

# AI时代职业发展视角下设计类学生就业心理困境及路径突破

闫五一

上海理工大学出版学院, 上海

收稿日期: 2025年1月7日; 录用日期: 2025年2月17日; 发布日期: 2025年2月28日

## 摘要

随着人工智能(AI)技术的蓬勃发展, 设计行业正经历深刻的变革, 这对设计专业学生的就业心理及职业发展带来了前所未有的挑战。本研究基于职业发展的视角深入探讨了AI时代设计专业学生的就业心理困境, 研究发现学生主要存在自我价值困惑和认知冲突、专业技能焦虑和学习压力、职业规划缺失和定位迷茫等心理困境。为有效突破这一困境, 本研究提出四条路径: 培育学生AI素养, 铸就未来智慧之基; 强化职业规划指导, 筑牢生涯发展基石; 建立心理支持体系, 稳固心理安全屏障; 深化校企合作项目, 拓宽产教融合路径。这些突破路径的实施, 旨在帮助设计类专业学生有效提升心理健康水平, 更好地适应AI时代的就业环境, 实现个人职业发展的突破。

## 关键词

AI时代, 职业发展, 设计类, 就业心理, 困境和路径

## The Psychological Dilemma and Path Breakthrough of Design Students in Employment from the Perspective of Career Development in AI Era

Wuyi Yan

College of Publishing, University of Shanghai for Science and Technology, Shanghai

Received: Jan. 7<sup>th</sup>, 2025; accepted: Feb. 17<sup>th</sup>, 2025; published: Feb. 28<sup>th</sup>, 2025

## Abstract

With the vigorous development of artificial intelligence (AI) technology, the design industry is

undergoing profound changes, which has brought unprecedented challenges to the employment psychology and career development of design students. Based on the perspective of career development, this study deeply discusses the psychological dilemma of design majors in the era of AI, and finds that students mainly have psychological dilemmas such as self-worth confusion and cognitive conflict, professional skill anxiety and learning pressure, lack of career planning and confused orientation. In order to effectively break through this dilemma, this study proposes four paths: cultivating students' AI literacy and building the foundation of future wisdom; strengthening career planning guidance and building a solid foundation for career development; establishing a psychological support system to stabilise psychological safety barriers; deepening school-enterprise cooperation projects and broadening the path of integration of industry and education. The implementation of these paths aims to help design students effectively improve their mental health, better adapt to the employment environment in the AI era, and achieve breakthroughs in their career development.

## Keywords

AI Era, Career Development, Design Major, Employment Psychology, Dilemma and Path

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. 引言

在 AI 时代, 职业发展正经历着一场深刻的变革, 我们既要看到其中蕴含的机遇和挑战, 也要积极应对变革。在麦肯锡(2024)报告中指出, 在 2030 年~2060 年间会有 50% 的现有职业被 AI 取代, 同时受 AIGC 影响的十大职业中, 随着语言输入接口改变和设计工具 AI 化, 网页与数字界面设计师(UI)岗位会缩减。对于设计类的学生而言, AI 技术的崛起意味着未来就业市场的竞争将更加激烈, 传统的设计技能将不再是唯一的竞争优势, 如何结合 AI 技术进行创新设计等系列问题成为要面临的新课题。而这一变革也对设计专业学生的心理产生了不小的冲击, 他们需要面对日益严峻的就业形势, 还要应对新技术带来的学习压力。加之学生在认知人工智能对就业环境的影响方面不清晰, 设计专业学生的就业心理问题逐渐凸显(陈淼, 2023)。一些学生对 AI 技术的陌生感而产生恐惧和焦虑, 担心无法适应新的就业环境; 另一部分学生过于乐观, 忽视了新技术带来的挑战, 导致在就业市场上遭遇挫折。因此, 针对设计专业学生的就业心理问题进行深入研究, 进一步探索有效的解困路径显得尤为重要。

