

80後僱員 最不快樂

80後青年一連串高鐵行動，讓各界開始關注他們的想法及處境。一項調查發現，80後年青僱員的快樂指數，較80年代前出生的人低，焦慮及抑鬱問題亦較嚴重。調查團體建議僱主，開拓快樂工作間，增加年輕僱員晉升及進修機會。

基督教服務處於去年9至11月進行「香港僱員正向心理調查」，共訪問402名20至63歲的在職僱員，當中20%是80後(20至28歲)青年。

調查發現，受訪的80後青年，快樂指數平均只有4.14分，遠低於4.5分的平均快樂指數，亦是各年齡組別得分最低。

在精神健康方面，有近40%的80後受訪者出現「中度至嚴重的焦慮徵

狀」，比例較其他年齡組別高出一倍。另有10%的80後已出現「中度或嚴重的抑鬱徵狀」，同樣是各年齡組別之中最高。

80後抑鬱 焦慮嚴重

80後的「希望感」亦是各組別中最差。兼具意志力及策略感兩項「希望感」特質的受訪80後青年，約為63%，較X世代(29至44歲)的77%及嬰兒潮世代(45-63歲)的82.2%為低。具意志力，欠策略感的受訪80後，則有近25%，較其他組別多接近一倍。

基督教服務處指出，80年代前出生的人士較有經驗及資源面對逆境，相反上80後青年成長時期物質較為豐富，但入職時正值香港經濟低迷，導

致學歷貶值、薪低、工時長、晉升機會不及其他較年長僱員，形成快樂感不足。

他們建議僱主，開拓快樂工作間，增加年輕僱員晉升及進修機會，提供彈性工作時間，以及建立工作團隊，以提高年輕員工的心理質素，減少僱員流失。

年齡與快樂指數關係



資料來源：香港基督教服務處