

© 江晓东 吴霜红 编著

中美职场  
求职秘笈  
大揭底

对留学生家长来说，

本书是您孩子留学毕业时在北美或回国成功就职全球500强的最佳参考书；

对留学生来说，

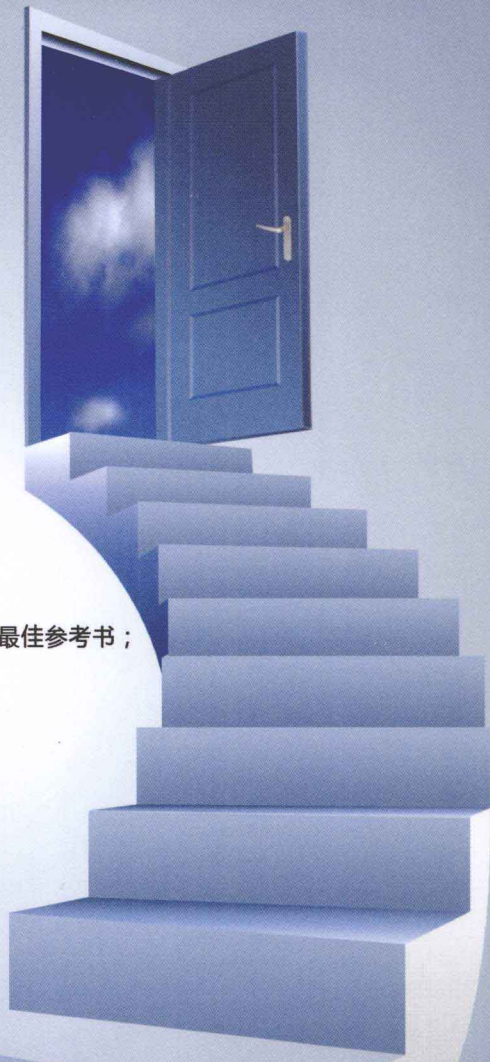
本书是您在北美留学求职成功的实战指南；

对国内的大学毕业生来说，

本书有您可以参考的最新外企招聘须知；

对所有有梦想的人来说，

本书还有很多精彩的励志故事可以借鉴。



# 中美职场 求职实战指南与案例



How To Get A Top Job In The U.S. And China?  
A Practical Manual For Chinese Student Job Hunters

—— 全新留学  
选校法则 · 职业规划 · 求职及  
薪资谈判技巧



机械工业出版社  
CHINA MACHINE PRESS



# 中美职场求职实战指南与案例

——全新留学选校法则·职业规划·求职及薪资谈判技巧

江晓东 吴霜红 编著

机械工业出版社

本书通过介绍与众不同的美国及加拿大大学选校标准,到建立大学社交网络技巧,再到如何找实习、准备简历、准备工作面试及最终薪资谈判实战战术运用,辅以9位中国留学生精彩求职案例及评述,向广大志在留学(或去外企工作)的学生和他们的家长提出了与众不同的留学和职业规划策略。无论读者是一名准备去美国、加拿大的高中学生、本科生、研究生,还是已在美国及加拿大就读的大学生或研究生,或是有兴趣送孩子留学美国、加拿大的家长,甚至是国内普通高校准备到外企求职的同学,你们一定会从这本书里得到一些非常有用和有趣的外企职场求职信息和实用的求职技巧。

### 图书在版编目(CIP)数据

中美职场求职实战指南与案例:全新留学选校法则·职业规划·求职及薪资谈判技巧/江晓东,吴霜红编著. —北京:机械工业出版社,2012.8

ISBN 978-7-111-39203-3

I. ①中… II. ①江…②吴… III. ①职业选择—基本知识—中国 ②职业选择—基本知识—美国 IV. ①D669.2②D771.282

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第168739号

机械工业出版社(北京市百万庄大街22号 邮政编码100037)

