

弘扬“劳动精神”提升大学生就业心理韧性——新质生产力视角

张之明

上海电力大学 经济与管理学院

DOI:10.32629/jief.v7i9.18288

[摘要] 新质生产力是以科技创新为主的生产力,强调高科技、高质量和高效能的发展路径,大学生是推动新质生产力发展的关键力量。当前国际形势变幻莫测,经济复苏缓慢,人口出生率下降,就业形势严峻,在多重压力下急需提高大学生就业心理韧性,实现从学习到生产的顺利转变。本文将从新质生产力的视角出发,探讨如何弘扬“劳动精神”以提升大学生就业心理韧性,并提出具体的路径和策略。

[关键词] 新质生产力; 劳动精神; 就业; 心理韧性

中图分类号: C97 **文献标识码:** A

Promoting the "Spirit of Labor" and Enhancing the Psychological Resilience of College Students' Employment: A Perspective of New Quality Productivity

Zhiming Zhang

School of Economics and Management, Shanghai University of Electric Power

[Abstract] New quality productivity is a type of productivity mainly based on scientific and technological innovation, emphasizing a development path of high technology, high quality and high efficiency. College students are the key force driving the development of new quality productivity. The current international situation is unpredictable, economic recovery is slow, the birth rate is declining, and the employment situation is severe. Under multiple pressures, it is urgent to enhance the psychological resilience of college students in employment and achieve a smooth transition from study to production. This article will start from the perspective of new quality productivity, explore how to promote the "labor spirit" to enhance the psychological resilience of college students' employment, and propose specific paths and strategies.

[Key words] New quality productivity; The spirit of labor; Employment; Psychological resilience

引言

2023年9月,在哈尔滨举办的新时代推动东北全面振兴座谈会,发出号召,要积极培育战略性新兴产业、未来产业,加快形成新质生产力,增强发展新动能。懂技术善学习的新型人才是新质生产力的关键,高校是重要培养基地。同时,复苏缓慢的国内外经济发展形势给社会带来巨大压力,投资不足,消费降级,对大学生而言就是不可回避的就业焦虑。我国大中小学长期重理论知识轻实务操作的教育模式,也使大量学生社会经验不足,缺乏现实感,抗压能力难以应对当前快节奏高强度的学习、工作和生活。劳动教育贯穿人类发展历史长河,当下更显重要意义。我们要回归本质,探索在大学教育和就业指导中全程融入劳动教育,结合积极心理养成模块,提升大学生就业心理韧性,培养新型人才,促进国家新兴产业和未来产业发展。

1 提升就业心理韧性的现实意义

1.1 发展新质生产力,需要新型人才

新质生产力作为新时代经济发展的新引擎,核心是培养能

够适应现代技术、驾驭高端先进设备,同时具备知识快速迭代能力的新型人才。这类人才不仅需要具备丰富的专业基础知识,更需要养成创新思维、跨界融合能力和不断学习的能力。培养新型人才是发展新质生产力的内在要求,也是提升国家竞争力和实现可持续发展的必由之路。

1.2 就业难、慢就业,需要提升毕业生心理韧性

近年来,高校毕业生数量逐年攀升,预计2026年毕业生数量约为1270万,同比增加约48万。同时,随着家庭经济平均水平的提升,部分毕业生对就业岗位的期望值和选择标准也相应提高,进一步加剧难就业、慢就业的状况。

就业压力引发的心理健康问题使社会各界倍感压力。有报告指出,高达23%的大学生存在不同程度的焦虑和抑郁症状,就业焦虑是引发应届毕业生心理健康问题的重要因素。通过加强劳动教育、心理健康教育和求职技能培训,引导毕业生提升心理韧性,建立正确的就业观念,增强面对就业困局的勇气和信心,显得尤为重要。

