

# 互联网背景下高职院校做好学生就业心理健康教育探讨

周洁

(贵州电子信息职业技术学院, 贵州 凯里 556000)

**【摘要】**随着社会经济的快速发展,市场对实用型人才也提出了较高的要求,再加上职业院校的不断扩招,毕业生数量逐年增加,导致高职院校的学生在求职就业中将要面临巨大的压力,在这种社会背景下学生的就业心理很容易出现问题。因此,本文通过对高职院校开展就业心理健康教育的重要性展开阐述,分析了当前影响高职学生就业心理健康教育的主要因素,随之提出了实现心理健康教育的有效路径,希望能够促进学生的心理健康发展。

**【关键词】**高职院校; 就业; 心理健康; 教育

在互联网推动下,我国的社会经济得到了快速增长,各个行业也得到了飞速发展,在这种社会形势下,各个企业对于人才的需求和质量也在不断的增长,在这个日益激烈的市场竞争中,高职院校的学生在就业过程中受到了巨大的压力,严重影响了他们的就业心理健康,高职院校要针对这些问题采取了一系列的措施来加强学生的就业心理健康教育,帮助他们缓解心理压力,为学生的健康发展提供重要的保障。

## 一、高职院校对学生进行就业心理健康教育的重要性

### (一) 促进学生心理健康发展

对于高职院校的学生背景来看,他们都存在着一些共同的心理问题,需要进行心理健康教育,具体表现在:一是自信心不足。一般高职院校的学生他们的文化课成绩都比较弱,进入高职院校以后希望通过一技之长来为自己谋求更好的发展道路,但是随着社会的不断发展,用人单位需要的是综合素质较高的人员,面对多数名牌学校毕业的学生,他们开始表现出自卑、不自信的心理情绪。二是社交能力差。高职学校有一些学生由于性格原因,很难跟他人进行正常的交流,在心理上排斥人际交往,在跟他人进行沟通时很容易

出现过激行为,不利于后期的求职就业,所以,开展心理健康教育能够帮助他们正确面对日常交际。三是抗压能力差。当前社会的竞争压力较大,用人单位对人才的要求不断的提高,高职院校的学生优势不突出,就业困难造成了巨大的心理压力,需要及时进行心理健康教育,帮助他们进行心理调节,重新树立自信心。

### (二) 能够满足互联网发展的需要

随着互联网的发展,人们的生活、学习、工作都已经离不开网络。高职院校的学生作为新事物的主要接受者,受到网络的影响作用最大。网络对学生的学习和生活起到了很大的促进作用,他们可以利用网络的便利条件来进行学习、交流、加强实践经验,可以说互联网不仅对他们的学习方式产生了很大的影响,还为他们的思维、心理也带来了巨大的影响<sup>[1]</sup>。高职院校在互联网的影响下,如果再采用传统的心理健康教育方式将不能有效的解决学生的心理健康问题,而互联网针对这些问题就可以通过它多元化的特点和交互性强的优势来满足心理健康教育的教学需求。因此,高职院校要充分利用网络平台来建立多元化的心理健康教育体系。

### (三) 高职院校发展的需求

在学生就业过程中,由于社会竞争压力较大,

有些学生出现了心理问题，如果不及时对他们进行心理健康教育，将会影响学生们顺利就业，这样在一定程度上也会影响高职院校的就业率和教学质量，因此，高职院校为了学校的长期发展，势必要提升教学质量和就业率，由此可见，对学生就业进行心理健康教育，不仅仅是帮助学生缓解就业压力，解决心理问题，更大的效果是促进高职院校的健康发展。

## 二、互联网背景下影响高职学生就业心理的主要因素

在互联网背景下，由于信息传递较快，一些关于就业的负面消息很容易就被学生所知晓，在没了解实际情况的前提下就会给学生带来恐慌，由于需要面对新的环境有一部分学生就想要通过提升学历才逃避市场竞争带来的压力，还有一部分学生在进入实习岗位以后，因为需要面对大量的工作，而不知道从何入手，从而产生了焦虑，在角色突然转变的情况下他们无法进行正常的人际交往，为他们以后的发展造成了困惑，这些个人因素成为导致就业心理健康问题的关键性因素<sup>[2]</sup>。另外，社会经济发展也对学生的就业心理有重要的影响，由于高职院校的学生缺乏丰富的社会实践经验，学习的理论知识和用人单位的实际情况又存在差异，用人单位对待高职院校的学生会产生区别对待，这些社会因素都可能使学生出现就业心理问题。除此之外，学生在校期间，由于高职院校对学生的就业心理健康教育重视度不够，教育的观念也比较落后，没有及时针对学生的就业心理问题进行正确的教育和引导，才导致学生在后期产生就业心理问题的，学校方面的影响因素也是不容忽视的。

