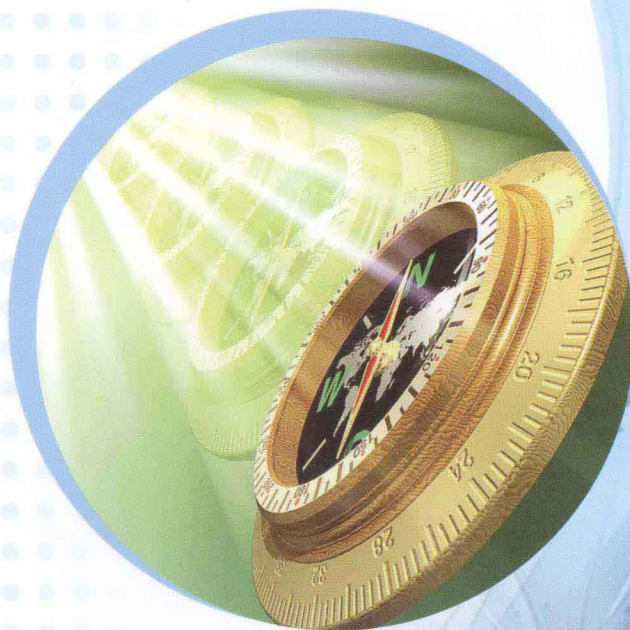


大学生素质教育丛书

大学生 就业指导

DaXueSheng JiuYe ZhiDao

主 编 马建平 舒永安



科学出版社

www.sciencep.com

大学生素质教育丛书

大学生就业指导

主 编 马建平 舒永安

副主编 靳丽萍 郭宁安
张 彬 白根举

科学出版社

北 京

内 容 简 介

大学生就业是安国之基、民生之本。为切实加强大学生就业指导工作的实效性,满足高等学校就业指导课的教学需要,我们依据教育部“大学生职业发展与就业指导课程教学要求”的指示精神,针对大学生的现实需求,编写了本书。全书共10章,内容包含大学生就业指导概述、就业指导内容和原则、就业环境与就业形势、就业方式、就业准备、求职策略和技巧、就业权益与法律保护、自主创业、创业的策略和方法、融入社会与走向成功等。本书体系全面、完整,既有对最新政策的解读,又有国内外研究成果的综述,还有大量实例的列举,对大学生求职择业具有很高的指导作用与借鉴价值。

本书适用于高等院校所有专业的教师、学生,也可供相关领域的工作人员阅读、参考。

图书在版编目(CIP)数据

大学生就业指导/马建平,舒永安主编. —北京:科学出版社,2010.8
(大学生素质教育丛书)
ISBN 978-7-03-028703-8

I. ①大… II. ①马…②舒… III. ①大学生-就业-基本知识
IV. ①G647.38

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第161525号

责任编辑:李鹏奇 任俊红 / 责任校对:林青梅
责任印制:张克忠 / 封面设计:耕者设计工作室

科学出版社出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

源海印刷有限责任公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2010年8月第 一 版 开本:B5(720×1000)

2013年6月第五次印刷 印张:14 3/4

字数:295 000

定价:27.00元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

大学生素质教育丛书

编委会

主任委员 高延龙 胡俊生

副主任委员 齐广才 杨伟宏

委 员 韩卿元 马建平 武忠远 韩 平

石 梅 雷 伟 解文元

序

由于工作的原因，自己长期从事高校思想政治教育和就业的管理与研究工作，因此，在日常工作中对大学生就业创业给予了较多关注，对于从事这项工作的同事和朋友也有着一种特殊的情感。所以，当本书的主编、就业指导中心的主任马建平同志和体育学院党委书记舒永安同志将他们撰写的书稿《大学生就业指导》拿来，请我为之作序，我愉快地答应了。当通读完书稿后，我深感他们此举之不易，亦甚感佩服。同时，又感觉为本书作序是自己一项推不掉的任务。第一，这部书是我校今年计划编写出版的“大学生素质教育丛书”之一，我本人又担任编委会的主任，是职责之所系；第二，由于工作的需要，自己对于大学生就业指导有过一些理论探讨，也做过一些较有成效的实践工作，有一定的发言权；第三，我校的就业工作长期以来能在陕西省乃至全国处于领先地位，是与广大辅导员和政工干部特别是一线同志的努力分不开的，我从内心感激他们，借此作序之际，谨向他们表达我的谢意。

