

4天工作制—老板，员工都叫好！

A four-day workweek: Some facts and figures to consider

September 5, 2023, 11:00 a.m. (CST)



加拿大现在越来越多的企业试行每周工作4天的新制度。这种全新的工作方式在理论上听起来不错，但实际上行得通吗？《环球邮报》采访了一些试行4天工作制公司的老板，他们中有人表示，这种制度为企业带来了丰厚业绩收入，员工们也非常开心。

加拿大一大批试行4天工作制的公司，反馈都非常好。早期证据表明，这些公司的员工都喜欢这种方式。4天工作制：老板挣钱，员工开心。约克大学2023年的一份报告分析了30家雇用3,500名以上员工的加拿大公司的数据。结果显示，96%的公司在采用每周4天工作制后，工作场所变得更加快乐和健康。研究还发现，女性员工特别喜欢这种工作时间，因为缩短工作时间“显著减少女性的倦怠感和工作压力”。那么，4天工作制的优势是否会延伸至业务绩效、收入和客户满意度呢？一些公司表示，这帮助他们吸引了业务并扩大了业务，并将这些积极成果归功于满意的员工。在所有这些示例中，尽管工作日减少，但员工工资保持不变。

总部位于温哥华的YLaw律师事务所首席执行官Leena Yousefi表示，每周工作4天是一个健康的概念，不应与懒惰相混淆。她说，“没有雇主会实施他们认为不会赚钱的事情。”

该律师行从2021年起就采用每周工作四天的做法，每周三为非工作日。Yousefi表示，在新工作时间制实行的三年里，该公司的净收入和规模翻了一番。她说，一个重要的影响因素是员工不会跳槽到其他公司。

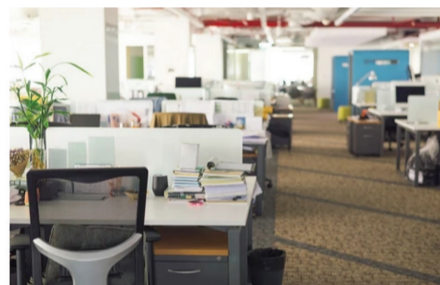
她指出，由于该行业规避风险的传统性质，家庭律师事务所采用每周工作4天的做法其实很具有挑战性。由于他们经常处理紧急事务，因此此举需要周密的计划和集中执行。所有员工都明白，“如果有员工利用了这一概念，但效率低下或做了一些会损害[业务]的事情，我们将不得不将其取消这种制度。”

Yousefi说，每周工作四天给了她的员工目标。“他们都是这场改革运动的参与者，旨在实现更好的心理健康和更好的工作与生活平衡。”为了衡量事情的进展情况，她每三个月对员工进行一次调查。“[员工]对此最大的赞美是，‘这

并不是说我周三不需要工作，而是心理上的自由，如果我不想工作就不必工作。’”并非所有人都喜欢新工作时间。多伦多非营利组织Imagine Canada也是试行该制度的机构之一。该机构体验与变革总监Haley MacDonald表示，当她的组织决定在2023年1月试行每周工作4天时，并不是所有人都同意。

“每周工作5天是一种根深蒂固的思维模式，”她说。4天工作的想法是由几名员工提出的，其理念是“更少的工作，但做得更好”。MacDonald表示，这是他们在疫情期间观察到的全行业倦怠和劳动力市场竞争激烈的情况变革。她说，这种转变是渐进的，首先鼓励人们避免周五开会，然后转向周五休息。

她说，虽然大多数员工接受了这种新模式，但也有一些人抵制它。“对于某些人来说，由于他们所做工作的性质，缩减规模或进行转型确实很困难，而对于其他人来说，这是一种态度或选择，”她说。

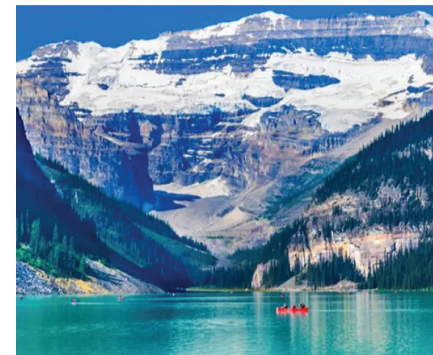


加拿大越来越多机构愿意尝试。该公司总裁兼首席执行官Bruce MacDonald表示，该机构的许多董事会成员都对该倡议很感兴趣，“他们中的一些在慈善领域工作的人很想听听我们的经历。”他指出，一开始该机构在资金方面遇到了一些反对，为了减轻担忧并提供透明度，他们在实验十个月后发布了一份记分卡，衡量绩效和幸福因素的调查。结果显示：员工的整体心理、身体和情绪健康提高了66%；病假减少40%，员工保留率100%。而且指标显示，总体生产率保持一致，“在某些领域略有上升，在其他领域略有下降”。