## 三、高职院校心理健康教育发展现状

随着国家教育制度改革工作的不断推进，各高职院校已逐渐重视对高职院校毕业生的心理健康教育工作，但在当前阶段仍有部分院校在心理健康教育过程中存在教育设施不完善以及经费短缺等各种问题，使得相关心理健康教育工作人员在

对学生进行心理健康教育的过程中因各种问题无法正常进行，严重影响到了工作人员的积极性，很难保证心理健康教育质量。另外，受传统教育观念的影响，部分院校还存在心理健康教育方法比较老套的情况。在部分高职院校中，相关领导对学生的心理健康教育工作不够重视，甚至还将学生的心理健康教育课程纳入选修，且接收人数有限，这就使得很难让绝大多数学生都能够从中受益。尽管不少高职院校为加强学生的心理健康教育都在院校内部设立了心理健康咨询场所，但担任此类工作的工作人员大多是科班出身，没有相关经验。除此之外，大多咨询室都缺少先进的测试辅助软件和仪器，不能在对学生进行测试和治疗时提供必要的帮助，这就严重影响到了心理健康教育的质量和效率，很难对学生的心理健康进行有效的预防和帮助，对学生的身心健康发展不利。最后，高职院校相关心理健康教育工作人员经验有待加强，不少高职院校的心理健康教育机构存在人员配备严重不足的情况，甚至出现由班级辅导员个人担任的情况。随着我国经济的不断发展，就业压力将会不断增大，势必会对刚要毕业的大学生造成某种打击。若不能解决好人员配备问题，就不能很好的为大学生提供服务和帮助。另外，心理健康教育看似是一个很简单的工作，貌似谁都能做。但实践下来，心理健康教育工作人员必须要具备足够丰富的工作经验和扎实也专业知识才能胜任。但当前各高职院校的心理健康局教育机构为降低运营成本，大部分都是由各个班级辅导员或其他科班出身的教师来担任，从某种程度上讲，其不具备足够的工作经验与扎实的专业技能，主要还是依靠个人经验来进行的，很难科学合理有效的对学生的心理健康提供帮助。除此之外，高职院校心理健康教育机构还存在监督不到位的情况，不能对相关工作人员的服务质量和进度进行有效监督，这就使得学生的心理问题很难得到彻底的解决。

综上所述, 尽管随着教育改革工作的不断推进, 各高职院校也加大了对学生心理健康教育工作的重视力度, 但仍存在不足的地方。若上述问题得不到很好解决, 势必会影响到学生的心理健康发展。

#### 四、高职院校实现学生就业心理健康教育的有效路径

随着互联网技术的不断发展, 就业方式和就业渠道也在不断的拓宽, 但同时高职院校的毕业生数量也是逐年增加, 市场竞争力越来越大, 高职学生面对这些压力, 难免在就业的时候会产生心理障碍, 这时就需要学校采取有效的方式对学生进行就业心理健康教育, 帮助学生克服心理障碍, 使学生在求职就业的过程中能够轻松应对可能遇到的各种问题, 为此, 高职学校特采用以下方式来做做好学生就业心理健康教育。

(一) 创新思维, 摒弃传统观念, 通过建立信息数据平台做好学生的就业心理健康教育

学生在求职就业的过程中如果出现心理障碍不仅找不到合适的工作岗位, 还会在一定程度上降低学校的就业率, 从而影响到学校的教学质量<sup>[3]</sup>。因此, 高职院校一定要积极的创新思维, 及时转变传统的教学观念, 对学生的就业心理健康多加重视, 并要将心理健康教育列入到教学目标当中。具体应采取的措施如下:

首先, 高职院校要针对每个学生的兴趣、爱好、性格、专业特长等进行全面的了解, 通过构建信息数据平台, 将学生的实际情况输入到信息数据平台中, 然后根据每个学生的具体情况来制定具有针对性的心理健康教育课程方案, 同时学校还要将这些课程发布到学校的公众号、网络平台上, 加强师生的学习力度, 使高职院校所有教师和学生认识到开展就业心理健康教育的重要性。

其次, 由于每个学生的家庭背景、教育背景、抗压能力、性格特征等都不相同, 所以, 教师要根据每个学生的具体情况进行考虑, 通过信息数据平台的构建高职院校可以通过已经就业学生的

反馈来了解企业的最新用人需求, 然后再根据学生的发展情况, 对自身的教学方式及时的优化和创新<sup>[4]</sup>。另外, 还要开展一系列的实践课程, 使学生能够在实践的过程中对以后的工作方向和工作性质有一定的了解, 方便学生在求职就业过程中出现盲目、盲从、攀比的不良心理。

最后, 高职院校的教师要让学生们加强学习就业心理健康理论知识, 同时还要提高他们的实践应用能力, 使学生们的整体综合素质都能得到很大的提升, 这样就能体现出学生就业心理健康教育的实用性和针对性。

