

高校就业困难群体的精准帮扶机制： 基于心理与技能双重维度的探索

李佳

西北大学现代学院，陕西 西安 710000

摘要：本研究针对高校就业困难群体的概念界定、现状分析、心理维度助力策略、技能维度作用及精准帮扶机制构建进行了深入探讨。研究明确了就业困难群体的定义，分析了目前的现状，并提出了积极心理学在就业帮扶中的应用方法。同时，强调了技能培训对提升就业能力的重要性，并分析了技能赋能解决就业难的实际案例。最终，构建了包括“一对一”帮扶机制和“一人一策”就业指导在内的精准帮扶体系，并提供了创新方向。

关键词：高校就业困难群体；精准帮扶；心理维度；技能培训；就业指导

Precision Assistance Mechanism for College Students with Employment Difficulties: An Exploration Based on Dual Dimensions of Psychology and Skills

Li Jia

Affiliation: Modern College of Northwest University, Xi'an, Shaanxi 710000

Abstract: This study conducts an in-depth exploration of the conceptual definition, current situation analysis, psychological dimension assistance strategies, skill dimension roles, and the construction of a precision assistance mechanism for college students facing employment difficulties. The research clarifies the definition of the employment-difficult group, analyzes the current situation, and proposes the application of positive psychology in employment assistance. Meanwhile, it emphasizes the importance of skill training in enhancing employability and analyzes practical cases of skill empowerment to address employment difficulties. Finally, a precision assistance system including a "one-on-one" assistance mechanism and "one person, one policy" employment guidance is constructed, and innovative directions are provided.

Keywords: college employment-difficult group; precision assistance; psychological dimension; skill training; employment guidance

引言

在高等教育大众化背景下，就业形势日趋严峻，就业困难群体不仅深陷激烈的市场竞争漩涡，还因心理承压能力不足与职业技能短板，在求职道路上举步维艰，亟待社会各界协同发力，破解这一复杂的就业困局。宏观经济放缓、教育与市场脱节，以及人工智能的崛起，都加剧了就业挑战。特别是贫困学生，常面临自卑和焦虑，缺乏实践技能。本研究旨在探讨心理与技能双重视角的精准帮扶策略，以提升就业竞争力，满足市场需求。此举不仅助个人成长，减轻家庭负担，还促进社会和谐与经济发展。

一、高校就业困难群体的概念界定与现状分析

（一）概念界定

中共中央政治局会议先后提出了“六个稳定”“六个确保”的工作要求，其中“稳就业、保居民就业”始终是第一位的要求。近年来，高等教育逐渐普及，我国高校毕业生的数量逐渐增加，保障大学生就业、优化毕业生就业结构，一直是社会重点关注的问题。教育部、人社部数据显示，2022年我国大学毕业生达到1076万人。此后高校毕业生规模持续扩大，2023年为1158万人，2024年则达到1179万人^[1]。

在众多因素的共同影响下，高校毕业生面临的就业难题日益

凸显，尤其是针对就业困难毕业生的精准帮扶工作，更是成为这一挑战中的关键和棘手环节。高校就业困难群体通常包括那些受经济和心理问题困扰的学生，他们可能因家庭贫困而自卑、焦虑，对未来感到迷茫。缺乏实习和培训机会，他们往往难以获得必要的工作技能。心理资本的积累，即通过增强自我效能感、希望、乐观和韧性来培养积极心态，对大学生至关重要。这不仅有助于他们适应社会、促进学业和职业发展，还能缓解压力。家庭、学校和社会实践是培养心理资本的主要途径，但大学生在此过程中可能会面临多种挑战。因此，提升这些学生的心理资本，以更好地应对就业难题，是必须关注和努力的方向。

