他们在规划过程的关键点上为自己设定奖励。这将有助于他们保持积极性，即使是在情况变得严峻的时候。

应对挑战并解决问题

让孩子看看他们为达成目标所必须做的事情。他们很有可能在实现目标的过程中遇到挑战。他们认为哪些事情可能会阻碍他们实现目标？问问自己下面的问题可能会有帮助：我以往在努力实现目标方面做的怎么样？我能做些什么来增加我的成功机会？我将做些什么来应对挑战？

如果他们有可能不能遵循自己的计划，让他们考虑一下为什么可能会出现这样的情况。例如，是否由于缺乏自信、动力或技能？帮助他们考虑要解决这些问题可以采取的措施。提醒他们有支持资源可用以及自己的长处，这些都可以帮助他们战胜挑战。

提醒他们，我们可以从挫折和挑战中学习，而且犯错是难免的，这一点非常重要。您可以分享一个自己的例子：犯错并吸取教训，或因此而找到另一个机会。

探索学习的途径



第4步：付诸实施 – 将计划付诸行动

一旦您的孩子找到了职业目标，您就可以在他们探索所需的教育和培训的过程中帮助他们。同时考虑一下您可以怎样支持他们实现目标。这可能包括财务帮助、鼓励他们克服现实的或自认为的障碍，并就应该向谁咨询提供建议。

学习的途径

高中毕业后，大多数年轻人会选择以下一种途径作为垫脚石，来进一步学习：

- 通过大专、学院或大学，接受高等教育或培训计划
- 学徒培训计划
- 投身工作，在工作中学习
- 做义工
- 用一年的时间去工作、旅行或只是规划接下来的步骤

信息速览

BC省统计局在2014年的一项分析显示，高等教育课程毕业生，终其整个工作生涯所赚取的收入，要高于只有高中毕业证书的人。

在有关工作生涯多赚的收入方面，BC省统计局发现：

- 持有技工行业资格证书或国家红封印认证 (National Red Seal) ——多赚\$524,000。
- 具备大学本科学位（包括除医药、牙科与兽医之外的所有学科）——多赚\$827,000。
- 具备大学本科学位（文科或理科）——多赚\$577,000。
- 具备大学本科学位（工程学、商业或医疗保健）——多赚超过\$100万。
- 持有技工证书或文凭（例如基础课程）——多赚\$266,000。
- 持有证书或文凭——持有学士学位以下的证书或文凭，多赚的收入在\$178,000与\$370,000之间。。
- 持有硕士学位——多赚超过\$100万。
- 医药、牙科与兽医——多赚超过\$200万。

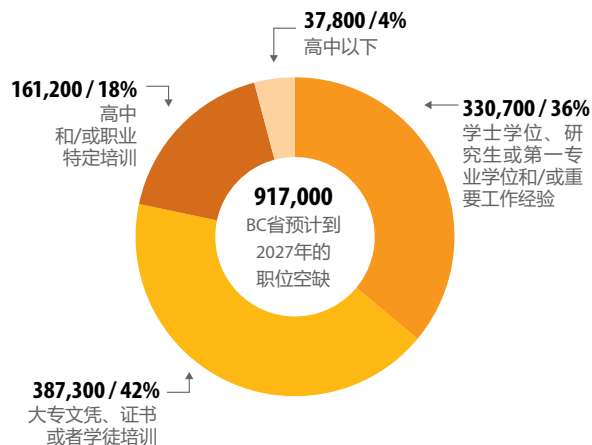
找出他们真正感兴趣的职业，然后获得正确的教育或培训，您的孩子可以从多赚的收入中终生获益。

快速参考

EducationPlannerBC网站可帮助青少年对BC省高等院校提供的课程进行比较，并对他们的求学之旅做出分步规划。请访问 educationplannerbc.ca。

花时间逐一思考这些选择，提出问题，并制定出一个可帮助孩子做出正确选择的计划。虽然每条道路都有其各自的优势，但据估计，2017至2027年间，78%的未来职位空缺将需要某种形式的高等教育和培训。（见图4。）

图4：2017-2027年BC省
根据教育要求分类的职位空缺



高中的课程选择

高中的课程选择会影响学生毕业后的选择。要修读学位课程，大多数大学至少需要：

- 英语12 (English 12) 或第一民族英语12 (English 12 First Peoples, 并非 Communications 12) 、
- 基础数学 (Foundations of Math) 或初级微积分11 (Pre-Calculus 11)
- 以及语言11 (Language 11) 的成绩