## 2. AI 时代设计类学生就业心理困境

### 2.1. 时代发展背景下自我价值困惑和认知冲突

许多设计专业学生在面对 AI 新技术带来的冲击与压力, 往往会产生自我价值的困惑和自我认知上的冲突, 导致自我认同感降低, 影响学生的自信心, 还可能导致他们在面对就业挑战时缺乏勇气和动力, 阻碍学生职业发展。一方面在时代发展背景下 AI 成熟技术导致学生作品认可度有待检验, 自我效能感降低。在传统设计观念中, 设计师的创意性和个性特征是作品价值的重要体现。然而, 在 AI 参与的设计过程中, 部分学生可能会觉得自己的创意想法能够被 AI 快速实现, 觉得自己精心设计的作品在某些方面不如 AI 生成的作品吸引眼球, 对自己的设计能力和审美水平产生怀疑, 认为自己的价值和能力得不到体现, 影响学生创作热情。同时 AI 技术影响下学生在认知层面对自我角色定位模糊和困惑, 过去设计师在设计流程中扮演着核心角色, 从创意构思到作品呈现都具有较强的主导权, 但在 AI 辅助设计的模式下,

学生不清楚自己在整个设计流程中的角色定位,不知道如何与 AI 协同工作,也不确定自己的决策和审美判断在 AI 参与的情况下是否仍然重要,这种角色认知的模糊导致他们对自身价值产生困惑。

## 2.2. AI 技术冲击下专业技能焦虑和学习压力

社会正在经历前所未有的时代变革直接关系到学生未来的职业生涯,而面对 AI 技术的冲击,设计专业学生产生焦虑和迷茫。一方面学生对于 AI 新技术的摸索导致他们对这项技术产生了一定的技术焦虑感、无力感和恐慌感。对于设计类学生来说 AI 技术在设计领域的应用日益广泛,如智能绘图软件能够快速生成高质量的图形、图像,一些基础的设计任务可以由 AI 高效完成。这使得学生担心自己花费时间和精力学习的传统设计技能变得不再重要,害怕自己辛苦练就的手绘、排版等技能被 AI 轻易取代,从而陷入对自身专业能力的焦虑和恐慌之中。另一方面,学生完成学校规定的培养计划课程和学分外,为了跟上时代步伐,需要额外学习人工智能相关知识和技能,如机器学习算法在设计中的应用、AI 设计软件的操作等(赵振刚, 2024)。然而,这些新知识更新迭代快,技能的学习难度较大,学生既要掌握传统设计课程内容,又要兼顾 AI 技术学习,感到学业压力增大,力不从心,进而产生焦虑情绪,影响日常学习和生活。

## 2.3. 职业发展视角下职业规划缺失和定位迷茫

AI 时代的设计行业正在经历深刻的变革,学生对本岗位竞争的焦虑和对新兴岗位的不确定性增加了对职业规划的困惑。随着 AI 技术的发展,设计行业的岗位竞争更加激烈,除了本专业的竞争,具备编程、数据分析等技能的非设计专业人员也借助 AI 工具涉足设计领域,凭借其跨学科优势与设计专业学生争夺就业岗位。例如,一些科技公司在招聘 UI、UX 设计师时,更倾向于招聘既有设计专业背景又使用 AI 进行用户数据分析和界面优化的综合性复合型人才,这让学生担心自己在未来就业市场上缺乏竞争力。同时 AI 技术催生了许多新兴的设计相关岗位,如 AI 训练数据标注设计师、人机交互设计工程师等,但这些岗位的职责和技能要求还在不断更新变化,具体的职业发展路径有待探索。学生在进入大学选择设计专业时,可能并未对未来的职业发展进行深入的思考和规划。而随着学习的深入和技术的变革,他们逐渐意识到职业规划的重要性,但却往往感到迷茫和无助。学生们不确定自己是否应该朝着这些新兴方向发展,也不知道如何为这些岗位做好准备,在职业选择上陷入迷茫。

