

2023年青少年心理研究报告(优秀5篇)

报告，汉语词语，公文的一种格式，是指对上级有所陈请或汇报时所作的口头或书面的陈述。怎样写报告才更能起到其作用呢？报告应该怎么制定呢？以下是我为大家搜集的报告范文，仅供参考，一起来看看吧

青少年心理研究报告篇一

关键词：心理健康心理障碍青少年有效对策

摘要：本文就针对二十一世纪是预防医学和自我保健医学的时代，心理健康、健康促进将成为卫生事业优先发展的战略的话题进行探讨与研究。把高中学生作为研究对象，通过调查问卷法，个人访谈法，进行数据的统计和分析，对中學生心理健康问题进行分析研究，从中了解到中学生的心理特点，心理活动状态，及一些心理的各种的形态，情绪倾向等等，为从事教育工作者们提供一些参考依据。

1. 引言：

世界卫生组织宣言近年一再明确指出：“健康不仅仅是没有躯体疾病、不体弱，而是一种躯体、心理和社会功能均臻良好的状态。”因此，健康不仅仅是指生理、躯体方面的，而且应包括心理方面的。

去年本人所在的学校一名高三女生因承受不了思想压力而服毒自杀；邻近一中学的初三男生因无端猜疑他人而跳楼，这看似特殊的事件却反映了当今青少年学生存在的心理障碍。随着我国经济、文化的发展，教育事业的进步，特别是随着应试教育向素质教育的转轨，中学生心理健康问题更应引起各方面的重视、关注、研究与探讨。怎样加强青少年的心理健康教育与保健，预防心理疾病，已成为越来越迫切需要解决的问题。

2. 研究的对象、方法及结果

研究对象：本校2500名中学生

研究方法：进行心理健康水平测试的问卷调查（发出试卷2500份，收回2516份，收回率达96.64%，表明本次调查为有效调查）。

测试结果表明：虽有50%的学生心理健康状况良好，30%的学生属基本正常范围，但也有10—15%的学生低于正常水平，特别是还有3—6%的学生存在比较严重的心理困扰。以上情况说明中学生确实存在着心理健康问题。当然，首先我们要弄清楚中学生心理健康的标准。

3. 1心理健康的标准

世界卫生组织[w.h.01948]所定义的是：“不但没有身体的缺陷和疾病，还要有生理、心理和社会适应都完满的状态。”健康除了身体无病外，还要具备心理的稳定及良好的社会适应。个体健康的生理和健康的心理结合在一起，对社会做出良好的适应，才会呈现出完满的健康状态。参照世界卫生协会所提出的心理健康标准，我把中学生心理健康标准确定为以下几个方面：认知能力发展正常；情绪稳定、乐观；意志健全，有较强的行动自觉性、顽强性、果断性和自制力；和谐的人际关系。

3. 2当今青少年心理素质存在的主要问题

3. 2. 1智力问题

学生的智力问题主要表现为多动症、学习技能障碍、智力异常、注意力涣散、厌学、创新能力不足、动手能力差等。

3. 2. 2情绪问题

意志是有意识在支配、调节行为，通过克服困难，以实现预定，目标的心理过程。学生的情绪问题主要表现为焦虑症、情绪不稳定、逆反心理与攻击性行为等。考试焦虑，特别是遇到较为重要的考试时焦虑更为严重，甚至出现焦虑泛化现象。通过问卷发现：对分数的错误看法是造成学生心理上的痛苦的最重要的原因。教师的嘲讽，同学的轻视甚至家长的埋怨和打骂，给学生的心理造成了很大的压力。

3. 2. 3意志问题

意志是有意识在支配、调节行为，通过克服困难，以实现预定目标的心理过程。学生的意志问题主要表现为意志薄弱，感情冲动时无法控制自己、经不住外界诱惑。

3. 2. 4人格问题

学生的人格问题主要表现为自控力差、怯懦、自我中心]自卑、自闭、不合群、不善于合作等。

3. 3产生各种心理问题的原因分析

研究表明，某些遗传基因、不良的产前环境与恶劣的早期生长环境可能是导致多动症、学习技能障碍和智力异常等心理障碍的主要因素。

3. 3. 1攻击性行为

心理学认为，攻击是宣泄紧张和不满的消极方式，攻击可分为两种方式：一是直接攻击，二是转向攻击。前者是将愤怒发泄到其他的`对象上。自我折磨、自我虐待或自杀也属于转向攻击，其特点是把攻击对象转向自己。老师和家长可以采用“转移注意”法，对有攻击性行为的学生给予较多的关注，在日常生活中多用一些有趣的事来转移其注意力，这样可以培养兴趣、陶冶性情达到“根治”的目的。

