

調查: 80後僱員抑鬱較多

機構料因「上位」機會遜其他年齡層

【明報專訊】一項「僱員正向心理」調查發現，「80後」員工的希望感、快樂指數和焦慮抑鬱狀況均比「X世代」（29至44歲）和「嬰兒潮世代」（45至63歲）低，具中度或嚴重抑鬱徵狀的「80後」比同類的「嬰兒潮世代」多一成，估計是由於「80後」較難「上位」，事業欠發展機會。

負責調查的基督教服務處附屬公司「僱員發展服務富達盟信顧問」，去年9至11月主要以網上問卷形式訪問402名在職僱員，受訪機構主要為大專院校和大型企業。受訪者中「80後」、「X世代」和「嬰兒潮世代」分別佔兩成、五成及兩成，其餘則沒有透露年齡。

調查根據心理學家Rick Snyder制訂的0至64分度量度「希望感」，當中包括「目標」、「策略感」和「意志

力」3個元素。受訪者平均分為49.44，高於Snyder歐美研究得出的整體平均分48分。不過，「嬰兒潮世代」中兼具「策略感」和「意志力」的受訪者達逾82%，比同樣兼具兩者的「80後」高出20個百分點；而沒有「策略感」但具「意志力」的「80後」則較同類「嬰兒潮世代」人士多3倍。張瑜表示，這反映「80後」即使有意志力，仍需要得到更多解決問題的途徑，建議僱主建立「師徒制」，讓他們承傳「嬰兒潮世代」的經驗。

快樂程度低於平均

調查亦根據Dr. Lyubomirsky於99年制訂的「主觀快樂測量表」量度受訪者快樂程度，發現「嬰兒潮世代」及「X世代」得分為4.5及4.45分，但「80後」得分為4.14，低於平均的4.5至5.5分。調查再根據「醫院焦慮抑鬱測量表」量度受訪者焦慮及抑鬱徵狀，發現近四成「80後」有中度或嚴重焦慮徵狀，有相同程度徵狀的「嬰兒潮世代」只有兩成；而「80後」有中度或嚴重抑鬱徵狀的佔一成，但「嬰兒潮世代」受訪者沒有人有相同程度徵狀。



調查機構建議公司建立「師徒制」，讓年輕員工感覺有學習機會。屬「80後」的阿榮從事社會工作，表示慶幸上司如導師般會不斷提點，二人相處亦「沒有什麼階級」。

(葉漢華攝)