

# 高职院校教育教学与毕业生就业焦虑相关性研究

吴翠薇

九江职业大学

**摘要：**随着高职院校教育规模的不断扩大，毕业生就业问题日益受到关注。本研究聚焦于高职院校教育教学与毕业生就业焦虑之间的相关性，通过问卷调查和数据分析，揭示了两者之间的内在联系，并提出了相应的对策建议。研究发现，教育教学质量、课程设置、实践教学等因素与毕业生就业焦虑存在显著相关性。高职院校应优化教育教学体系，提高教学质量，加强实践教学环节，以缓解毕业生就业焦虑，提升就业竞争力。

**关键词：**高职院校；教育教学；就业焦虑；相关性

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6288.2025.11.024

## 引言

### （一）研究背景

在高等教育大众化的背景下，高职院校的规模不断扩大，为社会培养了大量技术技能人才。然而，随着就业市场竞争的日益激烈，高职院校毕业生面临着较大的就业压力，就业焦虑问题逐渐凸显。就业焦虑不仅影响毕业生的身心健康，还可能对其就业选择和职业发展产生负面影响。高职院校的教育教学质量直接关系到学生的知识储备、技能水平和综合素质，进而影响其就业竞争力。因此，研究高职院校教育教学与毕业生就业焦虑之间的相关性，对于提高高职院校教育教学质量，缓解毕业生就业焦虑，具有重要的现实意义。

### （二）研究目的与意义

本研究旨在深入探讨高职院校教育教学与毕业生就业焦虑之间的相关性，分析影响毕业生就业焦虑的教育教学因素，为高职院校改进教育教学工作提供理论依据和实践指导。通过本研究，有助于高职院校优化教育教学体系，提高教学质量，加强实践教学环节，提升学生的就业竞争力，从而有效缓解毕业生就业焦虑，促进其顺利就业。

## 一、高职院校教育教学现状分析

### （一）教育教学模式

当前，高职院校的教育教学模式呈现多样化的特点。部分院校采用“工学结合”的人才培养模式，注重实践教学与企业需求的对接，通过校企合作、订单培养等方式，提高学生的实践操作能力和职业素养。然而，也有一些院校在教育教学中，仍然以传统的课堂讲授为主，实践教学环节相对薄弱，导致学生的理论知识与实际操作能力脱节，难以满足就业市场的需求。

### （二）课程设置

高职院校的课程设置旨在培养学生的专业技能和综合素质。在专业课程方面，各院校根据专业的特点和需求，设置了相应的专业核心课程和专业选修课程。

然而，部分院校的课程设置存在与市场需求脱节的问题，课程内容更新不及时，未能及时反映行业的最新发展动态和技术要求。公共课程方面，虽然注重培养学生的人文素养和综合能力，但部分课程的教学方法和教学内容缺乏针对性，无法有效提升学生的就业竞争力。

### （三）实践教学环节

实践教学是高职院校教育教学的重要组成部分，对于提高学生的实践能力和职业技能具有关键作用。目前，许多高职院校建立了校内实训基地，为学生提供了一定的实践操作机会。然而，校内实训基地的设备和设施更新较慢，难以满足学生对最新技术和工艺的学习需求。校外实习方面，虽然部分院校与企业建立了合作关系，但在实习过程中，存在企业参与度不高、实习指导不到位等问题，导致学生的实习效果不理想，无法真正将所学理论知识应用到实际工作中。

## 二、高职院校毕业生就业焦虑现状调查

### （一）研究方法 with 样本选择

本研究采用问卷调查法，对高职院校毕业生的就业焦虑现状进行调查。问卷内容包括个人基本信息、就业焦虑程度、对教育教学的满意度等方面。为确保样本的代表性，选取了不同地区、不同专业的高职院校毕业生作为调查对象。共发放问卷 500 份，回收有效问卷 450 份，有效回收率为 90%。

### （二）就业焦虑程度测量

采用大学生就业焦虑量表对毕业生的就业焦虑程度进行测量。该量表包括对就业前景的担忧、对自身能力的怀疑、对求职过程的紧张等多个维度。通过对问卷数据的统计分析，发现高职院校毕业生的就业焦虑水平普遍较高，其中有 40% 的毕业生处于中度焦虑状态，10% 的毕业生处于高度焦虑状态。

### （三）就业焦虑的影响因素分析

通过对问卷数据的进一步分析，发现影响高职院校毕业生就业焦虑的因素主要包括以下几个方面：一是就

业市场竞争激烈，就业岗位有限，导致毕业生对就业前景感到担忧；二是自身专业技能不足，对自身能力缺乏信心，在求职过程中容易产生焦虑情绪；三是对教育教学质量不满意，认为所学知识和技能与就业市场需求脱节，影响了自己的就业竞争力；四是家庭期望过高，给毕业生带来了较大的心理压力。