3. 3. 2 逆反心理

处于“心理断乳期”的青少年学生强烈要求别人把他们看成人。他们的自我意识获得空前发展，但自我控制能力还比较差，他们会有意识或无意识地违反纪律；他们喜欢与人争论，但论据不足；喜欢发表见解，却又判断不准；喜欢怀疑或攻击别人，但又容易片面、缺乏事实根据。

3. 3. 3 不合群现象

主要原因是父母和祖辈的溺爱缺少与其他小伙伴一起游戏的集体活动机会，学校教育中缺乏对学生团队精神的培养。

4. 结论

只有在认识、情绪、人格及人际关系四个方面协调完善健全的人，才能算作是心理健康的人。学校教育的主要目标之一是提高学生的健康水平，我们应该充分认识学校教育在提高青少年学生心理健康水平方面的地位和作用，掌握青少年心理障碍产生的原因及克服方法，使我们的学生真正成为学高、体健、心美的一代新人。

青少年心理研究报告篇二

摘要：该文采用文献资料法、专家访谈法、逻辑分析法等研究方法，从竞技体操、竞技武术套路、竞技跳水这些具体项目去分析表现难美性项群所具有的共性特征和个性特征，分析了促进个性形成和发展的体育因素，说明了体育运动与青少年个性心理形成与发展之间的关系，提出了体育运动中促进青少年个性形成与发展的解决方法及策略，旨在为进行青少年心理问题研究者提供参考。

关键词：抚州市第一中学非体育专业学生体育锻炼项群

据有关资料统计表明，近些年来，我国青少年的心理健康问题越来越严重，青少年因为不健康心理而发生的不良事件越来越多。青少年的心理健康成为人们关注的焦点。鉴于此，我从青少年的个性心理出发，分析影响个性的体育因素，探讨体育中促进个性形成与发展的方法及策略。

1研究对象和方法

1.1研究对象

以抚州市第一中学高中学生为调查对象，对师范学院非体育专业学生参与体育锻炼情况进行问卷调查。男生66人；女生114人，共180人。

查阅大量关于体育锻炼项群强度方面的资料，并对资料进行分析与整理。

参考体育锻炼项群自评量表，对研究对象在年龄、性别、出生地、专业、季节以及最喜欢参与的运动等方面进行划分。并对问卷进行了统计、分析、得出结论。由于暑假期间，学生不在学校，很多问卷通过电子表格发放。一些纸质问卷，在学生开学后，进行发放。共发放问卷200份，回收185份，有效问卷180份。其中有5份问卷，存在漏填、误填等情况，故视为无效问卷。

对不同年龄、性别、年级、专业、出生地、季节、健康程度等方面进行比较分析。

用spss11.5数据统计软件包对调查问卷数据进行统计分析，主要采取独立样本的t检验、单因子方差分析和多重比较为该研究提供数据支持。

2研究结果与分析

2.1 青少年个性心理的特征

个性的心理特征包括能力、气质和性格等。其中性格是个性中最重要的心理特征，是区别个性最主要的标志。有的人热情、坚实、果断；有的人冷漠、动摇、懦弱；有的人固执、自信、骄傲；有的人优柔、谦和、自卑。由缺少对青少年心理的关注，容易产生很多不良情绪，这些情绪如果不及时解决，同时还可以疏导青少年在学习上、生活中产生的负面情绪，避免形成不健康的习惯。通过体育锻炼，让他们学会如何处理集体生活中的矛盾，充分发挥体育锻炼对心里的调节作用。要定期举办适合的体育活动、体育赛事，加深他们对体育锻炼的理解，让他们拥有一个健康的体魄，同时也拥有一个阳光的心理。这些性格的形成都与体育运动有着密切的关联。这种自我意识受个人价值观的支配，可以对周围情况做出判断，并主动地去适应环境。

2.2 体育运动对青少年个性心理的影响

现代体育运动还能够作为社会教化的手段来促进个性的形成与发展。体育运动的重要功能之一，就是能对人的有机体施加影响，它不仅能影响人体的生理属性，还能影响到心理属性，促进身心的健全发展。

