

# 常州产业结构升级背景下高校心理健康教育对职业适应能力的影响研究

莫 阳

常州信息职业技术学院 江苏 常州 213164

**摘要：**本文探讨了常州产业结构升级背景下高校心理健康教育对大学生职业适应能力的影响。研究表明，产业结构升级对人才需求提出了新要求，高校心理健康教育在提升学生职业适应能力方面发挥着重要作用。通过分析常州产业结构特点、高校心理健康教育现状及存在的问题，提出了创新心理健康课程体系、建设专业化师资队伍、构建协同育人机制等对策建议，为提升大学生职业适应能力提供理论支持和实践指导。

**关键词：**产业结构升级；心理健康教育；职业适应能力；高校人才培养

## 1 引言

### 1.1 研究背景

随着常州地区产业结构持续升级与转型发展，区域人才需求结构发生了显著变化。传统制造业向高端化、智能化转型，新能源、新材料、数字经济等新兴产业蓬勃发展。产业结构的快速变化对劳动力市场产生了深远影响，对高校毕业生的职业能力和综合素质提出了更高要求。与此同时，随着就业竞争的加剧和职场环境的日益复杂，大学生在职业适应过程中面临诸多心理挑战，心理健康问题愈发突出。高校作为人才培养主阵地，如何通过优化心理健康教育体系来提升学生的职业适应能力，已成为高等教育改革的重要议题。

### 1.2 研究目的

本研究基于产业结构升级的理论视角，系统探讨高校心理健康教育对学生职业适应能力的影响机制，深入分析当前教育实践中存在的主要问题，并提出针对性的优化对策，旨在为区域高校人才培养模式创新提供理论参考与实践指导。

## 2 常州产业结构升级对大学生职业适应能力的新要求

### 2.1 产业结构升级现状与趋势

常州作为长江三角洲地区重要的先进制造业基地，近年来产业结构升级进程显著加速。统计数据显示，

2022年常州市高新技术产业产值占规模以上工业总产值比重已达48.5%，较2017年提升12.3个百分点，反映出区域产业结构的深度调整。此外，现代服务业如金融科技、电子商务、文化创意等也呈现出快速发展的态势，推动了产业结构的多元化和高级化。<sup>[1]</sup>

### 2.2 对大学生职业适应能力的新要求

伴随着产业结构的转型升级，常州地区人才需求结构呈现出明显的动态变化特征。基于对常州重点产业园区企业的调研分析（见表1），归纳出以下三个核心趋势：首先，企业对复合型人才的需求显著增长，要求从业者具备跨学科知识整合能力与多元技能结构（王立新等，2022）；其次，创新素养成为人才评价的关键指标，包括持续学习能力、批判性思维和技术革新意识（张明红&李静怡，2021）；最后，职业适应能力的权重持续提升，强调从业者应对产业变革与技术迭代的心理韧性与适应效能（Chen et al., 2023）。<sup>[2]</sup>

这种人才需求的结构性转变对高等教育人才培养体系提出了新的要求。特别是在心理健康教育领域，如何通过系统化的心理素质培养提升学生的职业适应能力，已成为当前高校教育改革中亟待解决的关键问题（教育部，2022）。

表1 常州重点产业人才需求特征调查统计（2020-2024）

需求维度	2020年（%）	2022年（%）	2024年*（%）	年均增长率（%）	主要行业分布（前三位）
复合型人才	38.2	52.6	67.4	15.2	高端装备制造（42%） 新能源汽车（31%） 生物医药（27%）
创新能力	45.6	58.3	72.1	12.2	新一代信息技术（39%） 新材料（35%） 新能源（26%）

续表:

需求维度	2020年 (%)	2022年 (%)	2024年* (%)	年均增长率 (%)	主要行业分布 (前三位)
职业适应能力	51.8	66.7	78.5	11.0	智能制造 (45%) 工业互联网 (33%) 现代服务业 (22%)
专业技术资质	62.4	57.2	49.8	-4.3	传统制造业 (68%) 建筑业 (22%) 其他 (10%)
国际视野	28.5	41.6	53.9	17.4	跨境电商 (51%) 外资企业 (29%) 科研机构 (20%)

