

时代背景下高职院校学生就业心理健康教育策略

石凤叶

辽源职业技术学院

摘要: 随着智能 AI 逐渐向 AIGC 方向发展, 劳动生产率将会得到持续提升, 社会面低效、繁复、基础性的工作逐渐会被智能主体取代, 高职院校每年向社会输出大量的高素质技术创新型人才, 如今面对多元化就业竞争格局, 高职院校学生的就业心理已经产生深刻的变革。本文从时代背景下高职院校学生就业心理分类及影响因素入手, 分析当前高职院校学生就业心理健康教育存在的突出问题, 结合实践研究制定相应的策略, 以期达成预期的研究目标。

关键词: 新时代; 高职院校; 就业; 心理健康教育

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2025.05.058

引言

职业教育是国民教育体系和人力资源开发的重要组成部分, 具备传承技能技术、培养多样化人才和促进就业创业的根本职能。2021年10月, 在《关于推动现代职业教育高质量发展的意见》中, 提出“面向市场, 促进就业”的具体要求, 希望能够营造“人人皆可成长”的教育氛围。《中华人民共和国职业教育法》也为职业教育重新定位, 目前已经开设超1300余个专业和12余万个专业培训服务点, 《中国高等职业院校竞争力白皮书》指出2023年高职院校毕业生81.9万人, 就业率达到98.3%, 说明高职院校就业市场需求对接良好。但随着国际贸易去全球化特征日益突出, ChatGPT、DeepSeek等生成式AI大模型的普遍应用, 其整合领域就业岗位的被替代可能性逐渐增加, 其中被替代领域的岗位高职院校学生占比高达60%左右, 导致高职院校学生就业心理压力持续增加, 学校有意识的组织就业心理健康教育, 但其潜在的影响仍然无法有效消除, 需要在发展进程中逐步加以解决。

一、时代背景下高职院校学生就业心理分类及影响因素

(一) 时代背景下高职院校学生就业心理分类

1. 焦虑心理

高职学生就业焦虑源于社会普遍性的就业困境, 2025年1月, 中华人民共和国人力资源和社会保障部数据显示新增就业岗位1256万, 城镇调查失业率平均值为5.1%, 2024年的高校毕业生就业率仅有55.5%, 而2025年应届毕业生规模将达到1222万人, 毕业即失业极有可能成为常态, 导致高职学生对自己的就业前景并不乐观, 群体性就业焦虑普遍存在。

2. 自负心理

查阅2024年国内高校学生就业数据, 发现高职院校

就业比率要高于其他本科院校13.4%, 说明高职院校的培养定位具备就业优势, 高职院校采取的“订单式”培训模式, 让部分高职院校学生“上学即就业”, 导致他们出现一定的自负心理, 因为不必为自己的就业而担忧, 反而会影响学习的积极性和主动性; 自负心理在某种程度上体现出就业的消极属性。

3. 从众心理

国家围绕高职教育策略完善产教融合办学体制, 对就业率低、供给过剩的岗位进行优化, 使得高职院校培养的人才能够更加符合就业市场需求。目前, 高职学生针对就业存在一定的从众心理, 主要体现在“没目标、没想法、没计划”, 这种就业思想源于当前的社会就业情绪中的“躺平”心理, 从众心理是社会就业体系中极具危害的影响因子。

4. 恐惧心理

高职院校针对就业创业目标组织实施教育, 加快不同层次职业教育的纵向贯通, 促进不同类型教育的横向融合, 能够为高职学生就业提供足够的支持。但从调查情况分析, 39.4%的学生普遍存在就业恐惧心理, 恐惧来源就业目标、方向和岗位适应的不确定性。目前, 社会就业淘汰率相对较高, 且在“35岁魔咒”的错误影响下, 高职学生就业恐惧心理相对普遍。

(二) 影响高职院校学生就业的因素

1. 就业市场竞争压力

国家统计局2024年6月数据显示, 16-24岁非在校青年失业率为13.2%, 25-29岁青年群体失业率上升至14.9%。截至2024年12月底, 1179万应届毕业生的就业率仅有50%左右, 2025年高校毕业生同比增长43万; 同时, 房地产业低迷导致低端就业岗位需求下降, 大量的底层就业群体开始向上挤压, 逐渐侵占高职学生的中低端就业舒适区。目前, 国内就业市场竞争压力处于持

