

高校毕业生延期毕业与就业困境的思政教育干预路径研究

张影¹, 高峰^{2*}

1. 塔里木大学生命科学与技术学院, 新疆 阿拉尔 843300

2. 塔里木大学化学化工学院, 新疆 阿拉尔 843300

DOI:10.61369/ETI.2025100033

摘要：当前，高校毕业生延期毕业与就业困境已成为社会焦点。2024年高校毕业生规模达1179万，其中38%选择“慢就业”，延期毕业率同比上升12%。结合塔里木大学生命科学与技术学院2025届毕业生群体中，学业拖延、心理危机及就业困境等问题凸显，学业压力、心理焦虑与就业逃避形成恶性循环。针对此，本研究构建“价值引领、心理干预、职业赋能”三维联动的思政教育干预路径：以主流价值观重塑职业认知，通过心理监测与个性化辅导缓解焦虑，借助职业规划与产学研合作提升实践能力。同时提出“课程+活动+实践”闭环育人模式，融合数字化平台与动态追踪机制，实现全程全域育人。研究为破解毕业生困境提供了系统性解决方案，强调思政教育在价值引导、心理赋能与职业适配中的关键作用，助力培养德才兼备的高素质人才。

关键词：心理危机；就业困境；高素质人才

Research on Ideological and Political Education Interventions for Graduation Delay and Employment Challenges Among University Graduates

Zhang Ying¹, Gao Feng^{2*}

1. College of Life Sciences and Technology, Tarim University, Alar, Xinjiang 843300

2. College of Chemistry and Chemical Engineering, Tarim University, Alar, Xinjiang 843300

Abstract：Currently, delayed graduation and employment difficulties among college graduates have become a societal focus. In 2024, the number of college graduates reached 11.79 million, with 38% choosing "slow employment," and the delayed graduation rate increased by 12% year-on-year. Among the 2025 graduating cohort at the School of Life Sciences and Technology, Tarim University, issues such as academic procrastination, psychological crises, and employment difficulties have become prominent, forming a vicious cycle of academic pressure, psychological anxiety, and employment avoidance. To address this, this study constructs a three-dimensional ideological and political education intervention pathway integrating "value guidance, psychological intervention, and career empowerment": reshaping career cognition through mainstream values, alleviating anxiety via psychological monitoring and personalized counseling, and enhancing practical skills through career planning and industry-academia-research collaboration. It simultaneously proposes a closed-loop educational model combining "courses + activities + practice," integrating digital platforms and dynamic tracking mechanisms to achieve holistic education throughout the entire process. This research offers a systematic solution to graduate employment challenges, emphasizing the pivotal role of ideological and political education in value guidance, psychological empowerment, and career alignment to cultivate high-caliber talents with both integrity and competence.

Keywords：psychological crisis; employment dilemma; high-caliber talents

一、研究背景与必要性

当前，高校毕业生延期毕业与就业困境已成为社会关注的焦点。根据国家统计局数据，2024年高校毕业生规模达1179万，其

中38%选择“慢就业”，而延期毕业率同比上升12%。这一现象的成因复杂，既涉及经济结构转型、就业市场供需失衡等客观因素，也与毕业生职业认知偏差、心理适应能力不足等主观问题密切相关。思想政治教育作为高校育人工作的关键组成部分，在引导学

项目基金：国家自然科学基金，二氧化锡基电化学传感器用于高效检测木犀草素并揭示其作用机制，项目批准号：22462031。

通讯作者简介：高峰，男，博士，副教授，研究方向：电化学传感技术，邮箱：gaofeng137@tju.edu.cn。

生树立正确价值观、增强心理素质以及提升职业能力等方面发挥着不可替代的作用^[1]。将思想政治教育融入解决毕业生面临的问题中，有望为问题的解决提供新的思路和方法。

二、现状与问题分析

（一）延期毕业及就业困境的群体特征

在塔里木大学生命科学与技术学院2025届324名毕业生中，延期毕业及就业方面存在不同群体特征。学业拖延群体方面，23%的学生因课程补考未通过而延期毕业，其中6%的学生是由于校园跑未达到规定标准，全院约35%的学生呈现消极怠惰心理，缺乏学习动力和进取心。心理危机群体中，有1.2%的学生被确定为重点关注对象，存在睡眠障碍、无心学习且拒绝与老师和同学交流的状况。就业困境群体表现多样，约21%的学生拒绝投递简历，对未来职业发展感到迷茫；38%的学生认为岗位与专业不匹配，不愿到与专业无关的单位就业；57%的学生一心专注于考研考公，甚至宁愿选择二战也不考虑就业（图1）。



