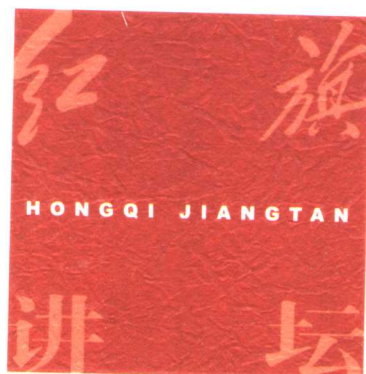


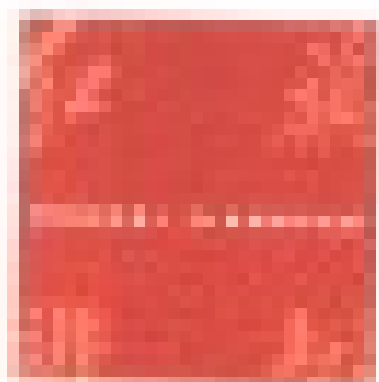


当代公务员 心态健康讲座

薛泽通 著

红旗出版社

DangDai GongWuYuan
XinTai JianKang JiangZuo



当代公务员 心理健康讲读

张德胜 主 编

中国人事出版社

Executive Leadership
Contemporary Leadership Research

中国人事出版社
CHINA PERSONNEL PUBLISHING HOUSE



当代公务员 心态健康讲座

薛泽通 著

红旗出版社

DangDai GongWuYuan
XinTai JianKang JiangZuo

自序

这是自己的一篇讲座稿。我把它整理出来，作为探究公务员心态健康的一个小小的“探测器”，如果能为方家的“玉器”提供些许原料，则幸甚，乐哉。

在当今，中国社会正处于伟大的变革时代，经济建设在快速发展，社会文明在逐步提升，法制建设在日趋规范，民主功能在日益增强。伴随着形势的变化，国家公务员的精神面貌和综合素质发生了深刻变化：越来越文明，越来越理性，越来越公正。当然也要看到，他们面临的社会、生活、工作环境也越来越复杂，综合压力也越来越大。环境的复杂表现在：他们面临的社会形态多元化，面临的群体多层化，面临的价值多重化，面临的诱惑多样化，面临的问题具体化。

在面对和处理这些问题的时候,他们既要保持公务员职业的特殊要求,又有着普通人的正常渴求。因为公务员队伍是整个社会群体的有机组成部分,官员和普通人一样,有七情六欲、喜怒哀乐、油盐酱茶、吃喝拉撒。同样面对正常人的生老病死、夫妻的争争吵吵、子女的升学就业、人际的来来往往、个人的去留进退。同样面对爱,亲人之爱、朋友之爱、同志之爱,以及爱带来的美好和困惑。既有普通人的欢乐,也就难免犯下普通人的错误,这是一种常态。但他们又处于一种非常态。因为官场不同于市场、商场等,他们的一举一动、一喜一悲、一乐一愁,万人注目,众人仰望,事关大局。他们在经济发展和社会进步中发挥着一般群众不可替代的重要作用。他们是社会各个层面的具体管理者、协调者,是重大社会任务的组织者、落实者,是社会各项资源的掌管者、支配者。当然权力也意味着浩大的责任,职位不仅仅是荣耀、地位、身份、金钱、享受、乐趣的象征,也是一切社会责任的最直接的承受者和承担者。哪个环节不慎,也可能让人永远跌倒不起。更别说那道不尽的责任:决策失误,要承担责任;别人惹得麻烦,要承担责任;有些事虽没有直接责任,还有间接责任。一个地方、一个单位、一个科室管不好,谁知要出什么问题?谁知什么时候出问题?谁知出多大问题?大问题,大责任;小问题,小责任;敏感事件出问题,那只有敏感地接受处理。还不说那些意想不到的天灾人祸。“官大有险”,权力越大,理事越多,管的面愈宽,感觉就愈加明显。

这种境况使得公务员的心态更具动态和不稳定性,更具复杂化。公务员的心态建设问题理应受到社会的关注和关照。因为这是一个特

殊的群体，决定着执政的基础和施政的效果。因为角色的特殊，公务员的心态问题，便不再是他个人的问题，而是一个公共问题、社会问题。当前，中国正在致力于建设“民主法治、公平正义、诚信友爱、充满活力、安定有序、人与自然和谐相处”的社会主义和谐社会，其中，公务员队伍的和谐既是和谐社会的重要组成部分，也是推进和谐社会建设的重要力量。和谐公务员队伍建设，需要政治保障、制度支撑、物质保证，但更需要公务员本身心态的和谐，这是实现真正和谐的精神基础和思想力量。

