

# 大学生就业心理困境与思政耦合创新

李鹏<sup>1</sup> 杨月婷<sup>2</sup>

(长春人文学院 吉林省长春市 130000)

摘要: 当下社会, 大学生就业难题愈发突出, 这背后折射出就业市场的复杂性和竞争性, 更暴露出大学生在就业过程中所经历的心理波动与挑战。与此同时, 思政教育在培育学生全面素养方面扮演着举足轻重的角色。正因如此, 将思政教育与就业心理教育相融合, 显得尤为重要且迫切。本文致力于深入探讨大学生就业心理教育与思政教育的融合创新之道, 期望能为解决大学生就业过程中的心理问题, 以及推动其全方位发展, 提供崭新的视角与切实可行的策略。

关键词: 大学生; 就业心理困境; 思政

## 引言

随着社会竞争的日趋激烈和就业市场环境的不断变化, 大学生就业难题已经逐渐演变为社会各界高度关注的热点问题。在这一背景下, 大学生们面临着就业技能方面的严峻挑战, 而且还在心理上承受着前所未有的重压。同时, 思政教育, 作为塑造和引导学生世界观、人生观形成的关键课程, 其在职业规划和就业指导中的战略性地位日益显现。正因如此, 将大学生就业心理教育与思政教育进行深度融合, 显得尤为重要。这种结合能有效地缓解大学生在就业过程中所产生的焦虑情绪, 进而提升其心理素质和抗压能力, 更能引领学生树立起正确的价值观念和职业观念, 从而更好地适应日新月异的社会发展需求。

## 一、大学生就业心理教育与思政耦合创新意义

### (一) 促进大学生全面发展

大学生就业心理教育与思政教育的有机融合, 对于推动大学生的全面发展具有不可估量的深远影响。这种创新型教育模式, 致力于锤炼学生的专业知识和技能, 更把重心放在培育学生强健的心理素质和崇高的思想道德上。通过将心理疏导与思政引导巧妙地结合起来, 将有能力引导大学生构建起积极、健康的心态, 进而激发出学生面对未来种种挑战时的无畏勇气和坚定信心。同时, 思政教育所蕴含的价值观引导和人格塑造功能, 将助力大学生们树立起正确的世界观、人生观以及价值观, 这是实现个人全面发展的核心所在。这种兼容并蓄、全面发展的教育理念, 确保大学生在深入掌握专业知识的同时, 也能培育出过硬的心理承受能力和高尚的道德情操, 这无疑为学生日后辉煌的职业生涯铸就了坚不可摧的基石。

### (二) 提升思政教育实效性

传统思政教育偏重理论, 忽视了学生实际需求与生活经验。融合就业心理教育与思政教育, 可显著提升思政教育的实效性。此创新模式使学生更直观地体会到思政教育的实用价值, 激发其学习热情与参与度。针对就业中的实际难题和心理困扰, 思政教育能给予有力的思想支撑与价值指引, 助学生有效应对挑

战、摆脱困境。故此模式既强化学生心理素质, 又提升思政教育的精准性和实效性。

### (三) 构建和谐的就就业环境

大学生就业心理与思政教育的融合创新, 对构建和谐的就就业环境至关重要。在就业形势日益严峻的背景下, 大学生的心理压力持续上升。通过心理与思政教育的结合, 可助学生客观认识自我、科学规划职业道路、勇敢面对就业考验, 进而降低由就业压力引发的心理问题和社会冲突。此外, 该教育模式还能培育学生的团队协作意识和社会责任感, 激励学生在职场中更重视团队协作与社会奉献。这会增强大学生的就业优势, 也将促进形成和谐、积极的就业氛围。

## 二、当前的大学生就业心理困境

### (一) 就业竞争引发深层焦虑

当下激烈的就业竞争中, 大学生面临的就业压力不断攀升, 进而常引发心理焦虑。高校扩招与就业市场的高度竞争, 使“毕业即失业”的担忧在大学生中蔓延。学生忧虑难以寻觅到称心工作, 或所得职位与期望大相径庭。未来的不确定性和对自我价值的困惑, 让众多学子在求职之际深陷焦虑泥潭。屡次的面试失利可能重创学生的自信, 而行业的突变与职位要求的模糊更添迷茫。此类焦虑对大学生的健康与职业发展均构成潜在威胁。

### (二) 职业规划指导不足导致方向迷茫

当前, 大学生在就业过程中还面临另一心理难题, 即职业规划的缺乏或模糊不清。众多大学生在求学阶段并未接受全面的职业规划教育, 这使得学生在面临择业时感到迷茫。由于对自己的兴趣方向缺乏清晰认知, 同时对各职业发展前景及市场需求了解不足, 学生难以做出明智的职业选择。这种职业规划的缺失, 易使大学生在求职时盲目跟从潮流或随意选择, 最终可能走上并不契合自身特点的职业道路。长此以往, 对职业发展不利, 更可能引发职业倦怠, 影响心理健康。