虽然当前关于大学生就业的相关书目不在少数，但是我仍然向大家推荐这部书，理由有三：首先，本书选题的重要性。本书紧扣大学生就业与创业这一全社会高度关注的热点问题，从不同方面、不同角度进行了深刻的阐述。其次，本书适用范围的广泛性。它既可供当代大学生阅读，作为就业与创业的工具书，也可为从事高校思想政治教育特别是学生就业指导的工作者提供参考，还可作为当前高校正在开设的大学生就业指导课程的教学用书。最后，本书编排的科学性和可读性。全书共10章，每一章节均为长期从事思想政治教育和就业指导的管理者所撰写。本书从大学生就业指导概念入手，详细阐述和分析了大学生就业指导的内容和原则、大学生就业环境与就业形势、大学生实现就业的方式、如何做好大学生就业准备、大学生求职的择业策略与技巧、大学生如何应用法律维护就业权益以及在国家政策指导下大学生自主创业的策略和方法等大学生就业工作的热点和焦点问题。书中既解读了我国最新的有关大学生就业与创业的政策，又综述了国内外最新的就业与创业的研究成果，书中所列举的大量实例，更是广大学生工作者在指导学生就业与创业实践中所取得的宝贵经验，对大学生求职择业具有很高的指导与借鉴价值。书中论述全面、周到，编者的爱生与服务之心悠然

可见。

最近国家发布的《中长期人才发展规划纲要》，确定了我国经济未来的核心竞争力将从人力资源转向人才资源，确立了人才优先发展的战略布局。为中国经济打造人才高地，教育与就业起着举足轻重的作用。特别是近年来，随着我国高校招生规模不断扩大，在校大学生人数持续增加，我国高等教育开始由精英教育转向大众教育，使得更多的人有机会接受高等教育，也使得我国高等教育为社会输送了更多优秀人才，为推动我国经济持续快速健康发展作出了重大贡献。但同时也给我国高等教育的发展带来了一系列问题，特别是大学毕业生就业工作面临着诸多的困难和挑战。

就业是民生之本、安国之基、兴国之举。做好高校毕业生就业工作是加快推进以改善民生为重点的社会建设的具体体现，是构建社会主义和谐社会的重要内容，是建设人才强国和创新型国家的必然需求。党的“十七大”报告中明确提出“积极做好高校毕业生就业工作”，这是我党第一次在中央全会报告中提出这一问题，可见全党对大学生就业工作的高度重视。所以，全体从事学生工作的同仁和广大高校的全体员工一定要提高认识，树立信心，要带着深厚的感情去做好这项工作，要像对待自己的孩子一样关心、关怀毕业生。要倾注自己的热情、智慧和汗水，为毕业生不惜“走遍千山万水，历尽千辛万苦，道尽千言万语，用尽千方百计”，全员参与、全程指导、全面服务，推进就业工作再上新台阶。

是为序。

高延龙

2010年6月15日于陕西延安

前 言

随着我国高等教育的快速发展,高校在校生、毕业生总量连年上升。毕业生与市场人才需求之间的供需矛盾日益突出,大学生就业难成为全社会普遍关注的民生问题之一。

党中央、国务院高度重视大学生就业问题。党的“十七大”报告将做好高校毕业生就业工作列入改善民生工程的一项重要内容。2008年、2009年的全国两会又进一步强调要加强高校毕业生就业指导和服务工作。教育部部长袁贵仁在2010年全国普通高等学校毕业生就业工作网络视频会议上的讲话中就做好高校毕业生就业工作重要性时指出:做好高校毕业生就业工作是教育为社会主义现代化建设服务、建设人力资源强国的迫切需要;做好高校毕业生就业工作是教育为人民服务,努力解决人民群众最关心、最直接、最现实利益问题的迫切需要;做好高校毕业生就业工作是提高高等教育质量,保持高等教育持续健康发展的迫切需要;做好高校毕业生就业工作是保持社会和谐稳定的迫切需要。并要求各省级主管部门和高等学校要继续贯彻落实国务院“把高校毕业生就业摆在当前就业工作的首位”的重要决策,深入研究毕业生就业的新情况,提出新举措,明确新要求,并全力抓好落实。这对我们做好大学生就业工作既是巨大的鼓舞,也提出了新的更高的要求。