# 3. AI 时代基于职业发展的设计类学生就业心理困境路径突破

## 3.1. 培育学生 AI 素养, 铸就未来智慧之基

培育学生 AI 素养, 铸就未来智慧之基, 是培养新时代人才的必然要求。蔡迎春等(2024)定义 AI 素养的发展是一个跨学科的演变过程, 与素养概念的发展和 AI 技术的演进紧密相关, 随着人工智能的不断发展, AI 素养教育成为素养教育的新方向。学校应当重视 AI 相关课程的设置, 通过引入 AI 基础课程、机器学习、数字赋能等, 使学生能够掌握基本的 AI 原理和技术。同时, 结合设计专业的特点, 开设 AI 与设计相结合的课程, 引导学生了解 AI 在设计领域的应用场景和前景。这些课程不仅能够帮助学生建立起对 AI 的系统认知, 还能够激发他们的创新思维 and 实践能力。学校定期举办 AI 相关的讲座和培训活动, 邀请业内专家、学者或企业代表来校分享 AI 技术的最新动态、行业趋势以及实际应用案例。通过这些讲座和培训, 增强学生对 AI 时代的适应能力和应变能力。据调查 2024 年高校学院组织开展的一次 AIGC 培训课程, 系统开选 39 秒抢完 80 个名额, 学生对于学习新技术的积极性极高。学校还可以积极与企业合作, 共同搭建实践平台, 为学生提供更多的实践机会。通过校企合作项目、实习实训等方式, 让学生亲身参与到 AI 技术的研发和应用中, 这种产学研一体化的教学模式, 不仅能够帮助学生更好地掌握 AI

技术、提高实践能力，还能够为他们的职业发展奠定坚实的基础。在提升学生的 AI 素养的过程中，注重学生的个体差异和多元化需求。针对不同学生的特点和兴趣，提供有针对性的指导，确保每个学生都能够在 AI 时代找到自己的定位并发挥出自己的优势。

### 3.2. 强化职业规划指导，筑牢生涯发展基石

高校作为人才培养的重要基地，肩负着为学生提供优质教育和职业发展指导的重任，AI 时代高校应强化职业规划指导，筑牢生涯发展基石，利用数字化平台赋能学生职业生涯指导，确保其在就业市场中脱颖而出(廉子群, 2024)。格林豪斯从人生不同年龄段职业发展的主要任务角度，将职业生涯划分为以下五个阶段，其中进入组织阶段是 18~25 岁，为在某一领域进行初步的尝试工作，如果可能，进行职业方面的学习或培训，在所选职业领域内开始工作。因此学校也应开设专门的线上和线下职业规划课程，包括职业生涯规划理论知识、职业兴趣测试、性格分析、以及行业趋势讲解、求职技巧训练、职场礼仪与沟通等内容，通过数据采集和信息化分析旨在引导学生深入思考自己的职业兴趣和目标。通过课程学生更加清晰认识自己的优势和不足，为未来的职业发展做出更明智的决策。高校可建立涵盖广泛就业信息的数据库，包括各类企业的招聘信息、行业报告、校友职业发展案例等，并通过数字化平台进行整合和分类管理。利用大数据技术和霍兰德职业兴趣测评工具等，根据学生的专业、兴趣、学习成绩等个人信息，为其精准推送个性化的职业信息，帮助学生高效获取与自己相关的岗位资料，提高岗位信息的筛选效率。同时通过建立个人职业发展电子档案，动态监测和跟踪为学生提供职业规划咨询服务也是至关重要的一环。学校可以设立专门的职业规划咨询室，配备经验丰富的职业规划师，为学生提供个性化的咨询服务。这些咨询师可以帮助学生分析自己的职业兴趣、能力和市场需求，制定切实可行的职业规划。

### 3.3. 建立心理支持体系，稳固心理安全屏障

设计类学生由于专业原因通常具有较强的创造力和艺术敏感度，但同时 AI 技术冲击下也可能面临对未来职业发展的不确定性和焦虑。并且学生处于从学生时代走上社会的关键期，自我调节能力相对有限，当面对择业难就业难而产生逃避、抑郁等负面情绪时，如无法有效调节，会带来心理隐患(刘峻源, 杨影, 2023)。因此在这样的环境下，提升学生心理素质和抗压能力极其重要，学生应学会自我调节心理压力，达到在各种困难面前能够自洽从容、理性面对。学校需构建全方位的心理支持体系，稳固心理安全屏障，为学生提供必要的心理援助与指导。设立心理咨询中心是这一体系的核心组成部分，咨询中心应配备专业的心理咨询师，当学生在面对就业压力、技术焦虑或职业规划迷茫时，能够得到专业且有针对性的指导。咨询师可以通过一对一的咨询方式，深入了解学生的具体情况和需求，从而提供个性化的解决方案。开展心理健康教育也是至关重要的一环，学校可以定期举办相关讲座和工作坊，普及心理健康知识，带领学生识别和处理常见的心理问题，增强学生心理素质。心理辅导应贯穿学生的整个学习过程，学校可以利用网络平台，提供丰富的在线心理资源，如心理测试、心理推文、视频课程以及针对测评结果的个性化辅导，帮助学生进行自我学习和调整，提升心理健康素养。这种辅导不仅包括面对面的咨询，还可以通过在线平台提供持续的支持和反馈，及时发现和处理学生心理疑惑，将问题在萌芽阶段发现和应对。学校还应鼓励学生之间的互助与支持，可以设立学校、学院学生心理互助组织，如心理健康社团或心理互助小组，让学生能够在同龄人中找到共鸣和支持。这些组织可以定期举办分享会、讨论会等活动，促进学生之间的交流与理解，帮助学生更好地应对就业压力，增强自身的心理韧性。