在实践中，对公务员的培训和考评，道德、能力、知识、政绩普遍受到了公众和组织人事部门的高度重视，这是应该的，也是必需的，但心态健康问题也亟须引起广泛的关注。我们知道，一个人的心态素养是整个素质结构的动力部分、核心部分，是整个机器的运行基础，它的优劣直接影响一个人素质发挥的功效及其实践活动的功效。所以，心态建设是基础性、方向性的工作。

说它是基础性工作，是因为心态建设就如同盖高楼打基础，基础不牢，盖得再快，结构设计得再好，屋子装修得再花哨，也没有意义，迟早有一天会塌下来；说它是方向性工作，是说心理方向不对，就会南辕北辙，就如同在沧州要到北京，却向德州方向走，速度越快，离目标就越远。

我们都知道《龟兔赛跑》的故事，据说兔子输给乌龟后，很不服气，又进行了第二次比赛。这回兔子可不敢大意了，全神贯注，一鼓作气，但最后的结果还是乌龟赢得了冠军。为什么？原来是兔子在情急之下跑错了方向。龟兔的两次比赛正好说明成功的两大关键因素：

勤奋执著+正确方向。两者缺一不可。缺乏正确的方向，正如柏拉图所说：“无论是国家和个人，都做不出伟大优美的事情来。”

当前，在急速的社会、经济、政治、文化的变迁中，一些公务员确实出现了一些心理不健康或心理不卫生的问题。突出的表现就是：浮躁。浮躁又发酵出很多衍生物：焦虑、暴躁、脆弱、沮丧、抑郁、恐惧、紧张、疏忽等。这些心理问题的成因上面已经讲述。关键是这些问题应该不应该关注？也许有人会说，在当今复杂的社会、政治、经济、文化、分配以及激烈的竞争环境下，人们的心理有些问题是很自然的、正常的，不仅公务员队伍有，大部分人都有。我赞同。但要看到，这些心理问题对常人来说，一般只能对本人和家庭产生些许轻微的影响，对社会一般形不成大的伤害，但对公务员这个特殊的社会群体来讲，就非同寻常了。比如暴躁，会造成独断专行，盲目决策；比如疏忽，会犹豫不决，丧失机遇；比如焦虑，会急于求成，欲速不达；比如抑郁，会效率下降，影响机关形象。更为严重的是，这些心理问题长期积攒，得不到有效疗治，就会发展为心理疾病甚至畸形变态。

剖析腐败分子的案例可以看出，腐败分子之所以腐败，政治上说是丧失党性，法律上说丢掉法制观念，从心理上说，是严重的心理障碍和心理疾病。其结果，既造成了个人和家庭的悲剧，又对事业、对社会、对人民造成巨大伤害。曾有这样一桩奇闻，某贪官在事发前收受贿赂时，如果对方送少了，他只咳嗽，送到数了，他才理睬。不论是商人从他那里买利还是下级买官，都没有明码标价，但实际上是一口价，送钱的人心里无底，不断地送，如果达不到他要的价码，他就

不停地咳嗽，知行市的人就知道送的钱不够，再送，直到他不再咳嗽，说明价码到了，可以成交。江苏省某镇党委书记，为了受贿心中有数，建立了一本“受贿簿”。1993年底取出该小本本一合计，发现受贿比率比上年增长了97.8%，未过百。于是乎便不满地在小本本上写下“速度太慢”几个字。此后，他采取措施，加大力度，使随后几年的受贿速度猛增。1995年春节，前来“贺喜”、“拜年”的人络绎不绝，而且临走时都放下一个或大或小的“红包”。到了除夕晚上，夫妻二人一数，仅“红包”收入就达11.6万元。于是他在自家的小账本上高兴地写了这样几个字“95年过年喜！”

心态建设对于公务员本身、对于公务员管理部门来说，是一个不容忽视的问题。它不仅关系公务员自己的前途和命运，更影响到社会生活和公共事业。

《中共中央关于构建社会主义和谐社会若干重大问题的决定》中指出：“注重促进人的心理和谐，加强人文关怀和心理疏导，引导人们正确对待自己、他人和社会，正确对待困难、挫折和荣誉。加强心理健康教育和保健，健全心理咨询网络，塑造自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态”。

尽管是针对全体公民而言，但建立良好的社会心态，当务之急就是先把公务员队伍的心态建设好，公务员队伍在整个社会群体中有形象价值和导向意义。培育和形成公务员的和谐心态，既是一个理论问题，也是一个实践问题，既有重要的现实意义，又有深远的历史意义。