从工作实际中可以看出,大学生对就业指导有非常迫切的需求,他们渴望在大学不同阶段都能得到有针对性的指导。大学生就业指导不同于职业介绍,它应该充分体现大学的教育职能,进而通过有效的指导,使学生具备终身受用的正确的观念和就业能力。因此,大学生的就业指导,不应仅局限于高年级或临近毕业阶段才开始,而应该从一入学就开始,实现分阶段、全程性的指导。实现这个目标,仅仅依靠就业指导中心和各学院、各院系个别咨询和辅导是远远不够的,必须利用就业指导课这种方式来实现。高校也应该贯彻落实教育部的有关指示精神,将就业指导课列入高校正常的教学计划,并作为一门重点学科来建设。

本书就是为了适应大学生全程就业指导的需要,按照教育部制定的“大学生职业发展与就业指导课程教学要求”编写的,可作为大学生就业指导课的教程,也可作为高校学生管理与教育者的参考资料。需要说明的是,由于就业形势的变化以及国家不断出台促进就业的新政策,本书在作为教材使用时要与时俱进,围绕基本框架,不断修正和补充。

在校党委、相关行政部门的领导和支持下，我们总结多年来的实践经验，组织长期从事高校就业指导工作的专家和老师编写了本书。本书由延安大学党委副书记高延龙教授、副校长胡俊生教授提出编写思路，由马建平、舒永安同志拟定编写提纲。各章的编写者分别为：马建平，第二章；舒永安，第一章、第八章、附录；靳丽萍，第七章；郭宁安，第三章、附录；张彬，第四章；白根举，第十章；赵鹏飞，第五章；李伟，第六章；梁艳，第九章。初稿完成后，马建平、舒永安负责统稿，靳丽萍、郭宁安、张彬协助，并对各章节进行了修改，最后定稿。

本书参考并吸收了几年来国内各有关人士的最新研究成果，在此表示衷心的感谢。所选用的资料大部分在书后“参考文献”中列出，如有疏漏，深表歉意，并请予以原谅。

由于我们水平有限，对大学生就业的研究尚在不断深化之中，书中不足之处在所难免，恳请领导、专家、同行和同学们不吝赐教。

编 者

2010年4月21日

目 录

序

前言

第一章 大学生就业指导概述	1
第一节 就业指导概述.....	1
第二节 国外高校的就业指导.....	5
第三节 就业指导的历史和现状	10
第二章 大学生全程就业指导与就业指导的原则和内容	13
第一节 大学生全程就业指导	13
第二节 就业指导的内容和原则	17
第三节 就业指导的方式和途径	19
第三章 大学生就业环境与就业形势	25
第一节 大学生现行就业制度	25
第二节 大学生就业形势	34
第三节 大学生就业市场的现状	39
第四节 大学生就业程序	44
第四章 大学生就业方式	50
第一节 大学生就业基本类型	50
第二节 大学生就业基本途径	52
第五章 大学生就业准备	56
第一节 大学生就业心理准备	56
第二节 大学生就业知识准备	62
第三节 大学生就业能力准备	64
第四节 大学生就业信息准备	67
第五节 求职材料准备	72
第六章 大学生求职策略和技巧	78
第一节 求职材料的撰写技巧	78
第二节 自荐的方式和技巧	81

第三节	成功笔试的技巧和方法	87
第四节	成功面试的技巧和方法	92
第七章	大学生就业权益与法律保护	105
第一节	大学生的就业权益	105
第二节	大学生的就业法律保障	108
第三节	防范求职陷阱	121
第八章	大学生自主创业	127
第一节	大学生自主创业	127
第二节	大学生创业素质和创业能力	139
第三节	大学生创业的实施	145
附:	各地创业优惠政策选编	160
第九章	大学生创业的策略和方法	170
第一节	如何去创业	170
第二节	几种经典的创业策略和方法	176
第十章	融入社会 走向成功	186
第一节	职业适应期指导	186
第二节	职业形象塑造	188
第三节	适应职业新环境	191
第四节	提高职业道德水平	195
第五节	树立科学的职业发展理念	199
参考文献		205
附录	国家促进普通高校毕业生就业政策百问	206

第一章 大学生就业指导概述

大学生是我国宝贵的人才，是社会主义现代化建设的重要力量，是我国在 21 世纪实现跨越式发展的重要力量。随着高校毕业生就业制度的改革及就业形势的变化，大学生就业难的问题日益突出，就业形势日益严峻。高校毕业生待业人数越来越多，人不能尽其才、才不能尽其用的现象明显。如果不能很好地解决这一问题，势必造成人才的大量浪费，对国家发展和社会稳定都会产生不利的影响。所以在当前情况下，高校积极做好大学生就业指导工作，引导和帮助大学生顺利就业、正确就业、成功创业，是解决大学生就业难的一个重要途径，也是帮助大学生实现全面发展的重要手段。