2.3 体育运动对发展能力的影响

大多数农村地区学校现在有的体育场地以及体育器材无法达到国家教育部体育教育要求的标准，难以达到国家标准中的要求和规定，政府要制定适合本地区体育教育发展的体育教育体系，完善体育教育系统。学校体育教育是影响青少年体育锻炼行为和体育锻炼意识的重要因素，必须培养辨别肌肉运动的能力、观察力、运动记忆力、时间知觉能力。学校要重视学生的体育锻炼情况，引导更多的学生参加体育锻炼。还要丰富学校体育教学课堂的内容，改变传统的体育教学方式，让更多孩子喜欢上体育课，喜欢上体育锻炼，达到体

育教学的目的。运动能增强肌肉活动的力量，提高循环和呼吸的机能，并使高级神经活动得到改善，从而发展力量、速度、耐力及灵敏素质。

所以，从事该专项的运动员要结合该专项的特点及各方面的训练方法进行训练，才能成为优秀的运动员。

3结语

参考文献

[3]孙美佳. 锻炼项群对普通高校中学生体育参与积极性影响的分析[d].辽宁师范大学, .

青少年心理研究报告篇三

今天听取来自浦东教育研究院的严红老师做的《儿童青少年心理问题的辨识与预防》主题讲座，她轻柔亲切的语音，不急不缓的语速，将日常中常见的青少年的心理问题结合实际案件一一阐述，让我们对几种常见的心理问题有了一定的认识，作为家长的我们深受启发。

首先，严红老师给我们讲解了几个不同的`案例，如一个被称为笨蛋的孩子，其实并不是这个孩子的智力有问题，他只是有自闭倾向。再如一个13岁的女孩，她每天都需要将自己的物品放在固定的位置，离开卧室前一再检查这些物品是否放好等，其实一开始家长都认为这些都是好习惯，但是到后来发现这种过度的习惯其实也是一种强迫行为倾向。这需要我们的老师和家长平时细心地观察，通过主观经验为标准来早日发现孩子的一些问题。

其次，严红老师也给出了一些辨别的建议和方法。比方说家里有没有遗传史，孩子有没有现实感，是否和一般人一样或不一样，是否和同龄人一样或不一样等多方面来综合辨别。

让我们知道从何入手，也打消家长的顾虑。

第三，以症状表现为标准，来观察和判断孩子的行为，必要的时候需要去寻求专业的机构或医生的诊断，但是不能随意的贴标签。课上严红老师以多动症状为例，分享多动症状的表现特征让我们排除了传统的误区，不是孩子多动就意味着多动症，它需要符合特定的标准。所以如果发现有这样的情况，可以去找医生进行进一步的诊断。

最后，在预防这块，严老师也给出一些她的心得。记忆犹新的是家长能否尊重孩子和耐心地倾听孩子的内心真实的想法，做到和孩子处于平等的地位的沟通比如我们需要更多的理解，包括理解孩子的行为，有时他的行为不是故意的。要看到孩子的优势，要引导孩子的行为和规范，让其提升对自己的期待。帮助学生寻找到交流的真谛，同时成人要做好孩子的榜样。教会学生营建生活的意义。

总之，通过这次讲座我们对青少年心理健康问题有了新的认识。

青少年心理研究报告篇四

一、流动人口子女主要心理问题归因分析

1. 社会问题造成部分流动人口子女存在心理不健康倾向。流动人口是一个社会中的弱势群体，他们虽然为当地社会作出了很大的贡献，但是他们很难真正融入到当地社会中，这已是一个不争的事实。我们牟家庄地区的流动人口多以卖菜、开出租、装修等职业为主，整体文化素质不高，只重金钱、不重思想的家长比比皆是。家长的观念势必影响到子女待人处世的态度。再由于流动人口子女没有一个良好的家庭环境，缺乏正常的家庭教育，相对于本地学生来说，他们的心理问题较明显。刚到校时，他们由于语言不通，生活、学习环境陌生，常常表现出严重的自卑心理，对学习没有信心，并表