2 就业现状和高校劳动教育分析

2.1 就业市场总体稳定, 面临结构性压力

据教育部统计数据 displays, 全国普通高校毕业生数量在2025年约为1222万人, 2026年预计达1270万人, 再创历史新高。就业市场竞争日益加剧, 对综合素质和就业能力提出更高要求。尽管高校毕业生规模持续扩大, 但得益于经济结构的调整和产业升级, 以及各地区、各有关部门落实落细就业优先政策, 就业市场总体保持稳定。据人力资源社会保障部数据, 2025年1月-9月, 全国城镇新增就业人数1057万人, 完成全年目标任务的88%, 就业形势保持总体稳定。

就业领域多元化。新兴行业如互联网、大数据、人工智能等快速发展, 传统制造业转型升级, 毕业生就业领域呈现多元化趋势。IT/互联网/游戏行业毕业生需求旺盛, 近年来一直处于各行业的首位, 释放20%-25%的毕业生职位需求。

就业意向与市场需求不匹配。毕业生就业意向与市场需求之间仍存在不匹配现象。例如, 毕业生普遍向往央企、国企和政府机关和事业单位等稳定职位, 而对民营经济等领域的关注相对较少。

2.2 高校劳动教育现状

提高重视程度。各高校多措并举, 加强劳动教育课程建设, 结合课后服务工作开设劳动教育特色社团等活动, 以培养学生的劳动技能和劳动素养。

形式丰富多样。高校劳动教育包括组织学生参与产教融合、校园绿化美化、卫生保洁等实践活动, 鼓励学生参与家务劳动和社会实践, 培养学生劳动意识和劳动习惯, 提高社会责任感和团队协作能力。

2.3 职业生涯规划 and 就业创业课程状况

课程设置广泛。各高校普遍开设了职业生涯规划 and 就业创业课程, 引导学生了解自己的兴趣爱好、特长和价值观, 提升求职信息收集整理能力, 规划职业生涯目标路径。

教学内容丰富。这些课程通常包括职业兴趣测试、职业信息收集与处理、职业生涯规划目标设定、路径规划、求职技巧培训、创业指导等内容。通过系统学习, 学生可以更加全面地了解自己和就业市场, 提高就业和创业成功率。

综上所述, 面对日益严峻的高校毕业生就业形势, 各高校应加强劳动教育、职业生涯规划 and 就业创业课程的建设与改革, 以培养学生的综合素质和就业能力为目标, 助力毕业生顺利就业和创业。

3 弘扬“劳动精神”提升大学生就业心理韧性路径

“就业难”微观上关乎毕业生个人发展, 宏观上影响到社会稳定与国家未来。下文将从劳动精神与工匠精神的传承、组织不同年级学生的假期实践和社会探索、开设劳动技能选修课、借鉴其他国家和地区高校劳动教育经验, 以及毕业班学生的强化提升等方面, 探讨如何弘扬“劳动精神”以提升大学生就业心理韧性。

3.1 传承劳动精神、工匠精神

劳动精神和工匠精神是中华民族宝贵的精神财富, 不仅体现了对劳动的尊重和对职业的热爱, 更蕴含了追求卓越、精益求精的态度和理念。在高等教育中, 传承和弘扬这两种精神, 对于培养大学生的就业心理韧性具有深远意义。

丰富课程体系。高校应将劳动精神和工匠精神融入课程体系, 通过开设相关课程或专题讲座, 让学生深刻理解这两种精神的内涵和价值。同时, 结合学校和专业特色, 引导学生加强理论联系实际, 培养敬业精神和创新能力。

融入校园文化。通过校园文体活动、宣传栏、校园广播和网页等多种形式, 营造崇尚劳动、尊重工匠精神的氛围。定期举办劳动小能手竞赛、工匠精神分享会等活动, 感受劳动的魅力, 激发学生对职业的热爱和追求。

