



■張瑜(左)指「八十後」青年希望感低落，看不到工作前景。

# 八十後打工仔最不快樂

【記者梁康然報道】1980年之後出生的青年，被冠以「八十後」之稱；有調查發現受訪的20至28歲「八十後」打工仔最不快樂，對未來的「希望感」低落，六成人對未來感到焦慮，逾三成感抑鬱，整體快樂指數只有4.14分，為各年齡組別中最低的。同時，「八十後」青年有意志力抗逆，但苦無方法解決困境，以致怨氣不斷增加，因而傾向對未來不存有希望。

基督教服務處在09年9月至11月，訪問共402位20歲至63歲的在職僱員，以分析各年齡組別的精神健康及正向心理狀況，發現「八十後」(20至28歲)、60後(29至44歲)和「五十後」(45至63歲)三個組別中，以「五十後」最為對未來抱存希望，而「八十後」傾向不寄望未來。調查發現，各年齡組別按快樂指數排名，以取得4.5分為之快樂，依次為「五十後」(4.5)、「六十後」(4.45)、「八十後」(4.14)。在希望感指數方面，「八十後」(46.8)亦比「五十後」(49.9)和「六十後」(50.8)為低。

## 六成對未來感焦慮

調查亦發現，近40%的受訪「八十後」青年有中度至嚴重焦慮徵狀，較其他年齡組群的高出一倍。而「八十後」有中度至嚴重抑鬱(9.3%)的比例，約為「六十後」(3.6)的2倍，不過在受訪的「六十後」中，無人表示感到有中度至嚴重抑鬱。基督教服務處指出，希望感指數受「解決困境的方法」及「意志力」左右。即「有方法有意志」的人，有高希望感，反之「無方法無意志」，會降低希望感。但調查發現，25%受訪「八十後」屬於「無方法有意志」，反映「八十後」非不願抗逆，而是「有心無力」，因此變得對未來不存希望。

基督教服務處高級經理張瑜指，出現上述情況有多個因素，例如經濟低迷令「八十後」事業環境欠佳、學歷貶值、工時長、薪低、工作和生活不平衡、晉升機會不及「六十後」和「五十後」人士，而且常被挑剔資歷淺。由於「八十後」長期在工作上累積負面情緒及不滿，對工作不感快樂及滿足，繼而會把不滿伸延至社會各層面。基督教服務處建議僱主開拓快樂工作間，實施彈性上班制，又建議加入師傅制，讓「八十後」學習前輩解決問題的方法，同時僱主主要多給予他們機會。

## 各種年齡人士心理比較

※希望感指數

|        |      |
|--------|------|
| 20至28歲 | 46.8 |
| 29至44歲 | 49.9 |
| 45至63歲 | 50.8 |

註：低於平均數為48，表示傾向對未來不存希望

資料來源：基督教服務處