

# 大学生就业心理问题的社会心理学分析

安鑫 傅骏

(武警警官学院 四川 成都 610200)

**[摘要]** 随着大学生就业压力的加大,许多心理问题难免在大学生走入社会参加工作中产生从而影响到大学生此后的职业发展。如果处理不当,将会阻碍大学生前进的脚步,严重时甚至会对社会的和谐稳定形成一定程度的危害,以此角度,本文着力研究和分析大学生就业时的心理方面的系列问题,结合大学生在就业过程中的主要心理问题,提出了相应的解决对策及建议,希望能够为相关研究人员提供一些参考依据,从而促进大学生的健康发展。

**[关键词]** 大学生; 就业心理问题; 心理学

毕业难填的清单里始终少不了就业难题,数据显示,大学生的就业心理问题已经成为大学生心理问题产生的主要来源,就业心理问题排在大学生心理问题调查中的第四位。由此可见,必须对大学生的就业心理问题给予高度的关注和重视,积极引导大学生正确看待就业问题,帮助大学生制定科学的就业规划,从而减少大学生心理问题的产生。

## 一、大学生就业过程中主要的心理问题

### (一) 自我认知不足

在大学期间,除了掌握学习能力和获取知识之外,最重要的是获得对自我的客观分析与评价能力,真实的认知和感受自己,也是大学生人格健全和全面发展的基本要求,是走入社会开启职业生涯的重要的一步,由于如生活阅历以及社会实践经验的不足等客观条件的制约,以及各种因素导致的大学生不能对于自己所处的环境充分的进行认知,这就容易使得大学生在就业过程中极容易产生不良的自卑自负等较大的对自身客观事实评价偏差较大的现象。

### (二) 情绪干扰问题。

不佳的情绪状况影响着人的行为与思维,情绪也属于心理问题,从当前的我国青少年情绪状况来分析,大学生是处在其人生转折点的一批人,这时期的人群需要大力加强自我学习和快速掌握未来规划方案和人际交往能力等多方面能力,加上随着毕业带来的就业压力,改人群承受的心理压力比较集中,从而使得大学生产生各种不良的心理情绪,在其干扰下,认知功能和心理调控功能的平衡会遭到打破,使得大学生对于外界事物的判断分析遭到一定程度的影响,无法对事物做到客观评价客观分析,使得心理偏差出现甚至导致心理疾病,对于大学生心理健康发展起到十分负面的影响。

### (三) 行为表现异常

除了以上两种表现以外,大学生的异常行为习惯也是其就业心理问题的表现形式之一,就目前大学生异常行为的表现情况来看,主要有以下三种形式:①从众心理:从众心理是指大学生缺乏主见和和主张,在群体的压力下“随波逐流”,导致其心理活动或行为活动与大众保持一致的心理发展情况。例如,现阶段我国大学生在社会和家庭的影响下,普遍都对金融专业“情有独钟”,许多大学生都认为金融专业具有较好的发展前景,并没有考虑自身的实际情况,导致在专业的选择上具有较大的盲目性和局限性,最终影响大学生今后的职业规划;②攀比心理:攀比心理是指大学生将自身的职业与岗位作为与他人进行攀比的工具,以此获得满足感和成就感的心理发展状况。③逃避心理:逃避心理也是大学生就业心理问题的表现形式之一,主要表现为大学生为了躲避就业问题而延缓步入社会的时间,比如,利用考研缓解就业压力。这种“拖延政策”只能起到短暂的功效,无法从根本上解决大学生的就业问题。

## 二、大学生就业过程中心理问题形成因素

### (一) 大学生的身心发展特征。

大学生群体处于青年阶段是由不成熟到成熟的过度阶段,大学生的各方面都逐步展现出过渡的特性,这也会导致学生们在诸多矛盾的交杂之中受到队方面环境条件的影响从而出现心理问题,在就业阶段时学生面对由学生转变为职场中一份子的社会角色转变的压力,心理问题会随着个体本来的心理行为未能成功与

外界环境同步而出现。

### (二) 自我认知及定位的偏差。

大学生群体总体上是够成熟的群体,其社会经验和自身的能力水平制约着其对自身的客观理性的认识和分析了解,如今很多大学生仍旧被称为是生活在象牙塔中的一批人也就是对校外的生活认知了解的充分程度还远远不够,这样认知不完全不充分的情况将导致自我个体对自我的期许与实际环境出入较大从而产生诸多矛盾。

### (三) 认知模式的问题。

个体本身的一个刺激源就是学生群体的过分绝对化和概括化等不合理的思维方式,这是大学生出现一系列抑郁焦躁的不良情绪的诱因之一。

### (四) 应对措施及能力不足。

当前大学对于学生的心理健康教育方面仍存在很大的空白使得在面对挫折和失败时大学生群体没有相应的能力解决问题,随着自我意识的不断增强,导致了一部分学生的警戒心十分的强,从而对于社会的帮助体系起到负面作用,甚至不愿意与亲朋好友倾诉自身遇到的问题,更不用说诉诸学校提供的修理服务机构了。这使得大学生群体遭遇了心理问题不能及时有效的抚平各种因素带来的心理创伤。

## 三、针对大学生就业心理问题的解决方案

### (一) 帮助大学生做好职业规划

大学生的就业心理问题主要来自大学生对自身实际情况缺乏正确的认识,各大高校要加强对大学生职业规划的重视,为大学生指明前进的方向和发展的目标,从而有效减少大学生就业心理问题的产生。一方面,学校可以不断挖掘教育资源,开设丰富的职业规划相关课程,通过理论指导提高学生的自我认知水平,从而对学生进行准确的定位,学校要为学生开展丰富的实践活动,促使学生能够在实践的过程中再次进行自我审视,确定职业规划的的正确与否,从而提高职业规划的是实效性。

### (二) 发展社会支持体系,强化辅导人员的团队建设

好的外界帮扶体系是缓解学生群体就业时的心理问题的主力军,对其进行认知的正确引导以及学校专门的心理结构,对学生就业起到良好的积极的作用,强化从业与心理行业者的各方面综合素质,利用专业知识对大学生提供合理有效的科学服务和引导处理学生于就业时产生的心理问题。

## 结语

随着我国教育行业的逐步发展壮大,学生群体的就业困难也随之增加,一方面,社会对人才的要求逐渐提高;另一方面,大学生在专业的选择上相对集中,导致社会需要对专业人才呈现供大于求的状态,从而提升了大学生的就业压力。其招致的大量严重影响学生今后发展的心理问题不可小视,所以,各高校必须要加强对大学生就业心理问题的重视,帮助大学生形成健康的心理和坚强的性格,促使大学生更好地适应社会生活。

## 参考文献

- [1]朱平,杨宝梅,唐成.大学生就业心理问题及对策研究[J].赤峰学院学报(哲学社会科学版),2019,40(10):149-152.
- [2]李泽裕.大学生就业心理问题分析及对策[J].科教导刊-电子版(下旬),2019,(8):40.