

国大研究：虽比一般人更有幸福感 领导者工作压力大更易患躁郁症

马华卿 报道

mhuaqing@sph.com.sg

一项研究发现，领导者一般比非领导者更幸福，却也因承受更大的工作及慢性压力、更可能患上躁郁症。

新加坡国立大学日前发文告说，国大商学院领导的一项针对成为领导者是否对一个人的健康有好处的研究，确定了与领导力相关的九个重要遗传标记（genetic markers）的位置，研究人员也首次得以研究担任领导职务与个人的身心健康和幸福感之间的遗传相关性，从而为职业健康提供新视角。

研究团队发现，领导地位与更好的幸福感和健康指标之间在基因上存在正相关性，包括高水平的主观幸福感、低水平的焦虑和抑郁。

新加坡国立大学商学院管理与组织系副教授宋照礼解释说：

“成为领导者意味着拥有更多资源，例如更高的控制感和更高的薪水，这通常与更好的幸福感有关联。

因此，我们通常会观察到，领导者往往比非领导者拥有更好的幸福感。然而，领导者往往也会承受更大的工作压力和通常与疾病相关的慢性压力。”

研究：领导地位 也与肥胖和寿命存在关联

其中一个值得关注的发现是，与领导力相关的首要遗传变异也与躁郁症（bipolar disorder）风险增加有关。

宋照礼说，遗传分析表明，控制收入的影响后，领导地位与

较低幸福感之间存在关联，譬如较高的身体质量指数（BMI）和缩短的寿命。宋照礼说，他们是首个发现这种关系的遗传证据的研究团队。

研究团队从英国生物样本库（UK Biobank）这一全球最大的公共遗传和健康数据库，以及美国等全球数据库，提取了逾28万名欧洲血统人士的遗传和职业信息。

对于为何没有提取亚洲的数据进行研究，宋照礼接受《联合早报》访问时说，这是因为英美数据库的信息公开，亚洲人数据的公开程度则较低，或样本数量太小、信息不够完整。

“工作、领导职位等研究团队感兴趣的研究变量，往往在亚洲的数据库里也没有，英美数据库的数据也较为完整。”

宋照礼表示，研究团队希望下一步能建立亚洲基因健康数据库。

不过，宋照礼也指出，研究团队不认为基因决定一切，一方面很难说有所谓的“领袖基因”，另一方面环境因素也可能左右基因的作用，天资与后天培养对领导力都重要。

宋照礼的妻子、杜克—新加坡国立大学医学院量化医学中心助理教授范乔认为，这项研究将人类基因组（human genome）、职业与幸福感联系起来，研究成果揭示了领导力的生物学基础。

研究团队共八人组成，其中还包括香港中文大学的成员。研究成果已于本月14日发表在《美国国家科学院院刊》（Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America）上。