### (三) 思政教育与就业指导分离

目前,众多高校存在思政教育与就业指导脱节的问题,这成为大学生就业时面临的一个显著心理难题。思政教育本应塑造学生的思想道德与社会责任感,而就业指导则聚焦于职业技能提升与就业市场动态把握。但在实际操作中,二者常被割裂,缺乏有效融合。这种分离使学生在求职时难以融合思政知识与就业实际需求,无法在职业规划中展现个人价值观和社会责任。因此,学生在就业选择时可能感到迷茫,不知融合个人理想与职业发展。这降低就业质量,也限制未来职业发展潜力。高校需促进思政与就业指导的融合,以助学生实现个人价值与社会需求的和谐统一。

### 三、大学生就业心理教育与思政耦合创新策略

#### (一) 构建心理疏导体系

大学生就业心理与思政结合的创新策略中,首要之务是构建完善的心理疏导机制。该机制旨在迅速识别和化解大学生在求职过程中产生的心理问题,诸如焦虑、困惑或自卑等。应设立专门心理咨询室,并配备资深心理咨询师,为学子们打造一个寻求援助和倾诉的港湾。咨询师将运用专业的心理评估技术,精准识别学生需求,提供量身定制的心理疏导服务。同时,借助现代科技,例如线上咨询平台,确保更多学生在急需时能获得即时的心理支援。此机制的建立,助力学生释放就业压力,更重在锤炼其心理素质,增强应对挑战的勇气与自信。此外,心理疏导与思政教育应深度融合。在思政课程中有机融入心理健康教育,指导学生理性看待就业压力,自我接纳,进而塑造积极心态。同时,心理疏导也应融入思政教育,使学生在就业难关中能运用思政智慧与价值观进行自我调整,实现心理与思想的双重提升。

#### (二) 优化职业规划教育框架

优化职业规划教育体系,是大学生就业心理与思政结合策略的又一关键环节。职业规划教育的核心在于引导学生认清自身兴趣、能力和价值观,从而设定贴合个人特质的职业发展路径。通过职业规划课程的开设,可系统传授规划理念与实操方法,助力学生自我发掘与职业锚定。同时,融入思政教育精髓,能激发学生的社会担当与历史使命感,使其在职业规划中聚焦个体成长,更能将个人抱负与国家需求紧密相连。此外,职业规划教育应融入实践元素,诸如实习、社会调研等活动,让学生在实操中感悟职业倾向,验证职业规划的实效性。通过深化校企联动,可为学生提供更多职业探索的窗口,助其在实践中不断调整职业规划。值得一提的是,职业规划教育应渗透于大学教育全过程,从入学专业选择到毕业求职准备,都需给予学生连贯性的引导与支持。

#### (三) 推动思政与就业指导的深度融合

思政与就业指导的深度融合,是大学生就业心理教育与思政结合创新的核心策略。传统就业指导常偏重于技巧传递和信息供给,却忽略了对学生思想品质的塑造。通过融合思政教育与就业指导,能培育学生的职业操守和社会责任感,使其在求职时更看重诚信、勤勉及团队协作精神。这种融合增强学生就业竞争力,更促进其综合素质的提升。具体来说,可在就业指导中巧妙融入思政要素,诸如职业道德熏陶、社会责任感的培养等。同时,当邀请企业界精英入校交流时,也应着重传递积极向上的价值观和企业文化。再者,借助社会实践、志愿服务等活动,使学生在实际参与中深切体会到思政教育与就业指导的内在联系。这些措施共同助力学生塑造正确的职业观与价值观,为其未来长远发展筑牢基石。

### 四、结语

综上所述,通过对大学生就业心理教育与思政耦合创新的深入探讨,可认识到这两者之间的紧密联系和互补优势。在面对日益严峻的就业形势和复杂的心理挑战时,应当充分发挥思政教育与就业心理教育的作用,帮助大学生建立积极健康的心态,制定合理的职业规划,并培养学生的社会责任感和历史使命感。通过实施有效的耦合创新策略,相信能为大学生创造更加和谐的就业环境,促进学生的全面发展,为社会培养出更多优秀的人才。

#### 参考文献:

- [1]卜梦婵,林坤涵.积极心理学视角下高校大学生慢就业心理分析和心理路径培育方法[J].现代教育与实践,2024,6(6).
  - [2]何顺发.大学生就业心理问题分析及干预机制探究[J].就业与保障,2024(04):76-78.
  - [3]徐驰.当代大学生就业心理问题及其影响因素探析[J].湖北开放职业学院学报,2024,37(05):45-47.
- 第一作者:李鹏,男,汉族,1983-07,吉林四平人,长春人文学院,讲师职称,党总支书记,研究生学历,硕士学位,研究方向:思想政治教育(就业心理)。
- 第二作者杨月婷,女,汉族,1998-02,辽宁大连人,长春人文学院,助教职称,辅导员,研究生学历,硕士学位,研究方向:思想政治教育。
- 基金项目:教育部课题:民办高校“实习就业深度一体化”校企合作运行机制研究;教育部课题:民办高校校企人才共育实践基地建设;吉林省教育厅课题:民办高校“实习就业深度一体化”运行机制研究。