（二）现状分析

就业期望往往与现实存在较大差距，部分就业困难学生受社会舆论、家庭期望等因素影响，对薪资待遇、工作环境、职业发展前景等方面期望过高，但自身条件又难以匹配这些期望，导致求职屡屡受挫。在求职过程中，他们的信息获取渠道相对狭窄，较少主动利用网络招聘平台、社会人脉关系等拓宽求职渠道，错过许多就业机会。而且，就业困难群体在就业过程中普遍表现出自卑心里，这些学生在就业过程中，缺乏正确的自我认知，对自身的就业条件评估过低，在与用人单位沟通过程中无法全面地展示自己的能力和素质，畏首畏尾，从而错失就业良机。甚至有的学生还未开始尝试，就开始自我否定^[2]。

在就业过程中，高校就业困难群体面临着重重挑战。随着经济结构调整和产业升级，市场对人才的需求结构发生了深刻变化，对高端技术人才和复合型人才的需求大幅增加，而就业困难群体由于自身知识结构和技能水平的局限，难以适应这种变化，在就业市场上处于劣势地位。此外，就业市场的竞争愈发激烈，每年庞大的毕业生数量使得就业岗位供不应求，就业困难群体在与其他优秀毕业生的竞争中，往往因自身条件不足而难以脱颖而出。

二、心理维度助力高校就业困难群体的策略

（一）积极心理学在就业帮扶中的应用

积极心理学，主张探索人的乐观、积极等内在心理品质，以建立心理屏障和解决困难，提升幸福感。

在就业困难大学生心理健康教育中，积极心理学提供了优化途径。当前，大学生面临就业压力、心理问题等挑战，表现为消极焦虑、从众依赖、攀比嫉妒、啃老逃避等心理。基于积极心理学，可以通过发掘智慧与美德、开发潜能、增加正向情绪来提升大学生就业心理素质。培养乐观、勇敢等品质，帮助大学生保持积极心态，增强自信和勇气，克服困难。通过心理辅导开发潜能，明确自身定位，提高就业竞争力。增加正向情绪，如喜悦、感恩，预防心理问题，激发内在驱动力，为实现就业目标而努力。

（二）特殊群体毕业生就业心理调适及帮扶

特殊群体毕业生主要包括贫困生、学业困难生、就业焦虑生和就业迷茫生等类型。贫困生通常来自经济困难家庭，可能因教育条件有限和经济不稳定而自卑。学业困难生因学习方法和动力问题，对未来就业缺乏信心。就业焦虑生因人际交往障碍和就业压力，心理压力过大。就业迷茫生则因职业方向不明确而缺乏就业动力。

这些特殊群体毕业生在就业时面临的心理问题主要包括自卑、从众和抑郁。自卑心理可能源于成长环境差、教育条件和经济来源的差距，以及父母教育程度的不足，导致他们在面试中紧张、无法自信展示自己。从众心理是因为缺乏明确就业方向，受周围同学和社会舆论影响，没有坚定目标，容易焦虑和紧张^[4]。抑郁心理则可能由于人格发展不健全，自我认识不客观，无论是自我评价过高还是过低，都可能导致对未来的忧虑和抑郁。

三、技能维度对高校就业困难群体的作用

（一）技能培训指导的重要性

技能培训对高校就业困难群体至关重要，不仅提升他们的就业本领，还拓宽了就业渠道，并增加了就业底气。在竞争激烈的就业市场中，掌握关键技能是大学生进入职场的必备条件，技能培训能弥补知识和技能不足，提高专业素养和求职竞争力。同时，随着经济发展和产业结构调整，多样化的技能培训帮助学生了解更多行业 and 职业领域，如新兴行业的人工智能、大数据技能，为学生打开新的就业机会。此外，技能培训通过提供实际技能和证书，提升了学生的自我价值，增强了就业信心。

技能培训与社会需求紧密相连，培养具有创新精神和实践能力的技术应用型人才是社会的迫切需求^[5]。科技进步和产业升级转型要求人才具备实际操作技能和创新能力，技能培训使学生掌握新技能，提高综合素质，更好地适应社会发展。同时，技能培训促进学生与企业对接，了解企业需求和行业动态，提高就业适应性，如通过企业实习和实践课程提前适应工作环境。技能型人才的培养不仅助力学生就业，也为经济发展和产业创新提供了重要支撑。

