



# 香港僱員新年願望調查

## 記者招待會

香港基督教服務處 僱員發展服務  
富達盟信顧問有限公司

@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務



## 記者招待會程序

- 服務簡介
- 調查簡介
- 調查結果及分析
- 建議
- 快樂教練課程參加者分享
- 答問環節

@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務



## 服務單位簡介

- 率先將「僱員支援計畫」(Employee Assistance Programme, EAP)引入香港的主要提供者。
- 服務包括：為僱員提供24小時熱、個人諮詢及輔導服務、危機支援、員工培訓及發展等。
- 專業顧問團隊:成員來自不同的背景,包括:心理學家、家庭治療、專業輔導員、註冊社工及管理專才。
- 20年來已為**超過300**家本地及跨國企業提供服務，現時**服務超過250,000**員工及其家屬。



@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務


## 甚麼是僱員支援計畫？

- Employee Assistance Programme (EAP)
- 工作間一套專業而全面的**心理健康服務系統**，源自美國70年代的協助員工方案
- 有超過90%的500強企業以EAP為**關懷員工的措施**，亦是人力資源管理中提升生產力的重要策略
- EAP已普及至各行各業，不少企業組織視之為**員工的福利**之一，由僱主為員工購買服務，讓他們可免費享用這項心理健康福利
- EAP的目標在於**促進企業整全健康**，協助員工解決工作及生活上的困擾，提升他們的心理質素及工作效能，令他們達至身心健康與工作生活平衡




@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務





僱員發展服務  
Employee Development Service




FOUR DIMENSIONS  
Consulting Limited  
2011-2012

## 調查簡介

**目的**

- 了解在職僱員
  1. 對2010年的生活滿意程度
  2. 在2011年的最大願望
  3. 希望感
- 促進
  1. 僱員提升正能量
  2. 僱主強化僱員的希望感
  3. 僱主締造正向工作間

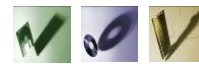


©2011 富達盟信顧問有限公司  
 ©2011 香港基督教服務處 僱員發展服務

## 調查方法及對象

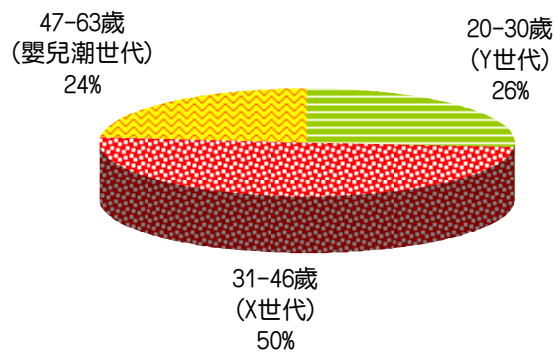
- 本研究於2010年11月至12月期間，以網上問卷及派發問卷形式成功訪問了579位在職僱員。