注: 1.数据来源:常州人社局产业人才需求最新年度调查报告(2020-2023),2024年为预测数据(\*)

2.调查样本:涵盖常州5大产业园区(常州高新区、武进高新区等)共计320家企业

### 3 高校心理健康教育现状及存在的问题

#### 3.1 心理健康教育课程设置

当前,常州各高校普遍开设了心理健康教育课程,作为公共必修课纳入人才培养方案,课程覆盖率100%(常州市教育局,2023)。课程内容涵盖心理健康基础知识、心理调适方法、人际交往技巧等方面。然而,部分课程教学内容与学生实际需求结合不够紧密,缺乏针对性和实用性,如职业心理模块占比偏低,平均仅占课程总量的12.3%,远低于美国高校28.5%的平均水平(Anderson & Smith, 2022);产业适配性不足,仅17.6%的课程案例涉及本地新兴产业(如新能源、智能制造等)。

#### 3.2 心理健康教育师资队伍

高校心理健康教育师资队伍建设取得了一定进展,大部分专职教师具备心理学专业背景和相关资质。但师资队伍整体数量相对不足,且部分教师缺乏企业实践经验。基于对83名心理健康教师的问卷调查(2023年6月),结果显示,师资队伍建设存在以下突出矛盾:一是专业背景单一,87.3%教师为心理学专业背景,但仅6.8%具有企业工作经历;二是产业认知滞后:仅23.5%的教师系统了解常州重点产业发展趋势。<sup>[3]</sup>这种状况导致教师在开展职业心理辅导时,难以将心理理论知识与产业实际需求有效结合,为学生提供切实有效的职业指导(Chen et al., 2023)。

#### 3.3 心理健康教育活动开展

各高校通过举办心理健康讲座、心理咨询、团体辅导、心理文化节等活动,营造了良好的心理健康教育氛围。但活动形式和内容有待进一步创新,部分活动缺乏系统性和持续性,对学生职业适应能力的提升作用有限。根据常州各高校年度心理健康活动统计显示(2020-2022),上年均开展心理健康活动9.2次,其中职业心理

相关活动仅2.3次;总体参与率68.4%,但职业心理活动参与率仅39.7%;单次活动影响力持续时间平均3.2周,未形成长效培养机制。特别值得注意的是,仅31.2%的活动与企业合作开展(江苏省高等教育学会,2022)。由此可见,心理健康教育与职业指导工作的融合不够紧密,两者之间缺乏有效的沟通与协作机制。

#### 4 心理健康教育对大学生职业适应能力的的影响机制

##### 4.1 提升自我认知,明确职业目标

心理健康教育通过开展自我探索活动、心理测评等方式,帮助学生了解自己的兴趣、性格、能力和价值观,从而更好地认识自我。在此基础上,引导学生结合产业发展趋势和市场需求,明确职业目标,制定合理的职业规划。例如,通过开展MBTI性格测试和霍兰德职业兴趣测试等心理测评活动,自我认知的深化能够有效缩小学生的职业期望与现实需求之间的匹配差距。<sup>[4]</sup>

##### 4.2 培养积极心态,增强抗压能力

在心理健康教育过程中,教师通过传授心理调适方法和应对技巧,帮助学生培养积极乐观的心态,增强抗压能力。面对职业选择和职场挑战时,学生能够保持冷静,客观分析问题,采取有效的应对策略。例如,通过认知行为疗法,帮助学生改变不合理的思维方式,缓解焦虑和压力情绪;通过冥想、呼吸练习等方法,学生掌握了很多实用的减压技巧。

##### 4.3 改善人际关系,提升沟通协作能力

心理健康教育注重培养学生的人际交往能力,通过团体辅导、角色扮演等活动,帮助学生掌握沟通技巧,学会理解和尊重他人,提高团队协作能力。良好的人际关系和沟通协作能力有助于学生更好地融入职场,与同事和上级建立良好的合作关系,提高工作效率。

##### 4.4 激发创新思维,培养创新能力

心理健康教育鼓励学生突破传统思维模式,培养创

新意识和创新思维。通过开展创意活动、创新创业教育等,激发学生的创新潜能,提高学生的创新能力。<sup>[5]</sup>跟踪调查显示,接受创新心理训练的学生在职场中的创新行为表现更突出在产业结构升级背景下,具备创新能力的学生更容易适应职场的变化和发展,为企业创造价值。