### 3.4. 深化校企合作项目，拓宽产教融合路径

在 AI 时代高校深化校企合作项目、拓宽产教融合路径，通过理论与实践的结合为学生提供更加全面、深入的学习体验，不仅有助于学生将所学知识应用到实际工作中，还能够让他们更早地接触到行业

的最新动态和技术发展趋势(刘新生, 2019)。学校积极与企业建立实习项目基地, 为学生提供岗位机会, 亲身参与到项目的各个环节, 从而更深入地理解设计的流程和要求。同时, 为学生搭建与企业联系的桥梁, 通过与行业专家的互动, 学生可以深入了解行业发展趋势、技术发展和就业前景, 为自己的职业规划提前筹划。学校还可以与企业围绕设计领域的热点问题或实际需求展开合作, 设立 AI 设计实践项目, 让学生在实际操作中掌握如何将 AI 技术融入设计流程, 安排学生使用 AI 软件进行品牌视觉形象设计项目。通过项目学生可以看到自己在利用 AI 技术进行设计方面的能力, 提升自我效能感。此外为了进一步做好学校教学与市场需求的匹配度, 可以邀请企业参与到课程教学和实践指导中来, 企业根据岗位人才能力需求为学生提供更贴近社会市场需求的教学内容和指导。这样的教学模式不仅能够激发学生的学习兴趣, 还能够帮助学生及时了解行业实际需求, 及时调整个人职业发展目标。

#### 4. 总结

AI技术的迅猛发展对设计行业产生了深远影响, 这一变革对设计专业学生的心理状态也带来了冲击。本研究通过深入剖析设计专业学生在 AI 时代的就业心理困境, 提出的四条突破路径旨在帮助学生更好地适应 AI 时代的就业环境, 提升他们的就业竞争力和职业发展能力。我们相信, 在学校、企业和社会各方的共同努力下, 更多设计专业的学生能够顺利跨越这些心理难关, 以积极的心态和扎实的技能迎接 AI 时代的挑战。

#### 基金项目

- 1) 市级 2023 年度上海理工大学上海高校青年教师培养资助计划(沪教委, 2023)项目“当 ChatGPT 撞上教育: 课程思政理念下, 结合思想政治教育元素开展大学生职业生涯规划教育路径探析”, 项目编号 49。
- 2) 2024 年上海理工大学国防教育课题“人工智能时代课程思政元素融入高校国防教育路径新探索”, 编号 7。
- 3) 2024 年上海理工大学优秀网络文化精品项目“大数据时代基于形象修复理论的高校网络舆情应对研究”, 编号 24WLWH-YB-LL-004。

#### 参考文献

- 蔡迎春, 张静蓓, 虞晨琳, 等(2024). 数智时代的人工智能素养: 内涵、框架与实施路径. *中国图书馆学报*, 50(4), 71-84.
- 陈淼(2023). 人工智能对高校毕业生就业的影响研究. *中国就业*, (8), 43-45.
- 廉子群(2024). 数字化赋能大学生就业指导工作的实践路径. *河北北方学院学报(社会科学版)*, 40(5), 1-6.
- 刘峻源, 杨影(2023). 新时代大学生心理健康现状及对策. *吉林省教育学院学报*, 39(12), 23-27.
- 刘新生(2019). *毕业前大学生就业焦虑、抑郁的相关社会心理因素研究*. 硕士学位论文, 济南: 山东大学.
- 麦肯锡(2024). *未来的工作新局面: 欧洲及其他地区部署 AI 和提升技能的竞赛*.  
<https://www.chnmc.com/wisdom/Insights/2024-05-22/20182.html>
- 赵振刚(2024). 人工智能对大学生就业的影响与优化对策. *四川劳动保障*, (4), 76-77.