

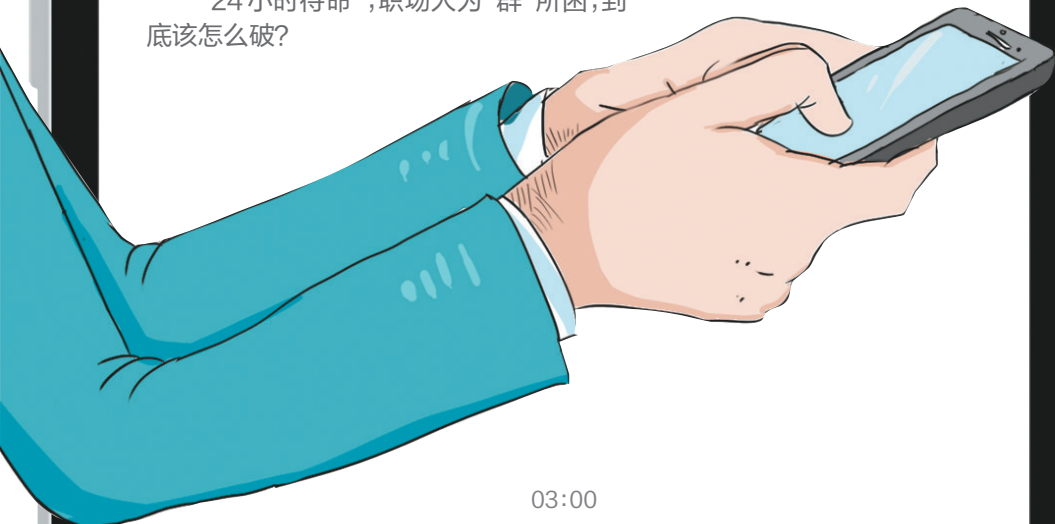


为群所困

职场这个局怎么破？

人下班了，微信工作群却响个不停。不少人感叹“生活被工作群给淹没了”。专业人士指出，这不仅无益于工作效率的提高，还会影响职工的情绪。

“24小时待命”，职场人为“群”所困，到底该怎么破？



03:00



领导

@所有人 一早推送，收到请回复。

03:01

张磊



收到，已定时发送。

03:03

李琳



好的，领导。

夏雨荷



收到

03:05

王凯



OK

置顶微信工作群多达56个

公司大群、片区群、部门群、门店群、项目群、整改反馈群……春节前夕，在福州市一家连锁餐饮店做门店督导的俞欣，想要把和宝宝的合影发给在江西老家的父母，但当她不断下拉微信页面，翻阅无数个群组后，好一会儿才找到家庭微信群。

“我的生活被工作群给淹没了。”俞欣置顶的微信工作群多达56个。对于从事门店督导、每天“万步走”的她来说，比巡店之路还要漫长的，是在各种群聊里“爬楼”。

“2018年刚开始干门店督导时，每月管5家连锁门店，把巡店中发现的问题通过微信群发给门店管理团队，整改后门店再将整改图片发到群里，一来一回，效率提高了不少。”可如今，俞欣每天要巡查的门店达13家，一天下来，数十个工作群“轮番轰炸”，她每天收到的群消息达1200多条。

这一两年，俞欣对微信的提示音变得愈发敏感，神经紧绷……她怕稍有不慎错过重要信息，“整个人变得焦虑了不少。”

凌晨3点仍在群里回复“收到”

郑琪微信里的工作群虽然没有俞欣的多，但作为一名白班新媒体编辑，她的工作群“热闹”的时间却远比俞欣长得多。

“一早推送，收到请回复。”这是接受记者采访当天，郑琪收到的第一条被@的群提醒，接收时间是凌晨3点18分。3点19分，郑琪回复“收到”后，这个工作群才不再有新消息。

郑琪随身戴着的智能手环里，记录着她每天的平均睡眠时长：不到5小时，深度睡眠2小时。而从凌晨3点至5点，正是她所在的工作群短暂的“休眠时间”。

回复“收到”、回电话、查数据、修改稿件……在郑琪看来，工作群里的指令带来的工作量不算大，但无休止的群消息却在时刻“提醒”着她，工作永远不会“下线”。原本8小时的工作，变成了24小时、365天不间断。郑琪笑称自己是“隐形加班人口”。

有机构发布职场人加班现状调查报告显示，近六成受访职场人表示自身处于“灵活机动加班”机制中，84.7%的职场人在下班后，仍会关注工作相关信息，“隐形加班”成困扰。

专家

“24小时待命”无益提高工作效率

国家级创业导师袁凌

越来越多的职场人被裹挟进“人为群役”的漩涡。形形色色的工作群不仅挤占着劳动者的休息时间，也为不少人带来了沉重的情绪负担。工作群“24小时待命”，迫使劳动者背负着及时回复的心理压力，碎片式地消耗着劳动者的精力，这不仅无益于工作效率的提高，还会影响职工的情绪。

企业应搭建信息归集平台，将原本杂乱无章的信息以更加清晰有序的方式呈现在职工面前，让职工高效处理工作信息，减少低效沟通带来的负累，把生活还给在职场上打拼的人。

福建金磊律师事务所律师黄家焱

劳动者付出了实质性的劳动内容或者使用社交媒体工作具有周期性和固定性特点，明显占用了休息时间的，应当认定为加班。加班费应当以劳动者提供的劳动占用其休息时间为认定标准，综合考虑劳动者的加班频率、时长、工资标准、工作内容等因素酌量予以认定。工作群聊也应严守8小时工作制，让劳动者享有“离线休息权”。

近日，最高人民法院、人社部、全国总工会联合发布涉欠薪纠纷典型案例，明确提出要积极应对数字经济下新型工作方式，规范新型报酬支付方式，确立线上加班费认定规则。（部分受访者为化名）据工人日报

网友支招

学会群聊分类

1.经常互动的群，可以置顶。置顶的群聊超过10个，可以折叠。点击折叠功能，如果来消息了，会自动弹出来，点开看完退出来，这个群聊就会自动折叠。

2.一条消息都不能错过的群，让它停留在正常的聊天当中，不关闭群消息，有消息自动弹窗，随时查看。

3.发言比较少，但是又不能退出的群，可以设置关注的人发言提醒我，然后折叠群聊，定期查看。

本报综合