3.2 不同年级学生假期实践和社会探索

实践是检验真理的唯一标准, 在提升大学生就业心理韧性方面同样有效。组织不同年级学生参加假期实践和社会探索活动, 在实践中锻炼能力、增长见识。

低年级学生可以参与社区服务、支教、环保等公益活动, 培养社会责任感和团队协作能力。同时, 也能初步了解社会需求和职业方向, 为未来的职业规划打下基础。

中高年级学生需要参与专业实习、科创等更具挑战性的实践活动。深入了解行业现状和专业发展趋势, 提升专业技能和综合素质。此外, 还可以组织他们进行社会调研和创业实践等活动, 培养其对市场的感知以及创新思维和创业能力。

3.3 开设劳动技能选修课

为了进一步提升大学生的劳动技能和就业竞争力, 高校可以开设劳动技能选修课, 让学生根据自己的兴趣和职业规划选择相应的课程进行学习。

课程设置紧贴社会需求。劳动技能选修课可以涵盖多个领域和方面, 如手工制作、机械操作、电子技术、烹饪技艺等。学生既可以学习到实用的劳动技能, 又能培养动手能力和创新思维。

加强实践教学和实践基地建设。在课程设置上应提高实践教学的比重, 加强校内实验室和校外实践基地建设, 通过实际操作、案例分析和现场传帮带等方式让学生将理论知识转化为实践能力。

3.4 借鉴其他国家和地区高校劳动教育经验

在全球化背景下, 借鉴其他国家和地区高校劳动教育的成功经验对于提升我国大学生的就业心理韧性具有重要意义。通过国际交流项目或合作办学等方式, 了解和学习国外高校在劳动教育方面的先进理念和实践经验。立足本土化创新, 通过融合中外劳动教育的精华部分, 打造具有中国特色的劳动教育体系, 为培养具有全球竞争力的高素质人才奠定坚实基础。

部分国家和地区工业化较早, 高校在劳动教育方面积累了丰富的经验。以下是对一些典型国家和地区高校劳动教育经验的归纳和总结。

3.4.1 美国的实用主义与实践。实用主义传统与“做中学”

理念。美国的实用主义传统促进劳动教育。19世纪末20世纪初,进步主义教育家杜威、帕克、克伯屈等大力推动,学校教育改革引入“做中学”理念,培养学生社会适应技能。美国中小学开设生产劳动课程,是其劳动教育的基本主张,也是生活教育的主要诉求。通过不同年级的劳动教育,帮助学生逐步建立职业意识和自我意识,培养动手能力,认识劳动的意义。

成熟的课程设置与实施方式。美国劳动教育体系成熟,从幼儿园直至高中甚至大学,都有相应的劳动教育课程。劳动教育实施方式多样,采用合作学习、项目制学习、探究学习等多种教学方法,使学生更好地理解和掌握知识。

3.4.2德国的“双元制”和产教融合。“双元制”教育模式促进职业教育发展。德国先进的职业教育得益于其发达的“双元制”模式,这是一种将学校教育与企业实践紧密结合的教育模式。校企交流融合为学生提供学习和实践场景。在“双元制”模式中,学生的评价由学校和企业共同完成,这种评价方式更全面地反映了学生的能力和表现。

课程内容与实践活动涵盖多层场景。德国的劳动教育课程内容丰富多彩,涵盖多个领域和层面。学生不仅学习传统的劳动技能,还参与各种实践活动,如企业实习、项目研发等。通过实践和创新活动,将理论知识应用于实际场域,提升实践能力和职业素养。

3.4.3芬兰的生活劳动教育和学科整合。生存技能与劳动教育结合。芬兰地处北欧,自然环境独特,注重培养学生生存技能。中小学阶段开设和日常生活相关的劳动教育课程,如家庭经济课程和纺织、木工等技术课。在技术课上,学生学习使用各种工具进行简单的木工制作,使用缝纫机进行布艺制作;在家庭经济课程上,学习烹饪、熨烫衣物等生活技能。

整合学科,嵌入劳动教育。芬兰不仅明确设置一些劳动教育课程,还在其他一些课程中嵌入劳动教育的精神。例如,在物理课中让学生通过制作汽车或船等实践活动来内化一些学科知识和能力。这种嵌入式学习不仅提高了学生的参与感和学习兴趣,还有助于培养实践能力和创新精神。