策划编辑:商红云 责任编辑:商红云 裴 浹

版式设计:纪 敬 责任校对:纪 敬

封面设计:张 静 责任印制:杨 曦

北京双青印刷厂印刷

2012年9月第1版第1次印刷

169mm×239mm·10印张·154千字

标准书号:ISBN 978-7-111-39203-3

定价:32.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

电话服务

网络服务

社服中心:(010)88361066

教材网:<http://www.cmpedu.com>

销售一部:(010)68326294

机工官网:<http://www.cmpbook.com>

销售二部:(010)88379649

机工官博:<http://weibo.com/cmp1952>

读者购书热线:(010)88379203

封面无防伪标均为盗版

# 前 言

由于中国经济近年来高速增长带来的社会财富积累，越来越多的家庭负担得起孩子出国留学的费用，加上其他因素的影响，如改变生活方式，期望海外留学毕业后有更好出路等，近年来选择放弃国内高等教育而出国留学的学生人数暴涨，同时，回国求职的留学生人数也在大幅攀升。据教育部统计，2011 年度中国自费出国留学 31.48 万人，自费留学回国人员为 16.92 万人。2011 年度与 2010 年度的统计数据相比较，出国留学和留学回国人数分别增长了 19.32% 和 38.08%。伴随着成功海归的各种故事，一种所谓“海带”现象，即回国留生长时间找不到理想工作从而变成海归待业青年，也开始引起社会关注。根据第 20 届启德国际教育展公布的《2011 海归就业力调查报告》，目前主动选择回国就业的数十万留学生中，有多达 70% 提出的最高月薪要求不到 10000 元人民币，低者甚至仅要求 3000 元人民币，而每年留在美国和加拿大的数万留学生中，出于各种原因，毕业后找不到好工作，又不愿回国的留学生大有人在。每年在国内众多高校莘莘学子中，也不乏因不了解跨国公司招聘要求而失去宝贵实习和工作机会的同学。

留学不仅是一种生活方式的转变，更是一种昂贵的教育投资，这其中包括每年 25 万元人民币左右的海外大学学杂费和生活费、支付留学中介数万的服务费及放弃国内高考和就业的机会成本等。无论留在北美或回国求职，对于每个找不到理想工作的留学生，从教育投资回报的角度看，这不仅令人惋惜，也无疑是一种失败的投资。笔者结合自己的亲身求职经历和为他人提供职业生涯咨询服务的经验，对留学生求职成功和失败的诸多原因作了以下归纳：出国前，选择美国、加拿大高校和专业过分依赖留学中介（岂不知中介的唯一目标就是帮你出国，而事关求职的重大问题，如选择专业则并非其强项），选校信息单一（《美国新闻与世界报道》大学榜不是唯一标准），家长和学生缺少美国、加拿大职场的准确信息，留学目标模糊不清（留学不应仅仅是为了出国）；出国后，在校期间社交网络狭窄且单一，缺乏职业规划意

识,对求职市场需求和变化知之甚少,所学专业不为职场所需,对自身求职定位不明确,没有或缺乏正规实习,求职行动迟缓,简历不规范且内容缺乏变通性,与招聘人员沟通不顺畅、跟进不及时而错失各种机会,面试准备不足最后功亏一篑等。

与目前在市场上的其他只专注某一环节,如如何申请大学、如何写简历、如何面试等职场书籍不同,本书借鉴《孙子兵法》的谋略,根据笔者十余载在世界财富 500 强公司、替不同类型外企公司选择员工的经验,向广大志在留学(或去外企工作)的学生和他们的家长提出了完全与众不同的留学和职业规划策略,即以职业生涯规划为纲领,在此纲领的指引下选择目标,并分解为不同时间节点的子目标和任务。由此引导留学生选择合适的高校,精心作好大学及研究生实习(不管是在中国还是在美国),准备好个人简历、面试和薪资谈判,以期最后找到理想的工作。

本书还收录了来自美国、加拿大不同类型大学的 9 名留学生真实而精彩的求职故事,配以与本书职业规划策略有机结合的案例分析,旨在回答这样的问题:从职业生涯规划的角度看,什么是一个好大学的标准?当你选美国或加拿大大学时,应该考虑哪些因素?从教育投资的角度看,什么类型的专业可以更容易帮你留在北美或回中国之前就找到好工作?从外企招聘者的观点,一个成功的简历看起来是什么样子的?外企招聘人员(猎头)和招聘经理从求职者那里不希望看到或听到什么?你怎样才能成功通过外企面试?如何在北美或中国与外企雇主通过谈判获得更好的薪水和福利?