大学毕业走上工作岗位是人生的一大转折。能否在此转折关口尽早对社会形成准确的认识，继而相应地在心理、观念、技能等方面做好准备，对自己今后的职业生涯进行有效地设计，是大学生能否顺利完成从“学校人”向“社会人”的转变、逐步走向成功的关键。高校开展就业指导的目的，就是帮助和引导毕业生正确认识和了解自我，并根据自身的特点和社会的需要，选择最能发挥个人才能的职业，实现自己的人生价值和社会价值。

第一节 就业指导概述

就业指导作为一种专门的社会服务工作和研究课题，最早起源于美国，早在 1894 年，美国加利福尼亚州工艺学校就有人推行。之后，在德国、苏格兰等一些西方资本主义国家也相继开展了专门的职业指导活动。就业指导的创始人——美国的帕金斯首先使用了就业指导的概念，1909 年他创作了《选择职业》一书。1911 年，美国哈佛大学首开先河，在大学生中开设了就业指导课。在我国，清华大学早在 1916 年就开始着手和筹备这项工作，1923 年正式成立了职业指导委员会，拉开了我国高校就业指导工作的序幕，1925 年还出版了《职业指导实施》一书，记录了我国开展就业指导工作的历史。

一、就业指导的含义

劳动者为了维持生活、实现自身的价值、为社会作出贡献，就必须选择最能发挥自己才能的职业，与生产资料和工作岗位迅速有效地结合。为这种结合开展

的工作就是就业指导。就业指导有广义和狭义之分。狭义的就业指导是指给求职者择业的劳动者传递就业信息，为其与职业的结合进行中介服务，帮助劳动者实现就业；广义的就业指导是指为劳动者选择职业、准备就业以及在职业中求发展、求进步提供知识、经验和技能。就业指导的过程是一个帮助求职者选择职业、为就业做准备和在任职中求发展的过程。就业指导包括预测就业市场，汇集、传递就业信息，开展就业政策咨询，进行思想教育，培养劳动技能，组织劳动力市场以及推荐、介绍和组织招聘等与就业有关的综合性社会咨询服务活动。

二、大学生就业指导的目的与任务

就业指导的目的是通过形式多样的就业指导手段和方法来帮助大学生树立正确的就业观和对国家、社会的历史责任感，选择自己理想的工作职业，以此发挥高校人才发展的优势，为国家和社会合理地配置人才资源。

就业指导的任务包括以下几个方面。

1. 思想观念的教育

思想观念的教育是就业指导工作的重点，它的任务就是要把世界观、人生价值观的教育渗透到就业指导工作中，落实到择业标准、求职道德、成才道路等方面。首先是帮助大学生树立正确的择业观，根据人才市场的需求调整自身的就业观念，树立“先就业、后择业、再创业”的思想；其次是帮助毕业生树立高尚的求职道德，无论对待用人单位或作为竞争对手的其他同学，都能采取诚实正直、实事求是、与人为善的态度；三是帮助毕业生树立择业的自信心，克服一些毕业生对求职的恐慌和不知所措；四是帮助毕业生选择正确的成才之路，树立为社会服务、为大众服务的思想，了解大局，服从大局，为大局甘于牺牲小我。

2. 政策指导

政策指导是就业指导的基础。毕业生就业制度的改革给毕业生带来的直接利益是使个人具有很大的自主权，由计划经济体制下的被动接受分配变为在很大程度上由个人到市场去主动选择职业，这对于毕业生来说是一个很大的机遇。为了使毕业生能准确地捕捉机遇，顺利完成就业，避免在市场择业过程中的盲目性、随意性，有必要对大学生进行政策指导。只有在充分了解就业政策的前提下，才能引导大学生走出择业过程中的种种误区，纠正他们的片面认识，在政策允许的范围去落实他们理想的工作单位。

3. 自我评价与职业设计指导

就业指导工作者通过谈话、观察、问卷调查、心理测试等方式，对毕业生的气质性格、知识能力、长处、缺点等方面进行客观评价，并把这种评价提供给毕业生，帮助毕业生正确认识自己，在此基础上帮助学生设计职业计划；大学生根据自己的身心特点，充分考虑社会发展对专业的需要，科学地制订职业