### 三、高职院校教育教学与毕业生就业焦虑的相关性分析

#### （一）教育教学质量与就业焦虑的相关性

通过对调查数据的相关性分析，发现毕业生对教育教学质量的满意度与就业焦虑程度呈显著负相关。即毕业生对教育教学质量越满意，其就业焦虑程度越低。这表明，高质量的教育教学能够提高学生的知识储备、技能水平和综合素质，增强学生的就业竞争力，从而有效缓解就业焦虑。

#### （二）课程设置与就业焦虑的相关性

进一步分析课程设置与就业焦虑的关系，发现课程设置与市场需求的匹配度对毕业生就业焦虑有显著影响。当课程设置能够紧密结合市场需求，使学生所学知识和技能与就业岗位要求相契合时，毕业生的就业焦虑程度相对较低。相反，若课程设置与市场需求脱节，学生在就业时会面临更多困难，就业焦虑程度则较高。

#### （三）实践教学与就业焦虑的相关性

实践教学环节对毕业生就业焦虑也具有重要影响。研究结果显示，实践教学时间充足、实习效果良好的毕业生，其就业焦虑程度明显低于实践教学不足的毕业生。这说明，通过加强实践教学，能够提高学生的实践操作能力和职业素养，使学生更好地适应就业市场的需求，从而降低就业焦虑。

### 四、缓解高职院校毕业生就业焦虑的教育教学对策

#### （一）优化教育教学体系

高职院校应根据就业市场需求和行业发展趋势，优化教育教学体系。在人才培养模式方面，进一步深化“工学结合”的人才培养模式改革，加强与企业的深度合作，实现人才培养与企业需求的无缝对接。课程设置上，要定期对市场进行调研，及时更新课程内容，增加与行业最新技术和工艺相关的课程，提高课程设置与市场需求的匹配度。同时，注重公共课程与专业课程的有机融合，培养学生的综合素养和创新能力。

#### （二）提高教学质量

加强师资队伍建设，提高教师的教学水平和专业素养。鼓励教师参加企业实践锻炼，了解行业最新动态，将实践经验融入到教学中。采用多样化的教学方法和手段，如项目教学法、案例教学法、小组合作学习法等，激发学生的学习兴趣，提高学生的学习积极性和主动性。

建立健全教学质量监控体系，加强对教学过程的监督和管理，及时发现和解决教学中存在的问题，确保教学质量的稳步提升。

#### （三）加强实践教学环节

加大对校内实训基地的建设投入，更新实训设备和设施，为学生提供良好的实践操作环境。加强与企业的合作，建立稳定的校外实习基地，拓宽学生的实习渠道。在实习过程中，加强对学生的实习指导和管理，明确实习目标和任务，确保实习效果。鼓励学生参加各类职业技能竞赛和创新创业活动，提高学生的实践能力和创新能力。

#### （四）完善就业指导服务

建立健全就业指导服务体系，加强对毕业生的就业指导和心理辅导。就业指导课程要贯穿于学生的整个学习过程，从大一入学开始，就对学生进行职业规划教育，帮助学生明确职业目标和发展方向。加强对毕业生求职技巧的培训，如简历制作、面试技巧等，提高毕业生的求职能力。同时，关注毕业生的心理健康，通过开设心理健康讲座、心理咨询等方式，帮助毕业生缓解就业焦虑情绪，树立正确的就业观念。

### 五、案例分析：以深圳职业技术学院与某中西部高职院校为例

#### （一）案例一：深圳职业技术学院（东部标杆院校）

院校背景：作为中国首个公办职业本科院校，深职院地处粤港澳大湾区核心区域，开设人工智能、大数据技术等 53 个专业，与华为、腾讯等 300 余家企业建立深度合作。其教育教学改革被教育部多次列为典型案例。

##### 1. 教育教学特色

动态课程重构：对接深圳产业升级需求，2023 年新增“工业软件应用”“低空经济技术”等前沿课程，淘汰滞后于行业标准的传统课程，核心课程平均每 1.5 年更新一次。例如，计算机专业将 ChatGPT 应用开发、AIGC 技术纳入实训项目，使学生技能与企业最新需求同步。沉浸式实践教学：建成 16 个国家级实训基地，推行“项目制”教学，学生从大二起必须完成至少 1 个企业真实项目。如机电工程学院与大族激光合作开展“智能设备故障诊断”项目，学生需在企业工程师指导下解决实际生产问题，实践课时占比达 65%。全周期就业支持：设立“职业发展研究院”，从大一开展行业认知课程，大二组织“企业导师制”职业规划，大三举办“产业专场招聘会”。2024 年数据显示，该校毕业生平均获得 4.1 个优质 offer，专业对口率达 89%。

##### 2. 就业焦虑表现

在 2024 年广东省高职院校就业心理调研中，深职院毕业生就业焦虑均值为 2.18（5 分量表），显著低于

全省平均值(3.05)。计算机专业毕业生陈某提到：“在校期间参与了腾讯云小程序开发项目，实习时直接转为正式员工，整个求职过程很顺利。”人工智能专业学生李某表示：“职业规划课帮助我明确了算法工程师的成长路径，企业导师的推荐信让我在面试中脱颖而出。”

