



香港基督教服務處僱員發展服務/富達盟信顧問有限公司五一勞動節公佈

最困擾打工仔的五大煩惱

(即時發佈) 今日為五一勞動節，香港是全球工作最辛勞的地方之一，打工仔每星期平均有 49 小時或以上用在工作上，員工的福利及工作情況再度成為社會關注點。香港基督教服務處僱員發展服務/富達盟信顧問有限公司特別公佈最困擾打工仔的五大煩惱，促請僱主正視僱員的需要，謀求對策，盡早改善情況。

本港機構在過去一年 (2015 年 4 月至 2016 年 3 月) 參與本處「僱員支援計劃」(Employee Assistance Programme) 的 3,000 個求助個案中，發現最多員工求助個案的類別為「**工作困擾**」(佔年度求助個案總數的 28.1%)，當中包括「上司下屬關係」、「團隊關係」、「工作轉變」等；其次的是「**家庭/親職/婚姻問題**」(19%)，包括「婚姻關係、婚外情」、「家庭關係、照顧年老/患病家人」及「管教子女」；「**情緒/精神健康問題**」(17.4%)、「**工作生活資訊**」(16%) 分別佔第三及第四，第五位為「**人際關係問題**」(5%)。

此外，公司亦公佈去年同期「僱員支援計劃」參與機構管理層員工尋求管理諮詢的情況。當中發現管理層員工最需要尋求諮詢個案性質為「**處理員工情緒及精神健康**」(24.3%)；其次為「**處理員工管理問題**」(13.8%)，如長期病假、協助員工面對職業轉變；「**危機/突發事故**」(12.5%)；「**處理員工企圖自殺/自殺/傷害他人**」(8.5%)，以及「**了解社區資源**」(7.2%)。

公司亦收集了三年 (2015-16, 2014-15, 2013-14) 的求助個案紀錄，發現過去三年僱員最多的求助個案均是「**工作困擾**」，當中「**上司與下屬關係**」、「**與同事之間的關係**」問題最令僱員感到困擾。

香港基督教服務處僱員發展服務/富達盟信顧問有限公司總經理張瑜女士表示，個案數字反映打工仔持續受「**工作間的問題**」困擾，特別「**在職場中與上司及同事的關係**」及「**工作轉變**」最影響他們的身心情況。另一方面，管理層員工當遇到「**員工情緒及精神健康問題**」和「**處理員工管理問題**」亦最容易感到束手無策，需要向專業人士尋求協助及提供意見。

鑒於本地經濟情況漸趨惡化，預計有更多企業將進行節流，裁減人手，僱傭雙方關係亦可能漸趨緊張。倘若雙方的問題持續，沒有得到恰當及專業的協助解決，對員工的身心健康及企業生產力均會造成不良的影響。

此外，香港基督教服務處僱員發展服務/富達盟信顧問有限公司高級經理蔡婉珊女士表示，由於打工仔在家庭亦擔當主要的角色，求助個案數字亦反映除工作以外，他們飽受「**家庭/親職/婚姻**」、「**情緒/精神健康**」等問題困擾，本處「**僱員支援計劃**」每年便處理約 500 多個有關僱員情緒/精神健康的問題。這些問題均會影響員工工作表現，為公司整體生產力帶來負面影響。故此，僱主必需協助僱員在工作及生活上取得平衡，以及留意他們的家庭關係及情緒/精神健康情況。



對僱主、僱員的實質建議

張瑜女士建議僱主需要為員工提供一個正向工作間，致力提升員工心理質素及正能量，以提升他們的工作表現及投入感。例如：實施正向措施、鼓勵僱主為員工提供僱員支援服務、打造良好職場關係、提升員工正向情緒等。蔡婉珊女士則分享打工仔優質生活小貼士，為打工仔打氣，加添生活的動力。*(企業可為員工創造正向工作間的策略建議及打工仔優質生活小貼士詳見附件)*

香港基督教服務處僱員發展服務及富達盟信顧問有限公司介紹

香港基督教服務處是本港首間開辦「僱員支援計畫」的領航機構，於 1991 年成立「僱員發展服務」，為各大公司及機構的僱員提供專業的個人諮詢及輔導服務、員工發展、培訓、管理諮詢及突發危機事故壓力管理等服務。為了進一步拓展服務，更於 2005 年設立「富達盟信顧問有限公司」，致力協助管理人員、僱員及其家庭發展潛能，解決生活上的困擾，並培育快樂、健康、具生產力的團隊，促進員工及機構的整全健康。

傳媒查詢

香港基督教服務處僱員發展服務/富達盟信顧問有限公司
總經理張瑜女士（聯絡電話：91041807）

香港基督教服務處
企業傳訊幹事(新聞)吳慧珊女士（聯絡電話：97174754）



附件

企業為員工創造正向工作間的策略建議

1. 實施正向措施 (Positive Practice)
 - 目前，絕大部份僱主為員工選購勞工保險，但現時估計本港少於 40%的僱主已為所屬僱員提供僱員支援服務，故此鼓勵僱主為員工提供僱員支援服務 (Employee Assistance Programme)，透過專業的第三者提供工作生活諮詢服務、身心健康工作坊、輔導服務及管理諮詢等，以提升僱員心理質素及讓員工有身心復修的機會。
 - 實施家庭友善措施：關顧員工不同人生階段所遇到的困惑/需要。
 - 為僱員制訂合適的工作生活平衡政策。
2. 打造良好職場關係 (Relationship Enhancement):
 - 促進不同世代員工間的了解、互相欣賞及學習；培養互助互惠的工作文化；推動職場的好言好語、正向溝通等。
3. 培養員工正向特質 (Individual Attribute)
 - 透過培訓、師徒制度提升員工的心理資本 HEROs；包括希望感 Hope，自我效能感 (Self-Efficacy)、抗逆力 (Resilience) 及樂觀感 (Optimism)等。
4. 培養正向領導 (Positive Leadership)
 - 以正向領導力帶領員工投入工作，駕馭逆境,達致企業目標。
5. 提升員工正向情緒 (Positive Emotion)
 - 提升員工，特別是管理人員及早識別精神病徵狀及精神健康急救能力，以便及早識別及協助受情緒困擾的員工，並培訓員工成為「快樂教練」、「健康大使」或「聆聽大使」、「精神健康急救員」，致力推廣工作間的精神健康。
6. 突發事故防不勝防，僱主需備有危機應變策略，制定危機管理及溝通方案，以助員工及企業盡快恢復正常功能。

打工仔優質生活小貼士

- 找回你的時間：暫時放下手頭的工作，騰出屬於「自己的時間」"MeTime"，輕鬆一下!
- 找回你的彈性：不要固步自封，用多角度看事情，隨機應變!
- 找回你的能量：多出外走走，曬太陽和深呼吸，從中放鬆能量!
- 找回你的愛：多忙的生活，也不要忘記關心、愛護、珍惜身邊的家人和朋友!