图1 (a) 学生学业完成情况和 (b) 学生不愿就业情况

（二）多维困境的交互影响

学业压力、心理焦虑和就业逃避之间存在恶性循环。学业压力往往会导致学生产生心理焦虑，而心理焦虑又可能促使学生逃避就业，部分学生因此产生“毕业即失业”的自我否定认知，这进一步加剧了他们所面临的困境。这种交互影响使得问题更加复杂，需要全面深入地分析成因并寻找解决办法。

三、思政教育视角下的成因剖析

（一）价值引领缺位

从职业观来看，相关调查结果显示，32%的学生将“编制岗位”作为唯一的就业选择，这种单一的职业观念极大地限制了他们的就业视野和选择范围。在发展观方面，约51%的学生存在“一步到位”的功利化倾向，过于追求短期的职业目标和利益，从而忽视了自身的长远发展。价值引领的缺位使得学生在职业选择和发展规划上出现偏差，影响了他们顺利毕业和就业。

（二）心理建设薄弱

心理建设薄弱主要体现在抗挫能力缺失和自我认知偏差两方面。研究表明，56%的学生无法接受考试失利等挫折，明显缺乏应对困难和挫折的能力。约34%的学生存在“专业无用论”的认知误区，对自己所学专业的价值和发展前景缺乏正确的认识。这些心理问题进一步加重了学生在学业和就业上的困境。

四、思政教育干预路径构建

基于上述对思政教育现状、问题及成因的全面且深入的分析，本研究旨在构建一套价值引领、心理干预以及职业赋能三维联动的思政教育干预路径（图2），以提升思政教育的实效性和针对性，更好地促进受教育者的全面发展。

（一）价值引领工程：思政教育的灵魂基石

以主流价值观为核心导向。价值引领是思政教育干预路径中的核心部分，如同灯塔为航船指引方向。在当今多元文化交织的时代，各种思想观念相互碰撞，受教育者容易在复杂的信息洪流中迷失方向。因此，思政教育必须以主流价值观为核心导向，将社会主义核心价值观融入教育的每一个环节。通过课堂教学、主题讲座、社会实践等多种形式，向受教育者传递爱国、敬业、诚信、友善等价值理念，培养他们正确的世界观、人生观和价值观。

强化理想信念教育。理想信念是一个人的精神支柱和动力源泉。在价值引领过程中，要强化理想信念教育，引导受教育者树立远大的理想和抱负。通过讲述革命先辈的英勇事迹、当代楷模的奋斗故事，让他们深刻认识到个人的成长与国家的发展紧密相连，激发他们为实现中华民族伟大复兴的中国梦而努力奋斗的热情。同时，要关注受教育者的个体差异，根据不同年龄段、不同专业背景的特点，制定个性化的理想信念教育方案，提高教育的针对性和实效性。

营造积极向上的文化氛围。价值引领不仅要通过直接的教育活动来实现，还需要营造积极向上的文化氛围。学校、家庭和社会要共同努力，打造一个充满正能量的文化环境。学校可以开展丰富多彩的校园文化活动，如文化节、科技节、社团活动等，让受教育者在参与中感受文化的魅力，培养良好的品德和行为习惯。家庭要注重言传身教，树立良好的家风，为孩子的成长提供温暖的港湾。社会要加强文化建设，弘扬优秀传统文化和时代精神，传播正能量，为受教育者提供健康的精神食粮。

