

DOI: 10.12361/2705-0866-05-05-126892

大学生就业心理问题探析及纾困对策

唐琳

哈尔滨金融学院投资保险系, 中国·黑龙江 哈尔滨 150000

【摘要】大学生心理健康教育和就业指导既是高校的工作重点, 又是社会焦点和热点话题。本文首先从社会层面、学校层面、家庭层面、大学生自身因素等方面出发, 对大学生就业压力影响因素详细剖析, 并从心理学的角度出发, 为纾困大学生的负面就业心理提供了切实可行的对策。

【关键词】大学生就业; 心理; 纾困对策

Analysis of Psychological Problems in Employment of College Students and Countermeasures for Relief

Lin Tang

Harbin Finance University 150000 Harbin, Heilongjiang, China

[Abstract] Psychological health education and employment guidance for college students are not only the focus of university work, but also a social focus and hot topic. This article first analyzes the influencing factors of college students' employment pressure in detail from the perspectives of society, school, family, and their own factors. From a psychological perspective, it provides practical and feasible strategies to alleviate the negative employment psychology of college students.

[Keywords] Psychological Relief Measures for College Students' Employment

高校千万大学生的就业问题成为全国上下极为关注的重大社会问题, 现如今, 高等教育规模不断扩大, 大学生数量逐年增多, 大学生就业心理压力也随之增大, 因此, 政府、高校及社会需找出有针对性的策略方法完善就业指导服务体系, 解决大学生就业过程中遇到的难题, 帮助毕业生迈好社会第一步。

1 大学生就业压力影响因素分析

在人数总量上, 2022年高校毕业生规模和增量均创历史新高, 求职人数首次超过千万人; 在环境形势上, 受疫情影响, 一些海外留学生选择回来就业, 国内高校毕业生出国深造人数减少; 在结构矛盾上, 虽说用工需求总量大于劳动力供给, 但存在“招工难”和“就业难”同时存在的结构性矛盾; 在学生个人上, 面对就业压力不断增大, 大学毕业生“缓就业”“慢就业”现象普遍存在。

1.1 社会层面

就业形势严峻是大学生就业心理问题产生的主要原

因。2022年高校毕业生规模和增量均创历史新高, 求职人数首次超过千万人; 在环境形势上, 当处在后疫情时代一些海外留学生受影响选择回来就业, 国内高校毕业生出国深造人数骤减; 在结构矛盾上, 虽说用工需求总量大于劳动力供给, 但存在“招工难”和“就业难”同时存在的结构性矛盾则是人才供需的结构性矛盾更加突出^[1]。

1.2 学校层面

我国高等教育迈入普及阶段后, 教育改革的力度在不断加大, 高校数量和大学生数量显著增多, 应用型本科教育和高职教育日益增加, 但是在现在的高等教育体系的基本结构依旧是传统布局, 理论教育依然占据主导地位, 与当今时代的经济社会发展不甚紧密, 学生实践能力不足; 多数高校的就业指导工作浮于表面, 仅仅是针对毕业季的学生群体进行技巧性培训, 对学生心理健康和政治思想教育层面的辅导重视不够、理念不清, 毕业生无法认清如何将个人需求和社会需求有机结合, 就业指导工作与学生的现实需求产

生了偏差。

1.3 家庭层面

当前我国的家庭教育依然是传统的以服务孩子为中心的教育模式,在中小学成长阶段就缺乏自主性训练。父母更加看重孩子的书面成绩,使得学生缺乏进入社会应有的抗压能力。

1.4 个人层面

大学生是一个特殊的社会群体,他们个性鲜明且特立独行,尽管掌握大部分课本上的专业知识,但在校期间没有培养起足够的工作能力和学习能力,对自我的认识不足,人生定位不明确,缺乏工作经验和社会阅历,面对繁重的压力和残酷的优胜劣汰,出现了各种就业心理健康问题,不断挤压目标岗位的待遇水平,形成内卷的恶性循环。

