

新形势下大学生就业心理问题研究

李秋云

(常州大学, 江苏常州 213164)

摘要:现阶段,我国高等教育不断发展,成为了当前人才培养的主要阵地。不过当前社会对于人才质量的要求显著提升,使得高校学生面临着巨大的就业压力,就业竞争也是愈发激烈。在巨大的就业压力下,很容易产生心理问题,对学生日后的生活、职业发展造成了很多不利的影响。基于此,本文就当代大学生的就业心理以及成因进行了深入的分析,并且给出了相应的解决对策,希望可以为一线教师提供指导。

关键词:新形势;大学生就业;心理问题研究

目前,我国高等教育的产业化趋势尤为明显,这使得大学毕业生数量开始不断增加,高校青年学生的毕业、就业问题也成为社会各界关注的重点内容。在这种背景下,想要鼓励大学生自主择业、自主就业以及自主创业,就需要充分调动大学生们的积极性,确保他们的优势能够完全发挥出来。当前,大学生的就业竞争力有待提升,如果与市场需求相脱节,那么在面对巨大的就业压力下,青年大学生可能会做出一些过激反应,进而影响他们的自身安全以及社会发展。

一、当代大学生就业心理现状及其心理因素

(一)当代大学生就业心理现状

心理特征分析可以尝试从气质以及性格两个方面入手分析。当代大学生具有较为活跃的思维,善于独立思考,具有较强的创新意识以及精神状态,具体表现在以下几个方面。首先,青年学生具有较强的忧患意识。再比如,在填报志愿的时候,他们往往会根据目前的就业形式来选择合适的专业。当踏入大学校园以后,他们开始着手了解就业政策以及企业需求,然后有针对性地完善自身。其次,我国高校毕业生数量逐渐递增,这意味着大学生之间的就业竞争尤为激烈,很多学生在早期便具备其竞争意识以及忧患意识。据相关的调查研究表明,有9成的大学生具有较强的就业竞争意识。最后,大学生正式踏入就业以及求职道路的时候,开始关注薪酬、待遇等内容。这些内容都说明青年学生的自我意识正在逐日剧增,希望自己在毕业之后可以更快的融入到社会之中,选择适合自身的工作岗位。在这个过程中,大学生面临着就业、生活、社交等多方面的压力。比如,无法适应校园环境以及工作环境会产生较大的压力;在就业时无法准确定位从而产生心理负担。基于此,如何缓解大学生的心理压力,解除他们的心理危机,这是目前高校需要亟须解决的重要问题之一。

(二)当代大学生就业的心理因素

高校学生的就业工作一直是政府关注的重点内容,要求各个地区、各个部门可以将该工作放在首要位置,并且通过一系列的主动措施,从而为大学生就业提供强有力的支持。近几年,高校扩招趋势明显,越来越多的高校学生都开始面临就业问题,就业形式较为严峻,会给青年学生带来较大的心理压力。各种消极的心理因素影响着他们的健康成长,笔者结合自身的实践以及科研成果发现当代大学生在就业过程中主要会出现以下几种负面的心理因素。

1. 焦虑心理

焦虑心理可以简单地理解为情绪的紧张。这种负面心理主要体现在精神紧张、坐卧不安、激动时可能会出现哭泣、厌食等现象。之所以会出现这样的现象,一部分原因是由于青年学生在海量的工作岗位孩子中难以选择到一份适合自身的工作,另外一方他们害怕自己在积累的竞争之中失去自身失去优秀的地位感。分

析其原因发现,一方面是他们希望谋求一份适合自己的理想职业;另一方面是他们在激烈的就业竞争中害怕自己遭受挫败。

2. 自卑心理

由于当代大学生的学习水平参差不齐,在求职过程中,有的学生认为自己的学业太差,或者大学期间的各项实践经历,无法与别人相比,因此产生自卑心理,不愿积极主动地参与就业竞争。

3. 从众心理

从众心理是一种普遍存在的心理现象。其具体表现为个体在知觉、判断、认识、心理上会倾向公众舆论或多数人的行为。这在大学生就业中体现为学生就业选择缺乏针对性,不能结合自己的能力和兴趣去进行就业选择,而是人云亦云地去选择自己的工作。

