

试析大学生就业压力及影响因素

王玮

东北电力大学

[摘要]随着高等教育趋向大众化,大学生面临着不同程度的就业压力,导致部分大学生出现各种各样的心理健康问题,严重影响了大学生的就业工作。相关教育工作者应该积极关注大学生的心理状态,分析造成就业压力的影响因素,并据此对大学生就业提供一定的指导与帮助。鉴于此,本文阐述了现阶段大学生的就业压力情况,分析了大学生就业压力的影响因素,总结并提出了缓解大学生就业压力负担的有效策略。

[关键词]大学生; 就业压力; 影响因素

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.03.810

在就业形势日益严峻的今天,很多岗位就业竞争激烈,大学生需要具备强大的核心竞争力,才能够在竞争中脱颖而出。在这种情况下,高校应该积极关注大学生的心理状态,了解大学生就业压力的情况,并且根据实际情况分析就业压力的影响因素,从而采取一些有效的措施来缓解大学生的心理负担,引导大学生树立健康积极的就业心态,从而帮助学生实现成功就业。

一、现阶段大学生的就业压力情况

(一) 自我认知不明确,具有盲目从众的倾向

大学生正处于身心年龄趋于成熟的阶段,在思想观念上很容易受到环境因素的影响,因而普遍缺乏坚定的主见,自我认知不明确,给就业带来了一定的困难。首先,一些大学生对于自己所学的专业并没有进行全面的了解,对于自身的能力与条件没有进行科学的定位,在面临择业时往往没有进行独立的思考与分析,往往从众选择经济发达的地区,导致工作岗位与自身能力不匹配,影响后续职业生涯发展。其次,部分大学生对于自身的优缺点也缺乏一定的认知,没有充分考虑到个人的差异所在,不能正确的评估个人的能力与优势,也没有认识到自身的不足与短板,导致在择业过程中出现往往出现两种极端情况。一种是出现自负心态,对于自身的能力看得过高,盲目选择高端职业,不仅缩小了自身的择业范围,而且也很容易遭到现实的打击,产生消极回避的心态。另一种则是出现自卑心态,对于自身的能力过分看低,无法发掘出自身的优势与强项,这样很可能会错失良好的就业机会,长此以往很可能会产生抑郁的倾向。

(二) 对于就业缺乏积极主动性,存在矛盾心理与依赖心理

当前,很多大学生对于就业的积极主动性不足,面对就业犹豫不决,缺乏积极拼搏的勇气。首先,部分大学生在进行就业时存在矛盾心理,既想要从底层做起,凭借着切实的积累来一步一步增强自身的实力,却又害怕他人异样的眼光,没有付诸行动的勇气,既想要报以热情的心态投身于激烈的职场竞争中,但是又存在畏难心理,迟迟无法行动,在这样的矛盾心态中犹豫不决,因而丧失了许许多多的就业机会。其次,一些大学生也存在消极的依赖心理,认为就业竞争成功的主要因素不在于自身的实力,而在于人际关系,这种错误的观念也使得大学生丧失了对于就业的积极性,削弱了大学生的就业热情,逐渐产生消极等待的心态,而没有选择积极提升自我的正确道路。

(三) 抗压能力不强,容易产生焦虑情绪和自我怀疑的心理

部分大学生的可替代性强,在多次就业失败时往往会产生逃避心理,恐惧竞争,难以再鼓起勇气进行尝试,抗压能力较低,因而容易产生各种焦虑情绪和自我怀疑的心理,直接影

响就业的表现,导致恶性循环,不利于大学生的职业发展。首先,大学生的社会经验较少,初次进行就业往往会将目标设定得过高或过于完美,与实际情况很难相符。在这种情况下,大学生想要一出校门就找到一份满意的工作是比较困难的,在遇到挫折后往往归咎于社会环境,没有对于自身的实力与职业要求进行适当的调整,在很长的时间里都找不到合适的工作,因而也就逐渐产生焦虑的心理,开始对自我产生怀疑。其次,很多大学生初次步入社会,周围的环境与校园环境有很大不同,学生思维没有进行快速的转变,因而很容易产生自卑心理,认为自己不如别人,也没有走出自身狭小的圈子与他人进行交流,使得自己无法拥有丰富的实践机会,所拥有的专业理论知识难以转化为实际的成果,在进行面试时也往往缺乏自信,无法充分的展现自己的优点,缺乏竞争的勇气,因而也就错过了不少的就业机会。