3.4.4日本的团队精神和实践创新。培养责任感与团队精神。日本注重在劳动教育中培养学生的责任感和团队精神。学校经常组织学生参与集体活动和社区服务,让学生体验到劳动的乐趣和价值,培养社会责任感和团队协作精神。

注重实践和创新。日本的劳动教育课程非常注重实践性和创新性。学校通过各种实践课程和活动课程,提升学生参与意识,强化实践能力和创新能力。在实施方式上,日本多采用小组合作学习、项目式学习等多种教学方法,引导学生群策群力,激发学习兴趣和积极性。

3.4.5启示与借鉴。教育内容注重实践性和创新性。典型国家和地区的劳动教育都强调实践性和创新性,通过实践活动和项目式学习等方式来提高学生的实践能力和创新能力。课程设置要保持系统连贯,加强学校与社会衔接,实行多元化评价方式。

综上所述,他山之石可以攻玉,我们可以借鉴其他国家和地

区的高校在劳动教育方面积累的丰富经验和成功做法,因地制宜因时制宜,来发展我国劳动教育事业。

3.5 强化提升毕业班学生综合素质

对于即将步入职场的毕业班学生来说,强化提升劳动教育、压力管理、时间管理、求职技巧和实习实践等方面的能力至关重要。通过组织毕业班学生参与实习实训、实践大作业、志愿服务等活动,进一步强化其劳动观念和劳动技能,树立正确就业观和职业观。

强化压力适应管理。从学校到职场的跨度巨大,面对求职压力,毕业班学生需要学习有效的压力管理方法。高校可以开设心理健康课程或举办专题讲座,教授学生如何调整心态、缓解压力,保持积极乐观的心态面对就业挑战。

提高时间管理能力。职场行事要求有时效。通过培训或指导等方式,帮助他们学会合理规划时间、提高学习效率,确保在有限的时间内完成学业和求职等任务。

在实习实践中提升求职技巧。加强对毕业班学生的求职技巧培训,包括信息搜集、简历制作、面试技巧、职业规划等方面。鼓励毕业班学生积极参与实习实践,通过亲身体验了解职场环境和职业要求。

综上所述,弘扬“劳动精神”以提升大学生就业心理韧性是一个系统工程,需要高校、社会、家庭和学生等多方面的共同努力。通过传承劳动精神和工匠精神、组织假期实践和社会探索、开设劳动技能选修课、借鉴国外经验以及强化毕业班学生的综合能力提升等措施,可以有效增强大学生的就业心理韧性和复原能力,提升效能感,助力适应职场环境,稳步融入社会,实现个人成就和社会价值的双重提升。

[项目基金]

2025年上海电力大学思想政治教育研究课题“五育并举”视域下高校劳动教育长效模式构建路径探析(编号:SDSZ2517)。

[参考文献]

[1]教育部.2026届高校毕业生规模预计1270万人,央视新闻,2025.11.20.http://news.cnr.cn/kuaixun/20251120/t20251120_527435853.shtml.

[2]任保平.新质生产力:内涵特征与形成路径[J].经济学家,2024(3):5-15.

[3]张雷声.劳动精神融入高校思想政治教育的实践路径研究[J].中国高等教育,2023(15):45-49.

[4]教育部.《2026届高校毕业生就业扩容提质行动实施方案》[Z].2025-11-20.

[5]中国就业研究所.《高校毕业生就业心理韧性调查报告(2025)》[R].北京:中国人民大学出版社,2025.

[6]清华大学教育研究院.《高校劳动教育实践模式创新研究》[M].北京:教育科学出版社,2023.

作者简介:

张之明(1980--),男,汉族,安徽宿州人,硕士,上海电力大学,讲师,研究方向:创新创业与职业生涯规划、心理健康教育。