

Analysis of Factors Influencing Urban Professional Women's Health

Zhengjie Hong

School of Management, Shanghai University of Engineering Science, Shanghai, China

Email: hzjhelen@126.com

Abstract

In recent years, the health status of urban professional women in my country has generally shown sub-health status. In order to solve this situation, this paper classifies urban professional women according to age, collects a large amount of panel data, and analyzes the factors that affect the health of urban professional women at different ages through three aspects: dual role conflict, lifestyle and personal physiological factors. To find out the different mechanisms of the same health factors affecting the health of urban professional women, and to think about improving the health status of urban professional women from three aspects: personal, social and institutional.

Keywords: *Urban Professional Women; Dual Role Pressure; Lifestyle; Personal Physiological Factors*

影响城市职业女性健康的因素分析

洪郑洁

上海工程技术大学管理学院

摘要:近年来, 我国的城市职业女性健康状态普遍呈现亚健康状态。为了解决这种情况, 本文将城市职业女性按照年龄段进行分类, 搜集大量面板数据, 通过双重角色冲突、生活方式和个人生理因素三个方面, 分析在不同年龄段影响城市职业女性健康因素。找出相同影响健康因素对于城市职业女性健康的不同作用机制, 从个人、社会和制度三方面为改善城市职业女性健康状况提出思考。

关键词: 城市职业女性; 双重角色压力; 生活方式; 个人生理因素

一 问题提出

当今的中国社会, 女性的职业发展模式一般呈倒 L 型模式, 其特点是女性参加工作后, 持续工作到退休, 结婚生育后女性要承担工作和家庭的双重责任。有研究表明, 对中国职业女性而言, 家庭、工作多重角色的扮演已经影响到了她们的健康状况, 职场上的竞争压力和抚养子女、照顾家人的生活压力, 是影响她们健康的主要因素。

目前, 学界关于职业女性健康的讨论有众多观点。有专家以婚姻为分界线, 将职业女性划分为已婚和未婚进行研究, 并提出不同的工作压力影响这两类职业女性健康。也有学者通过将女性在家庭和工作中扮演的不同类型的角色组合分析, 提出了代际关系对现代女性的健康可能存在比较重要的影响。当代职业女性工作压力大, 多重角色矛盾冲突增多, 长时间工作缺少适当的体育锻炼, 这些因素都造成她们机体长期处于亚健康状态, 严重影响职业女性的身心健康。

关注职业女性身心健康对维持社会的稳定, 建立和谐社会具有深远的意义。目前, 中国社会的大环境由于受到中国传统思想的影响, 城市职业女性的压力远远大于男性。并且, 在研究职业女性健康的领域中, 我们往往忽略了在不同年龄段影响健康因素的差异性。

因此，笔者将城市职业女性分为四个年龄阶段（60后、70后、80后、90后），从双重角色冲突、生活方式和个人生理因素三个方面来比较相同的影响健康因素对于不同年龄段的城市职业女性的不同作用机制。

二 研究设计

职业女性作为家庭成员健康的主要维护者，但对自身健康的关注程度排在老人、孩子之后。加之城市环境喧闹，住房拥挤，加之作为女儿、妻子、母亲、雇员等角色的矛盾与冲突长期存在，带来较大的心理压力，普遍处于“亚健康状态”（表1）。

表1 职业女性健康状况分布

	60后	70后	80后	90后
非常健康	2%	2%	3%	6%
比较健康	20%	26%	26%	32%
一般	60%	55%	55%	42%
健康较差	16%	16%	16%	20%
健康糟糕	2%	1%	0%	0%

数据来源：《2018 中国城市职场女性健康绿皮书》

1 双重角色冲突

人的社会属性与家庭属性之间的冲突,是近十几年来在中国日益显现的一大冲突,而其中女性在“社会人”与“家庭人”之间的困惑、纠缠、纷争更甚。女性从家庭角色扩大为社会角色后,社会的发展使女性急切需要社会锻炼和提高,而繁重的家务,却使她们陷入家庭角色和社会角色的矛盾和冲突之中。

(1) 社会角色对不同年龄阶段的城市职业女性影响

由社会因素引起的工作压力对职业人群健康的影响已引起关注，并成为当前的研究热点。研究显示,当男女两性面临同等的工作压力时，女性比男性更容易产生相应的健康问题。

表2 城市职业女性的工作期望

工作期望	60后	70后	80后	90后
有较高收入，能够提升生活品质	14.24%	14.53%	16.98%	16.74%
工作环境和人际关系良好	19.03%	17.75%	17.84%	19.35%
便于兼顾家庭和日常生活	14.49%	15.71%	18.72%	17.92%
展示个人能力，有成长性，获得感	16.54%	15.53%	16.94%	17.94%
工作与兴趣契合	14.80%	15.66%	16.40%	16.29%
可以自由支配时间	8.96%	8.92%	9.74%	9.08%
受尊重，社会形象好	11.94%	11.91%	3.37%	2.69%