此外，有些课程还有特定的入学要求，例如护理 (nursing) 则必须具备化学11 (Chemistry 11) 和生物12 (Biology 12) 的成绩。

大专、学院和大学的证书和文凭课程有不同的入学条件，具体取决于课程和院校的不同要求。技工培训和学徒计划也有入学要求。可在 educationplannerbc.ca 上查看不同课程的要求。使用“Search”（搜索）找到您感兴趣的课程，然后点击某个院校的特定课程链接。在该课程页面上，您会看到左侧的“Admissions Info”（招生信息）标签。

您的孩子应该与他们的职业教育工作者和辅导员一起，针对毕业所必需的80个学分制定详细规划并满足入学要求。要保持这些选项的可选性，他们应该努力学习各门学科，并争取获得好成绩。有效的规划将有助于孩子保持对未来的期待和希望。

如果高等教育或培训是孩子想要追求的目标，那么现在花时间规划将来就会获得回报。要获得特定领域的文凭有很多不同的途径。网站 educationplannerbc.ca 允许学生对课程、入学要求和学生学习成果进行比较。“BC省转学分指南” (bctransferguide.ca) 介绍了如何在BC省转修课程和专业。

在孩子查阅了这些资源之后，鼓励他们与本校或高校的学业辅导员谈一谈。学业辅导员可以帮助确定对他们来说最佳的深造道路。BC省的高等教育体系是加拿大最灵活的之一。BC省的转学分制度允许学生从离家较近的高校开始学习，然后将获得的学分转入另一所高等院校。要确保转学分成功，做好规划是关键。

筹措教育资金

虽然教育是一项会得到回报投资，但您必须对这项投资做出规划才能获得回报。成本包括：

- 学费，可能因学校和课程而异
- 为支持学生服务而收取的费用
- 书本以及学习用品
- 生活开销

无论您的孩子选择什么样的求学道路，很重要的一点就是要制定计划，以免毕业后留下太多的债务。现在就开始考虑，从而使自己做好准备，这一点是为孩子的教育筹措资金的关键。这是一个共同责任，所以须确保您和孩子进行了详细沟通，并考虑了种种办法，使他们的教育支出能够得以支付。

政府资助

联邦政府和省政府都有财务援助项目来帮助学生支付高等教育的费用。他们提供贷款、津贴、助学金和奖学金来帮助支付学费、书本费和生活费等开销。这些项目的存在是为了补充而不是替代来自工作、储蓄和其他资产、家庭资源和收入的可用资金。

StudentAid BC

StudentAid BC是BC省的一个项目，项旨在帮助合格的本省居民支付高等教育的开销。StudentAid BC的财务资助可由无需偿还的奖励资助（津贴、助学金、奖学金）与必须偿还的资助（贷款）组成。

该项目为符合以下条件的学生提供了许多奖项：

- 具有永久性残障障碍的学生
- 有要抚养家属的学生
- 来自中等或低收入家庭的学生

例如，接受技工培训的学生有资格获得特殊津贴和资助。请浏览 WorkBC.ca/apprenticefunding 及 itabc.ca 了解详情。一些医护专业毕业生，如果将在服务缺乏的社区工作，他们所借的省级学生贷款则可能全部或部分豁免偿还。

就业和合作教育收入

经济上依赖父母的学生通常是22岁以下并住在家中的学生。这些学生的家长应根据家庭的人口和收入情况，为子女的教育提供资助。学生通常也会从事兼职工作和/或合作教育工作来帮助解决自己的上学费用。为了平衡功课负担和打工的需要，有些学生需要四年以上才能获得大学学位。

为曾受法令或协议保护的年轻人减免学费

曾受法令或协议保护、年龄在19至26岁的年轻人可参加省级学费减免计划。所有25所公立高校均可提供该计划。该计划涵盖合格的年轻人成功完成学业所必需的学费和强制性费用。这项计划允许高校录取他们入学而不收取学费。要了解详细信息，请浏览 www2.gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/pay-for-school/provincial-tuition-waiver-program。

可考虑的学生资助来源

BC省政府 - 由无需偿还的奖励资助（津贴、助学金、奖学金）与必须偿还的资助（贷款）组成的StudentAid BC财务资助奖励

加拿大政府 - 加拿大学生贷款、津贴、助学金、奖学金和教育储蓄奖励

金融机构 - 为学校提供常规消费贷款、信贷额度和其他贷款；有些提供奖学金

雇主 - 有些雇主为雇员的子女提供奖学金和助学金

合作教育工期 - 支付报酬的工作经历，工期为四到八个月

工作 - 兼职、全职和暑期工

“在一天结束的时候，我的父亲总是会讲一个笑话、一个励志故事，他总是允许你犯错，并且让你知道如果你有正确的态度并从错误中学习，生活就会变得好起来。”