2 新的就业压力下,大学生就业心理问题探析

2.1 缺乏正确的就业观,崇尚“一步到位”的就业观念。

由于市场经济和新冠疫情影响,如今一些大学生在选择第一份工作多存有“一步到位”的观念,即是在初次就业时,城市位置、工作内容、工资等方面均达到理想状态,公务员、事业编、教师编等因其提供的工作稳定性强而变得更受欢迎,大学生选择工作时,缺乏对专业、行业和自身的研判,盲目跟风向大城市、大公司和热门行业发展,而对民营企业、偏远地区和自主创业等缺乏关注。这就造成了截然相反的就业模式,大量中小企业无人可招,大企业应聘人满为患的畸形就业形态。此外,受新冠疫情影响,“缓慢就业”风潮在毕业生中兴起,相当一部分毕业生既没有创业就业,也没有继续深造,靠从事兼职或靠父母接济为生,花1到2年甚至更长时间专门复习准备考公考研,或是计划通过自媒体、网店、配音、剪辑等发展互联网副业,甚至有的毕业生自恃家庭条件不错,在家赋闲待业完全依靠父母接济,导致高校毕业生在家待业者人数攀升。智联招聘聚焦大学生整体就业形势、不同院校及专业薪酬情况等,发布的《2020年大学生就业力调研报告》显示,选择缓慢就业、自由职业毕业生所占比例有所上升,整体占比超过30%。

2.2 缺乏对知识与技能的掌握

如今,大学生就业更趋向于“双向选择”,这就要求学生在对自己的实际情况和企业的岗位要求进行全面分析后做出职业选择。在学习过程中,现在的学生大多采用机械式的教学和复制方法,对学习内容不审慎思考,不深入分析和内化,不定期对学习情况进行反思和总结,不能将

所学知识应用于现实生活中的具体问题,大多属于“非理解性”的肤浅学习范畴。一方面,大学生不再有应试教育的压力,所以部分学生认为在大学里学习并不重要;另一方面,大学生存在对待专业认为学不学都没有意义的态度,以致于临近毕业时除了一纸文凭外,没有学习成果,没有专业进展。

2.3 缺乏就业主动性与竞争意识,存在依赖和盲从心理

最近,一句“失意书生”的独白登上热搜,引来大量年轻人的共情。“学历不但是敲门砖,也是我下不来的高台,更是孔乙己脱不下的长衫。”部分大学生在就业时会存在矛盾心理,十年寒窗苦读,取得了比较高的学历,但是踏入社会才发现,找到一份专业对口又薪水尚可的工作并不容易。体力劳动能赚钱,但是又放不下高学历的身段,故高不成低不就,陷入尴尬和困顿,最终他们错过了工作机会。也有部分学生存在着盲目依赖的心态来选择工作,过于依赖学校或家长的工作安排,看到有些同学找到了理想的工作,就放弃了最初的就业定位和方向,这种心理使学生在就业中缺乏主动性和主体意识,既缺乏个人主见,又缺乏对知识与技能的掌握,在就业问题上缺乏应有的定力,极易于见异思迁,出现急功近利的盲目行为。还有的学生在找工作时有攀比心理,这就使得他们在选择工作时不按照自己的职业兴趣和爱好,而是按照别人的意愿来选择,使得自己一时难以找到理想的工作。

2.4 缺乏抗压能力,产生自卑焦虑心理

面对日益严峻的就业择业环境,大学生在校园招聘和提交简历的过程中,往往在心理上处于明显的焦虑烦躁状态。现阶段的大学生绝大多数都成长在独生子女家庭,对于求职遇到的困境无法稳定心理状态并进行处理,在漫长的等待过程中,他们失去了耐心,对身心健康产生了负面影响,有些学生甚至因为多次投递简历失败而不愿意进入就业市场。大多数学生还对求职过程缺乏全面了解,个人求职方向不明确,在求职过程中出现各种紧张情绪和其他问题,最终导致求职失败。

3 大学生就业心理纾困对策

3.1 建立高校就业心理危机干预系统

高校应完善健全毕业生的心理档案,及时准确地覆盖掌握全体毕业生的心理健康状况。从新生入学开始,做好每个学生做好心理健康检查测试工作,发现学生的心理异常,做好沟通和调解工作的同时认真记录,对学生就业中

存在的心理问题制定个性化方案,做好正面辅导,帮助他们重拾自信,最终找到合适的工作。

3.2 加强校企合作

学校和企业合作可以将理论知识和实践技能结合起来,使学生能够学以致用,学校的教学质量可以得到真正的提高;同时,学生的实践能力、深入分析能力、独立工作能力、适应能力等得到很好的锻炼和实践。在实际的就业择业过程中,他们就能提前知道公司在人才素质方面的要求并对标提升自我,了解新员工的工作职能,获得有用的工作相关信息。同时,通过校企合作,许多学校能够了解行业发展趋势和企业需求,从而实施量身定做的培训计划,改善毕业生的就业状况^[2]。

