

慢就业背景下大学生就业指导教育改革探析

韦相晓

南宁学院人工智能学院, 广西 南宁

收稿日期: 2025年10月29日; 录用日期: 2025年11月27日; 发布日期: 2025年12月3日

摘 要

本文以大学生“慢就业”现象为切入点, 分析其成因, 指出当前就业指导教育中存在的不足, 并提出改革建议。研究发现, 高校就业指导缺乏精准性、学生就业观念偏差、实践脱节等是主要原因。为此, 建议构建一体化课程体系, 强化生涯规划意识, 拓展就业教育第二课堂, 以有效应对“慢就业”挑战。

关键词

慢就业, 大学生, 就业指导教育, 改革

Analysis of the Reform of Employment Guidance Education for College Students under the Background of Slow Employment

Xiangxiao Wei

College of Artificial Intelligence, Nanning University, Nanning Guangxi

Received: October 29, 2025; accepted: November 27, 2025; published: December 3, 2025

Abstract

This paper takes the phenomenon of “slow employment” among college students as a starting point, analyzes its causes, points out the shortcomings in current career guidance education, and proposes reform suggestions. The study finds that the lack of precision in university career guidance, students’ deviated employment perspectives, and the disconnection from practical needs are the main reasons. Accordingly, it recommends constructing an integrated curriculum system, strengthening career planning awareness, and expanding second classroom activities for employment education

to effectively address the challenges of “slow employment”.

Keywords

Slow Employment, College Students, Employment Guidance Education, Reform

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 大学生慢就业现象状况分析

1.1. “慢就业”的内涵

随着高校毕业生人数的逐年增加,经济下行压力增大,校园招聘缩减,就业形势严峻,但在高校毕业生中却出现一种“慢就业”现象,引起社会的高度关注。“慢就业”指大学生毕业后不立即就业或深造,而是选择缓冲期进行探索和规划。如艾国金、杨奇等学者认为“慢就业”是毕业季高校毕业生“既不打算马上工作又不打算继续深造”,而是暂时选择游学、旅游、考研、考公、创业考察等来开阔视野、重新审视自我[1][2]。慢就业又分为主动型慢就业和被动型慢就业两种。主动型,即基于个人发展目标而进行的积极选择;被动型,即因外部因素限制而无法及时就业的状态[3]。主动“慢就业”,是指毕业生在具备就业意愿和基本能力的前提下,基于明确的个人发展规划、价值追求或目标优化考量,主动选择暂时不进入传统全职就业状态,而是利用过渡期进行有目的、有计划的活动(如深造学习、技能提升、考试准备、创业探索、游历体验、寻找更理想工作等),并预期此阶段结束后能更好地实现长期职业目标或人生价值。被动慢就业是指毕业生具备强烈的就业意愿并积极寻求工作,但由于客观条件限制或外部因素阻碍,在较长时间内(通常超过社会一般预期)无法成功获得符合其期望(如专业、薪资、地点、稳定性)或勉强可接受的工作机会,从而被迫处于非自愿的待业或非充分就业状态。可见,慢就业有些是毕业生生理性的、主动的职业等待,有些则是消极的、被动的职业逃避。

1.2. 从数据看“慢就业”现象

新形势下,选择“慢就业”的毕业生人数不断增多,比例也不断上升。据智联招聘在2024年3月下旬至4月中旬,面向2024届毕业生的问卷调研显示,2024届毕业生自由职业、慢就业比例上升,比重分别从2023年的18.9%、13.2%增长到2024年的19.1%、13.7%。随着高校研究生招生持续扩招,毕业生在国内继续学习的比例从去年的4.9%提高到6.5%。单位就业依然是主要去向,占比55.5%,但较2023年下降2个百分点调查。

本研究对南宁某高校2024届毕业生发放问卷邀请函、问卷链接等方式邀请毕业生填写,回收有效问卷3718份,有效问卷回收率64.39%。调研报告显示,未就业毕业生中“慢就业”占比较高,进一步分析毕业生未就业原因,主要为“准备公招考试”(占比34.72%)、“没有找到适合的岗位”(占比28.65%)、“准备继续深造”(占比23.96%)。