@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務



## 受訪者年齡分布

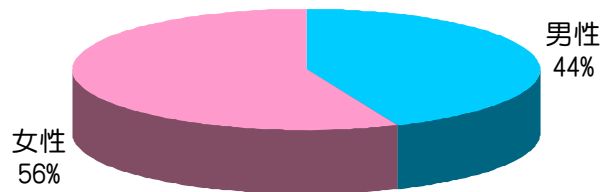
- 受訪者平均年齡為38.4歲
- 以年齡劃分，即分為Y、X及嬰兒潮世代



@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務



## 性別分布

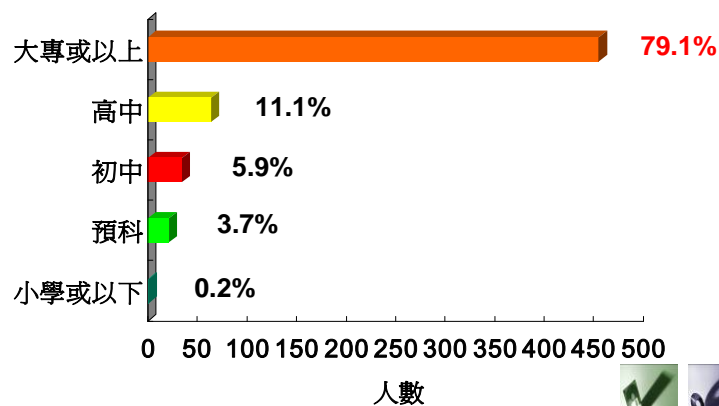


@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務



## 教育程度

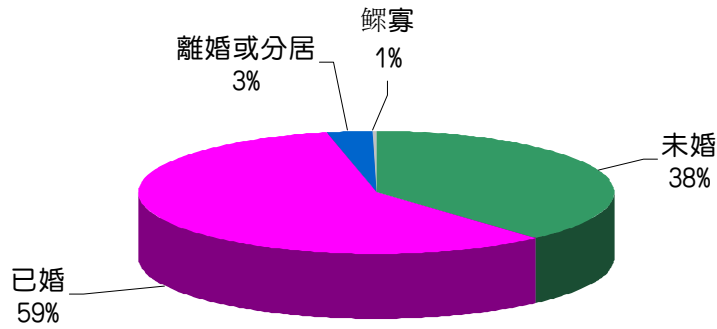
- 超過7成受訪者的最高教育程度為大專或以上



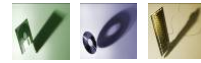
@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務