Vince Wicks – The Sixth Messenger

信息速览

目前每年的学费平均为\$5,635。BC省不在家住的大学生预计每年用于住房、食物和交通的开销（基于一般生活水平）每年约为\$18,800（即每月\$1,564）。

（来源：高等教育厅2015年数据及《SABC 2017/18政策手册》第14章，表3：学生生活津贴）

快速参考

奖学金的发放通常基于学生的优点及其学业成绩或其他成就。

奖学金一般由数百至数千元不等。

每年有数以百万元计的奖学金无人领取，只因人们没有申请。

奖学金、助学金和津贴

加拿大有数千种奖学金、助学金和津贴。关于如何申请BC省和联邦奖励的信息，请参阅26页上的“职业规划资源”部分。而且，大多数高校都可提供无需偿还的贷款项目清单。

注册教育储蓄计划

参加注册教育储蓄计划（RESP），了解及早准备的优势。如果您设立RESP账户，您可以通过加拿大教育储蓄补助金（Canada Education Savings Grant）和加拿大学习基金

（Canada Learning Bond）获得更多收益。要了解更多信息，请浏览 www.canada.ca/en/employment-social-development/services/student-financial-aid/education-savings.html。理财规划师也可以帮助您进行规划。



BC省政府鼓励家庭尽早开始为子女的大学教育和培训做出规划和储蓄。省府通过BC省培训及教育储蓄津贴（BC Training and Education Savings Grant）向合格的孩子提供\$1,200的津贴。要了解更多信息，请浏览 www2.gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/support/bc-training-and-education-savings-grant。

您可以从网站 educationplannerbc.ca 及 studentaidbc.ca 上找到有关财务规划的有用信息。

给上大学孩子家长的提示

许多高校都举办面向家长的说明会，旨在帮助您在高等教育规划、申请流程和持续成功方面为您的孩子提供支持。

作为家长，您的角色是支持和鼓励孩子，使他们能够采取必要的步骤达成目标。问问孩子他们需要什么，然后根据他们的需要和能力，尽可能地帮助他们。

高校通常不直接与父母沟通。因此一定要支持孩子，使他们能独立应对高校的生活。这是他们迈向完全独立的过程中绝佳的机会。以下列出的是对父母的基本建议：

要做的事情	不要做的事情
要对专业选择的想法和问题集思广益。	不要替子女做有关专业选择的实际调研。
要在申请过程中给予鼓励。	不要替孩子完成申请。
要与孩子讨论为他们的教育筹措资金的计划。	不要为孩子制定他们的预算或替他们申请资助。
要在孩子赴约咨询之前，预先对要咨询哪些问题集思广益。	不要与孩子一起赴约咨询。
要与孩子讨论课程的注册与选择。	不要替他们注册。
要向孩子提供建议，告诉他们对于某个特定问题，该如何请教讲师或教授。	不要直接联系讲师或教授。
要对他们的课业给予鼓励。	不要多次打电话给他们，提醒他们完成作业。
要对孩子的论文给予鼓励或意见。	不要替他们写论文的某些部分。
要讨论他们的进步。	不要上网或到孩子的学校，试图为他们查看分数。

合作教育可能是上佳的选择

合作教育将学生的学业与相关的有偿工作经历结合起来。BC省大多数公立高校都提供合作教育计划，适用于各种专业领域。

合作教育的好处：

- 获得有薪酬的相关工作经验。
- 将课堂所学应用于实际工作中。
- 拓展实际工作技能，并学习向雇主推销自己的技巧。
- 建立宝贵的人脉，包括该领域的联系人和推荐人。
- 提高毕业后找到理想工作的机会。
- 赚取收入，减轻教育开支的负担。

职业 规划 资源



有不少有用的资源、刊物与网站，可在职业规划的道路上为您和您的孩子提供帮助。[WorkBC.ca](https://www.workbc.ca) 是一个很好的起点，您可以从这里开始寻找并获取所需信息和支持。例如，在 [WorkBC.ca](https://www.workbc.ca) 上，您可以观看 Career Trek 视频，了解劳动力市场信息，找到500个职业简介并参加测验，帮助您根据自己的偏好缩小职业选择范围。