（二）技能赋能破解“就业难”的案例分析

在首届职业技能大赛上，获奖学生凭借自身卓越的表现与高超的技能水平，预示出一片光明的就业前景。他们主要投身于新兴产业、先进制造业以及服务业等领域。例如，物联网项目的金牌得主以百万年薪成功入职新大陆集团，为高质量就业树立了典范。当下，各地纷纷出台积极政策，大力推动技能人才的发展，将职业资格或技能等级作为落户、人才引进以及招聘环节中的关键考量条件，切实保障技能人才能够获得与其能力相匹配的待遇^[6]。而教育部最新实施了高校学生就业能力提升“双千”计划，建设“微专业”、广泛汇聚培训资源，借助人工智能等新技术赋能，助力学生通过“微专业”和职业能力培训实现就业。以促就业为目标，立足推动高等教育人才培养供需适配，帮助学生补齐知识和技能结构短板，助力毕业生在离校前迅速提升就业能力，促进高质量充分就业。

四、高校就业困难群体精准帮扶机制的构建

（一）建立精准帮扶工作机制

健全工作机制，发挥就业专职教师联动作用，利用就业动态信息库、用人单位资料库和工作推进台账，一生一策，分类指导。推送合适岗位，重点对不就业、缓就业学生加强思想引导，提高就业自主意识，指导毕业生改变传统观念，正视自身，以此提高应对毕业压力的能力^[7]。“一对一”模式深入掌握毕业生个人及家庭状况、就业规划、进展和挑战，提供定制化就业指导、学业辅导和岗位推荐。为全方位保障毕业生就业权益，尽力为每一位就业困难毕业生建立专属《就业帮扶登记卡》，记录其就业轨迹和帮扶措施。毕业生提供基本信息，导师则跟进记录，并保证毕业生参与至少三次咨询、获得三个岗位推荐、参加三次就业活动。

（二）落实帮扶措施

以“关注重点群体，强化精准帮扶”为原则，从多方面着手。通过制定挂科学生帮扶计划、毕业困难学生帮扶计划等，定期开展各类培训讲座，有针对性地提升学生知识水平，为其筑牢基础。在学生在校期间，应注重对他们综合能力的培养，以契合用人单位的招聘需求。一方面，强化思想引领，通过朋辈对话等形式发挥榜样力量，激励学生积极向上，树立正确的学习与就业观念。另一方面，着重培养学生自我管理、自我规划、自主实践的能力，让学生在大学期间就能主动提升自身综合素质。在升学方面，组织有经验的教师通过“复试经验交流会、一对一辅导”等形式，指导考研学生准备复试，提高录取率，并关注调剂政策，利用社会资源推荐学生。同时，学校多渠道收集就业信息，为困难毕业生推荐合适岗位，引导他们参与基层项目和入伍预征，实现多渠道就业^[8]。学校就业指导中心可以举办多样化招聘会，利用就业网、线上招聘等平台，以及学校“一帮一”行动，精准推送政策、岗位和指导。

五、基于心理与技能双重维度帮扶模式的创新方向

（一）个性化心理辅导与技能培训相结合

基于就业困难学生在心理层面和技能需求上的显著差异，精准设计并实施极具针对性的个性化帮扶策略。具体而言，对于在求职进程中因自信心匮乏而致使表现不尽如人意的学生群体，采取双管齐下的措施。一方面，全力投入专业的心理咨询与辅导资源。通过开展一对一深度心理咨询，精准剖析学生个体的心理症结，同时组织团体心理辅导活动，营造积极的群体互动氛围，以此引导学生深度洞察自身的优势与短板，从而构建起积极且稳健的就业心理态势。另一方面，秉持因材施教的原则，深度结合学生的专业背景、个人兴趣爱好，精心策划并定制专属的技能培训课程体系，确保学生能够在与自身特质高度契合的领域中，高效地提升专业技能与就业竞争力。