发展计划是就业准备的核心。也就是说,要把就业指导同学生的学业有机地结合起来。

4. 信息咨询指导

信息咨询指导是就业指导的重要内容,是一种通过提供职业信息来帮助学生增进对职业了解的方法。职业信息主要包括国家经济发展趋势、人才市场供需形势分析、毕业生供需信息发布及调查等方面。学生职业定向方面的许多问题都源于缺乏对职业的广泛而深入的了解,如果没有信息指导,就业指导就会成为“无的放矢”、“纸上谈兵”,也就难以收到实效。因而,职业信息咨询服务便成为就业指导的一种常用的方法。职业指导者通过口头、书面、声像等形式向学生全面深入地介绍社会职业状况,各种职业的性质、条件及发展机会等信息,并在介绍各种职业资料时,结合学生的具体情况进行说明与分析,使学生对有关职业的知识与自我进行对比性评价,从而收到良好的指导效果。

5. 心理指导

心理指导同样是就业指导的重要内容,目的在于使学生增进自我认识,并确定与个人特征相符合的职业领域。心理指导建立在对学生心理状况(包括能力、兴趣、理想、价值观、职业发展水平等)充分了解的基础上,运用心理学的原理和方法,针对大学生心理发展特点提供深入而具体的帮助,使大学生保持良好的择业心态,有利于大学生求职目标的实现,有利于大学生尽快适应职业需求,完成角色转换,有利于帮助大学生确定适合于自己心理特点和能力范围的职业领域。大学毕业生在面临职业选择和就业竞争时,往往容易引发各种心理障碍和心理问题,影响他们顺利走向社会。因此,在就业指导中加强心理指导,无疑是非常重要的。

6. 技术指导

技术指导是开展就业指导的关键。毕业生要善于推销自己,这是求职过程中的一个重要环节。一般来说,面临就业选择的毕业生,普遍思想准备不足,有惶惑感,对具体的求职技巧往往缺乏必要的了解。针对用人单位的考查、面试,对毕业生应如何表现自己,礼仪有哪些,言谈举止该怎样,招聘的具体程序如何,进而对应聘材料的整理以及自荐材料的设计等问题,给予必要的指导,可以避免由于种种技术原因造成的求职障碍。

7. 校正性指导

校正性指导主要针对职业选择错误的学生。这类学生包括:职业选择与个性心理、生理素质不相符合者;职业选择与个人能力、所学专业不相符合者;非主观原因引起的职业选择错误的学生。校正性指导应了解造成学生职业选择错误的原因,并帮助他们去改正。

三、开展就业指导的意义

大学毕业生是国家宝贵的人才资源，大学毕业生的就业问题也一直是党和政府十分重视和关注的问题，因为这既关系到我国经济的发展和社会的进步，又关系到高等教育体制改革目标的实现和高等学校的健康发展，同时关系到大学生自身的发展、成才和人生价值的实现。因此，开展大学生就业指导具有重要的现实意义和深远的历史意义。

1. 有利于国家的经济建设和社会稳定

“人力资源是第一资源”，现代世界的竞争实质是人才的竞争。大学生是国家培养的高级专门人才，是未来高素质人才群体的核心，是实施科教兴国战略、实现 21 世纪宏伟目标的重要力量。我国已进入全面建设小康社会、加快推进社会主义现代化新阶段，培养同现代化要求相适应的高素质劳动者和数以千万计的专门人才，发挥我国巨大的人才资源优势，关系到 21 世纪我国社会主义事业的全局。因此，加强大学生就业指导，帮助大学生顺利就业，对于落实科教兴国的战略方针，推进社会主义现代化建设具有非常重要的意义。否则，人才的闲置和不合理使用会造成很大浪费，也会给社会稳定带来不利的影响。

2. 有助于国家对人才资源的合理配置

大学毕业生是国家新增加的高层次人力资源。这种人力资源具有思想活跃、文化素质高、有专长、懂科技等特点。将毕业生输送到合适的工作岗位，必然会调动他们的积极性，使知识转化为生产力，推动我国现代化建设。然而，我们时常面临的事实是：①“英雄无用武之地”，“用武之地”找不到“英雄”。②社会需要大量大学毕业生，大学毕业生却被大量浪费。在市场经济体制条件下如何合理地配置人力资源，已经成为政府面临的突出问题。一方面，就业指导可以使用用人单位适应市场机制，了解各类专业情况和使用方向，了解择业者的心理和生活特点，以便安排得合理、科学，使用得恰当、有效；另一方面，可以帮助毕业生科学地分析主观条件和客观需要与可能，使其以最能发挥自己专长和才能的岗位为最佳职业选择，这样才可以实现人尽其才，才尽其用，岗尽其需，达到人力资源合理配置的目的。