(二) 利用社会资源来加强心理健康教育的网络覆盖

如何让更多的学生在求职就业期间受到心理健康教育的正确引导, 而不是对单个学生进行心理疏导, 这是高职院校当前需要解决的重要问题。针对此问题, 高职院校应该扩大就业心理健康教育在空间和时间上的覆盖范围。首先, 可以通过社会上的校友会资源对学生进行就业心理健康教育。在互联网背景下, 网络的优势显得尤为重要, 各个城市都通过网络建立了校友会, 所有的就业实习生都可以加入到校友会中从中学习社会经验, 高职院校可以充分利用校友会资源, 通过在校友会中成立就业心理健康教育委员会, 让具有丰富工作经验的校友担任会长, 可以组织所有将要就业实习的学生参与到网络会议中, 这样不仅可以学生进行就业心理健康教育, 在一定程度上对高职院校的发展也能起到促进作用。其次, 还可以通过学校联谊的方式, 定期和自己学校关系较好的学校开展主题为就业心理健康教育活动, 让多个学校的学生共同参与、共同探讨, 这样不仅能够解决学生就业心理健康问题, 还能帮助学校之间建立更加友好的关系。

(三) 通过建设网络信息化来加强学生就业心理健康教育

网络信息化的强大优势在推进高职院校学生就

业心理健康教育方面起到了十分重要的作用。针对将要就业的学生心理健康问题,现在各大高职院校都利用互联网的优势建立了具有本校特色的心理健康咨询网站,但是却缺少针对性和实践性,为此,各大高职院校要通过开展“一对一”网络服务来加强心理健康教育的网站建设,为学生建立专门的就业心理健康讨论专区,保证对学生的就业问题进行及时的解决、有效的疏通他们的心理障碍<sup>[5]</sup>。另外,还可以利用微信、公众号、MSN等网络软件来加强师生之间的交流,帮助他们解决就业心理健康。

#### (四) 采取多样化的心理健康教育方式

针对高职院校学生在就业实习期间存在的心理问题,学校可以采取多样化的教学方式来对学生进行就业心理健康教育。首先,要重视学生的主体地位,在开展心理健康教育的时候要以学生的实际情况为出发点进行考虑,调动学生学习心理健康教育的积极性,激发他们的学习热情,锻炼他们独立思考的能力和实践能力。其次,高职院校要建立心理健康咨询室,可以通过线上和线下的不同方式对学生进行心理健康教育,例如,开展线下心理辅导社团、线上一对一单独辅导等模式来促进学生的就业心理健康教育。最后,高职院校的教师可以设定不同的主题,例如就业实习主题、学习主题等来引导学生进行心理健康教育的学习,并要重视教学方式的寓教于乐性。

#### (五) 加强关于校园心理健康 APP 开发建设工作

互联网的出现使得我国的信息技术得到了飞速发展,因此也使得人们通过手机进行娱乐、获取信息变为了可能。大学生活也不例外,高校学生可通过手机 APP 进行选课、社交以及娱乐。随着我国国民经济的不断壮大,人手一部手机已经变为了现实。为做好高等院校学生就业心理健康指导,有关部门有必要加大对校园心理健康相关的 APP 开发力度,以手机 APP 为媒介,对全体学生的心理健康教育进行全范围覆盖。除此之外,相关

网络部门还要利用大数据对不同学生进行精准的心理健康教育内容推送,使得大学生有一个较为清晰的人生观与价值观。一个人的行为是否得体,语言是否规范,在某种程度上是直接由思想品质来决定的。高等院校要引导每一位学生都应具备较高的爱国情怀与积极进取、不懈努力的奋斗精神,树立起一个新时代优秀大学生的良好精神风貌。因此,相关高等院校应重视大学毕业生的心理健康教育工作,加强相关网络 APP 的开发建设力度,为新时期新时代高等院校毕业生营造一个良好的心理健康教育氛围。

#### 结束语

综上所述,高职院校要从学生的实际情况出发,充分利用学校资源和互联网优势,做好学生就业心理健康教育,防止他们出现就业心理问题,帮助他们积极面对社会带来的压力,增强他们的抗压能力,使他们能够顺利的就业,提升高职院校的就业率。

#### 参考文献:

- [1] 李春艳. 高职院校学生心理健康教育现状与实施策略探究 [J]. 国际公关, 2020(11):59-60.
- [2] 刘小琴. 高职院校心理健康教育课程学生需求的调查与分析 [J]. 创新创业理论与实践, 2020,3(19):82-84.
- [3] 岳爱菊, 王亚男, 吴静莹. 高职院校学生网络心理健康教育途径透视与反思 [J]. 职业, 2020(28):28-29.
- [4] 逯苗. 高职院校学生的心理健康教育研究 [J]. 产业与科技论坛, 2020,19(13):205-206.
- [5] 王宁宁. 当代高职院校学生心理健康教育创新研究 [J]. 产业与科技论坛, 2020,19(13):206-207.

**作者简介:** 周洁, 女, 1993.3-, 贵州省岑巩县, 侗族, 本科, 学士学位, 讲师, 研究方向: 大学生思想政治教育。