（二）心理干预机制：思政教育的情感纽带

建立心理监测体系。心理干预是思政教育不可或缺的一部分。在当今快节奏的生活中，受教育者面临着学习、就业、人际关系等多方面的压力，容易出现各种心理问题。因此，要建立完善的心理监测体系，及时发现受教育者的心理异常情况。可以通过定期的心理测评、日常观察、学生反馈等方式，全面了解受教育者的心理状态，为后续的心理干预提供依据。

开展个性化心理辅导。针对不同的心理问题，要开展个性化的心理辅导。

心理辅导人员要具备专业的知识和技能，能够根据受教育者的具体情况，制定个性化的辅导方案。对于轻度心理问题，可以通过心理咨询、心理讲座等方式进行疏导；对于严重心理问题，要及时转介到专业的医疗机构进行治疗。同时，要注重心理辅导的持续性和系统性，跟踪受教育者的心理变化，确保辅导效果。

培养积极心理品质。除了对心理问题进行干预外，还要注重培养受教育者的积极心理品质。通过开展心理健康教育课程、团体心理辅导等活动，引导受教育者学会自我调节、情绪管理和应对

挫折的能力。培养他们乐观向上、坚韧不拔的精神品质，提高他们的心理抗压能力和适应能力。

（三）职业赋能计划：思政教育的实践拓展

加强职业规划指导。职业赋能是思政教育与社会需求相结合的重要环节。

在当今竞争激烈的就业市场中，受教育者需要具备良好的职业素养和职业能力。因此，要加强职业规划指导，帮助他们了解自己的兴趣、特长和优势，制定合理的职业规划。可以通过职业测评、职业咨询、企业参观等方式，让受教育者对不同的职业有更深入的了解，为他们的职业选择提供参考。

提升职业技能培训。除了职业规划指导外，还要提升受教育者的职业技能培训。根据不同的专业和职业需求，开设相关的技能培训课程，如计算机技能、沟通技巧、团队协作等。通过实践教学、实习实训等方式，让受教育者在实际操作中提高自己的职业技能水平。同时，要鼓励受教育者参加各种职业技能竞赛，提高他们的实践能力和创新能力^[2]。

促进产学研合作。为了更好地实现职业赋能，要促进产学研合作。学校、企业和科研机构要加强合作，建立产学研合作基地，为受教育者提供更多的实践机会和就业渠道。企业可以参与学校的人才培养方案制定，提供实习实训岗位和就业机会；学校可以为企业提供技术支持和人才储备；科研机构可以为产学研合作提供理论指导和技术创新。通过产学研合作，实现资源共享、优势互补，提高受教育者的职业竞争力。

价值引领、心理干预以及职业赋能三维联动的思政教育干预路径是一个有机的整体，相互关联、相互促进。价值引领为思政教育提供了方向和灵魂，心理干预为思政教育提供了情感支持和保障，职业赋能为思政教育提供了实践拓展和应用平台。通过构建这一三维联动的干预路径，可以提高思政教育的实效性和针对性，更好地促进受教育者的全面发展，为社会培养更多具有高尚品德、健康心理和专业技能的高素质人才。

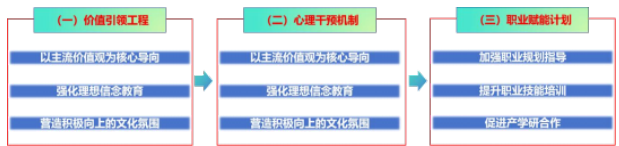


图2 思政教育干预路径

五、采取措施

为实现高校毕业生延期毕业与就业困境的系统性破解，需构建“课程+活动+实践”三位一体的思政教育闭环，通过数字化赋能与动态追踪机制，形成全程育人、全域育人的长效机制。

（一）构建“课程+活动+实践”思政教育闭环

课程思政与专业教育深度融合。以OBE（成果导向教育）理念为指导，将思政元素嵌入专业课程教学闭环。通过“课前预热-课中渗透-课后拓展”的全链条设计，将科学精神、工匠精神等价值观融入知识传授。将“乡村振兴”“生物多样性保护”等议题融入实验课程，引导学生在科研实践中树立服务国家战略的使命