3. 有助于大学生正确认识就业形势和政策

在我国，社会发展对于受过高等教育的大学生的需求，在总体上来说，是大于实际大学生人数的。我国是一个发展中国家，在社会主义现代化建设中，需要大量的专业人才。尤其是伴随着知识经济时代的到来、经济全球化和高新技术的发展，我国对既掌握现代科学技术知识，又具有创新精神和实际动手能力的专门人才更是如饥似渴。但是，在现实生活中，一部分大学生却不能较好地选择职业，成就自己的事业，虽然其原因是多方面的，但与大学生对就业政策理解不



深、对就业形势的认识偏差、估计不充分是分不开的。开展就业指导,有助于大学生深入理解我国现行的大学毕业生就业制度,了解就业形势,把握机遇,顺利就业。

4. 有益于大学生成才和顺利就业

大学毕业生能否顺利就业,从个人方面来讲,关系到自身的发展成才和人生价值的实现;从社会方面来讲,关系到国民经济的发展和社会的稳定;从教育本身来讲,关系到教育目标的最终实现。当然,大学毕业生能否顺利就业主要取决于社会的需求以及自身的素质,但在新的就业制度下,就业指导无论从哪个角度讲,都会帮助大学生用正确的价值观念、道德标准和行为规范参与求职择业活动,增强适应新的就业形势的能力,获取准确的社会需求信息和求职择业的基本技巧,从而为顺利就业搭起桥梁、铺平道路。择业是人生的关键性问题之一,它直接影响到个人的前途和发展,如果处理不好,会在人生的道路上出现波折。因此,职业的选择是对未来发展道路的选择,是对人生幸福的选择。一般来说,大学毕业生涉世不深、经验不足、职业目标不确定,容易在众多的职业面前眼花缭乱、左顾右盼。而就业指导可以帮助大学生对这些问题有一个正确的认识,并提供一些解决这些问题的途径和办法,从而为大学毕业生将来的发展与成才打下良好的基础。

第二节 国外高校的就业指导

在高等教育步入大众化阶段后,无论是发达国家还是发展中国家,都面临着大学生就业的新问题,只是依各个国家的文化背景不同,就业的路径也各不相同。重视大学生的就业指导已成为一个大的趋势。联合国教育、科学及文化组织(以下简称联合国教科文组织)第十八届大会通过的《关于职业技术教育的建议》中指出,“学习和职业的方向指导,应看成是一个连续过程和教育的一个重要的组成部分,其目的是帮助每一个人在教育上和职业上做出正确的选择”。从中可以看出,重视就业指导是世界性的潮流。

一、美国大学生的就业指导

就业指导在美国的大学内处于中心地位,这样重要的地位使得美国高校对就业指导机构的经费投入较多,例如,加州大学洛杉矶分校毕业指导中心每年经费高达150万美元。宽裕的经费保证了指导中心的正常运作和采用先进的信息手段。在人员方面,除了配备较多的专职人员外,大学还配备了讲授就业指导课的专职教师。在大学生从学校走向就业的过程中,大学就业辅导机构起着无法替代的作用,其独特作用已受到社会的广泛认可。各所院校对就业指导均已投入相当

大的人力、财力、物力，做到专人分管、机构健全、人员配备完整、管理和信息交流手段现代化。

美国高校的毕业生就业指导机构一般设在学生事务部。学生事务部负责招生和学籍管理以及毕业生就业指导及信息咨询服务等工作，在大学内处于比较重要的地位，一般由副校长直接负责。

各校的就业指导工作机构设置、运作方式因校而异，但其主要内容归纳起来有两个方面：一是职业规划，二是就业安排。职业规划就是全面地帮助学生了解自我、志趣、能力、价值和需求，使学生确定职业目标，并学会运用适当的策略来获得所希望的工作职位。这就促使学校改变传统的教育环境与工作环境相分离的状况，使学校的教育环境与社会的工作环境紧密结合起来。