这是一本旨在颠覆当代中国人留学观念的参考书,一个帮助学生和家长选择美国及加拿大大学的另类坐标系,一幅帮助在校大学生实现教育投资效益最大化的路线图,一个帮助应届毕业生进入外企职场的指南针。

编者

# 目 录

## 前言

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 第1章 选校五大原则 .....            | 1  |
| 1.1 大学排行榜 .....             | 1  |
| 1.2 校址，校址，还是校址 .....        | 2  |
| 1.3 大学专业 .....              | 5  |
| 1.4 大学就业率 .....             | 5  |
| 1.5 大学声誉 .....              | 6  |
| 第2章 大学社交四大要素 .....          | 8  |
| 2.1 大学朋友圈 .....             | 8  |
| 2.2 大学校友会 .....             | 8  |
| 2.3 大学教授 .....              | 9  |
| 2.4 招聘猎头 .....              | 9  |
| 第3章 实习三大注意 .....            | 11 |
| 3.1 大学实习类型 .....            | 11 |
| 3.2 怎样找实习的机会 .....          | 13 |
| 3.3 好的实习要求 .....            | 14 |
| 第4章 自我评估的一个中心，两个基本点 .....   | 16 |
| 4.1 评估你自己，然后再采取行动 .....     | 16 |
| 4.2 了解求职的生命周期 .....         | 19 |
| 第5章 知己知彼——了解招聘世界的三大秘密 ..... | 20 |
| 5.1 招聘世界的秘密 .....           | 20 |
| 5.2 经典招聘周期 .....            | 22 |
| 5.3 传统的校园招聘季节 .....         | 23 |
| 第6章 求职博弈——准备好你的两板斧 .....    | 25 |
| 6.1 精心准备求职计划 .....          | 25 |

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| 6.2 全面评估求职手段 .....                        | 27 |
| <b>第7章 三周之内拿到面试的实战攻略</b> .....            | 30 |
| 7.1 星期一——如何准备好令人印象深刻的简历 .....             | 30 |
| 7.2 如何在求职市场上准确定位 .....                    | 32 |
| 7.3 星期二——如何运用互联网发布简历和搜索工作 .....           | 34 |
| 7.4 星期三——如何调整简历以应对求职市场变化 .....            | 36 |
| 7.5 星期四/星期五——构建求职势头 .....                 | 36 |
| 7.6 第二周——如何抓住可能的面试机会 .....                | 37 |
| 7.7 第三周——如何准备到手的面试 .....                  | 41 |
| <b>第8章 征服面试三诀窍</b> .....                  | 46 |
| 8.1 参加正式面试的诀窍 .....                       | 47 |
| 8.2 应对小组面试的诀窍 .....                       | 50 |
| 8.3 面试后积极跟进的诀窍 .....                      | 53 |
| 8.4 第四周——时刻准备着 .....                      | 54 |
| <b>第9章 工作要约谈判两个聚焦点</b> .....              | 55 |
| 9.1 谈判研究 .....                            | 56 |
| 9.2 谈判战术 .....                            | 56 |
| <b>第10章 培训制胜——教你六招增强求职内功</b> .....        | 59 |
| 10.1 充分利用互联网 .....                        | 59 |
| 10.2 善用校内各种资源 .....                       | 60 |
| 10.3 巧妙利用校际共享资源 .....                     | 61 |
| 10.4 到其他国家大学的再留学计划 .....                  | 61 |
| 10.5 获得行业认可的资质认证证书 .....                  | 62 |
| 10.6 加入本专业的行业协会 .....                     | 62 |
| <b>第11章 他山之石，可以攻玉——九位留学生的精彩求职案例</b> ..... | 63 |
| 11.1 机会永远留给有准备之人 .....                    | 63 |
| 11.2 屡败屡战，永不放弃 .....                      | 71 |
| 11.3 勤工俭学的意外收获 .....                      | 81 |
| 11.4 安永面试之绝处逢生 .....                      | 87 |
| 11.5 学好数理化，走遍美国都不怕 .....                  | 98 |