现出不信任任何人的倾向。从我们的调查中发现：20%的流动人口子女认为班级中的同学看不起他；部分同学斤斤计较、心胸狭窄，别人批评或冒犯他时，会立即采取报复行为；也有部分学生认为自己与其他同学在一起是多余的。他们经常会产生孤独自卑的情绪，但是他们又具有较强的自尊心，严重地造成心理上的障碍。

2. 生活环境及家庭教育相对较差，造成流动人口子女思想道德水平普遍偏低，心理压力过大。调查显示，从家庭物质条件来看，多数家庭人均月收入在300元以下；居住条件也非常差，多数家庭居住面积不到30平方米，一些家庭子女连预习课文、做作业的地方都没有；流动人口从事的工作不是劳动强度大，就是摆地摊做小买卖，大都工作时间长，与孩子相处的时间短，交流的时间几乎没有。在我们与流动人口子女学生的交流中，发现多数家长对子女的学习、生活不闻不问。从放学到家长回家这一段时间，流动人口子女学生处于无人管教的“真空时间”。调查显示多数家长在自己的孩子犯了错误后，采用“一顿打骂”、“放任不管”的教育方式。由于家长的自身素质较低，但对孩子的期望值却偏高，过高的要求无形中成了流动学生心理上的巨大压力，当他们发觉自己的目标很难达到时，就会出现感情淡漠，不求上进，自暴自弃等比较严重的心理问题。

3. 学习环境的不稳定性造成流动人口子女的学习成绩、学习习惯明显不良。由于流动性大，流动人口子女学生的学习成绩普遍比本地学生差，致使他们在学习上表现出对自己的学习没有信心；由于从小没有养成良好的学习习惯，在学习上自控能力差，上课注意力不集中，作业马虎且常常不能按时完成，甚至不催不做；学习、生活上态度较随便，不愿意接受纪律的约束。调查显示：有近三分之一的学生对自己的学习没有信心；半数的学生在上课时表现出注意力不集中；多数学生出现过家庭作业完不成的现象；大多数学生放学后不及时回家，经常在街上玩耍，这当然与家长工作时间长、不重视家庭教育有一定的关系。

4. 流动人口子女对生活环境的适应强于对学习环境的适应。由于很多流动人口子女很小就随父母背井离乡，在外奔波，长期过着一种相对不稳定的生活，而且自幼生活条件就不是很好，总是为追求更好的生活而不断迁移。因此，这些学生对生活环境的适应性较强，与同龄的兰州城关地区的学生相比，他们的生活自理能力和劳动能力要强得多，但是也由于他们从小接受教育的环境较差，使他们对新学校、新教师适应起来比较慢。

5. 转入的流动人口子女学生在学习上的障碍主要表现为学习基础差，没有良好的学习习惯。据调查，我校转入的流动人口子女学生的前期学习教育，主要是在自己家乡的小学，跟随爷爷、奶奶完成的。鉴于这些学校普遍的教学设施不完备、师资水平不高、学校缺乏完备的教育管理制度，加之爷爷、奶奶疏于家庭教育，使得这些学生在学习上没有养成好的学习习惯，文化基础也比较差，相当的学生由于语言的障碍，听、说、读、写的能力都较差。

二、学校教育中对流动人口子女的教育对策

1. 搭建平台，让流动人口子女在公平的活动中体验成功，超越自我。要使流动人口子女真正平等地受教育，还需要建立师生平等关系，提高教育工作者的平等意识，让学生平等参与活动，创造社会舆论的平等环境。流动人口子女面临着文化适应的问题，往往心理压力大、自卑感强，这就要求教育工作者对他们一视同仁，在教学过程中注意对家庭背景、智力水平、教养程度不同的学生平等对待，并考虑予以特殊的照顾，以达到教育过程的平等。为此，学校应积极创造条件，定期地组织一些活动和竞赛，如：写作、演讲、歌咏、讲故事、书法、球类、跳绳比赛等，鼓励流动人口子女积极参加。借助这些活动，让他们充分享受与当地学生同等的教育，这样不但可以为他们提供展示自我价值、树立自身形象的舞台，而且也可使他们在活动中超越自我，体验成功。对有一定特长和组织能力的学生，教师还可有意识地把活动中最重要的

