
工作场所健康计划并不能促进员工的心理健康

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/25760.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

工作场所健康计划并不能促进员工的心理健康。一项针对4.6万名员工的调查显示，许多公司提供的福利措施在促进员工心理健康方面收效甚微。相关研究1月10日发表于《产业关系杂志》。

在英国，半数以上的雇主采取了正式的员工福利措施，包括员工援助计划（提供职业或个人问题方面的支持）、心理咨询、在线生活辅导、正念研讨会和压力管理培训。

英国牛津大学William Fleming说：雇主越来越多地提供各种策略、练习和项目，以改善员工福利和心理健康。这些措施的目的是改变人们的心理能力和应对机制。

为了调查这些措施是否有效，Fleming分析了2017年和2018年进行的英国最健康工作场所调查的数据。他研究了233家机构的4.6万名员工的回答，其中大部分是办公室和服务行业的员工，约有5000人表示在过去一年中至少参加了一项福利计划。

他发现，参加过这些计划的人与没有参加过的人相比，在自我报告的心理健康方面没有差别。这一结果在不同类型的员工和行业中都是一致的。Fleming说：这些计划似乎没有带来任何好处。

不过，志愿服务可能是个例外。与没有参加志愿服务的员工相比，参加了公司提供的志愿服务项目的员工平均心理健康水平更高。Fleming说，但必须注意的是，那些有足够动力为某项事业提供志愿服务的人，他们的心理健康状况可能本来就相对较好。

雇主提供的福利措施一般不会改善员工心理健康，但志愿服务是个例外 图片来源：Nuva
Frames/Shutterstock

Fleming建议，雇主与其提供这些举措，不如把重点放在改善工作环境中。例如，评估某人的工作量是否过重、工作时间是否过长或管理策略是否可以改进。（来源：中国科学报 王兆昱）

相关论文信息：<https://doi.org/10.1111/irj.12418>

作者：William Fleming 来源：《产业关系杂志》

更多 科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发