（二）引入先进的心理测评工具和技能评估体系

利用先进的心理测评工具，如职业性格测试、情绪智力测试等，准确了解就业困难学生的心理特点和潜在问题。根据测评结果，为学生提供有针对性的心理干预措施。同时，建立科学的技能评估体系，对学生的专业技能、通用技能等进行全面评估^[9]。通过模拟面试、项目实践等方式，检验学生的技能水平，并及时反馈，以便调整帮扶策略。

（三）强化校企合作，实现心理与技能同步提升

加强与企业的校企合作，为就业困难学生提供实习和实训机会。在实习过程中，企业导师不仅可以指导学生提升专业技能，还能关注学生的心理状态，给予及时的心理支持。例如，企业可以组织职业发展讲座、团队建设活动等，帮助学生增强职业认同感和团队合作能力，缓解就业压力。同时，高校教师与企业导师共同制定培养方案，确保学生在心理和技能方面都能得到有效地提升。

（四）利用互联网和信息技术开展帮扶

借助在线学习平台、虚拟实习平台等信息技术手段，为就业

困难学生提供便捷的心理辅导和技能培训资源。学生可以根据自己的时间和需求，随时随地进行学习和实践。例如，通过在线心理辅导课程，学生可以学习应对就业压力的方法和技巧；利用虚拟实习平台，学生可以模拟真实的工作场景，提升实践能力。此外，还可以利用社交媒体平台建立就业困难学生互助社区，让学生之间分享经验、互相鼓励，共同克服就业困难^[10]。

（五）建立长效的心理与技能帮扶机制

建立健全就业困难学生精准帮扶的长效机制，确保帮扶工作的持续性和有效性。在心理帮扶方面，设立专门的心理辅导机构，配备专业的心理辅导教师，为学生提供长期的心理支持。在技能帮扶方面，与企业合作建立实习基地、培训中心等，为学生提供持续的技能提升机会。同时，建立就业困难学生档案，跟踪学生的就业情况和发展动态，及时调整帮扶策略。

六、结束语

本研究围绕心理与技能两个维度，构建了针对高校就业困难群体的精准帮扶体系。通过理论探讨和案例分析，明确了经济和心理双重挑战下的学生群体，并提出了提升其心理资本和职业技能的具体措施。研究强调了积极心理学在就业指导中的应用，以及技能培训对提高就业竞争力的关键作用。实践中，通过“一对一”指导和“一人一册”跟踪，有效提升了毕业生就业率。这些成果不仅促进了学生就业，也为高校就业工作提供了创新策略，对社会和谐与进步贡献了力量。

参考文献

- [1] 方芳, 杨鑫, 俞洋. 高校就业困难毕业生精准帮扶对策探究与分析[J]. 大学, 2023, (34): 133-136.
- [2] 刘娟, 刘东升. 新形势下高校大学生就业困难群体帮扶策略研究[J]. 品位·经典, 2023, (06): 123-126.
- [3] 侯春秀. 高校就业困难毕业生精准帮扶机制研究[J]. 江苏商论, 2023, (08): 114-117. DOI: 10.13395/j.cnki.issn.1009-0061.2023.08.010.
- [4] 徐洁. 聚焦心理困难群体, 打造“三全”就业格局[J]. 才智, 2023, (05): 124-127.
- [5] 莫继承. 高校就业困难毕业生精准帮扶长效机制探索[J]. 中国轻工教育, 2020, (05): 42-47.
- [6] 莫佳, 宋玮. 高职院校就业困难毕业生多方联动的精准服务路径研究[J]. 住宅与房地产, 2020, (33): 235-243.
- [7] 陈梦涵, 黄鑫慧. 高校毕业生就业帮扶工作案例探析——以河南省某高校艺术设计学院为例[J]. 公关世界, 2022, (13): 119-121.
- [8] 田丽苗. 高校就业困难毕业生精准帮扶对策研究[J]. 就业与保障, 2020, (14): 55-56.
- [9] 刘瑛. 高校就业困难毕业生精准帮扶机制研究[J]. 产业创新研究, 2020, (13): 193-194.
- [10] 吴晓军. 北京: 提高政治站位全力以赴稳就业[J]. 中国人力资源社会保障, 2022, (07): 25-27.