



媒體報導

日期： 2014年4月2日(星期三)  
資料來源： 經濟日報 – Executive & Market – A32  
標題： M世代手機成癮 每小時篤一次芒  
參考網址： [請按此](#)

# M世代手機成癮 每小時篤一次芒

未能查看信息致抑鬱 上網聊天削工作效率

**智** 能手機興起，「移動M世代 (GenMobile)」湧現。M世代員工不分年齡，沉迷智能裝置令管理層大呼頭痛。

調查發現，逾8成年輕M世代按捺不住每小時要查看手機，甚至有僱員「借尿遁」躲在廁所翻閱信息。

有人力顧問建議，不妨每隔兩小時提供小休予員工，如工作性質許可，亦可安排留家工作；員工亦宜關閉信息提示，以免影響工作。

■本報記者 林卓昕、沈怡



職場M世代擁有多部智能裝置，用作娛樂外，亦會帶回公司使用，務求改善工作模式及提高工作效率。

無線網絡方案商Aruba Networks於今年2至3月訪問5,500名亞太區18至35歲人士，以了解M世代員工特質，當中有150人來自香港。

調查發現，39%香港受訪者經常在線上，比率為9個調查地區中排行第三，僅次於日本及中國。另發現有81%受訪者每小時都要查看手機至少一次。有企業主管更向培訓機構求助，指員工為查看信息而每隔半小時「借尿遁」。(見另文)

### 設小休 滿足交際需要

企業培訓機構**盈力僱員服務顧問高級經理吳慧琪**指出，員工善用智能裝置的確可提高工作效率，但機不離手已漸成職場新風氣，曾有倉務員工因工作地點收不到電話訊號無法上網，回覆不到朋友WhatsApp，強迫自己下班後即時重閱逾千條信息，因而抑鬱求助。

面對M世代，吳慧琪建議管理層「軟硬兼施」，先向員工表明機不離手行為會影響公司形象及工作效率，直接令公司生意受影響：「向員工解釋若公司生意不好，難獲加薪！」不過，她指管理層亦要明白員工交際需要，或可每兩小時

安排5分鐘小休。富達盟信顧問首席顧問謝儀表示，老闆上司不滿80及90後終日iPhone、iPad不離手，或於工作時間上網、玩Facebook等，為減少摩擦，她認為新世代宜定期交代工作進度，直接與上司溝通，忌以WhatsApp交代工作及請病假。

### 關閉信息提示 減心癮

Aruba Networks香港及澳門地區總經理馬偉雄則指出，在家工作更具彈性，有助留住M世代員工。如該公司會議經常出外公幹的員工下機後在家工作，毋須回公司。

他指，過往企業擔心員工在家「無王管」不工作，但現時不少網絡方案商可提供軟件讓員工電腦連接公司網絡。對於企業而言，既可節省電腦支援的人手及成本，亦可節省電費及辦公室租金。

要確保智能裝置助提高工作效率，吳慧琪認為員工應避免手機成癮，建議員工可關閉次要Apps的提示音及燈號，或把電話螢幕向下放，以免一見有信息即時查看。另可向朋友表明工作所限可在午飯時回覆，有急事可留言，改變即時回覆信息便不尊重對方的想法。(見另文)



有人力顧問建議，向朋友表明工作時未能回覆信息，減不尊重之感。(路透社資料圖片)

### 擅離職守 錯失聯誼時機

**個案一：每半小時躲廁所翻閱**

**盈力僱員服務顧問高級經理吳慧琪**指出，曾有客戶服務部主管經理求助，指每隔半小時便有員工稱要去洗手間，關閉服務櫃位，實為躲在廁所看WhatsApp信息及Facebook動態消息。

開放櫃位數目減少，顧客大排長龍，亦令同事工作量大增。

**個案二：上司請食飯被當透明**

大新人壽業務拓展及才高管理部主管黃舜健表示，新世代喜歡玩手機，連食飯也當「低頭族」。

「有次我和下屬飲茶，應該是大

家傾偈的時候，互相了解，點知人人低頭玩WhatsApp，當我透明，懶理負責理單的「老細」。最後要我出聲，大家才收機！」

**個案三：開會誤問老闆「攞命」**

康宏理財主席王利民的手機和平板沒下載遊戲，以免像其他員工一樣上癮：「成日周圍問人『攞命』！」

一次王利民旁聽會議，手機突然傳來Facebook提示信息，原來坐在他前面的下屬

在fb向朋友「索命」。他說：「開緊會，竟然玩遊戲？」

最後王主動留言回覆，對方才恍然大悟老闆正望着他，知悉他在玩遊戲。(見另文)