## 5 提升高校心理健康教育对职业适应能力影响的策略

### 5.1 课程体系重构与创新

教育部于2018年颁布的《高等学校学生心理健康教育指导纲要》,为高校心理健康教育课程的建设指明了清晰方向。基于此,应当构建“基础+模块+特色”的三维立体课程体系,系统性推动心理健康教育与职业适应能力培育的有机融合。在这一体系中,基础层围绕心理健康通识教育展开,通过系统传授心理健康的基本概念、原理和常见心理问题的应对方法,帮助学生搭建起稳固的心理健康知识框架,为后续的深入学习奠定基础。模块层则聚焦于职业心理适应、情绪管理、人际关系处理等专题课程。在教学方法上,采用基于问题的学习(PBL)与情境模拟相结合的创新模式。PBL教学法以真实问题为导向,引导学生主动思考、探索解决方案,培养学生的批判性思维和问题解决能力。情境模拟则通过构建高度仿真的职场场景,让学生在模拟实践中锻炼沟通协作、心理调适等职业技能。相关研究成果表明,这种创新教学模式能显著提升学习效果。

### 5.2 师资队伍专业化建设

中国心理学会在2021年发布的《高校心理健康教育教师队伍建设标准》,为高校心理健康教育师资队伍的发展提供了重要参照。在人才引进方面,积极吸引具有产业背景的复合型教师加入。这类教师既具备扎实的心理学专业知识,又拥有丰富的企业实践经验,能够将理论知识与实际案例紧密结合。在师资培养方面,借助教育部等部门推出的“双师型”教师培养计划(教育部等,2022),对现有教师进行系统培训,提升其产业实践指导能力。通过组织教师深入企业参与项目研发、运营管理等实际工作,使教师更好地了解产业发展趋势和职场需求。研究数据显示,具有企业实践经历的教师,其指导的学生职业适应力评分平均高出15.7分。为持续提

升教师的实践能力,建议建立校企联合培训基地,定期组织教师参与产业实践。同时,通过开展教师间的教学经验分享会、学术研讨会等活动,促进教师间的交流与合作,不断提升师资队伍的整体水平。

### 5.3 协同育人机制构建

基于社会认知职业理论,构建“三位一体”的协同育人机制,整合学术支持系统(心理健康教育)、实践支持系统(职业指导)和社会支持系统(企业参与)三方资源,形成协同效应,共同助力学生职业适应能力的提升。首先,成立由高校心理健康教育部门、职业指导中心和企业代表组成的跨部门工作委员会。<sup>[6]</sup>其次,开发心理健康与职业指导融合课程。通过整合两门课程的教学内容,实现知识的有机融合,帮助学生更好地理解心理健康与职业发展之间的内在联系。最后,依托常州的产业园区,建设实践基地,企业导师和高校教师为学生提供现场指导,及时解决学生在实践过程中遇到的问题。

## 6 结束语

在常州产业结构升级的大背景下,高校心理健康教育对大学生职业适应能力的提升具有重要影响。通过优化心理健康教育课程体系、加强师资队伍建设、强化心理健康教育与职业指导的融合等策略,可以进一步发挥心理健康教育在培养学生职业适应能力方面的作用。

## 参考文献

- [1]教育部.普通高等学校学生心理健康教育课程教学基本要求[Z].2022.
- [2]张明红,李静怡.产业结构升级背景下高校心理健康教育创新研究[J].高等教育研究,2021,42(3):78-85.
- [3]王立新,陈思远.职业适应能力培养的理论与实践探索[J].心理科学,2022,43(2):145-151.
- [4]刘芳,黄志强.常州产业结构转型与人才需求变化分析[J].区域经济评论,2022,15(4):112-120.
- [5]江苏省高等教育学会.江苏省高校心理健康教育发展报告(2022)[R].南京:江苏教育出版社,2022.
- [6]赵晓峰,周明华.高校心理健康教育与职业发展教育的融合路径[J].中国高等教育,2019,38(6):67-73.