|               |                             |            |
|---------------|-----------------------------|------------|
| 11.6          | 一颗红心，两手准备 .....             | 104        |
| 11.7          | 回国创业——挡不住的诱惑 .....          | 110        |
| 11.8          | 要工作，找猎头 .....               | 117        |
| 11.9          | 冲浪中国潮 .....                 | 124        |
| <b>第 12 章</b> | <b>大学就业准备自我检查十大清单 .....</b> | <b>131</b> |
| 12.1          | 清单之一：详尽的就业市场调研 .....        | 131        |
| 12.2          | 清单之二：客观积极的自我评估 .....        | 133        |
| 12.3          | 清单之三：广泛的社交网络 .....          | 135        |
| 12.4          | 清单之四：丰富的大学实习经验 .....        | 137        |
| 12.5          | 清单之五：多变的简历准备以应对就业市场变化 ..... | 138        |
| 12.6          | 清单之六：积极把握校园招聘机会 .....       | 140        |
| 12.7          | 清单之七：应对校外招聘挑战 .....         | 141        |
| 12.8          | 清单之八：面试生存之道 .....           | 142        |
| 12.9          | 清单之九：培训制胜 .....             | 144        |
| 12.10         | 清单之十：薪资福利谈判 .....           | 145        |
| 后记 .....      |                             | 148        |
| 附录 .....      |                             | 149        |
| 参考文献 .....    |                             | 151        |



## 第 1 章

# 选校五大原则

*Your time is limited, so don't waste it living someone else's life. Don't be trapped by dogma—which is living with the results of other people's thinking. Don't let the noise of others' opinions drown out your own inner voice. And most important, have the courage to follow your heart and intuition. They somehow already know what you truly want to become.*

——Steve Jobs

人的生命是有限的，所以不要浪费时间只为别人活着。不要被教条所限，不要活在别人的观念里。不要让别人的意见淹没你内心的声音。最重要的是，勇敢地去追随自己的心灵和直觉，它们在某种程度上才会告诉你自己真正想要什么。

——史蒂夫·乔布斯

## 1.1 大学排行榜

现在大部分留学中介在介绍美国大学时，都习惯引用《美国新闻和世界报道》的大学排行榜，你有时甚至会误以为这是留学美国的唯一选校指南，过分依赖这个指南可能会产生严重误导。请记住，留学中介没有告诉你的秘密是，帮你出国是他们的唯一任务，只要你能去他们介绍

或推荐的学校，他们和你的合同就结束了，至于这所学校和你所学的专业到底能否帮你顺利就业，不是他们最关心的，尽管他们也许会提供一些就业信息，最后用处都不会太大，毕竟这不是他们的业务和关心重点。但对你而言，出国留学本质上是改变生活方式的一种教育投资，不能只是为了出国而出国，还要考虑毕业后的出路。所以在选校时，尤其是选专业时，你自己也要多作研究，不要听信留学中介的一面之词，甚至被误导。这个原则同样适用于国内选校，不要只迷信大学排名，很多时候，如果所学专业为市场所需，你的职业选择就更广。要想去外企，首先要知道外企喜欢的毕业生类型，即能力、专业和知识结构，然后根据你的成绩、兴趣和财力选校。

## 1.2 校址，校址，还是校址

在包括中国在内的大多数国家里，学校的地理位置总是在你的事业发展中扮演重要角色。大家都知道，城市市区、大城市和沿海地区总能比在农村地区、中小城市和中西部提供更多的就业机会，不仅在中国，美国也是一样的（想象一下为什么中国人那么想去北京、上海和广州上大学吧，在美国也是同样道理）。对于能提供更多就业机会的地方，我们通常称之为“工作磁石”，因为那里可以创造、吸引和保留很多工作。如果你的学校位于“工作磁石”附近，你找到工作的机会将大大增加。以下是 2010 年《华尔街日报》列出的美国企业“招聘人员首选大学名单”的前 25 名招聘学校名单（这个名单和我在美国 14 年职业生涯中从各大企业，如 AT&T、IBM、微软、华尔街和好莱坞人力资源部看到的情况是类似的，许多企业的招聘人员喜欢从名单上的这些学校招收学生）。

(1) 宾夕法尼亚州立大学—Pennsylvania State University（宾夕法尼亚州中部，距费城 3 小时）

(2) 德克萨斯 A&M 大学—Texas A&M University（距休斯敦 1.5 小时）

(3) 伊利诺伊大学香槟分校—University of Illinois at Urbana-Champaign（距芝加哥 2.5 小时）

(4) 普渡大学—Purdue University（距印第安纳波利斯 1.5 小时）

(5) 亚利桑那州立大学—Arizona State University (距亚利桑那州首府凤凰城半小时)