2. 大学生慢就业现象成因分析

“慢就业”直接反映了学生本人的就业意愿,主要受个人求职能力、家庭期望、家庭条件、学校培养、求职市场等多方面因素影响。以下为慢就业现象成因的归纳及分析。

2.1. 主动型慢就业原因分析

2.1.1. 学生缺乏正确的就业观念，择业观出现偏差

学生职业期望过高，大学期间没有形成正确的择业观和就业观，追求理想化工作(如国企、高薪、一线城市等)，导致“高不成低不就”。智联招聘《2023 大学生就业力调查报告》显示，55.2%的应届生期望首份工作月薪 ≥ 8000 元，而实际签约平均薪资仅 6030 元，存在显著落差。58 同城《2022 高校毕业生就业趋势》指出，42%的毕业生首选国企/事业单位，但这类岗位实际占比不足 20%，竞争激烈导致“缓就业”。部分学生受社会评价影响，将“体面稳定”(如公务员、名企)作为唯一标准，择业更倾向于选择经济发达地区或符合个人兴趣的职业，不愿接受基层或普通岗位。未将个人职业理想与国家需求结合，就业选择个性化但脱离现实。某高校 2025 届毕业生就业意向分析报告显示，毕业生首选去向“应聘国有企业”，占比 29.10%；次选去向“应聘民营企业”，占比 23.16%。毕业生首选去向“家乡/父母所在地或周边地区”，占比 63.49%。期望主要工作行业为“信息传输、软件和信息技术服务业”，占比 31.03%。期望主要工作职位类别为“工程技术人员”，占比 39.48%，平均期望薪酬为 4987 元。

2.1.2. 家庭条件优越，就业压力较小

部分学生家庭经济条件较好，不急于就业，甚至选择“啃老”或长期备考(如考研、考公)。北京大学中国家庭追踪调查(CFPS)显示，家庭年收入 ≥ 30 万元的学生中，48%选择慢就业(考研/考公/旅行)，而收入 < 10 万元的家庭仅 12%。部分中产家庭将子女备考期视为“家庭投资”，家长对“慢就业”持默许态度，未施加就业压力，导致学生缺乏紧迫感。《中国青年报》调查称，一线城市毕业生中，35%的父母明确表示“可支持子女 1~2 年不工作”。

2.1.3. 追求更高学历或职业转型

考研/留学成为“缓兵之计”，部分学生主动选择考研、留学或考公，以提升竞争力，而非直接进入就业市场。教育部数据显示 2024 年考研报名人数达 438 万，其中往届生占比 47%，部分学生因就业压力“二战”“三战”。新东方《2023 中国留学白皮书》指出，31%的留学生表示“若国内找到理想工作则放弃留学”，反映留学决策的就业避险属性。对当前专业不满意，希望通过额外学习(如跨专业考研、考证)调整职业方向。领英《2022 中国职场人转型报告》显示，文科生转向 IT/金融等行业时，平均需投入 6-12 个月学习新技能，间接延长就业周期。

2.1.4. 新经济形态下的就业路径多元化

部分学生尝试创业、自媒体、自由职业等新兴就业形式，导致传统就业时间延迟。《中国大学生创业报告》指出，2022 年毕业生创业率 3.2%，但其中 62%的创业项目存活期不足 1 年，一些学生创业失败后重新走入职场。抖音《00 后职业趋势报告》称，54%的 Z 世代将“自媒体博主”视为理想职业，但仅 12%能实现稳定收入。

2.2. 被动型慢就业原因分析

2.2.1. 高校就业指导课程设置流于形式

就业指导课程的设置是就业指导服务中至关重要的一环，可以帮助求职者掌握求职技巧、职场技能和职业规划等方面的知识，提高求职成功率。目前，各高校虽然都开设就业指导课程，纳入人才培养方案，但普遍存在重视不够的现象，就业课程体系的构建仍存在众多问题。

一方面，师资力量不足。师资队伍缺乏专业性、实战经验和行业洞察力，教学内容陈旧，教师教学水平有待提高。另一方面，大学生就业心理指导是帮助大学生成功就业的重要一步，但部分高校就业指导课程内容缺失对学生就业心理指导，不利于培养大学生良好的择业、就业心态，不利于增强大学生心