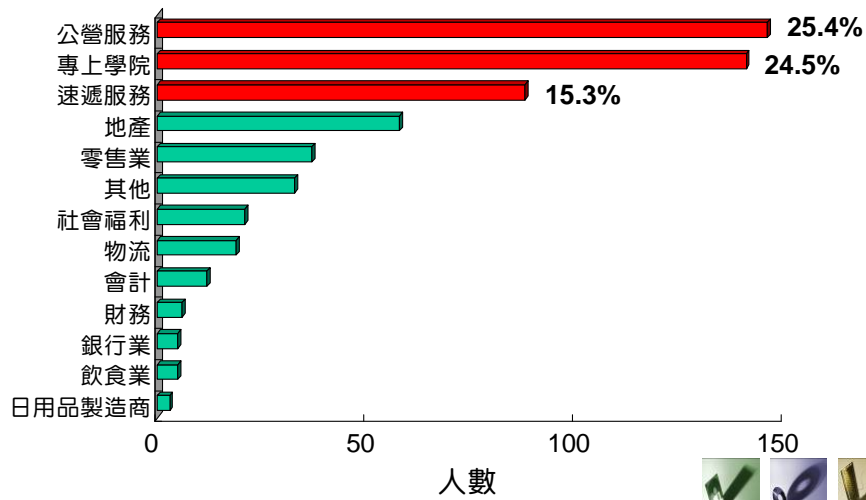
## 婚姻狀況



@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務



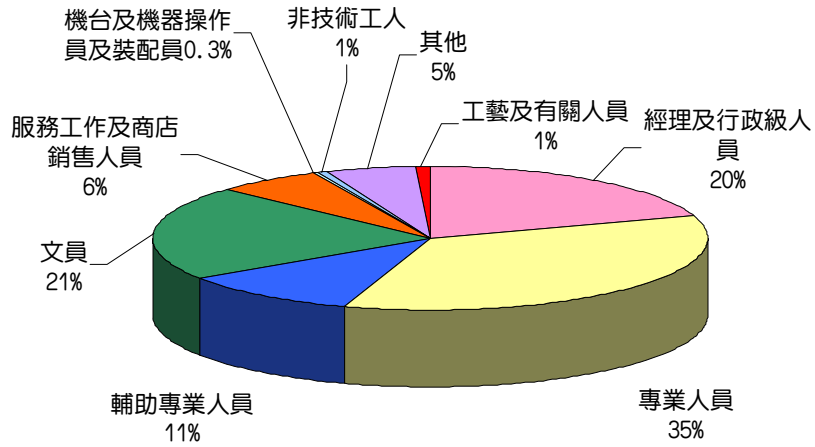
## 從事行業



@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務



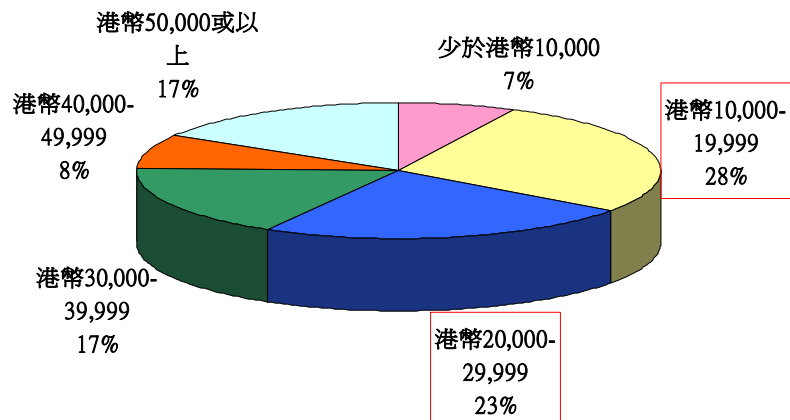
## 職位



©

## 收入

- 共有約5成月入介乎10,000-29,999之間

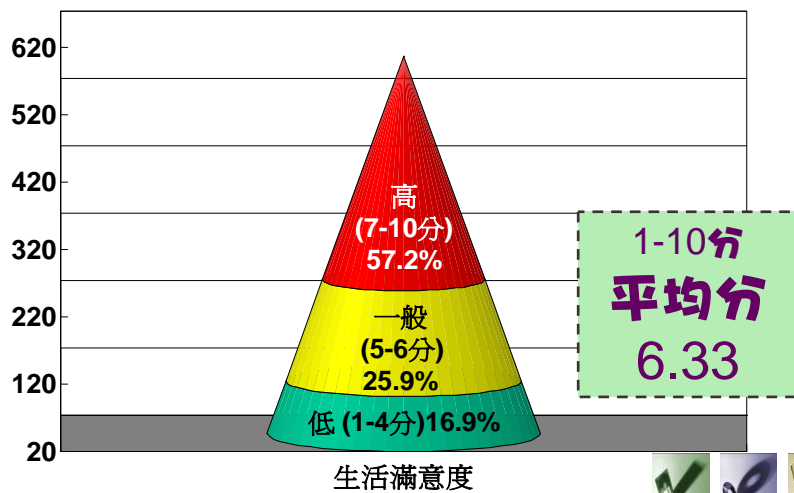


# 分析結果

@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務



## 2010 的生活滿意程度



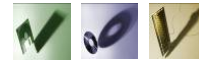
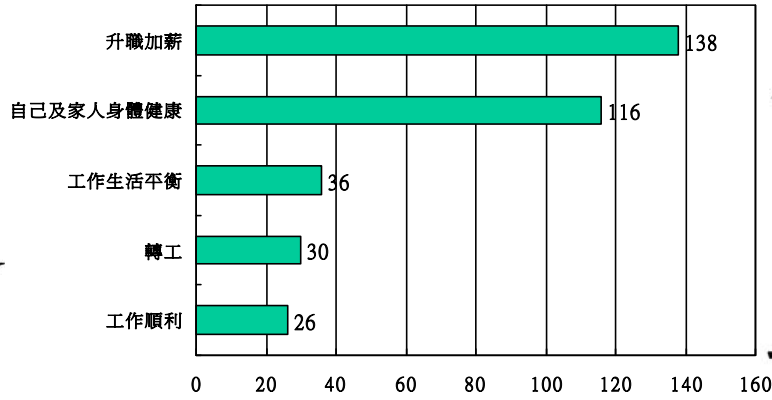
@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務