二、大学生就业压力的影响因素

(一) 高校对于就业指导的重视程度不足,专业设置与市场需求匹配度不高

当前,很多高校在办学理念上存在一些问题,相关教育工作者往往更加重视招生工作,对于学生就业工作没有予以充分的重视,因而也就没有形成完善的就业指导体系,对于大学生的就业指导工作不充分,无法引导大学生树立正确的择业观,也没有对大学生提供充足的帮助。还有一部分高校则是过分追求就业率,相关工作人员为了达到就业工作的指标,盲目督促学生进行就业,没有根据学生的情况进行科学合理的就业指导,导致学生在就业过程中遭遇到很多困难,无法采取有针对性的措施进行解决,反而使得学生产生了不同程度的抗拒心态。同时,部分高校在专业课程设置方面没有进行合理的优化,一些专业课程仍然局限于传统的模式中,没有根据社会发展的需求变化情况进行一定的调整,导致专业课程教育体系较为落后,学生接受的知识教育无法与实际的工作岗位接轨,专业技能训练达不到要求,使得学生不具备较强的专业能力与综合素养,直接影响了学生的就业成效。

(二) 社会经济处于转型时期,区域经济与产业结构发展不平衡

我国社会经济正处于转型时期,经济发展方式不断地进行调整与革新,很多城乡新增劳动力与下岗失业人员参与到就业竞争中来,大大增加了大学生的就业压力。同时,我国区域经济发展不平衡,大城市的经济发展速度较快,很多大学生在进行就业时更加青睐于发达地区,但是发达地区的大学生数量明显偏多,竞争压力大,因而也提高了大学生的就业难度。而且我国经济产业结构发展也不平衡,第一、二产业的需求较大,第三产业发展不充分,与社会人才结构不相符合,这在一定程度上也缩减了大学生的就业机会。与此同时,我国的社会保障体系发展不完善,虽然现阶段我国社会保障体系在城市地区基

本实现全覆盖,但是在农村地区的覆盖度不完善,一些保障工作无法有效地落实下来,这些因素也使得很多大学生不愿意到农村地区就业。除此之外,部分地区也存在一定的社会不良风气,没有形成公平公正的社会竞争环境,一些用人单位常常任人唯亲,具有较强的排外性,这种情况也对大学生的就业市场造成了一定的干扰,加重了大学生的就业压力。

(三)大学生自身缺乏竞争拼搏的勇气,职业素养与综合能力相对不高

根据相关调查,大学生的就业压力产生也有个人主观因素的影响,一方面是个人的心理因素,一方面是个人的专业能力因素,致使大学生面临着就业的困境。部分大学生在进行就业时总是疑虑重重,渴望在竞争中表现自己,但是却缺乏一定的勇气,无法真正参与到市场竞争中来,是思想上的巨人,行动上的矮子。一些大学生则是存在眼高手低的倾向,对于自身的能力过高估计,在实际的工作中不愿意吃苦,不愿意到基层中去,限制了就业范围,现实与理想的落差也导致了就业压力的产生。同时,也有一些大学生在就业时过于追求职业的稳定性,过于看重专业对口,很多职业会涉及多种专业,如果大学生不跳出自身的舒适圈,也会在很大程度上缩小自身的就业选择,因而无法找到自身满意的工作。还有一部分大学生具有较强的功利主义心态,在择业时过于看重初始的工资水平,对于职业的发展前景以及自身的能力没有进行准确的评估,导致实际的工作岗位与自身的优势不匹配,个人潜力受到压制,也容易出现各种心理问题。

三、缓解大学生就业压力负担的有效策略

(一)政府应该加大对于大学生就业的扶助力度,规范企业经营行为

政府应该深入践行为人民服务的工作原则,关注大学生的就业困境,根据实际情况出台一系列的扶助政策,对于大学生进行一定的就业指导与就业培训,引导大学生积极参与到就业中来,并给予一定的资助奖励等等,同时也应该积极鼓励大学生进行创业,给大学生提供一定的创业资金,以多种手段帮助大学生脱离就业困境,缓解就业压力。同时,政府也应该加强市场监管力度,规范企业经营行为,确立相应的规章制度,营造公平竞争的就业环境,而且也要鼓励企业为毕业生增添更多的岗位,缓和当前的就业形势。