在评估了两个为期六个月的试用期后，该组织将4天工作的试用期延长至2024年底，并将重新评估后再将其永久化。他指出，每周工作四天可以成为非营利组织招聘和留住人才的关键工具，因为与私营部门不同，他们这种机构不可能提供分红、奖金或员工汽车等福利。2021年加入Imagine Canada的Eeman Khan现在担任客户和企业高级协调员，她表示，如果没有4天工作制度，她根本无法攻读硕士学位。“我能够为工作带来更多，并实现专业发展，这对双方都非常有利，”她说。500人疯抢4天工作制职位。位于安省Kenora一家IT公

司FSET的首席执行官Nicole Brown表示，每周工作4天的模式可以为组织注入新的活力。她和丈夫Dave（公司首席数码官）在阅读了一篇有关4天工作制的文章后，决定将公司转向为这种模式。他们实施的方式是，把公司的26名员工被分成两队，一半周一休息，另一半周五休息。这意味着每周只有三天所有人都在工作。Brown说，当他们第一次提出这个想法时，许多员工都怀疑它如何运作，以及是否真的有效。此外，他们也碰到了一些困难。比如在不同部门工作的员工发现，在不打乱休息日的情况下进行协作是一项挑战。但Brown就表示，这类问题可以创造机会。在一个案例中，一名技术人员被允许管理一个项目，从而使她能够发展自己的技能并避免打扰任何人的休息日。“实际上，这名员工现在对我们的客户来说更加重要了，因为她正在管理入职和这种关系，”她说。Brown表示，每周工作4天的模式在招聘方面也引起了潜在员工的极大兴趣。“我们在1月份发布了4个Java职位，并且我们注明是4天工作制，结果一个广告就有500名申请者，”她说。她还表示，自从实行每周工作4天以来，公司收入一直非常强劲。而且，最重要的是，每个人都很开心。“[它]从根本上改变了工作情绪。”加拿大越来越多企业加入加拿大统计局（Statistics Canada）去年9月有发布了一个企业在实施4天工作制时应该考虑的因素，其中包括：行业性质，产能利用率，远程办公和灵活性等，并指出减少平均工作时间并不意味着低生产力。

《财经邮报》的报道指出，很多公司的老板可能很快无法抗拒4天工作制的“诱惑”，因为越来越多证据表明，这种时间表对员工和雇主都有利。员工倦怠、压力和疲劳感大幅下降，工作满意度也得



到改善，有更多时间从事有意义的活动，比如照顾孩子和老人。而且在一定程度上，4天工作也似乎可以提高生产率。研究称，员工病假减少，出勤情况改善，从而为公司节省了资金。此外，会议和沟通变得更加高效，从而完成更多的工作。研究人员表示：“这项研究的结果表明，缩短和压缩工作时间可以提高劳动生产率和其他经济绩效指标。”

而一位人力资源总监表示：“当休息良好时，你会成为一个更好的妈妈、爸爸、父母、邻居、老板、同事……”看起来，加拿大实施4天工作制的公司都相当成功。对于讲究工作-生活平衡的加拿大，4天工作制也似乎非常契合。不久的将来，加拿大是否会全面实施4天工作制，我们拭目以待。



發行地區

Distribution Area
Greater Hamilton, Halton,
Waterloo, Kitchener,
Cambridge, Niagara
Region, Guelph, Mississauga
and Greater Toronto
 本報每月第四個星期一
 所在星期的星期二出版

嘉華時報

CCLChineseJournal
 出版者：嘉華時報社
 Publisher: CCLChineseJournal
 社長：周志華
 Director: Max Zhou

廣告熱線 (905) 928-5312
 (519) 279-4589

www.cclchinese.com

聲明
 所刊文章不代表本報觀點
 本報不對廣告真實性負責