续增加状态，AIGC 的持续创新，让大量的非独占就业领域存在被替代风险，各领域就业人群都在互相挤压，名为“跨界”，实际上是就业压力的挤压和释放。

2. 职业教育社会认可度

我国于 2022 年修订《中华人民共和国职业教育法》并将其作为保障高职院校持续健康发展的重要基础，2013-2022 年，国内职业教育领域已经出现深刻的变革，如校企融合实训基地年均增长率达到 8.6%，职业教育专业更新率在 70% 以上，就业市场中一线就业岗位 70% 来自职业学校，但 2021 年《教育家》杂志刊载的《中国职业教育发展大型问卷调查报告》显示，“社会认可度”是职教发展中最大的困难所在，甚至高职学生就业存在“隐形门槛”和“学历歧视”，就业环境会对高职学生就业心理产生极大的压迫感。

3. 家庭就业期望值

家庭因素会对高职院校学生就业选择产生重要影响，数据显示，家长意愿对高职学生就业影响占比高达 70% 左右。比如就业区域、岗位、薪资等等。高职院校学生很少出现“高分低选”现象，即使高考分数不达标，家庭条件相对较好的学生也会选择自费模式，选择职业教育的家庭 51.8% 都属于单纯为了就业，希望孩子通过职业教育能够改变现状或者有保障自己生活的能力，家长往往寄予厚望，甚至希望学生成长成才能够改变一家人的生存状态，导致学生就业心理压力持续增加。

二、时代背景下高职院校学生就业心理健康教育存在的突出问题

（一）就业心理需求分析不到位

高职院校能够定期组织就业心理健康教育，重点围绕就业中可能遇到困难、就业政策、就业支持、就业趋势等组织教育，将教育目标放在提振学生就业信心，解决就业难题等方面。从实践视角分析，高职院校组织的就业心理健康教育存在“想当然”现象，教育目标和内容设计可能源于心理教研室的主观判断，查阅 6 所职业院校心理教育计划，仅有 2 所学校对当年的就业市场需求进行分析，并且将获取的数据资源和案例融合到心理健康教育当中，其余 4 所学校设计的教育内容大同小异，与国家高职院校学生就业分析报告或观点接近，但由于不符合学生就业心理需求，导致教育效果达不到预期。

（二）就业心理教育缺乏针对性

黑龙江省职业学院《黑龙江省职业学院 2024 年度就业报告》显示，62.7% 的调查对象认为高职院校就业心理教育针对性实效性不强。首先，概念混淆。部分教师

将就业心理健康教育与就业指导教育混淆，没有从心理建设视角进行设计，导致就业心理健康教育效果达不到预期。其次，针对性缺失。就业心理健康教育的关键在于“就业心理”，说明教育内容应当围绕学生就业心理问题设计，而不是将其上升至普遍性心理教育层面，但从教育实践分析，部分教师将其变成心理健康教育，缺乏对就业问题和观点的关注力。同时，就业心理教育没有体现出高职院校的教学特征和属性，无法帮助学生提升就业信心。

（三）就业心理多维度支持缺失

高职院校就业心理健康教育需要多维度、多场景、多要素支持，才能够从根本上解决就业心理问题，但从实践视角分析，就业心理教育支持不足。首先，环境支持不到位。社会群体对高职院校存在一定的认知偏见，认为高职院校学生是高考生最无奈的选择，高职院校学生的素质要弱于其他本科院校，导致高职院校学生存在天然的自卑心理。其次，政策支持不到位。国家针对就业市场出台大量的政策，用于治理“就业歧视”问题，但高职学生就业存在一定的“隐形门槛”，政策的整体渗透力不足。最后，学校支持不到位。学校对学生就业支持仅限于校内，无法为学生未来成长成才提供持续性助力。

（四）心理教育智慧赋能不全面

如今，高职院校学生属 Z 世代人群，对就业心理教育支持存在多样化需求，但院校提供方法选择仍然以传统教育为主，AI 赋能处于弱化状态。首先，教育场景构建滞后。目前，高职教师普遍习惯于课堂教学模式，无法依托网络场景的多元化互动属性组织教学，就业心理教育的思想链接滞后。其次，资源整合不好。目前部分教师就业心理教育使用的数据和案例相对陈旧，数据素养相对较差，无法从网络载体中获取足够的教育资源。最后，教育效果欠佳。就业心理课堂教育和讨论取得的成绩存在一定的短时效应，依托智能终端提供的心理支持不足，遇到就业难题无法获得持续性的支持。

三、时代背景下高职院校学生就业心理健康教育策略

（一）加强就业需求分析，有效把握心理健康教育方向

首先，定期组织分析。高职院校应指定专门教研室或设置专职岗位，跟踪高职院校的就业数据，并且针对就业市场需求每月撰写调研报告，为全面实施就业心理教育提供方向性指引，确保就业心理教育不出现偏差。