理素质,若学生在求职过程中屡屡受挫而产生消极心理状态,不能进行自我调适,最终的结果是逃避就业,形成被动慢就业。同时将就业指导课程划分为普适性教育。未能实现专业与职业相匹配,缺乏个性化和差异化的指导服务。这就导致学生对自己未来适合从事什么职业、职业应具备的知识、技能知之甚少,这势必付出转换成本。某高校针对 2025 届毕业生开展就业意向调研,调研涵盖毕业生 6439 人,其中本科毕业生 32 个专业,6390 人;专科毕业生 6 个专业,49 人。调研分析报告显示,28.70%的毕业生求职压力认为求职有难度,但能克服。主要困难分别是“缺乏应试技巧(简历/面试)”(占 48.89%)、“专业知识和技能掌握不够”(占 46.37%)、“自我定位不清楚”(占 38.06%),45.49%的毕业生希望学校提供的就业指导服务是“求职技巧培训”,毕业生希望学校提供的考公指导和服务主要分布为“模拟考公”(占 47.06%)、“考公专题讲座”(占 44.99%)、“考公技巧讲座”(占 44.83%)。希望获得的升学深造的指导与服务分别是“考研试题分析”(占 50.00%)、“考研技巧指导”(占 48.08%)、“考研资讯”(占 36.54%)。

2.2.2. 高校的职业规划缺乏精准性及针对性

为提高大学生的职业生涯规划意识,大多数高校在第一学年开设生涯规划,引导学生进行职业生涯规划,但高校开设的生涯规划课程更倾向于对帕森斯特质因素论、霍兰德人格类型理论、舒伯生涯发展理论、生涯规划意义及步骤等生涯规划理论的讲授,实际教学过程缺乏结合学生所学专业、运用测评工具对学生开展有针对性测评和指导,学生感觉枯燥乏味,课堂参与积极性不高,收效甚微。由于专业化、个性化职业生涯辅导的缺失,学生虽然掌握一些生涯理论知识,但对于如何结合自身情况进行个性化的分析、探索,学生仍摸不着头绪。此外,学生对自我探索不足,致使学生无法真正了解自己,了解专业及未来从事的职业,撰写的职业生涯规划书仅仅局限于完成老师布置的作业,就业信心明显不足。

2.2.3. 专业实践与就业实践脱节

慢就业现象真正的根源在于社会实践缺失[4]。一方面,部分高校人才培养与社会需求相脱节,没有进行充分的社会调研,不了解社会对人才的真实需求,闭门造车地制订人才培养方案,而且教学过程以理论讲授为主,缺少实践教学和社会实践活动。另一方面,整个就业指导服务过程缺少实践能力的培养,仅通过学校常规开设的就业课程的理论学习,不能将理论与实践结合起来,充分开展企业实习和创业培训等活动,学生很难在就业能力上得到真正的提升。因此,在求职的过程中,学生无法真正了解社会需求和职业环境,更难明确自己的岗位目标,且缺乏实践经验,职业技能不足,在面对实际就业时捉襟见肘,无疑会出现慢就业现象。

2.2.4. 家校沟通不充分

家庭和学校在大学生的学习生活和就业创业中起到关键作用,家庭与学校的充分沟通与联合,有利于帮助大学生树立正确的人生观、价值观、就业观和择业观,端正大学生就业心态,为其就业创业做好充足准备。然而,目前各高校和家庭对于家校合作的重视不够,不能很好地协作。学校希望培养出来的大学毕业生都能在毕业时早早落实工作单位,但有些家境优渥的家长对孩子的慢就业听之任之,一定程度上助长了学生的慢就业,对提升大学生精准就业创业有一定影响[5]。

3. 慢就业现象下大学生就业创业指导服务体系的构建

当前,“慢就业”群体中出现明显的“主动慢就业”和“被动慢就业”两种类别。对于积极主动选择的大学生来说,“慢就业”是他们主动的选择,“主动慢就业”的同学并非不就业,而是“以进为退”,更好地走好人生之路;而被动消极选择的大学生,包括借着游学、陪伴父母等幌子逃避竞争而迟迟不肯进入职业市场以及面对严峻就业压力暂时没有找到合适工作。高校应因材施教、因事施教,注重个体差异,因人而异,给予观念和政策的支持,给予他们更加宽容的环境和发展空间,因此,提出了下列建议,