(二)高校应该建立科学合理的就业指导体系,及时优化专业课程设置

高校的引导在大学生就业方面具有十分重要的作用,因此高校应该加强就业指导力度,根据学生的实际情况与就业需求,建立科学合理的就业指导体系,为大学生就业工作提供更加系统化、全面化的指导服务,最大限度帮助大学生渡过难关,减轻就业负担。高校应该在整个大学教育体系中穿插就业指导,对学生进行长期的就业指导,促使学生树立积极的就业观,了解择业的相关事宜,从而做好充分的准备工作。例如,高校可以在每个学期开设就业指导选修课,让学生根据自身的兴趣偏好进行选修;也可以在学校各种公告栏、网站上介绍最新的就业政策,以及各种各样的求职技巧,让学生能够在点点滴滴中获取到就业相关内容;高校还可以鼓励各类社团组织开展多样化的面试模拟活动,号召学生积极参与进来,在模拟训练中逐渐提升自身的面试技巧,并且了解自身的不足之处,从而在大学生生活中有规划、有目的地提高自身能力,为未来的就业奠定坚实的基础。除此之外,高校相关教育工作者应该做好全面的市场调研工作,了解新的社会形势下市场需求的变化情况,进而以市场为导向合理调整专业课程结构,开

设新型的专业课程,确保专业教学能够与社会需求接轨,从而帮助学生更好地适应未来的工作环境。

(三)大学生应该树立正确的择业观与价值观,不断增强自身的综合实力

大学生应该积极调整自身的心态,学习好本专业的课程内容,适当的拓展学习其他相关领域的知识技能,开阔自己的眼界,增强个人的专业能力与综合素养。同时,在大学生活中,大学生也应该积极参与到各种实践活动中来,不断提升自身的实践动手能力,促使理论知识能够有效地转化为现实的指导力量,并且还要主动加入集体活动,培养自己的团队协作能力,积累相关的经验。除此之外,大学生也应该配合学校的就业指导工作,学习相关的就业知识,了解国家的就业政策,树立正确的择业观与价值观,从而根据自身的实际能力来选择合适的工作,为社会主义建设事业贡献一份力量。

结束语:

综上所述,现阶段大学生存在不同程度的就业压力,具体表现为自我认知不明确,具有盲目从众的倾向,而且对于就业缺乏积极主动性,存在矛盾心理与依赖心理,再加上抗压能力不强,容易产生焦虑情绪和自我怀疑的心理,这些就业心理在一定程度上直接影响了大学生的就业选择。究其原因,高校对于就业指导的重视程度不足,专业设置与市场需求匹配度不高,同时社会经济处于转型时期,区域经济与产业结构发展不平衡,还有大学生自身缺乏竞争拼搏的勇气,职业素养与综合能力相对不高。因此,针对这些因素,首先,政府应该加大对于大学生就业的扶助力度,规范企业经营行为;其次,高校应该建立科学合理的就业指导体系,及时优化专业课程设置;再者,大学生应该树立正确的择业观与价值观,不断增强自身的综合实力,如此才能够有效缓解大学生的就业压力。

参考文献:

- [1]朱阳莉,李俊,李薇,谢维友,原婧,陶云.新冠疫情下就业压力对大学毕业生生活满意度和抑郁的影响:自尊的中介作用[J].中国健康心理学杂志:1-13.
- [2]中国政府网.习近平给北京大学援鄂医疗队全体“90后”党员的回信[EB/OL][2018-03-16].http://www.gov.cn/xinwen/2018-03/16/content_5491831.htm.
- [3]李春玲.疫情冲击下的大学生就业:就业压力、心理压力与就业选择变化[J].教育研究,2018,41(07):4-16.
- [4]王厚义,黎金凤.大学生就业难的经济分析及其对策.北方经济,2007.7
- [5]胡文淑.对大学生就业难现象的几点思考.高教与经济,2007.6
- [6]卢言言.马克思.青年在选择职业时的考虑.对大学生择业观教育的现实意义[D].合肥:安徽大学,2018:30-31.
- [7]夏金梅.区域经济发展对大学生就业流向的影响及引导对策研究,2017
- [8]赵彦刚,王志臣.供给侧改革视阈下提升高校就业创业指导服务有效性探究[J].广西社会科学,2016,(9):217-220.
- [9]张国梁,张红霞,李美莹,刘璇,岳增刚.大学生就业压力影响因素的分析[J].创新创业理论与实践,2018,(22):174-176.

作者简介:王玮,东北电力大学辅导员,1992年4月出生,男,汉族,吉林省吉林市人,硕士研究生学历,职称:助教,研究方向:大学生思想政治教育