其次，形成制度机制。高职院校应当将就业需求分析作为一种常态化机制，确保“教育—需求—市场”的精准对接，通过就业需求分析提升高职院校全体师生的关注度，消除就业恐惧心理。最后，注重数据融合。高职院校间的就业需求分析应当有效融合，通过提升调查样本载量优化需求分析质量。

（二）明确就业教育目标，针对心理认知层面进行教育

首先，明确教育概念。高职院校就业心理教育应当围绕“就业心理”展开，重点解决学生就业过程中可能存在的心理异常变化和遇到的突出问题，确保就业心理教育的实效性。其次，优化教育效果。高职就业心理教育应当突出教育效果，重点从心理认知层面组织教育，通过提升学生的普遍性认知水平加强就业心理建设。最后，优化教育目标。围绕就业心理教育设定目标，保证目标的牵引性，确保教育模式、方法、资源都能够紧贴教育目标，与目标同向而行；同时，结合就业心理教育情况进行分析，判断教育效果与目标的差距，有意识地进行完善与优化。

（三）注重就业环境建设，注重高职院校就业舆论支持

环境是最好的就业资源，能够为高职学生就业提供公平性支持。首先，优化就业环境。加强社会面教育宣传引导，强化全社会对高职教育的认可度，核心关键提升高职学生的就业率，通过数据去解释和说明问题。其次，优化支持政策。国家应当从就业支持层面出台政策，保证政策覆盖面和渗透率，确实能够为学生就业提供支持，消除高职学生就业焦虑心理。最后，学校持续支持。高职院校应当为学生就业提供足够的素质能力支持，更要为学生就业发展提供持续性支持。高职院校针对学生的就业心理支持不是以“毕业”为终点，而是要将“毕业”作为就业指导的起点，画好心理支持延长线。

（四）融合智能教育载体，加大就业教育数据支持力度

首先，优化教育场景。高职就业心理教育应当借助智能载体设置多元化场景，在不同场景中解决不同的问题，让学生能够有身临其境的体验，消除就业焦虑和就业恐惧，能够以积极的资源参与就业市场竞争。其次，注重资源整合。“水无常形”，就业心理也会随着外部环境的变化而变化，教师在设计教育教案时应当加大网

络资源检索力度，使用最新最全的案例和信息，提升就业心理教育的效果，让就业心理教育达到预期目标。最后，优化教育效果。高职院校每年都应当针对就业心理教育进行考核评价，确认教育是否达到预期目标，对存在的常态问题进行改善。同时，建立常态化评估机制，对高职院校就业心理教育效果进行持续性评估，通过教育效果曲线变化确认就业心理教育是否达到预期。

结语

综上所述，本文从时代背景下高职院校学生就业心理分类及影响因素入手，认为高职院校学生的就业心理可以分为焦虑心理、自负心理、从众心理、恐惧心理，其中就业市场竞争压力，职业教育社会认可度，家庭就业期望值会影响其心理状态。分析认为当前高职院校学生就业心理健康教育存在的突出问题包括就业心理需求分析不到位，就业心理教育缺乏针对性，就业心理多维度支持缺失，心理教育智慧赋能不全面；结合实践研究制定相应的策略，进一步加强就业需求分析，有效把握心理健康教育方向；明确就业教育目标，针对心理认知层面进行教育；注重就业环境建设，注重高职院校就业舆论支持；融合智能教育载体，加大就业教育数据支持力度，力求为提升高职院校学生就业质量提供心理支持。

参考文献

- [1] 王冰冰. 加强心理教育促进高职院校计算机专业毕业生就业[J]. 中国就业, 2024, (08): 112-113.
 - [2] 姚亚琪. 高职思想政治教育与就业心理干预协同育人机制分析[J]. 成才, 2024, (06): 37-39.
 - [3] 靳丹丹, 施红珍. 新时代高职院校大学生就业压力与心理调适研究[J]. 太原城市职业技术学院学报, 2023, (12): 158-161.
 - [4] 赵倩. 职业教育改革形势下高职学生就业心理解构及对策分析[J]. 佳木斯职业学院学报, 2023, 39(09): 181-183.
 - [5] 曾迎霄. 职业教育背景下学生就业心理障碍调适的优化路径研究[J]. 河南农业, 2023, (24): 14-15.
 - [6] 胡胜杰. 大学生就业心理健康教育模式与意义探析[J]. 人生与伴侣, 2022, (25): 36-38.
- 作者简介：石凤叶（1995年5月—），女，吉林敦化，汉，硕士研究生，助教，研究方向：心理健康教育、学生管理、职业规划。