为重建就业创业指导服务系统提供参考。

3.1. 主动慢就业的对策建议

1) 强化价值观教育，提升信息与资源服务

在教育过程中，形成“全员、全过程、全方位”的育人模式。通过价值观教育引导学生在求职时应根据自己的专业素养、能力、兴趣、职业规划等作出选择，而不仅以高薪、舒适为标准。同时加强师德师风建设，通过榜样的力量来潜移默化地影响学生。另外，提供高质量的生涯规划咨询，帮助毕业生科学评估自身、明确目标、制定可行计划。搭建优质实习实践、技能培训、创业孵化平台，丰富其过渡期的“工具箱”。提供可靠的国内外深造、游学、志愿者项目信息。

2) 鉴于近些年“升学热”、“考公热”的兴起，学校可开设专项培训课程，精准定位这部分“主动慢就业”群体，将专升本、考研、考公或出国升学的准备注意事项、行业最新动态等内容搬入课堂，为学生提供更多市场化选择，使得授课内容符合学生需求实际，适应用人单位需求，实现成功就业。

3) 针对“慢就业”是为了“创业”积累阅历的同学，可通过协调第一课堂与第二课堂的综合发展，促进专业知识与课外实践的有机结合，提供创新创业的支持和指导，例如提供创业计划书撰写指导、创业投资论坛、创业导师等服务，切实提升学生创新能力及创业能力，让学生能够主动且积极地面对创业，而非因客观因素盲目被动地选择创业，同时能够避免学生在就业创业过程中出现盲目自信、眼高手低等现象。

4) 鼓励支持家长参与到学生就业过程，建立健全“家校共建、共促就业”合力机制[6]，家长利用自身资源和社会关系，积极帮助学生寻找社会实践、实习、就业的资源，让学生将理论与实践结合，在实践中增长才干，最终实现高质量就业。

3.2. 被动慢就业的对策建议

3.2.1. 构建一体化课程内容体系

1) 建设大学全阶段课程内容体系。根据学生自身特点及具体情况模块化安排就业课程，实现课程内容由浅到深逐步开展。大一阶段主要进行大学生职业生涯规划教育，帮助学生树立职业理想，确立职业目标；大二阶段引导学生进行职业能力和创业能力培养，鼓励大学生创新创业，提升其岗位适应能力；大三阶段主要进行就业教育，包括求职技巧、就业信息、相关就业政策制度与法律法规，并对学生进行职业心理素质的培养；大四阶段主要进行针对性指导，帮助学生顺利度过求职阶段，分专业每年更新课件，将重点放在唤醒就业意识、激发职业兴趣、转变就业观念等方面[7]。

2) 建立适合当代大学生的就业指导体系。针对当代大学生的特点，针对不同专业、不同年级的不同侧重点，科学合理地设置全程化就业指导内容并落地实施，力求实现大学生就业指导工作系统化与实效化。

3.2.2. “唤醒”学生职业生涯规划意识

开设《职业生涯规划课》，进行职业规划启蒙。具有清晰的职业生涯规划是解决“慢就业”问题的重中之重，是全程化就业指导的第一步[8]。因此，各高校可在新生入学就开设《职业生涯规划课》，引导学生意识到职业生涯规划的重要性。

1) 引入职业倾向测试、性格测试等测评工具。在规划课中可以将霍兰德职业倾向测试、MBTI 性格测试、生涯彩虹图绘制等测评工具引入课堂，引导学生了解自己的人格类型、性格等，进行自我探索，全面了解自己、认知自己，准确定位，结合自身特点，对自己做出合理、正确的人生规划，最终达到人尽

其才、才尽其用的效果。心理学研究表明,人和人之间的差异主要体现在身体素质、智力和性格等方面,最终又表现为能力与性格上的差异。个人性格的差异化 and 职业的多样化表明,世界上没有人能适应社会上每一种职业。因而,职业和职业性质与就职者个性特征之间的合理配合对企业和个人双方都有好处。