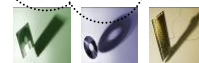
## 僱員最大願望

身體健康

步步高昇

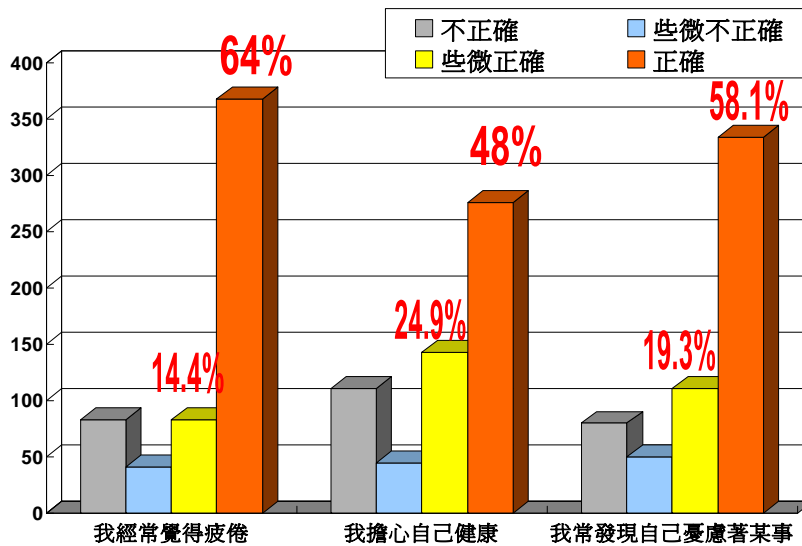


@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務