不列颠哥伦比亚省 的资源

职业和教育规划

[WorkBC.ca](https://www.workbc.ca)

WorkBC是本省政府与就业市场的衔接点。其主要目标是：帮助所有BC省民在本省劳动力市场中成功找到正确的方向。

[WorkBC.ca/blueprintbuilder](https://www.workbc.ca/blueprintbuilder)

蓝图构建 (Blueprint Builder) 是一个个性化的在线职业规划工具，提供职业、教育与求职方面的资源。

[WorkBC.ca/careercompass](https://www.workbc.ca/careercompass)

职业指南针 (Career Compass)，以互动测验的形式帮助青少年探索区域信息以及图文并茂的职业简介 (可搜索)。

[WorkBC.ca/careertrek](https://www.workbc.ca/careertrek)

职业之旅 (Career Trek) 视频，为您介绍BC省不同种类的职业与从业人员。您可以观看各种职业的日常运作情况，并听取从业人员的意见。

[WorkBC.ca/parents](https://www.workbc.ca/parents)

WorkBC提供的资源，有助于帮助青少年为学校过渡到职场做好准备。

WorkBC.ca/jobs

WorkBC提供的一个功能强大的就业搜寻工具，是BC省最全面的职位招聘数据库。

WorkBC.ca/Youth

了解有关职业探索、教育、培训、资金的信息，以及如何创业和年轻人的成功案例。

www2.gov.bc.ca/gov/content/education-training/k-12/support/graduation/getting-credit-to-graduate/career-and-skills-training

BC省教育厅的职业与应用课程网站，提供大量信息，其中包括毕业所需条件、技工行业特别课程、职业信息资源、工作经验方案、可供申请的财务资助以及通往其他资源的多项链接。这些资源有助于学生探索自己的职业兴趣，并支持家长充当孩子的盟友与职业教练。

www2.gov.bc.ca/assets/gov/education/kindergarten-to-grade-12/support/grad_planner.pdf

业规划项目，可帮助学生了解毕业前的各项选择，包括必修课程、考试、奖学金以及大学生实现未来理想所需的职业规划项目。

www2.gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/find-a-program-or-institution/find-an-institution

BC省高等教育厅的网站提供有关公立和私立高校的信息、如何做出明智决定的信息，以及青少年在询问有关教育机构时可能会问的问题。

educationplannerbc.ca

教育规划顾问网站（EducationPlannerBC）提供BC省高等院校本科课程、费用和入学要求方面的信息。

该网站更提供各种工具，让学生探索、规划并应用到他们所选的高等教育课程上。对于想要上BC省大学的人来说，教育规划顾问网站无疑是一个理想起点。

applybc.ca/

ApplyBC是一个集中的在线申请服务网站，希望申请入学BC省高等教育机构的任何人士均可使用。

bctransferguide.ca

“BC省转学分指南”提供有关如何在BC省内转修课程和专业的信息。BC省的高等教育体系是加拿大最灵活的之一，每年都有数千名学生在完成其学位课程的过程中转移相关学分。学生可以使用“BC省转学分指南”查看转学分协议，并确定将学分从一所院校成功转到另一所院校的策略和技巧。

co-op.bc.ca

请浏览BC省/育空地区合作教育协会（Association for Co-operative Education, BC/Yukon）的网站了解更多有关信息，搜寻本省公立高等院校可供申请的合作教育课程。学生也可以直接与其所在的高校直接联系，了解完整的课程资料。

studentaidbc.ca

StudentAidBC提供无需偿还的资助（津贴、助学金和奖学金）以及须偿还的贷款，以帮助缺乏财力资源的学生接受高等教育。该网站提供了可供申请的资助选项，以及有关申请、管理与偿还学生贷款的信息。

信息速览

增长最快的行业将是那些：

- 应对BC省人口增长和老龄化问题的行业。
- 开创或应用新技术的行业。
- 为全球不断扩张的商品、服务和旅游需求提供服务的行业。

例如：医疗保健、科技、建筑、旅游和酒店业、娱乐、房地产、运输和仓储等领域。

（来源：BC省劳动力市场信息办公室（LABOUR MARKET INFORMATION OFFICE））

“知之者不如好之者，
好之者不如乐之者。”