胡锦涛同志曾经指出，构建社会主义和谐社会是一个新的重大课题，很多问题还需要在实践中进一步探索。他还号召，领导干部带



头，组织理论界和实际工作部门的同志，开展调查研究，加强理论分析。其中，还把“如何加强全社会的思想道德建设，进一步形成良好的社会氛围和人际关系”作为一个课题指出来。这为我们研究公务员心态问题提供了强大的勇气和理论依据。

因为本人不是学者，这本小书只是自己在现实生活和为政实践中的一些观察和感悟，逻辑和理性分析的浅陋和粗糙是显而易见的，错误也在所难免。但真心地希望，公务员心态建设能引起政界、学界乃至全社会的广泛关注，也希望这本小书抛出去的尽管是“砖”，却能引来诸多的“美玉”。

自 序 /001

上 编 心态·时代·文化·生活

一、时代变迁与心态变化 /003

马克思说过，物质生活的生产方式制约着整个社会生活、政治生活和精神生活的过程，不是人们的意识决定人们的存在，相反，是人们的社会存在决定着人们的意识。当今，这么多好的物质全冲着我们身体的各种器官而来，我们被物质重重包围着、裹挟着，令人目不暇接呀！真有些“乱花渐欲迷人眼”的景象，又有“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽，驰骋田猎令人心发狂”的感觉。在这个时候，如果不用我们的大脑这个司令官来协调整合好各个器官，身体的机能不能联动，我们就会被物质化，沦为物质的奴隶，就会得病。

二、心态建设与中和文化 /030

世界万事万物，都有一个度的问题。适度就是苗，过度就是草。适度就是福，过度就是祸。“度”就是原则。把握了度，就达到了“中”，达到了“中”，就有用，也就是“中用”。“中用”就是中庸。中庸就是恰到好处的状态。所以中庸就是不极

端、不偏激、不对抗、不激化，在分歧中求协调，在差异中求一致，在对立中求妥协，在冲突中求共存，在稳定的情况下前进。也就是人们平时所说的想问题办事情要“掌握火候”、“把握分寸”、“适可而止”、“不要一刀切”、“不要说过头话”，也就是我们提出的和谐的概念。什么事情极端了，都会走向它的反面，包括美好的事物。

三、良好心态与现代生活 / 053

在漫漫的人生道路上，每个人都不会一帆风顺，什么境况都可能发生。有鲜花，也有荆棘；有阳光，也有暴雨；有掌声，也有讽刺；有获得，也有失去；有爱情，也有失恋；有前进，也有暂时的倒退；有顺境，也有逆境。真是林林总总，复杂多样。但无论多么复杂，无非两类：一种是外来的，无法抗拒的。比如战争、瘟疫、洪水、火灾、地震、飓风、车祸、疾病。另一种是人为的。比如他人的栽赃陷害、侮辱诬蔑、盗窃抢劫等给人带来的不幸；比如自己选择上的失误，站错了队，跟错了人，走错了路，选错了行等给自己造成的苦恼和悲剧。这些矛盾有的可以预知，有的无法预测，让人不知所措；有时表现不很突出，有时却很尖锐，让人难以承受。这些矛盾将伴随我们一生，没有是不可能的，人生的过程就是解决这些矛盾的过程。

下编 公务员心态健康方案

一、做好人，不做坏人 /069

一个人要立足于社会，要给自己赢得一份安宁的心情，必须坚持一点：做好人，一定不做坏人。我们承认我们是俗人，但我们决不做奸人；我们承认自己是凡人，但我们决不做恶人；我们承认自己是常人，但我们决不做小人。做好人，需要时间、精力、物质、金钱甚至生命，但不做坏人却是轻而易举的。

二、换一个角度看问题 /096

我们干什么就说什么，干什么就吆喝什么，干什么就爱什么，干什么就找到什么样的优势并把它干好。什么叫成功？成功就是不论干什么，都热爱它，尊重它，重视它，不轻贱，不马虎，不草率，不放松，最后做到最佳境界。

三、给生活加点盐 /109

我们的生活也需要加“盐”。这个“盐”就是给生活赋予一

点意义，一点审美的趣味。没有这个，人生就太寡淡了，太轻飘飘了。

四、给自己的美好找一个理由 / 119

人生的诀窍就是善于经营自己的长处。现在的问题是，在成功者面前，我们太自责了，看不起自己了，埋怨自己这也不行那也不行，自怨自艾，灰心丧气，一蹶不振。尤其再加上所谓好心朋友的劝导，家人的埋怨、抱怨，变得惶恐、不自信，更加找不到自己。有的干脆简单地模仿别人，邯郸学步，东施效颦，生搬硬套，别别扭扭，什么事也弄不成。这是最大的失败，也是最可怕的。

