

# 浅谈我国女性公务员的心理健康状况

李静舒

(山西大学政治与公共管理学院,山西太原 030006)

**摘要:** 公务员心理健康水平直接关系到行政效率的提高和公共利益的实现。在公务员队伍中,女性在心理素质、职业发展、社会角色等方面都与男性有所不同,并且,处于不同职位级别、不同年龄的女性公务员面临着不同的心理问题。本文从女性自身、组织管理、社会环境影响等角度探究了女性公务员心理问题形成的原因,并有针对性地提出了提高女性公务员心理健康水平的对策建议。

**关键词:** 女性;公务员;心理健康

**中图分类号:** D035.2 **文献标识码:** A **文章编号:** 1008-8431(2013)05-0074-03

公务员是指依法履行公职、纳入国家行政编制、由国家财政负担工资福利的工作人员。他们代表人民行使公权力,履行管理国家的职能。公务员的素质水平直接关系到行政系统的绩效、公共利益的实现及党和政府的形象。心理素质是公务员诸多素质中最基础性的素质,关注并研究公务员的心理健康状况,对建设高素质的公务员队伍有着重要的意义。

受我国传统文化的影响,人们并不重视心理健康,甚至出于偏见对心理疾病讳疾忌医。近几年,随着几起官员自杀案件被报道,公务员这一所谓“待遇优、地位高、生活稳定”群体的心理状况才逐渐进入公众视野。实际上,公务员已成为心理问题的“高发人群”之一。中国人力资源开发网的一份行业心理健康问题报告显示,我国公务员队伍中有29.3%的人存在心理问题。在心理疾病患者中,公务员约占10%,高于其他职业群体。公务员普遍反映压力较大,以工作负荷、住房、社会不理解、职业发展问题等方面的压力为主。在公务员队伍中,女性占有一定的比例,她们所面临的心理问题除了具有公务员所具有的共性外,也具有其特殊性。

## 一、女性公务员的心理健康状况概述

通过综合考察几个省市针对公务员群体的心理健康研究,发现男女公务员面临的心理压力不尽相同。如上海市在对不同性别公务员的调查研究中发现,女性公务员在“躯体症状”、“焦虑”、“抑郁”三个维度上的得分显示女性公务员的心理状况比男性略差,由此产生了紧张、自信不足、沮丧等不良心理反应,以及失眠、疲劳等生理反应。下面将从职位差别与年龄差别两个方面对女性公务员的心理健康状况进行阐述。

从职位差别的角度来看,不同职位级别的女性公务员的心理健康状况不同。杭州市调查显示,女性公务员的心理压力指数随着职位的不同呈现出两头高、中间低的特点:一般职员心理压力最高,其次为局级干部、科级干部,处级干部为中间。从甘肃省、上海市、杭州市的相关调查报告可以看出:一方面,担任领导职务的公务员比担任非领导职务的公务员在人际关系方面更为敏感。处于领导岗位的公务员不仅要带领

〔收稿日期〕2013-07-10

〔作者简介〕李静舒(1990-),女,山西大学政治与公共管理学院行政管理专业2011级硕士研究生。

本部门人员,还要与其他部门及单位进行协调,并且肩负着本部门的绩效和责任。而公务员队伍中男多女少,女性相对来说属于少数及弱势群体,相比同级别的男性公务员,女性公务员面临着更为复杂的人际状况。另一方面,科级以下公务员在思维、情感、行为等方面的敌对性更强,表现在心理上对周围环境不认可,容易产生敌对情绪。上海市的调查报告显示,科级以下公务员在“焦虑”、“抑郁”、“躯体症状”三个方面问题较多。

从年龄差别的角度来看,不同年龄段女性公务员的心理健康状况不同。29岁以下的女性处于职业社会化阶段,之前从家庭、校园及同龄群体中获得的社会化经验要进行重新调整和修正,个体在这一过程中会面临由认知失调所带来的心理压力。并且,女性比男性面临着更严峻的职业发展前途,因其自身情绪调节能力较差,女性公务员会在这一阶段经历比男性更复杂的成长考验。但这个年龄段的年轻人身心状态处于高峰期,对未来有较高期望,总体而言能比较好地处理自己所遇到的心理问题。30到39岁的女性在家庭生活中扮演着相夫教子的角色,在事业上属于关键时期,因而心理压力最大。这一年龄段的女性社会经验并不十分丰富,在高压之下容易产生职业倦怠和多种心理冲突及心理失衡。40到49岁的女性心理状况较为安定,家庭上子女已长大成人,事业走向基本定型,即使在工作上有所挫折,较为丰富的人生经验也能让她们更淡然地处理工作生活中遇到的种种问题。49岁以上的女性公务员多进入了职业倦怠期,为了保持表面的较高自尊,时常压抑内心压力,不愿表现出来,所以容易因心理因素导致躯体不适症状。并且这一时期的女性公务员,由于更年期的到来,情绪上容易波动,脾气暴躁,常面临着抑郁、焦虑等心理问题。

## 二、造成女性公务员心理问题的原因

综合来看,造成女性公务员上述心理问题的原因主要有以下三点:

第一,女性自身特点及其情绪处理方式存在问题。从性别差异上来看,女性本身存在过于敏感、自信不足、容易焦虑等性格特点,心理调试能力较弱,同时,更年期症状也困扰着年龄较大的女性。而负面情绪能否得到排解,是心理压力能否导致心理问题的关键因素。心理咨询和心理治疗在我国一直属于较为边缘的领域,有的人意识不到自己有心理问题,有的人面临着心理压力造成的不适也通常不去选择求助于专业途径。现行的公务员体制中更未建立起相应的心理干预机制和心理援助渠道。公务员身处复杂的社会