4. 依赖心理

依赖心理是指个体在某种环境下,没有办法根据自身主观意见行动,而是做出各种违心的操作。无论是行为上还是思想上过于的依赖他人,离不开别人。一旦自己行动,就会陷入到一种脆弱状态,很容易迷茫,找不到正确的方向。很多学生在就业过程中容易产生该种心理状态,具体表现为过度依赖家庭、教师以及朋友,缺乏就业的独立性。

5. 嫉妒心理

嫉妒心理是一种较为经典的负面心理状态。在日常生活中,很容易表现成为对别人的不满,进而产生延误以及憎恨等行为。具有妒忌心理的学生在就业面试过程中总是认为比别人强,掌握各种信息也不愿意与其他学生分享。当看到别人就业产生阻碍时会出现较大的心理满足。

6. 焦虑与急躁心理

根据相关的研究表明,超过五成的学生在就业会产生焦虑的心理,比如自己能不能找到合适的工作岗位,即使找到了工作是否能够长久干下去,自己的选择是否正确。适当的焦虑可以给人带来推动力,将学生的惰性变成积极性。但是如果这种焦虑无限的增长下去则是会带来较大的压力,进而使他们做起事情来瞻前顾后,影响了他们的潜能的发挥,进而阻碍大学生的成功就业。

二、大学毕业生就业心理问题归因分析

(一)社会因素

近几年,随着高校学生数量的增加,大学生就业出现了逐年上升的趋势。加之不同院校的综合实力、社会认可度存在着较大的差距,这使得不同学校之间的毕业竞争力越发增加,这是当前给学生带来就业心理压力的重要因素之一。同时,我国就业市场尚且存在着一些不容忽视的问题,比如性别歧视、学历歧视、虚假的招聘信息等等,这些都会严重影响大学生的顺利就业。除此之外,一些招聘单位明确表示不要低于某个学历的学生或者对于

性别有着严格的性质,这会让不满相关要求的学生产生自我怀疑。

(二) 学校因素

就现阶段的高校学生来讲,学校对于学生就业缺乏系统性的指导以及跟进,仅仅是给学生们普及一些有关于就业的政策、理论,对于学生专业化的求知能力培养以及就业心理健康教育的重视程度不过。除此之外,很多大学生在求知方面缺乏主观能动性。即使自身能够完美的胜任某些工作岗位,但是因为怯场、社交能力弱等方面的影响,不敢自我推荐,也不敢与其他同龄人进行竞争。面对不同的就业岗位时,学校缺乏引导,导致学生们没有办法做出正确的决策。一些综合实力相对较弱的学生,缺乏与企业的深度交流与合作,使得学生不得不局限于校园之中,难以走出校园,深入了解社会方面的工作。

(三) 家庭因素

家庭的本质也是一种社会环境。在家庭环境下,大学生的自我意识形成以及发展显得尤为关键。无论是父母的期望、职业历史、还是对待子女的作业态度,都会对学生产生比较深远的影响。就业是大学生踏入社会的关键一步,是每一个家庭必须要严肃对待的问题。如果在家庭中,父母的意见与学生的意见存在着差异性,那么就会给学生们带来较大的就业心理压力。就目前而言,很多大学生在就业时会选择参考父母的态度和意见。

(四) 学生个体因素

为了帮助更多的学生就业,学校招生部门以及就业部门会尽可能的采取相关的对策,来鼓励大学生降低自身的就业期望,帮助他们正确认识自身的能力以及就业发展现状。但是实际的效果微乎其微,仍然有大部分的学生期望值要远远高于自身所具有能力,使得自身希望与社会现实之间存在着较大的差距,这也是学生个体会出现就业心理压力的主要原因之一。

三、解决大学生就业心理问题的意见和建议

大学生想要在当前复杂的社会环境中就业,那么需要面临当前复杂多变的就业形式。高校则是需要加强学生的就业心理健康教育,帮助学生们坦然面对复杂就业形势下的困难与挫折。

(一) 转变就业观念,提高就业实力

目前大学生所面临的就业市场竞争比较激烈,在寻找满意工作的过程中势必会遇到诸多的困难与挫折。想要解决这些问题,仅仅依靠抱怨是远远不够的。高校需要帮助学生们积极调整自身的心态,坦然面对就业问题,寻找解决问题的有效途径。

