

# 大专生就业心理压力源分析及应对措施

◆刘佳 欧阳奕

(江西工业职业技术学院 江西南昌 330099)

摘要:大量研究指出就业压力是高等教育学生的重要压力来源,其中又以大专学生的就业心理压力尤为突出。大量大专就业分析显示,高职院校学生过度的就业压力对就业效能有负影响,因此加强大专学生就业压力研究势在必行。了解专科生就业心理,维护学生身心健康也成为社会越加关注的话题。本研究采用开放式访谈的方法对学生就业压力进行分析,并对应对措施进行探讨,旨在帮助学生调整良好的就业心态,顺利就业。

关键词:大专生;就业压力;负面心理

我国高等职业教育急速发展,大专生数量也快速上升,这部分学生群体因社会、学校、自身等多重因素影响形成了大专生特有的心理状态。这其中就业压力是他们心态构成的重要一环,也是对于学生未来发展起着至关重要影响的一环。本研究希望通过开放式采访调查了解大专生特有的就业压力成因,并对应对措施进行探讨,通过多方携手帮助大专生建立正面就业心态。

## 一、专科院校毕业生就业现状分析

《2018年中国大学生就业报告》通过大量数据分析了2017至2018高校毕业生就业情况,我们查阅就业率及薪酬情况发现,2017届高等教育毕业生月收入平均为4317元。其中,本科院校毕业生4774元,高职高专院校3860元,本科院校毕业平均月薪高于高职院校学生。但从2008至2017大学毕业生的平均月收入增长来看本科毕业生平均月收入增幅为83%,相比之下大专毕业生增幅92%,增幅比例大于本科学生。且高职高专就业率持续攀升,近年已经超越本科就业率。从数据可知伴随国家对职业教育以及对于专科生就业的重视,专科学生的就业形势增长良好,但高职学生的薪酬水平与本科学生仍有一定差距。

## 二、专科生就业负面压力源分析

### 1、自卑心理

从近几年数据观察可知大专生就业率已反超本科,但大专生心理上认为自己专业知识、工作能力方面不如本科学生导致的就业压力极为普遍。在开放式访谈的数据统计中仅有18%的专科生认为自己与本科学生相比有不同方向上的竞争力。这种心理导致一部分专科生压力极大认为就业竞争难度太大,最终自暴自弃,对就业效能有较为明显的负面影响。

### 2、盲从攀比心理

在关于求职信息来源的问题中,50%以上的专科生将询问周围同学的毕业去向勾选为重要的求职意向参考,并表示出了因为仅仅因为跟从同学决定就业方向,对企业信息求职单位需求不了解的担忧。很多同学反复提及如果同伴进入企业而自己落选会感觉丢脸,可知盲从导致的攀比焦虑也是专科生就业压力的一大来源。

### 3、急功近利心理

在关于“选择职业最重要的几个因素”的调查中,学生认为最重要的三个因素分别是薪酬、地缘、工作环境。缩小到唯一选项时薪酬成为学生最看重的因素。对于入职后发展培训、工作稳定性、行业发展前景、企业文化等其他因素受访学生69%表示“没想起还有这些因素”、“比不上入职薪酬”。且调查中54%的学生认为自己不了解企业需求人才、对自己无法胜任岗位感到担忧,但仅有1.4%的学生表示在有选择的情况下愿意从基础工作开始学习。学生对于就业选择上的急功近利心理可见一斑。

## 三、就业负面压力源产生原因

参与访谈的学生中有49%的人表示自己尚未主动了解过职业规划书的具体内容。62%的学生认为自己目标岗位的就业条件不了解。27%的受访者认为自己就业心态有偏差但不知道如何调节。受访学生全部表示不同程度接收过专科生毕业没有出路的信息。可见大专生自卑、攀比、盲从、功利等就业负面压力源的成因是多维度的。

学生方面,个人缺乏主动了解就业信息的意识,缺乏职业规

划观念,信息来源渠道较窄,导致周围同学就业去向成为自己就业相关信息的重大甚至唯一来源,进而引发盲从心理。狭窄的就业方向使得学生和周围同学的就业选择趋于同质,容易引发对标攀比。受到社会环境影响学生对于事业成功的认识局限在硬性的年收入、职级位置上,不理解企业文化、行业前景等软性指标对自身发展的重要意义。

学校方面,专科生实训课程专业课程比例大,选修空间较小,难以让学生从多维角度了解社会、企业现状。学校有就业指导相关课程,但课程内容有一定滞后性,且没有贯穿学生整个在校期间。心理课程中对于专科生的特殊就业心理没有针对性教学。

社会方面,社会对于专科毕业生仍存在刻板认知,专科生处处不如本科生的社会舆论环境仍然占据主流。大量研究显示专科生在动手实操、抗打击心理等方面都高于综合毕业生的平均水平,但部分企业因刻板印象对专科生的实际工作水平认识片面,这部分现状映射加重了大专生的自卑心理。

## 四、负面就业压力应对措施

### 1、重视环境营造

学生在校期间信息接收相对单纯,故学校范围内的信息环境营造对学生的影响显得尤为重要。学校需加强环境建设传导正向价值观,引导学生了解中长期环境中企业文化就业前景、价值观等软性因素的对自我发展的重要性,潜移默化避免“唯薪主义”。不回避专科、本科学生的差异,帮助学生了解专科生的特点和优势,避免学生过度自卑。

### 2、开设贯穿式就业指导课程

高校虽开设就业指导教育课,但在贯穿式全程指导仍有欠缺。良好正确就业观塑造并非一朝一夕,是贯穿学生整个高等教育生涯的重要心课题。新入学学生需要树立基础的就业理念,理解如何调节自己的就业心态。大二学生则需正确就业观的基础上学习关于自身专业的与现实岗位之间的关联,了解企业需要什么样的员工。便于帮助学生理清自己专业知识学习过程中的努力方向。大三学生即将就业,需要掌握面试技巧,就业信息、权益保护等具体知识。整个学生生涯的贯穿式学习能够帮助学生建立完善的认知体系,降低学生因为信息匮乏产生自卑、焦虑与盲从。

### 3、开拓学生就业信息渠道,提供多元化资源

从调查可知,高职生了解就业信息的主要渠道为同学、网络两方面,就业信息来源单一。学校应该积极引导,帮助学生开拓更多就业信息渠道。一方面让学生充分认识到信息时代多元化信息对就业的重要性,了解更多就业信息渠道,学会利用招聘会、毕业生就业指导机构、社会实践活动、亲属教师社会关系、自荐拜访等多方位渠道获取就业信息。另一方面需要帮助学生提高查找分析辨别就业信息的能力,利用网络查找时不光使用简单的搜索引擎,能专业人才网有效率的查找信息。

学校自身要加强就业信息网建设,可利用自身优势的校友资源、企业资源为学生提供可信赖的就业信息,同时加强与企业的合作育人,为学生创造更多就业资源。

## 参考文献:

- [1]王伯庆,马妍.2018年中国大学生就业报告.社会科学文献出版社,2018.
- [2]李红梅.高职毕业生就业情况分析[J].科技信息(学术研究),2007,(16).
- [3]韩凤芝.高职毕业生就业现状分析及对策探讨[J].视野,2009,(10).
- [4]张影霞.高职生择业效能感研究[J].职业技术教育(理论版),2007,7,(28).
- [5]陈宇红,江光荣.大学生就业压力的来源和特点[J].当代青年研究,2009,(11).