任务交给他们，培养他们的自信心和责任感。

2. 帮助学生正确认识自我，形成恰当的自我效能感。教师在对流动人口子女进行施教时要帮助他们发现自己的长处，肯定自己的成绩，不要把当地人看得十全十美，把自己看得一无是处，应认识到他人也有不足，要形成恰当的自我效能感。许多学习成绩不良的学生，由于对自己的学习能力持怀疑态度，表现出很低的自我效能水平，在学习中放弃应有的尝试和努力，进而影响学习成绩。教师可以通过为他们选择难易适合的学习任务，让他们不断地获得成功体验，进而提高自我效能水平，使他们相信自己也有能力完成相应的学习行为，从而推动学习的进行；同时教师还可以通过积极归因训练改变学生对自己学习能力的错误判断，形成正确的自我效能判断，从而提高学生克服各种困难的勇气，增强自信心。

3. 加强家校联系，构建爱心网络，以爱育爱。爱是教育的前提，作为教师首先要端正思想，摘掉有色眼镜，努力走进流动人口子女的内心世界，对他们多关爱一点、多理解一点、多帮助一点、多宽容一点，用真诚的心去和他们建立一种友好、平等的关系。让他们明白教师心中永远有他们的位置，教师永远都在关注他们。亲其师而信其道，当我们以平易近人的姿态同他们共享喜怒哀乐，以真诚善良的心灵为其示范领航时，他们自然就会消除恐惧、自卑的心理，主动地向我们吐露心迹，敞开心扉地亲近我们，从而接受我们的教育。因此，从学生入学的第一天起就建立流动人口学生的档案，了解各班流动人口学生人数，并通过谈心、家访等多种渠道掌握其家庭状况，进而采用“一帮多结对子”的方式给其以具体帮助。班主任、任课教师、当地学生以及心理健康教师、退休教师等可以组成一个辅助团体，各自与这些学生结成对子，主动找他们谈心，在生活上关心，在日常行为上给予指导，在学习上帮助，从各个方面帮助流动学生克服学习和生活上的困难，提高他们的学习积极性，引导他们树立“我能行”的信念，使他们感受到学校班集体的温暖，体验到教师一视同仁的关爱，激励他们积极进取，帮助他们走出自卑和

孤独的心理。同时学校要经常对帮扶对象的心理、行为等方面进行跟踪了解、详细记录，还要注意定期与家长联系，掌握他们在家庭生活中的动态和情况，以便进行教育方式的调整。

青少年心理研究报告篇五

1. 角色定位导致的心理障碍“知己知彼，百战不殆。”准确的角色定位、自我的合理评估和良好的职业生涯规划是树立正确的就业观，顺利完成就业的前提条件。如果自身角色定位出现问题，就会产生心理障碍，直接影响就业。在客观方面，地方本科师范院校一般都是非重点院校，其师资力量、硬件设施、社会影响力都与重点院校存在一定的差距，在毕业生就业方面居于劣势。有的招聘单位甚至会直接打出985、211、男生等条件，使地方本科师范院校的女大学生望而生畏，止步于招聘门槛之外。此外，近年来全国各地对教师招聘实行统一的入编考试，也在客观上增加了起步较低的地方本科师范院校女大学生的就业难度。在主观方面，地方本科师范院校的女大学生往往会出现自负与自卑的矛盾，影响自身的角色定位。作为象牙塔里的天之娇女，她们一方面觉得自己拥有一定的竞争资本，应该是社会的宠儿；另一方面又会在就业过程中不断试挫，受到来自毕业院校、专业背景、实践能力、性别差异等各方面的压力，从而陷入“高不成低不就”的无奈境地，造成理想与现实的落差，产生自负与自卑的矛盾，形成就业心理障碍。

2. 传统观念导致的思维定势中国封建社会对男女两性有着明确的社会分工和道德要求，虽然当今社会提倡男女平等，但是几千年来形成的男尊女卑、男强女弱、男主外女主内等思想的影响依然在一定程度和范围内存在，这种传统观念对女大学生自身同样有影响。在就业态度上，女大学生容易表现出很强的依赖心理，希望依靠父母、师长、亲友谋取职位，缺乏主动出击、积极突围的勇气，表现出消极等待的一面。近年来，每逢就业季都有媒体报道，有些女生不忙应聘忙相