1. 合理定位就业期望值

大学生需要对自己做出准确的评价,制定切实合理的就业期望值,这样能够尽可能地避免在就业过程中遇到过多的挫折。大学生需要准确评价自我,清楚自身的优势以及劣势,对现阶段的就业前景以及就业形式进行全方位、多维度的分析,根据市场的实际情况来对自身的就业期望值进行有效调整。当自身的就业期望值与社会需求达到统一时,可以防止学生们出现急功近利的心理。

2. 积极提升抗挫折能力

寻找工作的过程中势必会产生一些影响大学生心理健康的内容。大学生应该对此进行做出科学合理的心理调适。比如,教师可以尝试教给学生们一些自我心理暗示的方法,鼓励他们树立自信心。当大学生遇到心理问题的时候,可以寻找同伴、教师、家长等进行倾诉,向他们寻找安全或者解决方法。除此之外,学生们还要培养自身一定的兴趣爱好,当自身遇到挫折或者阻碍的时候,可以通过唱歌、旅游、健身等方式来使自身的心情能够得到放松,从而提升自身的抗挫折能力。

3. 加强综合素质的培养

在学生初次踏入高校校园时,教师就需要不断给学生们灌输要在早期制定职业生涯规划,选择合适的就业目标,多参加社会活动,以此来锻炼自身的社交能力。当学校组织各种社会类型的活动时,积极参与,增加自身与社会接触的机会,以此来使自身的综合素质可以得到较为全面的提升,进而在就业竞争方面树立较为强大的实力。

4. 树立终身学习理念

在当今的知识经济以及信息化社会,知识更新速度显著提升,大学生想要紧跟社会发展步伐,就需要不断学习全新的知识,拓宽自己的领域,发散自身的思维,否则终究会出现被社会所淘汰的局面。当然,当代大学生需要始终秉持终身学习的理念,不断用新知识、新技能来充实自己,更好的驾驭自身学到的知识与技能。在就业过程中,学生不能够只看到眼前的利益,而是需要把自身的潜能、理想与岗位进行深度结合,这样才可以让自己的所选的工作岗位能够跟得上理想。在指导理念上,教师要指导学生坚持用“先就业,再择业”的观念来指导自己。面对社会就业形式时,不断调整自身的心态,通过全面的发展来提升自身的综合素质,并且从中寻找到良好的机会,从被动就业向着主动就业的方向进行跨越。

(二) 做好职业规划,制定职业目标,缓解就业压力

职业生涯规划可以帮助学生们更好地规划人生的道路,进而做出更加科学的选择,进入更加适合自己的职业岗位,实现自己的人生价值。对于当代大学生来讲,职业定位是指在全面了解自身能力的接触上,将自身的职业发展方向与就业目标紧密联系在一起。在这个过程中,大学生需要对自身的性格、特点、兴趣爱好等有一个系统的把握,并且对自己进行深入的分析,了解何种工作环境、何种类型的工作适合自己。除此之外,不同专业的学生还要根据本专业的特点、企业员工知识技能要求情况进行全面的分析,进而在大一时间就开始着手准备。就业观念是整个大学期间形成的。学生们在大一学期要深入了解自己;第二学期了解自身喜欢的职业岗位;第三学期提升自身的职业修养;第四学期开始以职业人的条件来要求自己,将自己的期待的职业岗位与自身的兴趣爱好进行深度的结合。

三、结论

近年来,随着高等教育的不断发展,就业人数的激增,大学毕业生面临着更加严峻的就业压力。高校毕业生在就业过程中会遇到一些心理问题,这些心理问题不及时解决,就会对大学生的身心健康和就业发展造成严重的不利影响。因此,必须要高度重视这一问题,分析问题存在的原因,拿出相关的解决措施,从而为当代大学生就业提供科学的指导。

参考文献:

- [1] 马富春.新形势下高校大学生就业心理困境及解决路径探索[J]. 公关世界, 2022(06): 107-108.
- [2] 邱琳.大学生就业心理困境与思政耦合创新探讨[J]. 湖北开放职业学院学报, 2022, 35(03): 20-21+30.
- [3] 张晓宁.浅析大学生就业心理问题及解决思路[J]. 中外企业文化, 2021(12): 49-50.
- [4] 车明明.基于创新创业型人才培养理念下大学生就业心理指导策略研究[J]. 就业与保障, 2021(22): 88-90.

基金项目: 2022年度高校哲学社会科学研究一般项目, 题目: 职业兴趣量表的计算机化自适应测验开发和应用研究(项目编号: 2022SJYB1320)