孔子

ikbbc.ca

Irving K. Barber B.C.奖学金协会，管理着多项奖学金与奖励资助，对象是为转学的大学生、希望到海外修读部分大学课程的学生以及原住民学生。

劳动力市场信息

WorkBC.ca/labourmarket

提供有关BC省行业与地区的劳动力市场的信息、高需求工作、劳动力市场十年展望及其他信息。

技工

itabc.ca

行业培训管理局（ITA），监管BC省的行业培训与学徒制度，为各行各业提供技术工人，并为本省民众提供职业发展的机会。该网站可提供各种工具，以及有关学徒培训、技工职业、教育与财务资助等各方面的资源和信息。

WorkBC.ca/trades

随着BC省对熟练技工的需求的增加，高薪就业机会也不断地增多。可在此网站了解技工职业中的各种选择。

tradetrainingbc.ca/

BC省技工培训（Trades Training BC）网站，提供在BC省公立高校的技工培训信息，包括有关技工培训课程、技工培训席位搜寻工具以及财务资助等信息。財政資助方面的資訊。

WorkBC.ca/Employment-Services/Apprenticeship-Training-Supports.aspx

学徒及其雇主可能有资格在BC省获得财政支持。可在此了解可供申请的财政支持。

为原住民学生及父母提供的信息

aboriginallearning.ca

原住民学习链接（Aboriginal Learning Links）提供的信息包括：选择高等教育及其费用支付、校园服务、托儿服务与住宿等。

www2.gov.bc.ca/gov/content/education-training/post-secondary-education/aboriginal-education-training

由高等教育、技能和培训厅（Ministry of Advanced Education, Skills & Training）为原住民学生提供的有关课程与服务的信息。

WorkBC.ca/Indigenous

《BC省原住民职业指南》，提供面向BC省原住民求职者的职业规划、就业与培训等服务信息及资源。

fnesc.ca/careerjourneys

“职业旅程第一民族职业榜样计划”由第一民族教育指导委员会与第一民族学校协会创办。该计划展示在各种不同职业领域中的第一民族成功榜样，目标是提高第一民族青少年及其家庭对职业选择的认识，并举例说明，如何在教育与培训中找到正确方向，使入行这些职业成为可能。

fnha.ca/what-we-do/health-human-resources/health-careers-guidebook

《医护职业指南》（Health Career Guidebook）由第一民族卫生管理局（First Nations Health Authority）编写，目标是向第一民族学生提供有关医护职业的信息。

全国资源

联邦政府青少年计划及服务

canada.ca/en/services/youth.html

青少年信息

neads.ca

为有残障的学生提供信息。

moneyandyouth.cfee.org

预算和规划

tgmag.ca/aorg/printmaterials_e.php

可在该网站找到青少年职业指南“The Sixth Messenger”以及其他资源。

职业、资源和项目

canada.ca/en/employment-social-development

联邦政府网站，可查看地区项目。

careersintrades.ca

提供有关技工职业的信息。

ccdf.ca

全国性的机构，可提供各种资源、书籍与支持服务

寻找工作

jobbank.gc.ca

可以学生和青少年为求职类别的筛选条件进行查找。

careerowl.ca

可以学生和青少年为求职类别的筛选条件进行查找。

careerbuilder.ca

可进行搜索的加拿大求职者网站

教育、培训和财务

canada.ca/en/employment-social-development/programs/essential-skills.html

如何帮助青少年培养九项基本技能中的每一项，可在此找到一些建议。您也可以结合青少年在学校里的活动，为他们可能感兴趣的特定职业培养相关技能。可在这个“基本技能”网站了解更多信息。

schoolfinder.com

搜索加拿大的学校

red-seal.ca

提供有关技工职业的培训和证书信息。

scholarshipscanada.com

可在此查找有关奖学金的信息。

canada.ca/en/employment-social-development/services/student-financial-aid.html

为大学生提供财务支持信息

canada.ca/en/employment-social-development/services/student-financial-aid/education-savings

提供有关津贴、基金和注册教育储蓄计划的信息。

义工信息和资源

volunteer.ca

提供做义工的信息以及本地资源的链接。



关键术语 和定义



成人基础教育/成人进修课程 (Adult Basic Education/Adult Upgrading) :

人基础教育 (ABE) 包括读写、算术、学术技能、学业升级与职业准备等课程，这些课程有助于成年人获得进一步深造、培训和就业的技能与知识。修读ABE课程不能获取高等教育文凭。ABE也可以称为成人进修课程 (Adult Upgrading) 。

学术顾问 (Academic Adviser)

