

doi:10.13582/j.cnki.1674-5884.2015.08.044

新形势下大学生就业心理健康 教育问题的探讨

廖文婷^a, 张普^b

(湘潭大学 a. 出版社; b. 哲学系, 湖南 湘潭 411105)

摘要:当前高校毕业生就业形势复杂严峻,在国内宏观就业形势面临经济放缓、总量持续增加和结构性矛盾突出三重压力的情况下,大学生各种就业心理问题凸现出来。分析了大学生就业过程中常见的心理问题及形成原因,并在此基础上提出相应的解决对策。

关键词:大学生;就业;心理健康

中图分类号:G44

文献标志码:A

文章编号:1674-5884(2015)08-0132-03

2015年全国高校毕业生规模将达749万人,比2014年再增加22万人,大学生就业面临新的挑战,再创历史新高。面对“史上最难就业季”,如何深入贯彻落实党的十八大和今年“两会”的一系列重要部署,落实就业政策、开辟毕业生就业新渠道、优化创业环境来全面推进大学生就业工作,成为亟待解决的重要问题。

随着就业形势的日趋严峻,大学生在就业过程中产生的心理问题也变得越来越突出,从心理健康教育方面谋求解决就业问题的方法也成为一种现实需要。近年来的研究显示,国内大多数研究者仅仅在经验总结与理论分析的基础上进行定性的分析,缺少深入、严格的量化研究。同时这些研究基本偏重于解决大学生的就业问题,从心理学角度对大学生就业问题展开研究还远远不够。大学生就业是一个现实性非常强的问题,大学生就业心理健康教育则是一个理论和实践需要紧密结合的领域,因此,仅仅从理论上去研究和分析,不从实证上去把握和突破是很难完全理解现实并解决问题的。本文拟通过对大学生就业心理的调查和分析,探索解决大学生就业心理健康问题的方法和途径。

1 大学生就业过程中常见的心理问题及形成原因

笔者通过对208名不同专业、不同年级的大学生进行调查分析,认为大学生在就业过程中常见的心理问题有以下几种:

1.1 就业认知不足,存在盲目从众心理

问卷调查结果显示,有50.14%的学生认为目前就业形势较严峻、就业较困难。在大部分学生认为就业形势严峻的情况下,仍有61.3%的学生希望毕业后能进入一线城市发展,能够有一份稳定、体面的工作。这说明,大学生虽然从社会各界的报道和与老师、同学的交流中对目前的就业环境存在一个比较模糊的概念,知道大学生难找工作,但对为什么难找工作知之甚少。对于刚走上社会的大学生来说,主要在于缺乏工作经验,这势必要求大学生在选择工作时从底层做起,先积累一定的工作经验。但很多大学生看不起低岗位、低薪酬的工作,盲目从众,一味追求体面、高薪的职位,而这类岗位其数量毕竟有限,于是就出现了社会上部分岗位缺人,而应届毕业生又难找工作的两难局面^[1]。

1.2 没有明确的职业生涯规划,存在懈怠逃避心理

在问及“面对当今的形势,你是否有考虑过自己以后的就业问题”和“是否在就业问题上进行过规划,并为此努力过”时,只有24.17%的学生选择“认真考虑过”,有74.17%的学生“有过大致规划,但不算努力”。即使知道毕业可能就面临失业的困境,但大部分大学生存在得过且过心理,总认为现在考虑就业问题为时过早,等大四再做打算,缺乏明确、完整的职业生涯规划,没有根据目前社会对本专业学生的技能需求,尽早培养自己的专业能力和考取相关的资格证书,大四开始找工作时,才发现距离自己想要的单位或岗位还差一段距离,但为时已晚。

1.3 缺乏系统的专业技能培训 and 就业心理辅导,存在自卑心理

在问及“你认为现读的专业与就业岗位是否对口”时,有51%的学生认为“对口”;问及“是否受到过学校提供的就业方面的辅导”时,57.5%的学生选择“受到过”,42.5%的学生认为“没有接受过就业方面的辅导”。随着高等教育从精英化向大众化发展的转变,高校的招生规模逐年增加和扩大,但却忽略了大学生专业技能的培养,同时有些专业社会需求较少,其设置不能和市场发展相结合,加大了大学生就业难度^[2]。同时,各高校在大学生就业心理健康教育方面方法单一而没有针对性,一般只是在大一开设职业生涯规划课,大四开设就业指导课。就业指导的形式只是采用一些政策咨询、谈话、讲座等方法,指导内容仅简单介绍求职技巧、就业信息,缺乏系统的教授过程^[3]。而心理咨询相关专业的老师比较缺乏,在日常工作中应付各种大学生心理问题就已经超负荷,更不用说去构建一个完整的大学生就业心理健康教育体系了。导致大学生在择业过程中存在自卑心理,缺乏勇气和自信,不敢面对或参与竞争。

1.4 对未来职业定位较高,存在自负心理

在问及“你的求职薪酬的考虑”时,50%的学生选择“4 000元以上”;“如果求职较为困难,你对去小城镇及乡镇单位就业能否接受”时,61.67%的学生选择“实在没有其他机会时可以接受”。说明应届毕业生在选择职业的过程中定位较高,基层需要人才,岗位也有空缺,但很多大学毕业生不愿意去,不能够接受低薪、低岗的工作,对工作环境也趋向于大城市或热门城市发展,一拥而上,求职压力也就大了。认为别人找到了很好的工作,自己也应该如此,不能客观、全面地进行自我评价,也没有认真考虑过这个岗位是否适合自己,或者自己是否能够胜任这个工作,存在自负心理。

