

积极心理学视域下贫困大学生就业能力提升路径研究

胡潇潇

(南京林业大学 江苏 南京 210037)

[摘要] 贫困大学生的就业问题已经逐渐成为我国社会各界关注的一个焦点。文章主要内容分为(1)分析贫困大学生在就业过程中存在的问题及产生的原因;(2)阐述基于积极心理学的新视角下,分析提高贫困大学生就业竞争力的路径,为贫困大学生的就业难问题提供借鉴。

[关键词] 积极心理学; 贫困大学生; 就业; 提升路径研究

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.03.655

引言

近年来随着积极心理学研究的兴起,强调以积极的眼光看待逆境中个体的发展,探索个体天赋潜能和积极特质,激发内在潜力,促进个体更好的适应环境和成长发展。贫困大学生作为高校的特殊群体,不仅要承受来自经济方面的压力,同时要承受来自学业、人际、就业等方面的压力。融合积极心理学于贫困大学生的培养中,使他们以积极的心态看待贫困,调动个体内在潜质和积极性,接纳自己的不足,充分发挥自身的优势,保持良好的就业心态并采取积极主动的就业行为。

1 贫困大学生就业存在的问题及产生原因

1.1 个人因素

大多贫困大学生最缺乏的就是自信心,而自信往往从自身不断地成长和实践中获得。一方面,由于经济困难,贫困大学生自感家庭的差距而容易产生自卑心理,使他们在各方面,如:人际交往、学习、社会实践等方面缺乏信心,宁愿在集体中充当一个“隐形”的角色,也不愿去展现自己,使他们错失很多锻炼的机会。但越不表现越得不到成长,就越没自信,也无法很好应对各种挫折与困难,因此形成了一个恶性循环。另一方面,贫困大学生他们在求职过程中容易眼高手低,往往过分关注职业所能带来的短期回报,忽略了工作提升塑造自己的长远收益。

1.2 学校因素

学校在进行人才培养时,缺乏给学生创建良好的就业观、系统的进行职业生涯规划指导,导致贫困大学生作为一个求职者在综合素质上有较大的欠缺。首先,高中步入大学阶段的教学模式转变较大,尤其贫困生往往来自较为落后的地区,与大城市的素质教育不同,如果在刚入学校没能进行一个在学习、生活方式上的良好转变,就会导致学生在这四年没有一个奋斗的目标,不知道该如何去提升自己。高校在这里起到一个引导的作用,如果缺乏系统的指导,建立良好的就业观,学生就很容易在大学迷失方向。其次,部分高校仍然采用过于注重理论讲授,缺乏实践训练的教学方法,这导致大学生的专业素养和实践能力不匹配。如何做、如何说话也是大学生在四年教育中应当学会的重要课程,他们的综合能力不能满足社会的需要,难以应对激烈的就业竞争。

1.3 社会环境因素

我国正处于经济社会转型的关键时期,人才培养市场仍然供过于求。许多企业在招聘方面有“偏见”,招聘门槛高,例如,部分企业过于注重学历,仅限于招聘985或211高校的毕业生。这时,如何在众多应聘者中脱颖而出就更加考验学生自身的能力和素质。另外,随着就业压力的增加,学生需要付出越来越多的求职成本,比如考试培训费、交通差旅费、时间成本都使许多贫困大学生难以承受,并进一步降低了贫困大学生的就业竞争力^[1]。

2 积极心理学视角下的贫困大学生就业能力提升途径

2.1 加强就业认识指导,塑造正确就业观念

积极心理学倡导人要以积极、乐观的态度调动自身的潜

力不断自我提升和应对困难。加强对贫困大学生的职业生涯规划 and 就业指导,通过科学正确的指导创建良好的就业观。从埃利斯的A-B-C理论可以看出,当人的思维认知变得积极正面时,人的情绪同样变得乐观起来,其应对问题的行为也变得更加积极主动。首先,针对贫困大学生中自身定位认知不准确的情况,高校应该做好对贫困大学生价值观引导的工作,帮助他们形成正确的价值观、人生观以及择业观,先就业后择业,在不断的实践过程中积累丰富的经验,减少因对自己抱有过高期望而眼高手低的现象,促使他们将自己的价值理想和社会理想结合在一起,提高社会责任感。其次,帮助学生认识到自身的优势,不断鼓励他们多自我展现,积极面对生活学习中遇到的困难,增加自身的综合能力和自信心,从而有助提高贫困大学生的就业竞争力。

2.2 就业指导服务模块化,就业精准帮扶

高校在开展就业工作的时候要认识到学生的职业生涯规划是一个系统、复杂、长期的过程,引导学生认识到不是大四才谈就业,而是贯穿始终,在大一入学时就要为大学四年后的就业做好充分的规划与准备。帮扶也不只停留在物质关怀上,应该从根本帮助他们树立自信、改变就业观念、发掘自身潜力、提高竞争力,充分发挥自己的优势,在求职中脱颖而出。一是在思政课程和专业课程中融入职业生涯规划课程,养成学生对就业的正确认识,并结合贫困大学生的心理特点和就业方向为他们制定有针对性、个性化的培训。二是充分了解贫困大学生就业能力中的短板并分析原因,帮助他们解决现实问题,提高自身的基础能力、求职能力、社会实践能力等综合素质,并通过开展社会实践提高贫困大学生的社会工作能力,加强他们的求职技巧和岗位适应能力。三是建立职业生涯规划和心理辅导相结合的成长档案,通过对大学生职业规划、兴趣测试、心理测试、性格测试建立个人成长档案来观察学生的成长、心理发展过程,为他们提供咨询、引导,建立对正确的自我认知和良好的心理素质。

2.3 优化教学方式,提升创新能力

积极心理学强调人在积极情绪中创造性地解决问题,在高校教学过程中,可采用先进的EEPO有效教育教学方式进行教学。该教学方式改变了传统以教师为主的课题教授模式,强调学生积极主动地进行多边活动,达成优势互补^[2]。采用有效教育的平台进行授课,可以激发贫困学生的学习动机,进一步提高他们的学习效率和学习热情,增强在学习过程中的积极体验。同时创新训练方式,对学生进行因材施教,可以多方面促进学生的思维训练,提升其创新能力和综合素养,有助于其在激烈就业竞争中顺利就业。

参考文献

[1]张焯君.积极心理学视域下贫困大学生心理韧性的培养路径研究[J].才智,2020(01):54-55.

[2]周辉,张静.职业生涯规划视角下地方高校贫困大学生就业能力提升的路径研究——以陕西南部本科高校为例[J].中国大学生就业,2019(17):47-53.

基金项目:本文系2019年江苏省高校毕业生就业创业研究课题,课题编号:JCKT-C-2019603。