学业顾问是通过高等教育学生服务机构来回 答有关注册、课程选择、毕业要求及与专业 问题的人。

入学要求 (Admission Requirements)

入学要求是每所高等院校所设定的一套录取 标准，学生必须符合所定的标准才能获得该 高校的录取。录取标准可能包括特定课程、 工作经历、急救证书等。

建议 (Advising)

建议涉及推荐最适合个人需要的选项。提供 建议的人会帮助个人查考这些选项，并作出 深思熟虑的决定。

代言 (Advocating)

代言人代表在获取机会方面可能有额外阻力 的个人或团体，与学院、雇主或机构直接谈 判。例如，就业顾问可以代表有听力障碍的 客户与雇主谈判，协商在工作时可以使用特 别订制的耳机。

盟友 (Ally)

盟友的定义是“与他人组成互助关系中的人”。 说到职业，盟友则是帮助另一个人达成其目 标与意向的人。

学徒 (Apprenticeship)

学徒是一种培训体系；将资深从业人员监督下的在职学习与短期正式课堂教学相结合。学徒培训可以获得相关的技工证书。

进行评估/评估 (Assessing/Assessment)

进行评估是初步的信息收集和确定需求阶段。进行评估涉及收集信息、确定问题并弄清楚个人和环境资源。评估有助于人们提高自我意识、了解自己的职业发展及确立兼顾工作、学习和/或生活的目标。也为采取行动奠定了基础。

助学金 (Bursary)

助学金是一项基于对财务需要的评估而向大学生发放的无偿资助。

职业/职业生涯 (Career)

职业生涯是一种生活方式概念，涉及一个人毕生的工作、学习与休闲活动。每个人的职业生涯都是独一无二的、动态的、贯穿一生的。职业生涯还涉及人们为平衡有酬工作、无酬工作及个人在生活中的角色而采取的方式。WorkBC.ca 也使用“career”一词来指代职业或专业。

职业辅导 (Career Counselling)

职业辅导是指强调自我意识与理解的过程。职业辅导可帮助人们找出令人满意和有意义的生活或工作方向，以指导他们的学习、工作与转换决策的基础，辅导还可以帮助他们应对一生中不断变化的工作和学习环境。

职业辅导员 (Career Counsellor)

职业辅导员提供有关教育、职业与个人领域方面的辅导服务。职业辅导员协助人们获得更强的自我意识，制定生活/工作的方向，了解学习与工作机会的，以及对学习、工作与过渡进行管理。

职业发展 (Career Development)

职业发展是一个管理学习、工作与过渡的终身过程，可帮助人们做出决定以及适应不断变化的环境和重心。

职业发展从业人员 (Career Development Practitioner)

职业发展从业人员是一个统称，是指职业发展领域的直接服务提供者。

职业教育工作者 (Career Educator)

职业教育工作者在教育环境中为学生提供指导，帮助他们扩展职业发展知识，技能和经验。职业教育工作者帮助青少年和成年学生构建自己的职业生涯，获得对学习、工作和其他生活角色做出识别、选择和规划的能力。

职业信息 (Career Information)

职业信息是与职场相关的信息。在职业发展过程中职业信息可能非常有用（例如，是否有可参加的培训、工作性质怎样、不同职业中工作人员的地位如何）。

职业信息专家 (Career Information Specialist)

职业信息专家 (CIS) 帮助客户找到做出职业决策所需的相关信息。职业信息专家为客户识别、管理和解释职业信息。其中包括国内和国际劳动力市场、教育、职业和求职资源。

职业道路 (Career Path)

职业道路是指人们在职业生涯发展过程中，由于自主选择或出于偶然而经历的一系列工作角色、工作或职业。

认证 (Certification)

认证就是颁发正式文件，以证明证书持有人拥有一系列技能、知识和能力，通常与完成教育/培训要求相关。

教练 (Coach)

与职业规划领域相关的教练是向导、帮助者、支持者、鼓励者，也是合作者。他们不是执行人，也不是指挥者。教练的辅导是一个成为盟友的过程，帮助指导某个人实现自己的想法，完成学习过程，实现目标和做出决定。

胜任能力 (Competency)

胜任能力是指能够很好地执行特定任务并轻松适应各种工作活动的的能力。例如：

- 社交能力 - 能够为实现目标与人合作
- 复杂问题的解决能力 - 能够在复杂的现实环境中解决新出现的、不明确的问题
- 资源管理能力 - 能够有效地分配资源

合作教育 (Co-op Education)