3.3 确立职业生涯规划,增强抗压能力

幸福生活是靠劳动创造的,大家要保持平实之心,客观看待个人条件和社会需求,从实际出发选择职业和工作岗位,热爱劳动,脚踏实地,在实践中一步步成长起来^[3]。大学是学生进入社会前的最后一站。在新形势下,要解决大学生在就业能力方面的心理困境,就要做好职业规划,提高抗压能力。一方面,做好职业规划可以帮助学生更深入地了解自己,职业规划是对自己的兴趣、爱好、能力等方面的一次深入探讨,能挖掘自己的潜力并发现不足。在职业规划的过程中,学生根据自己的实际情况制定一系列的职业目标并采取相应的行动,努力走好职业道路。生涯规划督促学生充分利用时间,劳逸结合,将自我定位在可以充分发挥能力和潜力的位置上,实现自我发展的完善,取得令人满意的结果。另一方面,学生在努力学习专业知识、做好职业规划的同时,应注意自己的心理健康情况。日常生活中充分利用新媒体渠道,掌握就业市场所需的知识,多参加大学的招聘会、企业宣讲会,提高临场应变能力。积极参加学校的社团活动,培养自己的组织协调能力和团队合作能力。最后,家庭作为学生的最有力后盾,需要改变传统观念,给予学生信心和支持,理解学生的想法,尊重他们的选择,结合自己的社会经验和人生阅历给予指导。

3.4 加强高校就业指导,帮助学生树立正确的就业认知

就业就是最大的民生工程,高校就业指导服务体系是千百万计拓宽毕业生就业渠道的生动缩影,影响着高校学生是否能顺利步入社会。一方面,高校就业指导服务应面向全年级的高校学生,而非仅仅是一小部分面临就业问题的毕业生。另一方面,只培养大学生学习理论知识与专业技能是

不够的,在促进学生成为专业领域优秀人才时,也要帮助同学们充分认知自我、了解环境、找准方向、锚定目标。对于部分就业困难的学生,他们主要问题为缺乏就业信息获取渠道和简历制作和面试应变的技巧,因此在高校就业指导工作中,应深化全方位各个平台的就业信息收集、挖掘优质就业资源,探索有效途径,切实将学生就业帮扶做实做细做精,定期组织同类院校开展工作交流,加大高校调研力度,集中优势资源,建设专业化师资队伍。

3.5 创造良好就业环境,强化社会关怀

国家机关和社会应指导加大高校毕业生群体灵活就业政策扶持力度,建立健全法律法规,重视就业公平问题,保障毕业生的就业者权益,共同努力为毕业生创造良好的就业环境,提供越来越多就业机会,使就业市场兼具灵活性、安全性、稳定性,减少毕业生的后顾之忧。要加强对未就业学生的社会支持,有针对性地加强就业指导,邀请职业咨询师对学生进行就业指导,引导学生合理设定就业预期、更好适应劳动力市场需求。东部和西部地区的经济发展和就业压力存在差异。政府对西部地区就业促进政策的完善可以拓展就业空间,逐步形成扎根基层、服务基层、奉献基层的长效机制。

4 结语

破解毕业生就业难的问题,关键在于强化政府、高校、企业、社会多方联动;政府和社会应尽可能创造良好的就业环境,而高校则应以需求为导向进行人才培养改革,助推毕业生实现更充分、更高质的就业,学生自身也要清晰认知当前社会发展趋势和就业形势并对标提升自我,努力做到在竞争激烈的就业环境中处于积极主动位置。

参考文献:

- [1] 高校毕业生就业创业工作问题及对策分析 许世彬 《中国大学生就业》2023-02-20.
- [2] 高校辅导员开展大学生就业心理引导教育路径研究 苏娜;《陕西教育(高教)》2022-06-15.
- [3] 深入贯彻新发展理念主动融入新发展格局 在新的征程上奋力谱写四川发展新篇章 人民日报,2022-06-10(001).

作者简介:

唐琳,哈尔滨金融学院投资保险系教师,硕士,讲师,研究方向思想政治教育。