(6) 密歇根大学安娜堡分校—University of Michigan, Ann Arbor (距底特律1小时)

(7) 佐治亚理工学院—Georgia Institute of Technology (亚特兰大)

(8) 马里兰大学—University of Maryland, College Park (距美国东部硅谷华盛顿大都会半小时)

(9) 佛罗里达大学—University of Florida (距佛罗里达高科技外包中心坦帕市2小时)

(10) 卡耐基·梅隆大学—Carnegie Mellon University (匹兹堡, 李开复母校)

(11) 杨百翰大学—Brigham Young University (距盐湖城半小时)

(12) 俄亥俄州立大学—Ohio State University (距俄亥俄州哥伦布市半小时)

(13) 弗吉尼亚理工学院—Virginia Polytechnic Institute and State University, 简称 Virginia Tech (因2007年校园枪击案为中国人熟悉的学校, 距华盛顿大都会半小时)

(14) 康奈尔大学—Cornell University (中国人熟悉的常春藤学校, 距纽约大都会4小时)

(15) 加州大学伯克利分校—University of California - Berkeley (中国人熟悉的学校, 距加州硅谷半小时)

(16) 威斯康星大学麦迪逊分校—University of Wisconsin, Madison (距威斯康星大都会密尔沃基市2小时)

(17) 加州大学洛杉矶分校—University of California, Los Angeles (洛杉矶)

(18) 德州理工大学—Texas Tech University (距达拉斯6小时)

(19) (并列) 北卡罗来纳州立大学罗利分校—North Carolina State University, Raleigh (罗利高科技三角区)

(19) (并列) 弗吉尼亚大学—University of Virginia (距弗吉尼亚州首府里士满1.5小时)

(21) 罗格斯大学新不伦瑞克分校—Rutgers University, New Brunswick  
(距纽约大都会 1 小时)

(22) 圣母大学—University of Notre Dame (距芝加哥 2 小时)

(23) 麻省理工学院—Massachusetts Institute of Technology (中国人熟悉的常春藤学校, 距波士顿不到 1 小时)

(24) 南加州大学—University of Southern California (洛杉矶)

(25) (并列) 华盛顿州立大学—Washington State University (距西雅图大都会 5 小时)

(25) (并列) 北卡罗来纳大学教堂山分校—University of North Carolina - Chapel Hill (距罗利高科技三角区半小时)

但是非常遗憾的是, 其他一些知名的学校, 包括加州理工学院、斯坦福大学和一些常春藤盟校、如哈佛大学, 哥伦比亚大学、布朗大学等却不在名单上。这些大公司的招聘人员一定有自己的理由不把这些学校包括在前 25 名的名单上 (如有些学校学生不愿去这些公司, 或招来了待不长等原因)。如果我们用 2 小时车程划定范围, 在这 25 所学校中, 其中 22 所不是在市区, 就在城市附近, 或者在沿海地区。

根据 CNN 和《今日美国》的报告, 从加利福尼亚州 (仅限于硅谷地区)、得克萨斯州等中南部各州向西至太平洋海岸华盛顿州为较乐观的就业地区, 东海岸的纽约大都会区、波士顿都市圈, 尤其是首都华盛顿地区, 即包括弗吉尼亚州北部、马里兰州靠近华盛顿特区的区域就业市场向来看好。

了解这些信息, 你就知道你该去哪些地方。特别是如果你有数量分析方面的培训和工作经验, 有能力迅速掌握行业具体知识、技能, 你在华盛顿、纽约、波士顿、芝加哥、旧金山 (硅谷地区)、得克萨斯州圣安东尼奥和达拉斯等大都会地区找到好工作的机会将大大增加。即使是在排名前 25 位, 除了学校的声誉和特色专业外, 学校地理位置仍然对吸引公司招聘人员到校园招聘起着重要作用。

### 1.3 大学专业

你的大学专业在找工作过程中也起着非常重要有时甚至是决定性的作用。根据美国 [www.payscale.com](http://www.payscale.com) 的报告, 从经济衰退最糟糕的 2008 ~ 2009 年, 本科各专业毕业起薪前 10 名名单如表 1-1 所示。