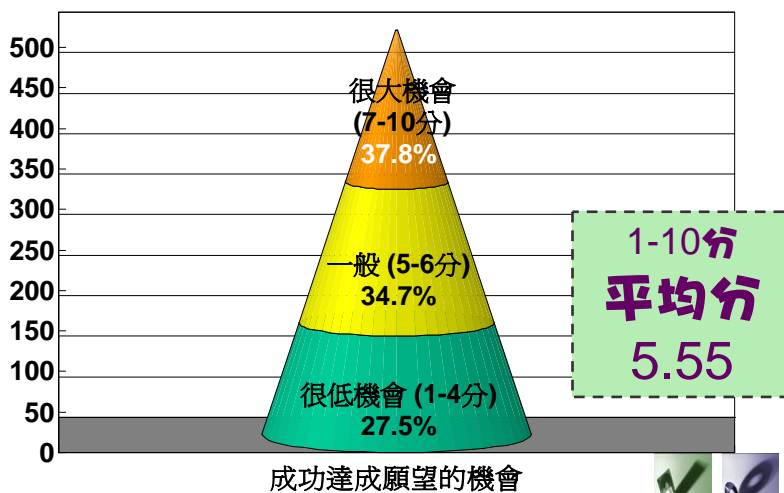


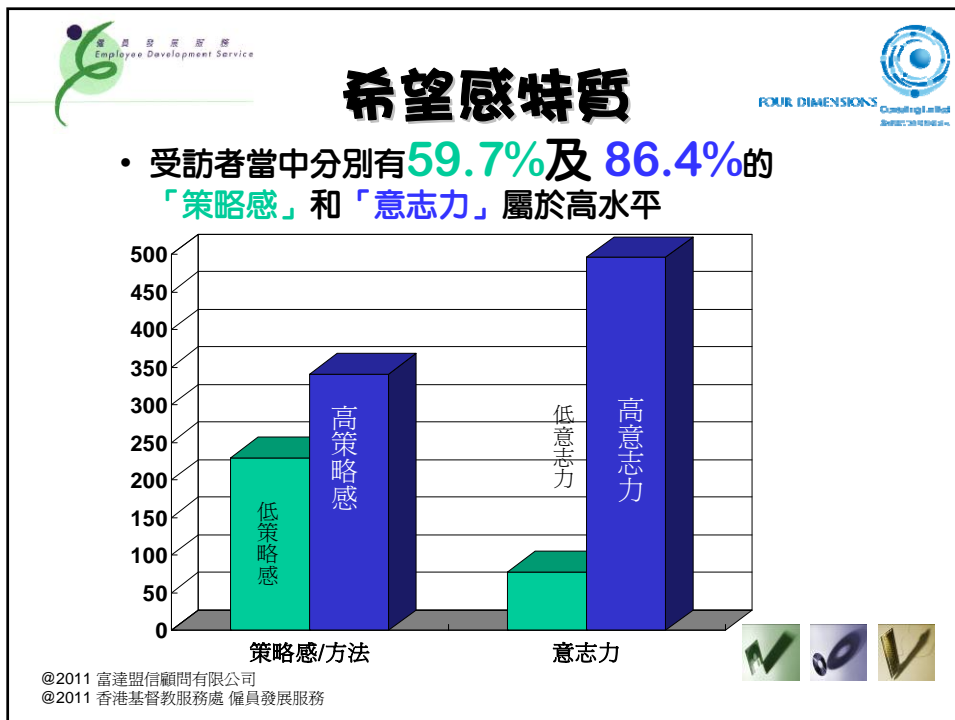
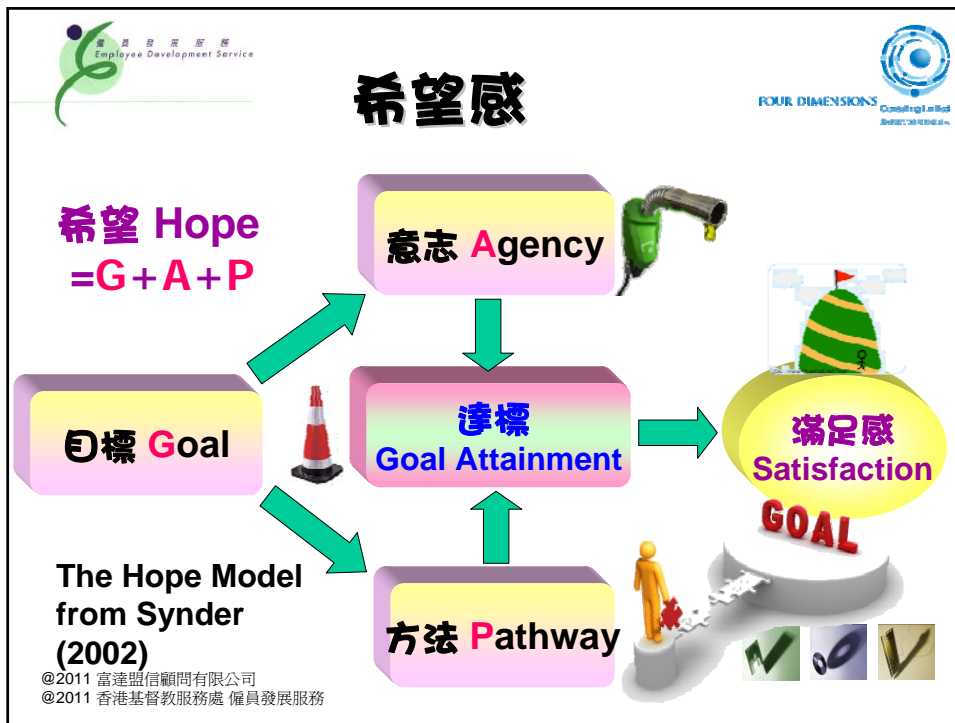
@2011 富達盟信顧問有限公司  
@2011 香港基督教服務處 僱員發展服務