2 大学生就业心理问题解决对策分析

大学生如果存在不健康的就业心理,不仅会直接影响其找到合适的工作,融入社会,而且可能因为就业受挫引起严重的心理困扰,导致更加严重的后果。因此,大学应该建立和完善就业心理健康教育体系,积极地引导大学生以健康的心态走向社会。

2.1 加强职业生涯规划教育,帮助大学生树立正确的就业目标

大学生的人生规划和定位很重要。既要“仰望星空”,更要“脚踏实地”。只有脚踏实地,定好位,先生存,才能谈发展^[4]。高校在入学教育时一方面要求各专业负责人对其专业设置、专业培养目标、就业方向进行介绍,让学生在入学之初就对自己所学专业有大致了解,增加专业认同感,提高学习积极性;另一方面邀请在校高年级学生和已毕业学生进行学习方法以及所从事行业的介绍,帮助学生在了解信息的基础上提早制定学业规划,避免迷惘等现象的发生。同时,学校应开展专业化、系统化、全程化的职业生涯规划教育,引导大学生尽早进行职业规划,并对学生个体进行职业指导,让其正确地进行自我评价和定位,根据社会需求、个人兴趣爱好以及个人实际情况选择合乎自身发展的职业或岗位,并依据该职业的具体要求,不断完善和充实自我。

2.2 转变就业观念,鼓励大学生自主创业

随着我国的就业机制从传统的统招统分式向自主择业的双向选择式的转变,在校大学生就业压力也越来越大,心理问题也逐渐凸显,因此,大学生要改变就业观念,认清形势,从自身实际出发,树立正确的就业观。不能仅仅因为“喜欢”这份工作而盲目的追求,反倒放弃了一份真正“适合”自己的工作,这

样就会因为好高骛远而丧失工作的机会。同样,对于刚走出校门的大学生而言,由于缺乏工作经验,用人单位往往只能提供一些低薪、低岗的职位,那么,大学生在求职过程中,应该注重这份工作的发展前景,从底层做起,脚踏实地达到最终目标的实现^[5]。同时,应健全和完善大学生就业市场机制,拓宽大学生就业渠道,支持大学生自主创业,科学合理地配置大学生资源,让就业秩序更加规范化、合理化、标准化,进而树立良好的社会氛围,也为就业大学生创造良好的就业环境。

2.3 加强大学生就业心理指导,提升学生心理调节能力

在大学生求职过程中,往往会因为现实和理想的差距让大学生产生强烈的心理反差,进而影响求职的积极性和主动性。因此,高校应根据大学生求职的不同阶段开设一套完整的就业心理健康教育课程,让大学生掌握一定的就业心理健康知识与心理调适方法,帮助其克服就业心理障碍,保持良好的就业心境,以一种积极进取的态度直面复杂的求职环境,避免因自负或自卑而造成的就业挫折焦虑心理;建立专门的就业心理咨询中心,完善就业心理指导体系,包括提供在线咨询服务和设立就业心理咨询室,通过在线解疑和面对面答疑相结合的方式,帮助他们化解心理矛盾和危机,及时转移消极情绪,树立信心,重新赢得就业机会,找到适合自己的职业。

2.4 提高自身综合素质,提升核心竞争力

进入大学后,学生要努力学好本专业的基础理论知识、掌握专业技能,认清专业方向,在客观全面分析自身能力特长和职业兴趣的基础上,明确今后的择业标准,制定今后的职业规划。同时,要不断提升自身的社会实践能力,包括培养组织协调能力、社交能力、创新能力等等。多参加学校、学院组织的各项活动,加入学生社团组织,学习如何执行任务、策划活动、组织活动等,提升自身的核心竞争力。

3 结论

加强和改进大学生就业心理健康教育是新形势下促进大学生健康成长、培养造就拔尖创新人才、帮助大学生适应新的就业形势、实现顺利就业的重要途径。大学生就业心理问题的形成,究其原因主要是因为大学生自身能力与实际期望值不匹配导致的,因此,大学生在择业时应根据社会发展的实际需要,努力提高自身综合素质和水平,树立正确的就业观,选择和自己能力相匹配的职业和岗位。同时,高校就业部门应根据不同专业的需要制定行之有效的职业生涯规划教育,帮助大学生认清形势,明确职业定位,强化就业心理辅导,提升大学生的心理素质,避免受到消极情绪的影响,走出心理误区,共同推动实现更高层次、更高质量就业。

参考文献:

- [1] 徐伟东.论大学生就业心理健康教育体系的构建[J].中国高教研究,2007(8):72-73.
- [2] 熊敏秀,黄渊基.网络心理咨询含义、类型及其发展[J].邵阳学院学报(社会科学版),2014(6):115-120.
- [3] 方艳.高等教育大众化背景下的大学生就业心理指导[J].教育教学论坛,2013(29):255-257.
- [4] 伊剑,吴晓华,王红.大学生就业心理问题的社会心理学研究[J].教育教学论坛,2015(4):40-41.
- [5] 朱曼.浅析大学生就业心理问题及其调适[J].教育研究,2014,21(12):344-345.

(责任校对 朱正余)