大新人壽業務拓展及才高管理部主管黃舜健



Aruba Networks香港及澳門地區總經理馬偉雄認為，企業可藉軟件監察，毋須擔心員工在家不工作。(程志遠攝)

智能手機興起，「移動M世代 (GenMobile)」湧現。M世代員工不分年齡，沉迷智能裝置令管理層大呼頭痛。

調查發現，逾8成年輕M世代按捺不住每小時要查看手機，甚至有僱員「借尿遁」躲在廁所翻閱信息。





有人力顧問建議，不妨每隔兩小時提供小休予員工，如工作性質許可，亦可安排留家工作；員工亦宜關閉信息提示，以免影響工作。

職場 M 世代擁有多部智能裝置，用作娛樂外，亦會帶回公司使用，務求改善工作模式及提高工作效率。

無線網絡方案商 Aruba Networks 於今年 2 至 3 月訪問 5,500 名亞太區 18 至 35 歲人士，以了解 M 世代員工特質，當中有 150 人來自香港。

調查發現，39% 香港受訪者經常在綫，比率为 9 個調查地區中排行第三，僅次於日本及中國。另發現有 81% 受訪者每小時都要查看手機至少一次。有企業主管更向培訓機構求助，指員工為查看信息而每隔半小時「借尿遁」。

### 設小休 滿足交際需要

企業培訓機構盈力僱員服務顧問高級經理吳慧琪指出，員工善用智能裝置的確可提高工作效率，但機不離手已漸成職場新風氣，曾有倉務員工因工作地點收不到電話訊號無法上網，回覆不到朋友 WhatsApp，強迫自己下班後即時重閱逾千條信息，因而抑鬱求助。

面對 M 世代，吳慧琪建議管理層「軟硬兼施」，先向員工表明機不離手行為會影響公司形象及工作效率，直接令公司生意受影響：「向員工解釋若公司生意不好，難獲加薪！」不過，她指管理層亦要明白員工交際需要，或可每兩小時安排 5 分鐘小休。

富達盟信顧問首席顧問謝可儀表示，老闆上司不滿 80 及 90 後終日 iPhone、iPad 不離手，或於工作時間上網、玩 Facebook 等，為減少摩擦，她認為新世代宜定期交代工作進度，直接與上司溝通，忌以 WhatsApp 交代工作及請病假。

### 關閉信息提示 減心癮

Aruba Networks 香港及澳門地區總經理馬偉雄則指出，在家工作更具彈性，有助留住 M 世代員工。如該公司會讓經常出外公幹的員工下機後在家工作，毋須回公司。

他指，過往企業擔心員工在家「無王管」不工作，但現時不少網絡方案商可提供軟件讓員工電腦連接公司網絡。對於企業而言，既可節省電腦支援的人手及成本，亦可節省電費及辦公室租金。

要確保智能裝置助提高工作效率，吳慧琪認為員工應避免手機成癮，建議員工可關閉次要 Apps 的提示音及燈號，或把電話螢幕向下放，以免一見有信息即時查看。另可向朋友表明工作所限只可在午飯時回覆，有急事可留言，改變不即時回覆信息便不尊重對方的想法。

### 擅離職守 錯失聯誼時機

個案一：每半小時躲廁所翻閱





盈力僱員服務顧問高級經理吳慧琪指出，曾有客戶服務部主管經理求助，指每隔半小時便有員工稱要去洗手間，關閉服務櫃位，實為躲在廁所看 WhatsApp 信息及 Facebook 動態消息。  
開放櫃位數目減少，顧客大排長龍，亦令同事工作量大增。

#### 個案二：上司請食飯被當透明

大新人壽業務拓展及才雋管理部主管黃舜健表示，新世代喜歡玩手機，連食飯也當「低頭族」。

「有次我和下屬飲茶，應該是大家傾偈的時候，互相了解，點知人人低頭玩 WhatsApp，當我透明，懶理負責埋單的『老細』。最後要我出聲，大家才收機！」

#### 個案三：開會誤問老闆「攞命」

康宏理財主席王利民的手機和平板沒下載遊戲，以免像其他員工一樣上癮：「成日周圍問人『攞命』！」

一次王利民旁聽會議，手機突然傳來 Facebook 提示信息，原來坐在他前面的下屬在 fb 向朋友「索命」。他說：「開緊會，竟然玩遊戲？」

最後王主動留言回覆，對方才恍然大悟老闆正望着他，知悉他在玩遊戲。

- 完 -