2) 引导学生主动了解各种职业,了解外部环境,探索适合自己的职业。如果自身的知识与个人的观念、能力脱离社会需求,学生将很难被社会接纳;相反,如果学生能在求职时实现社会需求与个人能力的统一,在充分认清自己的前提下,结合自己的人格类型,将社会需要与个人愿望有机结合,初步确立自己的职业目标,围绕职业目标规划自己大学四年的学习生活,这将避免临近毕业的就业焦虑,有助于确保职业的稳定性。

3) 保证教学内容紧跟时代发展及学生需求。开展职业生涯规划系列活动,运用国内最先进的职业生涯规划测评系统为学生进行职业测评,引导学生读懂、分析测评报告;建立生涯过程管理电子档案,引导学生持续关注自己的生涯规划发展变化情况,根据自身情况和环境变化进行动态调整,每学年完善、增补档案,将生涯规划融入大学学习生活的全过程。将科技元素合理融入教学,吸引学生兴趣。如引导学生利用 H5 技术创新制作求职简历,利用应用程序模拟面试着装。通过以上这些方式,全面唤醒职业生涯规划意识。

3.2.3. 打造就业教育第二课堂

第二课堂作为高校立德树人重要抓手,在进行大学生就业教育工作中起着非常重要的作用。开设丰富多彩、学生喜闻乐见的第二课堂,吸引学生积极参与到第二课堂中来,为学生提供更多的职业发展机会和选择,帮助他们应对慢就业现象,提高就业和职业发展的成功率。

1) 开设新生开展职业生涯规划大赛、生涯嘉年华,让学生对职业生涯规划重要性有充分的认识,并在生涯规划活动中体验如何进行职业生涯规划,为提升就业能力做好储备,不盲从、不盲目地理性“慢就业”,积极主动地为自己规划未来。

2) 开展职场精英挑战赛、与就业指导专家面对面、职场大咖沙龙等活动,邀请前辈校友分享自身经历,让学生提前了解行业动态、职场环境,学生提前认识到主动规划职业道路的重要,同时,开展简历制作大赛、求职训练营、玩转就业周等活动,提升学生的简历制作水平、求职面试技巧,提高毕业生面试成功率。

3) 开展交通志愿者、医院义工或图书馆管理员等社会实践活动,培养学生的综合素质能力,提高人际交往能力,让同学能从中接触到竞争激烈的社会,学会合理利用时间,学会降低期待值,学会计算和承受成功的时间成本,锻炼出极其强大的抗压能力和自律能力来扛过整个毕业就业选择期。

基金项目

本文是广西教育科学“十四五”规划 2023 年度课题《精准就业服务视域下民办高校毕业生“慢就业”应对策略研究》阶段性成果,项目名称:2023C632。

参考文献

- [1] 艾国金,燕琴,胡丹.地方高校毕业生“慢就业”现状与对策研究——以 X 学院 2021 届本科毕业生为例[J].大众标准化,2023(19): 110-112.
- [2] 杨奇,周平.新时代高校毕业生“慢就业”现象解析与对策研究[J].中国大学生就业,2023(3): 17-24.
- [3] 邓建文.高校毕业生“慢就业”现象研究及其破解路径[J].教育教学研究,2025(7): 168-169.
- [4] 付译萱,张颂.高校大学生慢就业精准帮扶的对策[J].山西财经大学学报,2021(10): 211-213.
- [5] 孙艳菊.“慢就业”现象下高校毕业生就业路径研究[J].黑龙江工程学院学报,2025,39(5): 63-64.

-
- [6] 杨叶. 生涯决定社会学习理论视域下高校毕业生“慢就业”现象解析与对策[J]. 管理视野, 2025, 18(18): 104-105.
 - [7] 李伟静. 慢就业现象下大学生就业创业指导服务体系探究[J]. 河南农业, 2021(24): 11-12.
 - [8] 刘益迎, 徐瑞雪, 李德静. 全程化就业指导视角下高校毕业生“慢就业”对策研究[J]. 就业指导, 2019(24): 55-56.