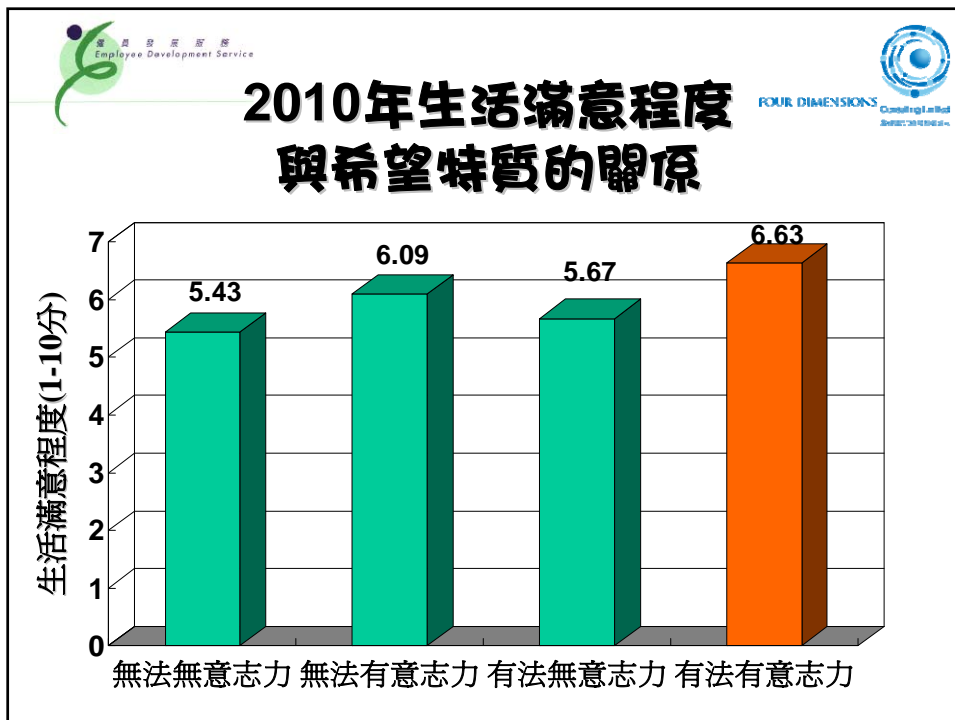
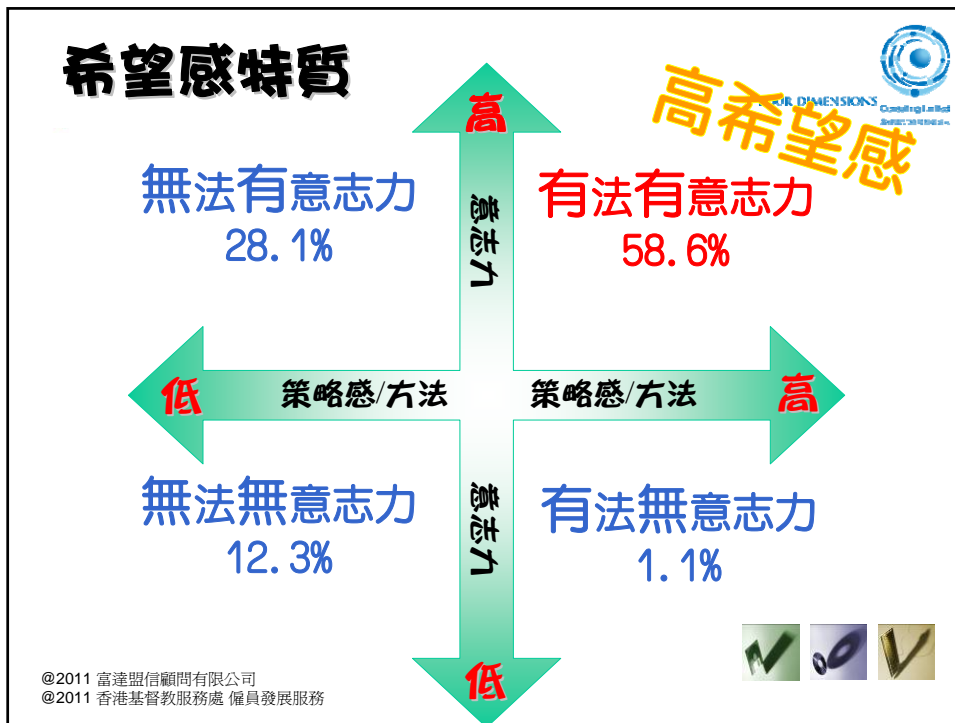
## 對自己健康的看法



