

# 80後上班族不快樂

## 僱主觀感：冇時間觀念常轉工

【本報訊】八十後青年現象近日引起社會關注，一項去年進行的調查顯示，八十後群組僱員的「希望感」僅四十六點八分，低於美國心理學家的設計量表平均四十八分之水平；他們的快樂指數亦僅四點一四分，低於平均四點五分水平。四成的八十後僱員焦慮狀況達中度至嚴重程度，近一成更已出現中度或嚴重的抑鬱徵狀。負責調查的機構分析指，八十後投身社會正值經濟不景，較難獲晉升機會，建議僱主多投放資源，為這群組建立快樂工作間。

### 性格由情緒主導

香港基督教服務處僱員發展服務於去年九月至十一月間，以問卷訪問了四百名在職僱員，當中兩成屬八十後一族，其餘受訪者介乎五十後至七十後群組。結果顯示，在

八十後組別中，兼具策略和意志向目標前進的受訪者佔六成三，較其他群組少約兩成；具有意志力卻欠缺策略者則多達佔兩成半，是其他群組的兩至三倍；近五成的八十後受訪者的快樂指數在平均水平四點五分以下。

服務處高級經理張瑜分析，八十後的性格特徵是由情緒主導，「大部分僱主會覺得佢哋冇時間觀念，返工會遲到，但又唔服被上司責備，又會經常轉工等。」

她指出，八十後的抗逆力較弱，面對學歷高，但工資低、工時長及難晉升的局面，面對逆境時會因缺乏抗逆方法和意志力，而影響對前景看法，從而產生不快樂、焦慮甚至抑鬱。

### 鼓勵要不斷增值

服務處首席顧問謝可儀建議，八十後青年應接受現實，並多定下數個人生目標，不斷自我增值，多向人生閱歷豐富的長輩請教解決問題方法，堅定向目標邁進。

她又建議僱主應開拓快樂工作間、提供彈性工作時間和晉升機會、建立「師傅制」及互相欣賞風氣，減低八十後的焦慮和抑鬱，同時亦可減低他們的轉工潮，成為公司的長線投資。



張瑜指，八十後青年面對高學歷低待遇的前景，快樂指數低於平均水平。