表 1-1 2008 ~ 2009 年本科各专业毕业起薪前 10 名名单

| 名 次 | 专 业    | 起薪/美元 |
|-----|--------|-------|
| 1   | 石油工程   | 93000 |
| 2   | 航天工程   | 59400 |
| 3   | 化学工程   | 64800 |
| 4   | 电子工程   | 60800 |
| 5   | 核工程    | 63900 |
| 6   | 应用数学   | 56400 |
| 7   | 生物医学工程 | 54800 |
| 8   | 物理     | 50700 |
| 9   | 计算机工程  | 61200 |
| 10  | 经济学    | 48800 |

当你看到这个名单时, 你还记得那个熟悉的口号吗? 没错, 就是“学好数理化, 走遍天下都不怕”。当然, 在正常的经济扩张期, 就业市场仍然非常欢迎数量经济专业、商务和企业管理专业, 尤其是财务专业和会计专业的本科生。

### 1.4 大学就业率

大多数时候, 当你的留学中介在帮你选择美国高校时, 他们花了很多时间在用你的个性、兴趣、实力、高中成绩、TOEFL 成绩、SAT 成绩和其他社会活动来匹配学校, 可是他们通常会忽略一个指标, 这就是“毕业生在毕业后 6 个月内的就业率”。许多美国高校利用这个指标来告诉你, 他们学校学生的就业率如何好, 从这个角度, 你可以评估该校是否有适应就业市场

所需的课程和职业培训。好学校的就业指导中心及强大的校友网络通常在帮助学生准备就业的过程中起到至关重要的作用，如果一个学校就业率超过80%，意味着如果你作为一个国际学生去这样的学校，你的就业机会将大大增加。

## 1.5 大学声誉

每个公司都有自己喜欢的学校名单，当他们到校园招聘时，他们很清楚从各大学招聘会招来的学生的质量。每年这些公司都会有针对性地去这些学校招聘，而这些公司对这些高校毕业生也有相应的薪酬结构。据统计，第一类和第二类招聘学校之间有5000美元左右的工资差异。如上所说，很多留学中介爱用“《美国新闻与世界报道》美国大学排名”作为选校指南，但有时它也会成为误导，因为即使你进入哈佛大学获得社会学研究专业的学士或硕士学位，你仍然可能毕业后就失业。相反，如果你用“招聘人员首选大学名单”作为指导选择学校，至少你知道，大部分时间里，招聘人员会去这些学校招聘应届毕业生。如果你是该校应届生，你去这些公司工作的机会也大大增加。表1-2是www.payscale.com列出的2010年美国高校本科毕业生薪酬前25名统计清单。

表1-2 2010年美国高校本科毕业生薪酬前25名统计清单

| 学校名称   | 学校类型   | 起薪中位数/美元 | 职业生涯中期工资中位数/美元 |
|--------|--------|----------|----------------|
| 哈佛商学院  | 文科/工程  | 68900    | 126000         |
| 普林斯顿大学 | 常春藤    | 58900    | 123000         |
| 达特茅斯学院 | 常春藤    | 54100    | 123000         |
| 哈佛大学   | 常春藤    | 57300    | 121000         |
| 加州理工学院 | 私立/工程  | 69900    | 120000         |
| 麻省理工学院 | 常春藤/工程 | 68300    | 119000         |
| 斯坦福大学  | 私立     | 60200    | 119000         |
| 科尔盖特大学 | 私立/文科  | 48700    | 119000         |
| 杜克大学   | 私立/文理  | 55300    | 117000         |
| 巴克内尔大学 | 私立/文理  | 55800    | 115000         |

| (续)       |          |          |                |
|-----------|----------|----------|----------------|
| 学校名称      | 学校类型     | 起薪中位数/美元 | 职业生涯中期工资中位数/美元 |
| 科罗拉多矿业学院  | 工程       | 61600    | 113000         |
| 费城科学大学    | 私立/文理    | 49700    | 113000         |
| 圣母大学      | 私立/文理    | 54100    | 112000         |
| 纽约大学      | 私立/文理/工程 | 62100    | 111000         |
| 宾夕法尼亚大学   | 常春藤      | 59600    | 111000         |
| 理海大学      | 私立/文理    | 56400    | 111000         |
| 耶鲁大学      | 常春藤      | 52600    | 110000         |
| 伦斯勒理工学院   | 私立/工程    | 60600    | 109000         |
| 加州大学伯克利分校 | 公立       | 53100    | 109000         |
| 布朗大学      | 常春藤      | 49400    | 109000         |
| 卡耐基梅隆大学   | 私立/商业/工程 | 62400    | 108000         |
| 巴布森学院     | 私立       | 57500    | 108000         |
| 拉法叶学院     | 人文艺术     | 54800    | 107000         |
| 华盛顿州立大学   | 私立/文理    | 50300    | 107000         |
| 康奈尔大学     | 常春藤      | 57500    | 106000         |