感。同时，开发“职业锚测评”“生涯访谈”等个性化课程模块，帮助学生明确职业兴趣与优势。

主题活动与实践育人协同推进。建立“理论学习-情境体验-行动转化”的实践思政体系。参考山东财经大学“三千计划”经验，组织毕业生赴重点企业、基层单位开展实践活动，通过“大国工匠”微课、校友分享会等形式，强化职业价值观塑造。联合新疆本地生物科技企业，设计“产学研融合实践周”，让学生在真实项目中提升技能并深化职业认知。同时，开展“压力转化工作坊”“挫折教育主题班会”等心理赋能活动，运用箱庭疗法、角色扮演等技术缓解就业焦虑。校企社协同构建实践平台。搭建“校内-校外-云端”三位一体的实践育人网络。校内通过“职业适应力工作坊”“创新创业模拟实训”强化技能培养；校外联合企业建立实习基地，实施“简历诊断-模拟面试-签约指导”全流程服务；云端开发“专业-岗位”匹配度评估系统，整合行业用人数据库，为学生提供精准就业信息。

（二）毕业生发展追踪机制的长效化建设

多维度数据采集与分析。建立包含就业质量、职业满意度、技能应用等指标的追踪体系。通过问卷调查、校友访谈、用人单位回访等方式，持续收集毕业生发展数据。联合其他高校，对生命科学领域毕业生进行5年期追踪，分析其职业路径与高校教育的关联性^[3]。

反馈机制与教育优化。将追踪结果反哺教学改革。若发现毕业生普遍面临“专业技能与岗位需求脱节”问题，需调整课程设置，增加实践学分；若“基层就业意愿不足”，则强化“红色文化+职业规划”课程设计。同时，通过“校友企业-毕业班”定向输送通道，实现人才培养与市场需求的动态匹配。

社会服务功能延伸。利用追踪数据形成《毕业生就业质量年度报告》，为政府制定就业政策、企业优化用人策略提供参考。例如，通过分析新疆地区生物科技人才缺口，推动高校与地方政府共建“产学研基地”，助力区域经济发展。

六、研究结论与展望

（一）结论

本研究针对高校毕业生延期毕业与就业困境的复杂性，揭示了学业拖延（23%）、心理危机（1.2%）及就业困境（57%专注考研考公）的群体特征，指出学业压力、心理焦虑与就业逃避的恶性循环是核心症结。提出构建“价值引领、心理干预、职业赋能”三维联动的思政教育干预路径，以主流价值观重塑职业认知、心理监测与个性化辅导缓解焦虑、产学研合作提升实践能力，并融合“课程+活动+实践”闭环育人模式与数字化平台，实现了全程全域育人的新思路。思政教育通过价值引导、心理赋能与职业适配的协同作用，未来将有可能破解毕业生困境，为培养德才兼备人才提供新范式。

（二）展望

未来需进一步深化理论与实践融合，例如将“乡村振兴”议题嵌入实验课程以强化国家战略使命感；拓展数字化平台功能，开

发行业趋势预测模块与沉浸式职业场景（如基层治理模拟）；构建跨校毕业生追踪数据库，分析5年期职业发展轨迹以优化课程设置；推动“校友企业－毕业班”定向输送通道常态化，助力区域人才战略与高校教育协同；同时关注少数民族学生等特殊群体的文化适配性教育，提升思政干预的包容性与精准度。本研究不仅为破解“慢就业”“考研热”等现实问题提供解决方案，更探索了思

政教育在服务国家战略与区域发展中的实践路径，其多维联动模式为新时代高校育人改革提供了兼具理论深度与实践价值的参考框架。

参考文献

[1] 杨超, 孙元, 张芯悦, 等. 浅谈高校思想政治教育与创新创业教学改革和实践的融合发展 [J]. 高教研究: 西南科技大学, 2021, 37(2): 28-35.
[2] 滕源. 高质量发展背景下提升职业技能培训对策研究 [J]. 理财 (市场版), 2024(4): 76-77.
[3] 黄慧. 让数据说话: “多维度学习诊断”工具的开发与价值分析 [J]. 基础教育课程, 2017(11): 6.