数据来源：《第13次中国城市女性生活质量调查报告（2017年度）》

根据表2，90后城市职业女性由于初入职场，想要锻炼和展现自己的能力以及人际关系的处理，产生扮演社会人的压力。因此，社会角色的扮演会导致90后城市职业女性产生“办公室”病。

此时80后城市职业女性大部分该年龄段的城市职业女性已经组成家庭并孕育下一代。所以她们需要大部分的时间和精力用来照顾家庭和子女。此时的社会角色压力来源于时间和精力分配的不平衡。

当前，70后城市职业女性正处在事业瓶颈期，人际关系和工作环境的影响导致了她们的社会角色压力。

60 后城市职业女性正面临职业生涯的末期，因此，她们不再将工作仅仅视作一种谋生方法，而是作为一种兴趣来发挥自我的价值。

(2) 家庭角色对不同年龄阶段的职业女性影响

传统社会将女性的角色主要分为妻子、母亲、女儿等身份。在当前的社会中，性别角色要求女性必须当一名贤妻良母，来迎合社会的期望，也是现代女性对自身在家庭作用的肯定。

表 3 城市职业女性的生活压力

生活压力	60 后	70 后	80 后	90 后
日常工作	17.51%	21.34%	19.41%	19.79%
人际交往	21.16%	18.03%	17.93%	21.66%
家务劳动	18.45%	12.33%	14.02%	15.23%
抚养教育孩子	16.67%	22.42%	24.27%	17.86%
照料老人	16.48%	12.02%	11.27%	10.95%
经济负担	9.74%	13.87%	13.10%	14.50%

数据来源：《第 13 次中国城市女性生活质量调查报告（2017 年度）》

根据表 3 的数据，90 后城市职业女性还未开始承担起其他角色的家庭责任的情况，以社会角色压力为主。80 后城市职业女性则已经承担起家庭责任，生活压力从工作转移到家庭。为维护两种关系的平衡，引发生活压力。

对于 70 后城市职业女性，工作与家庭之间的抉择难度加大，家庭和社会之间的角色分配不均是影响城市职业女性健康的重要因素。而 60 后城市职业女性中，人际交往和家务劳动是主导她们生活压力的因素。

2 生活方式

据世界卫生组织的资料证实，人类的健康寿命问题 40% 在于遗传和生存的环境条件，而 60% 需要靠自己努力，去“建设”良好健康的生活方式。

表 4 健身习惯

健身习惯	60 后	70 后	80 后	90 后
养成了有规律的健身习惯	30.43%	27.13%	32.78%	36.71%
经常锻炼，但不太规律	33.66%	20.82%	20.06%	23.40%
有健身意识，但时断时续	31.72%	44.48%	36.73%	29.88%
没有运动规律	4.19%	7.57%	10.43%	10.01%

数据来源：《第 13 次中国城市女性生活质量调查报告（2017 年度）》

从表 4 的数据显示，90 后城市职业女性的运动意识和习惯保持较好。而 80 后和 70 后城市职业女性的健身频率因为她们的时间和精力大量分散而降低。而 60 后城市职业女性由于意识到运动对健康的积极作用，其运动频率逐渐上升，但缺乏专业的指导，所以运动习惯的养成还是有所欠缺。

3 个人生理因素

除去双重角色冲突以及生活方式对城市职业女性健康的影响，自然因素，即女性随着年龄的增长产生的一系列生理疾病也会不同程度地影响城市职业女性健康。

表 5 女性体检健康数据

体检健康数据	60 后	70 后	80 后	90 后
高血压	42%	31%	16%	11%
高血脂	29%	19%	10%	7%
心血管疾病	55%	40%	27%	28%
脂肪肝	42%	33%	22%	12%
甲状腺异常	75%	65%	46%	13%
乳腺异常	55%	65%	61%	43%
生殖系统异常	38%	25%	17%	9%

数据来源：《中国女性体检健康数据报告》

依照统计，目前乳腺类疾病普遍存在于我国的城市职业女性之中。并且伴随着年龄的增长，甲状腺异常疾病的发作率也直线上升。而“三高”类型的疾病也是 60 后和 70 后城市职业女性的健康杀手。