很多中国家长和学生可能从来没有听说过这个位于加州的哈维玛德学院，但他们的大学毕业生薪酬水平雄霸这个列表的榜首，傲视常春藤名校。那么，自然的逻辑是，如果你从这个学校毕业，并决定留在美国，这种类型的学校将增加你在美国找到体面工作的机会。你是否注意到，在这个排名列表中，只有 32% 的学校是常春藤盟校，所以，如果你不能进入所谓的常春藤院校，而又选择毕业后留在美国，你选大学时应尽量侧重这种类型的学校。当然，如果你选择回中国，你还是可以用许多中国人都知道的《美国新闻和世界报道》的排名名单选校。



## 大学社交四大要素

*"If you're looking for friends when you need them...it's too late."*

——Mark Twain

在你需要时才去交朋友……那时就太迟了

——马克·吐温

### 2.1 大学朋友圈

要素之一是建立广泛的朋友圈。当你进大学后，应尽可能多地结交值得信任、可靠、具有相同价值观的朋友，当你帮助他们并享受友谊带来的快乐时，说不定有一天也会得到回报的。一旦你建立自己的广泛社交网络，有些朋友可能会在求职或职业发展方面帮助你。在家靠父母，出外靠朋友，这个原则无论在美国或中国都是一样适用的。Facebook 和 Twitter 目前是美国和加拿大大学生社交网络中最流行的工具，你通过它们可以轻而易举地结识几百个校友和朋友。

### 2.2 大学校友会

要素之二是充分利用校友会。当你进入大学后，不管你找实习或找工

作，你所在大学的校友会一般都会给你非常好的建议。学校就业指导中心都会给你提供学校校友的联系方式。在美国和加拿大，校友会办公室通常担任类似组织校友募捐、安排校友参观学校活动及通过校友帮助提高毕业生求职率等非常重要的角色。如果你可以利用你的校友网络，充分利用就业指导中心的优势，你会发现，这将对改进你的简历、提升面试技能和增加职业发展机会非常有帮助。

## 2.3 大学教授

要素之三是做指导教授的好学生。在美国和加拿大，有时候学校会指定授课教授为学生的学术顾问，提供职业建议也是他们的职责之一。他们通常都会通过毕业生或他们自己的朋友圈，帮助现在的学生找工作或找实习。如果你是一个好学生，你的教授可能会愿意通过他的社交网络帮助你找工作。

需要强调一点的是，建立人际关系网的时候要注意互利互惠、有礼有节、礼尚往来。接受他人的帮助要懂得感激，一封简单的感谢信，逢年过节的小礼物或是发电子邮件送祝福的做法在中西方文化里都是被广泛接受的。

## 2.4 招聘猎头

要素之四是尽可能多地认识招聘人员和猎头。需要注意的是，你的社交圈里，一定要有招聘人员和猎头，尤其是从大三开始，这种关系会变得更重要。招聘人员和猎头一般是除招聘经理外最早知道待聘职位的人，也是过滤、筛选和招聘求职候选人的责任人，一般情况下，他们对就业市场的形势、岗位需求和技能要求了如指掌，并且掌握许多还没公开的待聘职位信息。尽管本科生和研究生一般没有工作经验，但是对有些工作技能要求不高但预算有限的中短期岗位，如暑假实习等，招聘人员和猎头还是会把目标放在优秀的学生身上。

如何构建你的招聘人员和猎头社交圈？在美国，你可以上各种社交网站，尤其是 LinkedIn 这种针对专业人士的网站，搜索诸如“招聘人员”和“猎头”之类的关键词，找到相关人士后，看看你是否对他们的自我介绍感