



傳媒查詢

史園 (Summer Shi)
Adobe
(86) 10 58657703
sshi@adobe.com

Ann Wai / Rosa Yip
Newell Public Relations
(852) 2117 5017 / 2117 5011
annw@newell.com / rosay@newell.com

即時發布

Adobe 報告：遙距工作讓工作與生活的時間界限變得模糊



香港 — 2021年9月14日 — 2020年的疫情讓工作模式發生變化，直至現在，仍有部分企業維持遙距及在辦公室工作的混合工作模式。遙距工作在為員工帶來靈活性的同時，也調高了僱主對他們的期望，即希望他們隨時隨地保持工作狀態。工作與個人生活之間的界限已經越來越模糊。

當我們意識到混合工作模式或將成為常態時，Adobe 發布了一項調查報告，訪問了全球七個國家的 [5,000 個企業員工和中小企管理人員](#)，了解這一模式所產生的時間壓力以及對其工作和生活帶來的影響。調查結果充分印證了當下每個人對於時間的觀念已經悄然改變。

遙距工作佔用了我們的私人時間

遙距工作模式初期，人們總是思考：該如何安排原本用於上下班通勤的兩個小時，卻逐漸地發現這些「空閒」時間最後都變成了工作時間。

Adobe 的[調查報告](#)顯示，49% 的企業員工和 56% 的中小企管理人員表示他們現在的工作時間遠遠超過他們所預期的。目前，企業員工的平均工作時間為每週 44.9 小時，中小企管理人員的平均工作時間更達到每週 45.1 小時，均超過正常情況下協議的每週工作時間。

伴隨著工作時間的增加，即便是在正常下班後，員工和管理人員仍感到工作帶來的壓力。調查還顯示，近半數的企業員工和五分之三的中小企管理人員在下班後仍需處理郵件和解答客戶查詢。

Z 世代是辭職熱潮的主要推動者

由於工作時間所帶來的壓力越來越大，企業的辭職人數也在逐漸攀升。在美國，僅是 [4 月份的辭職人數](#)便前所未有高達逾 400 萬人。

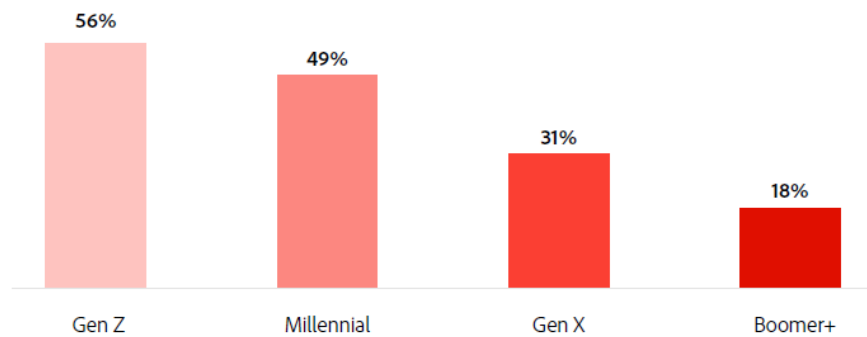
調查報告還顯示，這一趨勢或仍將持續下去。35% 的企業員工希望在明年轉工，其中，61% 的受訪者表示他們只為了更好地掌控自己的時間。

這現象在那些初入職場的年輕人當中更為明顯。儘管他們已經擁有幾年的工作經驗，但超過一半的 Z 世代受訪者表示，他們計劃在明年尋找新的工作。此外，這一代人也是對工作與生活平衡 (56%) 和他們整體工作(59%) 最不滿意的群體；儘管有四分之一的 Z 世代人群表示他們在正常工作時間 (早上 9 時到下午 5 時) 以外的工作效率最高，但他們仍認為在「辦公時間」內感受到最大壓力 (62%)。甚至近半的 Z 世代人群表示他們經常會選擇在床上辦公。

In fact, more than half of Gen Z workers plan to pursue a new job in the next year, driving “The Great Resignation.”

Likelihood to Switch Jobs

% likely in the next year (T4B)



*According to the OECD (Organisation for Economic Co-operation and Development) Employment Outlook 2021

圖：超過一半的 Z 世代受訪者表示，他們計劃在明年尋找新的工作。

技術或可協助應對挑戰

導致這一趨勢變化的背後原因是複雜且多樣的。從 Adobe 的調查報告可以看出，企業員工更加期待能夠協助他們更快、更高效地完成工作的技術。

這一期待在那些簡單的工作任務上更為明顯，例如管理和處理檔案、表格、合同、付款和發票事宜。調查顯示，員工每週有三分之一的時間都在處理和解決這些簡單且具重複性的工作，其中，86% 的企業員工和 83% 的中小企业管理人員認為這些任務成為了他們高效工作的阻礙。還有 91% 的受訪者表示他們對諸如 [Adobe Acrobat](#)、[Adobe Sign](#) 等有助提高其工作任務和流程效率的數碼工具感興趣。

未來，當員工需要採用跨辦公室協作和遙距工作的工作模式時，僱主需採用 [用戶友善的技術工具](#)、人工智能和 [自動化](#) 來挽留和吸引人才。Adobe 的研究發現，一半的員工會選擇跳槽去那些能夠提供工具，讓他們更高效工作的企業。

當被問到人們將如何利用藉助更高效工具而獲得的空間時間時，近半受訪者表示，他們將會去追求那些更有興趣以及有助個人成長的事情。

請在[此處](#)下載完整的 Adobe 調查報告。

關於 Adobe

Adobe 致力通過數碼體驗改變世界。查詢詳情，請瀏覽公司網站：http://www.adobe.com/hk_zh/。

###

© 2021 Adobe. All rights reserved. Adobe and the Adobe logo are either registered trademarks or trademarks of Adobe in the United States and/or other countries. All other trademarks are the property of their respective owners.