五、要看透但不要看破 / 131

看透是一种境界，是“世事洞明皆学问，人情练达即文章”的通透，是对人情世故变化规律的彻悟，是对人生、社会、机遇、命运的领悟。看破是一种消极，看破多没意思呀！看破人生就那么几十年，活着还有什么意思？看破红尘的结果，不是“无所谓”、“混天度日”，就是“破罐破摔”，贪婪占有人生。

六、干好当下/138

我也经常和我的同事讲，你不是想提拔吗？那你就踏踏实实地做好你的本职工作。因为让你当不当官，你说了不算，那是组织上的事，群众认可，组织赞成才行，但干好你的本职工作却是你说了算的。如果你在说了算的事上不下功夫，而在你说了不算的事情上动脑子、打主意，那就叫舍近求远，也叫庸人自扰；只有干好了你说的算的事情，才有可能影响和改变那些你说了不算的事情，只有干好当下，下一个机会才会来。

七、适当妥协/150

我们平时遇到好多问题，尤其遇到部门与部门之间利益和政策之争，我们的领导就说，协调协调。对呀！协就是协商，调就是平衡调和。实际上，就是让各方都妥协一下，寻找一个相对都能接受的办法。有些问题，为什么要拖呢？有人说，是官僚主义。不完全是。推是官僚主义，拖拉是工作作风问题，推和拖拉不解决问题，是推卸责任，是圆滑。但拖不等于推，也不等于拖拉，更多的时候，是一种工作方法，是圆通，是为了最终解决问题。

八、要结果但不要忽视过程 /164

干什么事情，大家都期望有一个好的结果，很正确。没有结果无异于轰鸣的机器完成了一场空转，没有实际意义。但要结果的同时，千万不要忽视过程。抛开工作上的过程与结果关系问题不谈，仅就对待人生，更应如此。离开了过程，就不会有结果。

九、不要太在乎别人的议论 /173

在日常生活中，被人议论是非常正常的一件事。尤其想干事的人，越是干事，越是有事，干的事越多，暴露的缺点越多，是非越多，不干事则没事，这叫“木秀于林，风必摧之”。还有一句俗话叫“褒贬是买主”，这说明你有被人议论的价值，被人看重也不是什么坏事。

十、学会欣赏 /183

社会上每一个人都渴望别人的欣赏，同样，每一个人也应该学会去欣赏别人。欣赏别人是一种境界、一种涵养、一种素质。欣赏别人是对人家的一种肯定、一种理解、一种尊重。不

会欣赏别人就意味着只会欣赏自己，不欣赏别人看似提高了自己的身价，实际上是贬低自己的人格。老子说：“美言可以市尊”。欣赏别人、赞美别人，同样会获得别人的尊重。

十一、以平和的态度和领导相处 / 193

一个人步入了社会，总要处于领导和被领导的关系之中。你是科员，科长是你的领导，而被服务对象却称你为领导；你是科长，局长是你的领导，科员成了你的部下。循环往复，以至无穷。无论你在哪行哪业，无论你处于什么位置，对绝大多数人来说，总有人的职务比你高，在你领导别人的时候，还有别人在领导着你。

十二、以包容的心态和不智之人相处 / 204

承认自己就是承受一切。美好的东西都需要代价，不然就不会有“卑鄙是卑鄙者的通行证，高尚是高尚者的墓志铭”的名言。你越是纯洁，越是一尘不染，你越是要容忍。你不是是非分明吗？你得允许别人糊涂；你不是守身如玉吗？你得许可人家出入舞厅。这是你的操守必然要付出的。不能容忍不行，你不是叱咤风云的人物，你总是以你的标准衡量人，你自己改变不了什么，

相反，时间一长，轻则孤家寡人，重则被剪除异径。

十三、交几个可以交心的朋友 /214

我们提倡欣赏，提倡欣赏就不能厚此薄彼，提倡五湖四海，提倡五湖四海就不能亲亲疏疏。但是，我们也不能否认，在不以人为敌的前提下，在共同的志向、共同的情趣、共同的爱好下，可以交几个可以推心置腹的朋友，同声相应，同气相求嘛！

十四、学会感恩 /220

感恩，是一种歌唱生活的方式，可以沉淀许多的浮躁、不安，消融许多的不满与不幸。它来自对生活的爱与希望。怀着感恩的心对待生活，对待朋友，你就为自己打造了一座美丽的花园。

十五、学会说话 /228

你能说话，但不一定会说话、说对话。人们都说，说出去的话，泼出去的水，收是收不回来的。大家想一想，因为不会说话，我们得罪了多少人？因为不会说话，我们又耽误了多少