在大学生中开设就业指导课，已成为美国高校就业指导工作的主要内容之一，学生入学第一年开始接受职业教育，接触和了解就业状况；第二年帮助学生发现和了解自己的性格、兴趣和专长，帮助学生选择专业；第三年帮助学生了解雇主资料 and 市场需求，参加社会实践和一些招聘会，让学生直接感受就业市场；第四年帮助学生写求职信，传授求职要领和面试技巧等专门技能。就业指导机构通过讲授就业辅导课，帮助学生及时了解职业市场的变化，提高学生的职业兴趣和职业定向意识，引导学生对自己进行正确评价，通过自我评价确定适合的职业种类。就业指导课程还指导学生面谈、社交、礼仪、服饰等求职技巧，讲授如何撰写简历和求职信、怎样获取工作机会和信息、怎样与用人单位就工资待遇问题谈判、怎样表示接受或拒绝用人单位的招聘、如何签约等知识技巧。美国70%的大学毕业生是通过教授、导师、就业机构推荐就业单位而择业的。

二、加拿大大学生的就业指导

加拿大高等学校学生就业指导运作机制的主要特征是就业指导与学校的教学过程相结合，与市场要求相结合，与学生的职业发展愿望相结合。从新生入学起，学生就可以接受学校为他们提供的各项就业指导服务。

加拿大高等学校实行的是完全的学分制教学，学生选择专业、选修课程的自由度比较大。学校开展就业指导的目的是帮助学生了解社会上的各种职业，了解不同职业的岗位要求，了解自己的个性特点，帮助学生选择适合自己职业发展方向的专业和课程，最后能够顺利就业，做到人职相配，人尽其才，才尽其用。对低年级学生，学校指导的重点是帮助他们了解自己的个性特点，了解社会不同职业的职位要求，指导学生选择专业和课程；对高年级学生，学校指导的重点是帮助他们掌握必要的就业方法，为学生提供就业信息，帮助他们顺利就业。

加拿大高等学校一般设有学生咨询办公室、合作教育办公室和学生就业中心等学生指导部门。这三个部门分别从不同的角度,通过不同的渠道为学生提供就业指导服务。应该说,这几个部门所提供的服务工作都取得了较好的效果。

加拿大高等学校学生就业中心的主要功能有两项:一是就业常识的介绍和就业技能的培训;二是提供就业信息。例如,加拿大维多利亚大学通常采用三种方式向学生介绍就业常识并提供就业技能的培训。

1. 就业专题讲习班

维多利亚大学每学期都要举办就业专题讲习班,参加讲习班的对象以在校学生为主,由就业指导教师做专题介绍,学生可以提问、讲评、讨论或介绍自己找工作的经验教训等。学校通过就业专题讲习班的活动,使在校生初步了解有关就业的基本常识,掌握一些必要的就业技能。

2. 就业探索论坛

为帮助学生了解社会上不同职业的特点、确定自己的职业发展方向,维多利亚大学每年都要为学生举行一系列有关职业介绍的专题讲座,根据专题内容邀请3~4位该行业的专业人员介绍本行业的职业情况,讲座期间学生可以提问,并就感兴趣的问题展开讨论。

3. 求职培训班

求职培训班是加拿大维多利亚大学专门为已经毕业但尚未找到工作的毕业生开设的。目的是帮助毕业生选择职业,解决毕业生的待业问题。培训班的经费由加拿大政府人力资源开发部提供,三周为一期,毕业生免费接收培训。培训班的内容有以下六项:强化职业目标;重建自信心和自尊心;如何准备履历表;面试准备;网络功能的利用;如何进入隐藏着的工作市场。

此外,维多利亚大学学生就业中心还通过以下四种途径向学生公布就业信息,沟通与用人单位之间的供求信息。

(1) 信息布告栏。

(2) 向用人单位推荐毕业生。

(3) 建立就业指导资料阅览室。其中可供学生查阅的资料主要有两类:一类是用人单位的档案资料,包括用人单位的基本情况介绍、用人单位历年招聘毕业生的情况、毕业生就业的主要岗位以及岗位要求等。另一类是就业指导书籍。

(4) 组织招聘活动。在加拿大高等学校,学生就业中心一般采用两种方式:一是在校内组织有一定规模的就业招聘活动,一部分用人单位根据学校的安排,定时定点在校内招聘学生,需要找工作的学生则前往应聘。二是分散的、个别的招聘活动,由学校提供专门的面谈室给用人单位与学生面谈。