

公务员普遍心理积郁人际关系成为最头疼问题-公务员考试
PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/22/2021_2022__E5_85_AC_E5_8A_A1_E5_91_98_E6_c26_22793.htm 2007年公务员考试的报名工作刚刚结束，工作稳定、工资待遇高、福利好，等等利好前提让每年的公务员考试报名变得异常火爆，很多热门部门的竞争比率都超过1000比1。就在大家对公务员这一职位垂涎三尺、跃跃欲试的时候，网上一篇关于公务员心理健康的新闻也随着公务员考试报名的消息纷纷被各大网站转载。该报道称，重庆市市政委副主任、高级心理咨询师徐培基用自己三十几年在政府部门任职的经验来现身说法，他表示，政府公务员有30%的人心理表现为敌对情绪，对环境不认可，经常牢骚满腹。此外，抑郁和焦虑程度也都不低于30%。根据30%这个数字，北京博爱心理咨询专家刘铁刚表示，这个数字只是当地的一组调查数据，然后又依据当地的情况向全国推展开来，其有一定的代表性，但无绝对性。我们要考虑到这中间的地区差别，重庆虽然也是直辖市，但是从经济发展程度、城市就业环境、城市工作节奏等方面考虑，它的这些指标都明显低于北京、上海、广州、深圳等城市，也低于大多数东南沿海城市，如果把这个数字拿到这些地方来分析，那么三成还过于保守。就以北京为例，北京高校林立、人才济济，其竞争的激烈程度可想而知，再加上公务员的饭碗又这么吸引人，引来的竞争者就更加难以计数，公务员的心理积郁比例要远大于三成。人际关系成公务员咨询难题 刘铁刚根据自己日常工作的情况告诉记者，向北京博爱心理咨询中心问诊的公务员，咨询问题最多的就是关于如何处理人际

关系的问题，包括如何处理上下级关系，如何处理同事之间的关系、升职之后如何处理好同事的关系等。刘铁刚分析，现在国家公务员的选拔机制非常严格，层层考试、层层筛选，经过几次三番的过关斩将之后，留下来的可以说都是精英，在个人能力上绝对是没有问题的，也是完全可以胜任自身工作的，也就是说大多公务员在业务工作上基本没有问题，问题多数出在他们不可控的因素上，其中在单位里的人际关系就是非常重要的一项，如何处理好单位里的人际关系成为很多公务员的头疼问题。公务员放平心态很重要那么，对于公务员存在的心理积郁问题该如何调整呢？刘铁刚介绍，每个公务员的心理积郁都有不同的症状，引起积郁的原因也是多种多样的，我们在调整的时候要根据每个人不同的情况做具体调整。不过，比较大众化的训练主要包括增强心理耐性、挫折力的训练和增加乐观心理的训练。再深层次的调整就要具体情况具体分析了。刘老师介绍了一个他曾经接手的案例：有一个硕士毕业的公务员，与单位里很多本科生毕业的同事做同样的工作，拿同样的工资，享受同样的待遇，甚至有些本科生比他的工资待遇还要好，这让硕士生很不平衡，对同事和领导的意见很大。刘铁刚分析，这位硕士生把自己对事物的评判标准当成了社会的评判标准，凡是不符合他的标准的都被认为是错误的，学历高只是他的一个个人优势，学历高并不代表他就有高能力，就有好的工作业绩。其他的本科生虽然学历没有他高，但是本科生也许还有其他的特长，可以弥补学历上的不足，比如善于处理人际关系、善于处理上下级关系、为人谦虚谨慎等等，这些都会给领导、同事留下非常好的印象，利于以后的提升和工资待遇的提高，从

这一优点看本科生与硕士生打个平手。同时，硕士生存在不满情绪，这势必会影响到他的工作态度、工作效率，而本科生因为学历低就能够明显地感觉到竞争的激烈，工作的压力，他就能以积极的态度迎接工作，这样他反而可以把工作做好。反而是学历高让很多人看不到自己的缺点，看不到别人的优点。很多人都以为自己很了解自己，不了解别人，其实事实恰恰相反。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com