因此，随着年龄的增长，女性的自然生理会随之产生一系列的疾病困扰。这些病症不仅在生理上导致城市职业女性的健康问题，还会引起女性在精神上的恐慌、焦虑甚至病情的恶化。

三 对改善城市职业女性亚健康思考

中国公共健康面临重大压力的背景下，女性作为脆弱群体受到的损害甚至危害往往尤为严重。此外健康产品市场化和商业化,以及某些媒体对于女性的误导,往往使得女性在健康方面的脆弱性增加。为改善这一情况，城市职业女性应当有所改变。

1 养成健康的生活方式

生活方式是人们在工作之余所从事的物质活动与精神活动的方式,它与特定的自然、社会条件相联系,并随条件的变迁而变迁。健康的生活方式涉及十分广泛，不仅包含日常的体育锻炼、生活饮食和休闲方式，优质睡眠、良好的社会适应度以及心理调节等也囊括健康生活的标准中。因此，每位城市职业女性都能通过健康的生活方式，进行自我健康管理，缓解自身亚健康的状态。

2 强化女性主体意识

近年来，“美女经济”的思想在社会中盛行，物化女性，使女性失去了自我。职业女性要克服和消除自卑心理、依附意识,树立自尊、自强、自信、自立的观念。

因此，城市职业女性应当树立正确的现代女性意识，站在自身的立场上，判断在不同年龄段中自己的角色期望、生命价值以及社会定位。只有当城市职业女性拥有了自我的主体意识才不会被传统社会女性角色定位影响。这样不同年龄段的城市职业女性能根据自身情况，平衡所需扮演的角色，达到身心健康。

3 构建规范的女性健康管理服务市场

鉴于女性的自然生理原因，不同年龄段的城市职业女性的健康需求也大不相同。例如：90 后城市职业女性的健康需求主要在健身美容方面；80 后城市职业女性则主要关心生育方面；70 后城市职业女性侧重于妇科疾病以及更年期等情绪管理；60 后城市职业女性需要的是整体的健康养生。所以构建一个规范的女性健康管理服务市场，不仅仅能为不同年龄阶段的城市职业女性提供专业化、个性化的健康管理服务，提高她们的生活质量，也能促进经济发展，扩大城市职业女性的范围，提升城市职业女性在社会中的地位 and 话语权。

参考文献

- [1] Chang, C.F. 2006, : “The employment discontinuity of married women in Taiwan: job status, ethnic background and motherhood .”,*Current Sociology* 54(2).
- [2] 王睿,史明.部分职业女性工作压力相关因素调查[J].*中国市场*,2011(39):134-136.
- [3] 李春风.浅析中年职业女性健康状况及健身对策[J].*长春师范学院学报(自然科学版)*,2008(06):96-99.
- [4] 蔡玲.多重角色对现代女性健康影响的实证研究[J].*青年研究*,2011(01):63-71+96.
- [5] 周春淼,刘桂珍.职业女性工作——家庭冲突问题研究[J].*职业技术*,2015,14(08):91-93.
- [6] 周毅刚,郭玉江,杨国顺,刘晖.职业女性休闲体育与身心健康相关分析[J].*首都体育学院学报*,2011,23(01):34-39.
- [7] 王金玲.女性的价值定位与双重角色冲突[J].*中国妇女管理干部学院学报*,1994(04):36-38+31.
- [8] 王金玲.女性的价值定位与双重角色冲突[J].*中国妇女管理干部学院学报*,1994(04):36-38+31.
- [9] 丛志杰.对我国社会转型时期职业女性角色冲突问题的几点思考[J].*内蒙古大学学报(人文社会科学版)*,2001(06):37-40.
- [10] European agency for safety and health at work. Expert forecast Onemerging psychosocial risks related to occupational safety and health[DB / OL]. Luxembourg, 2007.
- [11] Bond MA, Pun nett J, Pyle JL, et al. Gendered work conditions, health and work outcomes[J]. *Journal of Occupational Health Psychology*, 2004, 9: 28—45.
- [12] 洪佳真.对当代女性双重角色冲突下价值选择的思考[J].*内蒙古师范大学学报(哲学社会科学版)*,2017,46(03):79-83.
- [13] 张开宁,张桔.21 世纪中国女性健康面临的新机遇与挑战[J].*云南民族大学学报(哲学社会科学版)*,2007(04):41-46.
- [14] 刘伟.生活方式诸问题初探[J].*中州学刊*,1985(06):34-38.
- [15] 杨爱珍.当代职业女性角色冲突的原因和对策[J].*理论建设*,1995(04):97-98+43.