合作教育是一项将学生在其专业领域中的工作经验与他们的课业学习相结合的项目。这个术语反映了学生、学校和雇主之间的合作关系，这种合作关系允许学生在学习期间交替进行工作。

人口特征数据 (Demographics)

人口特征数据是指人口的年龄、性别、婚姻状况、家庭规模、教育程度、地理位置和职业等特征。

远程教育 (Distance Education)

远程教育包括任何不涉及学生和教师之间面对面交流的教学。远程教育主要使用互联网来进行。

就业辅导 (Employment Counselling)

就业辅导是一个解决问题的过程，旨在解决以下一项或多项问题：职业/职业决策；技能提升；求职；以及维持就业状态。

就业辅导员 (Employment Counsellor)

就业辅导员在共同合作的前提下，帮助辅导对象评估他们在决策、求职技能、培训和维持就业状态方面的需求。目标是帮助辅导对象提高在劳动力市场的就业能力和自给自足能力。

基本技能 (Essential Skills)

基本技能是工作、学习和生活所必需的技能。这些技能为学习其他所有技能奠定了基础，使人们能够随着工作的发展而进步并适应变化。这九项基本技能是：

- 阅读文字
- 文件使用
- 算术
- 写作
- 口头交流
- 与他人一起工作
- 持续学习
- 思考能力
- 使用计算机

正规学习 (Formal Learning)

正规学习的形式是教育、培训或发展。它通常是系统化的，通过某个院校提供某种机构认可或学历证书。

全球化 (Globalization)

全球化是指某个事物的范围或应用遍及全球。贸易全球化意味着跨越国界的全球贸易更加自由和更加激烈。

津贴 (Grants)

津贴是由政府、高等院校或其他组织给予收款人的一笔无须偿还的款项。津贴通常根据财政需要或需要特殊财政资助的人而发放。

指导顾问 (Guidance Counsellor)

指导顾问受聘于学校局、小学或中学。他们就个人和有关学习的问题为学生提供指导。他们的工作重点通常在于高等教育和培训的选择上，有时也关注从上学到工作的相关问题上。

非正规学习 (Informal Learning)

非正规学习是通过自主学习、义工活动、旅游、兴趣爱好和其他渠道获得技能和知识的过程。这种学习通常不以院校颁发的文凭形式给予认可。

兴趣 (Interests)

兴趣就是您喜欢做的事情。兴趣可能包括活动、嗜好和主题或话题。例如：体育、音乐、艺术以及科学或时尚等话题。

实习 (Internship/Externship)

实习是一种在监督下基于项目的临时在职学习体验。实习可以是有薪的也可以是无薪的。

工作 (Job)

工作是一种有偿职位，要求在该职位的人具备特定的知识、技能、经验或受过特定培训。工作任务可以在工作场所、公司、家庭办公室或其他地方进行，包括以交通的方式。义工的工作是无偿的，但可能有一些对相关成本的补偿。

见习工作 (Job Shadowing)

见习工作是一项职业探索活动，参与的学生须跟随一名受雇员工，对他/她的工作做详细了解。

劳动力市场信息 (Labour Market Information)

劳动力市场信息提供有关劳动力市场的数据，包括诸如就业、工资、技能和资质、职位空缺和工作条件等方面。信息可能是过往的、当前的或预测的。它可能集中于职业、行业、地区和劳动力的人口特征数据。

生活技能教练 (Life Skills Coach)

生活技能教练可以帮助人们提高沟通、人际关系和解决问题的能力。教练会促进学习过程，帮助客户解决有关关系、家庭、工作、职业、社区和休闲方面的问题。

终身学习 (Lifelong Learning)

终身学习是一辈子追求学习的过程，可以在不同时间和地点发生。从本质上讲，它是一个相互连接的网络，由不同类型的正式和非正式教育和培训组成，它既服务于生活目标，也服务于工作目标。

指导 (Mentoring)

指导是一个人从学习的视角对另一个人提供支持。指导者具有某个领域的知识和经验，并与接受指导的人共享。例如，一位有经验的教师可能会指导一名实习教师或一名刚入职的教师。

非标准就业 (Non-Standard Employment)

兼职、合同和临时工是非标准就业的常见例子。其他例子包括：远程办公、远程现场办公以及不雇佣其他雇员而只是出售自己货品或服务的自雇工作。

职业 (Occupation)

职业是具有相似技能和责任的一组或一类工作。工作类型是根据所需的技能或培训多少以及工作的具体特点而分类的。职业的例子有：医护人员、学校老师、电工、律师。

职业信息 (Occupational Information)