亲，把个人的幸福与前途寄托在感情的归宿上，认为“干得好不如嫁得好”，希望找到一张长期饭票解决所有的问题。这种做法不仅使婚姻带有功利性，也将个人前途视为儿戏。在就业选择上，女大学生一方面希望获得社会认可，得到平等的就业机会，另一方面又会从性别特点出发，对工作条件有诸多挑剔，希望凭借女性角色获得社会的谅解和照顾。调查显示，大多数女生不愿意选择基层就业，不愿意从事繁重劳动，不愿意承担较大工作压力，这使得女大学生本就有限的择业面进一步收窄，加剧了就业矛盾。在对待创业上，很多女大学生受传统观念影响，认为创业打拼是男性的事情，这种激烈的竞争和较高的风险不适合由女性去承担。从性别特征来说，男性喜欢冒险和刺激，女性则更多地追求安稳与平静，这也使得女大学生在面对创业的时候更多地表现出胆怯和懦弱，尤其是地方本科师范院校的女大学生，创业不仅受到传统观念的制约，还受到师范专业的制约，更是举步维艰。事实上，近年来政府大力倡导大学生创业，并给予了配套的政策支持，将其作为大学生就业工作的重要组成部分，女大学生创业意识的淡薄无疑使其白白错失了很多良机。

3. 强求公平导致的情绪焦虑应该承认，在如今的就业市场上，“重男轻女”的情况是确实存在的。同等条件下，男生拥有比女生更大的选择空间和更多的择业机会，这使得很多女生本能地对就业市场的竞争产生恐惧，还未真正上战场，士气上就先短了三分。地方本科师范院校的女大学生要面临来自毕业院校和性别差异的双重压力，其境遇可想而知。事实上，男性和女性的差异是客观存在的，因此在就业中必然会有所体现。如果忽视差异的客观性，一味地从男女平等的角度强求社会公平，显然是不符合社会实际，也是违背社会发展规律的，其结果只能造成自身更大的困扰。部分女大学生在错误思想的指引下，把就业中遭遇的挫折简单归因于性别歧视，使自己陷入焦虑的情绪中无法自拔。

二、女大学生就业心理问题的成因

女大学生在就业心理上出现问题的原因是多方面的，归纳起来有以下三个方面：

1. 历史原因中国有着上千年的封建历史，传统文化中积淀的男尊女卑思想渗透在方方面面，根深蒂固，影响深远。新中国成立以后，以宪法形式明确提出男女平等，保障女性的合法权益。《中华人民共和国宪法》第四十八条明确规定：“中华人民共和国妇女在政治的、经济的、文化的、社会的和家庭的生活等各方面享有同男子平等的权利。国家保护妇女的权利和利益，实行男女同工同酬，培养和选拔妇女干部。”然而，想从根本上消除传统思想对女性的束缚，使女性彻底摆脱依附的地位和顺从的潜意识，尚需要时间。从另一个角度来说，尽管新社会赋予了女性平等就业的权利，但是女性在家庭中相夫教子的功能并没有改变，这使得女性在现代社会中承担着事业与家庭的双重责任。相当一部分女大学生在潜意识中认可“女性应以家庭为重”的传统观念，在事业和家庭相冲突的时候大多数女生会考虑家庭优先，甚至有些女性在生育以后会选择放弃事业，回归家庭，这也是用人单位不愿意聘用女性的重要原因之一。要想解决女大学生的就业心理问题，必须打破传统观念对女性职业观的束缚。

2. 个人原因排除观念带来的差异，与男大学生相比，女大学生的生理特点也使其在选择职业时面临比男生更多的阻碍。首先，女性在体格和力量上弱于男性，有些工作做起来效率低下或根本无法进行。比如考虑到女性自身安全问题，流动性强、危险性高、工作强度大的职业女性不宜从事；其次，女性特有的生育功能会给就业带来负面影响。由于不得不经商的婚假和产假，以及生育后抚养子女的重任，使很多单位认为聘用女性员工支出的额外成本太高，导致其或明或暗地将女大学生拒之门外。因此，男女生在就业起点上就是不平等的，女大学生在就业过程中更容易遭遇挫折，形成心理问题。