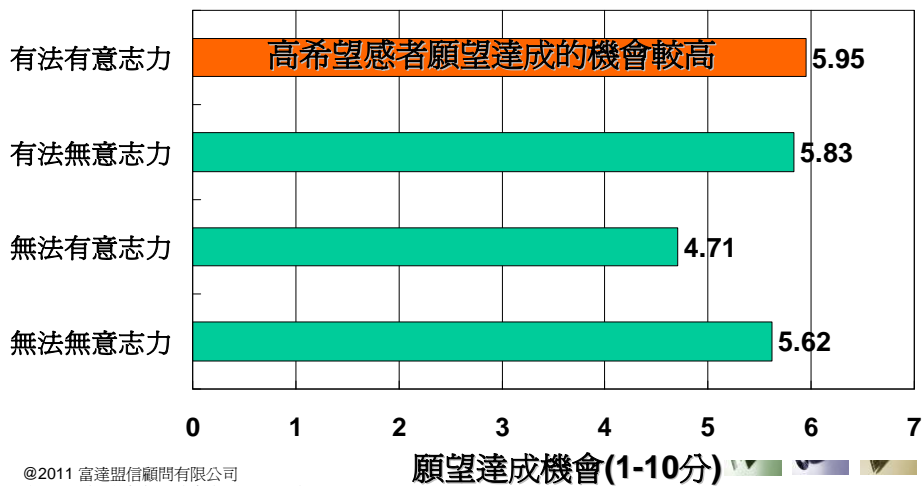
## 預計能成功達成2011年願望的機會







## 預期2011年願望達成機會 與希望特質的關係



## 建議

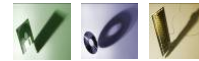
### 1. 僱主應著重強化僱員的希望感

- 目標在望(Goal)
  - ✓ 協助僱員定立可行、具體、彈性、積極目標，並享受追求目標的過程。
- 意志力堅(Agency)
  - ✓ 強心健體(運動、情緒管理、飲食、睡眠習慣)
  - ✓ 正向自我對話(我做不到、我會試、我會盡力而為)
  - ✓ 多與高希望感的人在一起
  - ✓ 多看高希望的故事、電影、鼓勵語句



## 1. 僱主應著重強化僱員的希望感

- 法力無窮(Pathway)
  - ✓ 將目標分為細小可行目標
  - ✓ 向成功人士取經、借助他人相關的成功經驗
  - ✓ 學習達致目標所需的技能
  - ✓ 彈性檢視、重定目標  
(失敗只因用錯方法，而不是自己失敗)



## 2. 僱員提升正能量四元素

- 找回你的時間：暫時放下手頭的工作，沉思片刻，審視首要的事，把你的時間與精神花在必要的事上。
- 找回你的彈性：好好運用你的應變能力，正視及接納問題的核心，有需要時尋求別人協助。
- 找回你的能量：不要少看放鬆與休息，做些不太傷腦筋、簡單且愉快的事。
- 找回你的愛：關心自己，珍惜身邊的人。生活中除了金錢和物質外，還有健康、家人和朋友的關係，可以滋潤你的心靈。



## 3. 僱主推動正向工作間策略

- 僱主應為僱員制訂合適的工作生活平衡政策和策略
  - ✓ 多推廣強「心」健體活動，讓僱員有身心復修的機會。
  - ✓ 彈性工作時間
  - ✓ 五天工作周
  - ✓ 每年善用工作生活平衡日為僱員舉辦相關活動，提醒僱員工作生活平衡的重要。
  - ✓ 如有需要，讓僱員停薪留職、無薪/部分支薪假期/短暫休假
  - ✓ 可選擇遙距或在家中工作等等



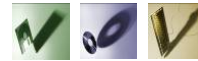
## 3. 僱主推動正向工作間策略

- 為僱員提供僱員支援服務，專業的第三者提供，透過工作生活諮詢服務、身心健康工作坊、輔導服務等，以提升僱員心理質素，例如為僱員舉辦：
  - ✓ 「快樂教練」證書課程
  - ✓ 「精神健康急救」證書課程



## 3. 僱主推動正向工作間策略

- 僱主設法為青年人締造理想發展事業的環境
  - ✓ 提供發展潛能機會
  - ✓ 提升進修機會
  - ✓ 加強晉升機會
  - ✓ 設立師徒制
  - ✓ 設立獎勵制度



# 謝謝！