环境中,通常在与他人交际时隐藏自己的真情实感,一些心理不平衡的状况累积为负面情绪,得不到发泄,影响身心健康。

第二,科层制的组织形式压抑人的个性,女性升职压力大。公务员的职位设计通常非人格化,即在此岗位工作的公务员应按照职业所要求的表现来履行职责,这是为了保证公共利益的实现。但同时,作为情感动物,人都有追求个性自由发展的本能。科层组织的理性行为、专业化分工、权力作用和严密控制四种价值观,与成人追求主动、自主、创造、负责等人格成长的趋向背道而驰。当人格长期遭受压抑时,就会产生消极、沮丧、不安等情绪,心理产生逃避和倦怠倾向。如今,虽然性别歧视在行业内被广泛禁止,但女性要争取到与男性同样的待遇,需付出更多的努力。公务员能否得到晋升,一定程度上与人际关系(尤其是与领导的关系)相关,不确定性较大,这就给女性公务员带来一定程度的心理压迫感。很多女性公务员在接受调查时表示,自己在工作中不受领导重视与赏识,升职希望渺茫,萌生了无成就感和沮丧感,工作积极性不高。

第三,女性公务员面临着更强烈的角色冲突。公务员这一职业的特殊性决定着他们面临着社会角色上“公共人”与“社会人”的冲突。在职场上,公务员是“公共人”,代表人民行使公权力,影响着公共利益的实现程度。这种角色性质要求从业者必须自觉树立人民公仆的意识,自觉做到为人民服务,外界也对公务员的道德水准和工作能力有较高的期望和要求。但在职场之外,公务员首先是作为一个“社会人”的角色而存在,其本性是自利的。所以在面对利益抉择时,这种角色上的冲突会带给公务员认知上的失调,使他们产生心理压力。对女性公务员来说,这种多种角色同时存在于一人身上的情况还有很多,如她一方面是家庭中的妻子、母亲、女儿及儿媳,一方面是国家公职人员。受传统观念的影响,女性在公务员事业的发展上不被支持,面临着来自外界看法的压力,大部分女性还是主张回归家庭生活中,对工作存在着应付情绪。

## 三、提高女性公务员心理健康水平的对策建议

第一,从女性自身来说。首先,要加强对自身心理健康状况的重视,转变对心理问题的看法,合理看待自身出现的心理问题,掌握必要的心理健康知识与自我调节手段,必要时求助于相关机构。其次,正确认识自己作为女性公务员的角色。处于领导职位的女性公务员要合理地扬长避短,发挥女性的优势,实行柔性领导风格;处于较低层级的女性公务员也要正确认识自身优势,发挥女性稳重、细心的特点,做好本职工

作。再次,女性公务员要树立正确的职业价值观,合理规划自身职业方向,防止由于实用主义、个人主义、利己主义等多元文化观念对政治理想的冲击而陷入无所适从的困境。

第二,从组织管理的角度来看。首先,要规范公务员考核评估方法与晋升制度。要消除性别歧视,把工作能力作为主要考察标准,尽量降低主观因素在考评中的影响作用,在组织内营造公平合理的行政文化,为减轻公务员心理负担提供制度保证。同时,规范公务员晋升制度,整顿部分单位不规范的非领导职务晋升制度,减少女性公务员在职业发展上不必要的压力。其次,调整女性公务员退休制度。现在我国实行的退休制度中规定男性六十岁退休,女性五十五岁退休。这种年龄限制对女性而言并不公平,应该根据女性的职业表现情况,适当实行弹性退休制度。再次,加强公务员心理健康考核与培训,建立心理问题的舒缓与消解机制。要将公务员心理健康教育纳入到干部培训的内容中,并且针对女性公务员特殊的心理状况进行有针对性的辅导。通过面对面咨询、心理网站等形式,使女性公务员的心理压力能够得到及时舒缓、消解以及合理的宣泄。

第三,从全社会的角度来看。一方面要在经济社会急剧转型的社会背景下积极建立稳固的价值观信仰体系,防止个体在职业社会化过程中面临较大的心理冲击。另一方面,要重视女性公务员的心理健康状况。充分利用社会上各种媒体宣传心理健康知识和自

我心理调节方法,通过报纸、电台、网络等大众传播媒介开展心理健康知识普及活动。针对女性集多种角色于一身的压力,家庭及社会要积极协助其减少角色冲突,对女性的职业活动予以支持。

参考文献:

- [1]史海威.80后公务员心理状况及对策研究[J].湖南行政学院学报,2011(1).
- [2]梁海萍.对公务员心理健康状况的调查分析——以上海市公务员为例[J].领导科学,2009(12).
- [3]甘肃省公务员心理健康状况调查研究课题组.甘肃省公务员心理健康状况研究报告[J].甘肃行政学院学报,2008(5).
- [4]张鑫鑫.干部教育应关注心理健康问题[J].中共山西省委党校学报,2012(4).
- [5]李万县,马媛.女性公务员角色冲突及其调适[J].河北经贸大学学报,2011(12).
- [6]张绍兴.浅析青年公务员心理异常与应对措施[J].高校讲坛,2011(3).
- [7]曾文洁.我国公务员心理健康现状调查[J].湖南社院学报,2011(6).
- [8]祁芳,高喜平.影响公务员心理健康的因素及心理援助对策[J].西安邮电学院学报,2009(3).

(责编:李莉)