3. 社会原因从就业环境上看，高等教育大众化使毕业生人数连年增长，毕业分配政策的改变将大学生就业全面推向市场，

经济增长方式的转变改变了对人才的需求数量和结构，这些原因都导致了大学生就业难问题的出现。在这样的宏观背景下，原本就处于劣势的女大学生就业问题更加突出。对师范生而言，目前城市教师需要基本饱和，基层教师缺乏，但是大学生尤其是女大学生又不愿意去基层就业，这使得供求矛盾更加突出，加重了女大学生的就业心理负担。从人才培养来看，高校的就业指导和心理辅导环节比较薄弱。有的高校近年来陆续开设了大学生就业指导 and 心理健康教育的相关课程，但是起步较晚，课程不够合理，课时不够充足，师资不够专业，效果不够理想。女大学生与男大学生相比，情绪更加敏感，心理更加脆弱，在成长过程中需要更多的指导和关爱，否则一旦受挫，就容易形成心理问题。

三、女大学生就业心理问题的调试

对于女大学生在就业中遇到的心理问题，可以通过内外两种渠道加以解决，外部渠道可以加强心理健康教育、优化就业环境、完善就业指导等；内部渠道可以通过培养认知能力、提升个人情商、强化综合素质等途径来实现。这里，我们着重谈一谈如何通过心理调试解决心理问题。

1. 开拓视野，调整期望女大学生应该懂得放开眼光看世界，做到“家事、国事、天下事，事事关心”，积极培养自己的宏观视野。充分认识到当前的社会形势和就业形势，合理调整就业期望值，早做准备，为自己设计科学的职业生涯规划。社会是瞬息万变的，经济的走向、政策的变动都会对就业市场产生极大的影响，要根据具体情况审时度势，及时作出准确的判断，调整就业目标和就业期望值。在对职业的选择上，不要紧盯着眼前的利益不放，要有长远的战略眼光。今天的冷门职业有可能变成明天的热门职业，今天的热门职业也可能在明天坐冷板凳。比如在上个世纪80年代，各地的百货公司和供销社是当之无愧的香饽饽，多少人挤破了头往里进，如今却早已在时代洪流中走向没落，难觅踪影。

2. 扬长避短，合理定位马克思主义哲学告诉我们，事物都是矛盾的，是普遍联系的，任何事物都有两面性。女大学生在就业中确实存在劣势，同样也会存在优势。比如，女性虽然在体力上存在不足，不适合从事高强度的工作，但是女性具有男性欠缺的心思细腻，适合从事高精度的工作。女大学生要充分发掘自己的性别优势，积极培养想象力的丰富性、注意力的持久性、记忆力的精确性、表达力的清晰性、观察力的敏锐性。在校期间就应该注意结合自身实际情况，分析把握自己的优点和缺点，了解自己的个性特点和兴趣爱好，充分挖掘自身潜力，查缺补漏，扬长避短，合理定位，为迎接就业做好充分的准备。

3. 打破传统，超越自我尽管社会中确实存在对于女性的偏见，但是女大学生自己不应该陷入传统认知的泥淖，要有打破传统的勇气和实力。这其中最关键的一点就是要培养自身的核心竞争力。“手中有粮，心中不慌。”对于就业而言，综合素质就是核心竞争力，也是用人单位聘用员工的重要考核标准。因此，女大学生应在大学期间全面提升自己的综合素质，努力学习各科文化知识，积极参加学校组织的活动赛事，从大处着眼，小处着手，一点一滴地磨砺自己，为未来储备资本。要从专业实践、社会实践、科技实践等方面入手，使自己具备扎实的专业基础，卓越的动手能力，优秀的组织才能，以全才的面貌面对激烈的竞争。

4. 尊重差异，力求公平作为一名大学生，应该正视自己；作为一名女大学生，应该承认自己与男大学生的差异；作为一名地方本科师范院校的女大学生，应该明确意识到自己在社会竞争中所处的地位。无视事实情况，一味苛求公平，苛责社会，抱怨环境是弱者的行径。女大学生应该尊重男性和女性之间存在的差异，在尊重差异的基础上力求公平，以自己的实力赢得公正的对待。男女之间只有分工不同，没有尊卑之别，只有把认知建立在这个基础上，才能获得真正的平衡，从根本上解决女大学生在就业过程中存在的心理问题。除女大学生的主观努力以外，学校和社会也应该积极提供必要的

指导和服务，克服歧视与偏见，为女大学生创设一个公平合理的竞争环境，帮助她们顺利完成从学习生涯向职业生涯的转变。充分关注女大学生的心理健康与快乐成长，对彰显社会公平、促进社会和谐具有非常重要的意义。

作者：刘晓娟单位：阜阳师范学院团委