职业信息是对职责、技能水平、能力、身体活动、环境条件、教育/培训要求和雇主的描述。它也包括有关行业、工资、职位空缺和前景的数据。

在职培训 (On-the-Job Training)

在职培训是指对工作人员进行的持续培训。它包括员工在公司的发展，可以涵盖从认读培训到管理培训在内的所有培训。大多数的培训课程一般可归类为以下类型的培训活动：技术能力培训、组织能力培训或基本技能培训。

个性或个人风格 (Personality or Personal Style)

一个人的个性是由其特点、动机、需求、驱动力、态度、处事方法以及人生观构成的。您如何处理自己的生活、教育、发展与经验，构成您的个人风格。

高等教育 (Post-Secondary)

正规的高教课程通常与大专、学院、大学和私立教育/培训机构有关。

前学习评估与认证 (Prior Learning Assessment and Recognition)

先前学习评估与认证是一个系统化的过程。它对通过正式和非正式的学习而形成的胜任能力（技能、知识）进行识别、记录、评估和认证。正式和非正式的学习可包括工作经验、培训、独立学习、义工活动、旅游和业余爱好。这种认证可以用于满足学业或培训课程要求、职业认证要求或劳工就业市场的入职要求。

专业 (Profession)

专业是一种要求具备特殊技能和接受过高级培训的职业。

红封印认证 (Red Seal)

由跨省标准计划 (Interprovincial Standards Program) 采用并已全国注册的商标红封印认证，标志着一个技工已符合跨省资格，达到资深从业员的水平。红封印认证就是一个通行证，让持有红封印认证的人在加拿大任何地方均可工作，而无须再接受进一步的考试。

奖学金 (Scholarship)

奖学金主要是为奖励学术成就而发放的；但有些可能需要在领导能力、社区服务、艺术活动及体育等其他领域取得成就。



价值观 (Values)

价值观对您的人生和事业非常重要；是令您产生强烈感觉的事情。考虑一下您的个人价值观是怎样的，因为这是职业选择的关键。

行业 (Sector)

行业是产出相关产品或提供相关服务的产业集合。例如，由于伐木、木材和造纸行业是相关的，它们通常归于称为“林业和伐木业及支持活动”的行业。

技能 (Skills)

技能是指您因知识、学习和实践拥有的执行任务的能力。请参阅“基本技能”了解相关示例。

学生贷款 (Student Loan)

学生贷款由联邦政府和省政府提供。请浏览 studentaidbc.ca，了解更多信息。如果您有家人要抚养或者来自低收入家庭，您的部分学费可能会以津贴的形式发放，无须偿还。

趋势 (Trend)

趋势是指社会、经济、人口、技术、教育或组织方向的长期变化，范围十分广泛，并借由多方面的渠道才能确定。趋势有可追溯的历史，并对已知条件做出改变。

价值观 (Values)

价值观对您的人生和事业非常重要；是令您产生强烈感觉的事情。例如，有些人看重工作的安全性、结构和规律的时间安排，而另一些人则看重独立性。做出职业选择时，对自己的价值观加以考虑是非常关键的。

工作 (Work)

工作是一系列的活动，具有一系列的预期成果。理想情况下，人们将从他们的工作中获得个人满足感，并为一些更大的目标做出贡献。工作并不一定与有偿雇佣相关。人们可以发展自己的技能，并在无偿活动中找到意义，例如做义工和从事业余爱好。无论是有薪还是无薪，工作都是职业发展的主要基石。



联系我们：

是否想知道哪里可以找到有关职业规划的资源？请发送电邮至 wbcinfo@gov.bc.ca，与WorkBC联系。

本计划由加拿大联邦政府与不列颠哥伦比亚省政府共同出资。



版权所有 © 2018, Province of British Columbia。

本指南经授权改编自加拿大职业发展基金会（Canadian Career Development Foundation）指南刊物《家长必备的职业发展资源：协助父母探索教练与盟友的角色》（*A Career Development Resource for Parents: Helping parents explore the role of coach and ally*）。该刊物由加拿大职业协会（Canadian Career Consortium）及加拿大职业信息伙伴联盟（Canada Career Information Partnership）创作编撰。

有关这份加拿大职业发展基金会指南刊物，如果您有任何问题需要咨询，请发送电邮至 information@ccdf.ca 或浏览网站 ccdf.ca。



WorkBC