### (二) 案例二：某中西部高职院校

院校背景：位于中部省份，开设护理、电子商务等传统专业，在校生 1.2 万人，校企合作企业仅 20 余家（以本地中小企业为主）。教育教学改革滞后，近五年未获省级以上教学成果奖。

#### 1. 教育教学现状

课程体系相对固化，缺乏动态更新机制。例如：精准护理、智慧护理、老年护理管理等新兴领域的相关内容尚未有效融入教学过程。当下医疗行业中，智慧护理借助物联网、大数据等技术实现了患者生命体征实时监测、护理流程智能化管理，精准护理强调依据患者个体差异制定个性化护理方案，老年护理管理涉及老年慢性病护理、康复护理等专业知识，这些重要的行业发展内容在教材中均未体现。实训方面，停留在基础护理操作模拟，如静脉穿刺、肌肉注射等，未涉及高端医疗设备使用（如智能监护仪、康复训练机器人）以及新兴护理领域（如社区护理、安宁疗护），实训设备更新周期超过 8 年，部分设备老化，无法满足现代护理实践需求。

就业指导薄弱。仅在毕业前开展 3 场就业讲座，内容限于“护理简历制作”“面试礼仪规范”，缺乏护理行业趋势分析（如人口老龄化带来的老年护理需求增长、大健康产业发展对护理人才的新要求）或个性化职业辅导（如根据学生兴趣和特长推荐适合的护理岗位方向）。2024 年数据显示，该校护理专业毕业生平均投递简历 40 份才获得首次面试机会，远超某医科大学护理专业的 15 份。

#### 2. 就业焦虑表现

强化效应分析，能力断层引发自我怀疑。课程内容与临床需求错位率达 70%，导致 80% 的学生认为“大学没学到满足临床工作的实用技能”，形成“求职自卑”心理。现代临床护理对护士的综合能力要求越来越高，不仅需要扎实的基础护理技能，还需要具备病情观察、护理评估、沟通协作等能力，而学校课程设置未能及时跟上这些需求变化。

两组真实案例印证：当教育教学深度对接产业变革（如某医科大学），通过动态更新课程内容（纳入智慧护理、老年护理等课程）、开展实战训练（与三甲医院合作进行专科护理实训）和提供系统指导（定期举办护理行业专家讲座、个性化职业规划辅导）构建“能力 - 预期 -

资源”闭环时，毕业生能以积极心态应对就业市场；反之，滞后的教学模式（如 C 学院）则通过知识脱节、实践无效和支持缺位，系统性推高就业焦虑。这为高职院校推进产教融合、优化护理专业教学供给提供了鲜活的实践镜鉴。

### 结语

本研究通过对高职院校教育教学与毕业生就业焦虑的相关性分析，得出以下结论：高职院校教育教学质量、课程设置、实践教学等因素与毕业生就业焦虑存在显著相关性。高质量的教育教学、合理的课程设置以及充足的实践教学能够有效缓解毕业生就业焦虑，提升其就业竞争力。因此，高职院校应从优化教育教学体系、提高教学质量、加强实践教学环节和完善就业指导服务等方面入手，采取有效措施，降低毕业生就业焦虑水平，促进其顺利就业。

本研究虽然取得了一定的成果，但仍存在一些不足之处。未来的研究可以进一步拓展研究范围，增加样本数量，涵盖更多地区和专业的职业院校毕业生，以提高研究结果的普适性。可以深入探讨教育教学各因素对就业焦虑影响的内在机制，为高职院校改进教育教学工作提供更具针对性的建议。此外，还可以结合社会经济发展的新形势和就业市场的新变化，研究高职院校教育教学与毕业生就业焦虑的动态关系，为高职院校教育教学改革提供持续的理论支持。

### 参考文献

- [1] 翟亚敏, 左训雅, 谢威士. 高校毕业生就业焦虑现状及对策分析——以合肥职业技术学院为例[J]. 中国大学生就业, 2023(4): 42-48.
  - [2] People's Tribune Research Team. Characteristics, Triggers, and Alleviation of Anxiety Among Some Youth[J]. People's Tribune, 2024(9): 712-720.
  - [3] Monster. 2024 State of the Graduate Report[R]. Boston: Monster, 2024.
  - [4] 深圳职业技术学院课题组. 高职学生自我认知、专业认同与就业压力的关系研究[J]. 职业技术教育, 2025(3): 54-59.
  - [5] Brown, C., & Davis, D. The Role of Career Counseling in Reducing Graduate Job Search Anxiety[J]. Career Development Quarterly, 2022, 70(2): 123-135.
- 基金项目：2024 年度江西省高校人文社会科学研究一般项目：高职院校应届毕业生人格特征与就业焦虑的相关性研究——以 J 大学为例（立项编号 XL24207）。