

人力资源管理经验分享：让员工午睡的性价比 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/270/2021_2022__E4_BA_BA_E5_8A_9B_E8_B5_84_E6_c67_270720.htm 每个行业都有自己的规矩，每个公司都有自己的习惯，每个理论都有自己的传承。可是如果用另类的角度看问题，往往会得出与众不同的结论；那些无视商业规则、特立独行的人，反而会取得成功。午后小憩是全世界工作场合中的常见现象之一。但在美国，工作时间睡觉还是让许多管理者蹙眉。也许已经到了改变长久以来习惯思维的时候了。根据美国全国睡眠组织的研究数据，64%的美国人在晚上的睡眠时间少于8小时。现在睡眠不足已经开始影响到公司的利润了，而且是一大笔钱。根据今年1月份由《Occupational and Environmental Medicine》杂志进行的一项研究表明，疲惫的员工平均每年花掉他们老板1.36亿多美元，主要就是因睡眠不足而导致的身体原因使他们的生产力大打折扣，而这个数字比起他们那些睡眠充足的同事来要足足多出1.01亿！精力疲惫的员工每周大约有5.5个小时没有生产效率，而那些睡眠时间充足的员工每周浪费掉的时间只有3.3小时左右。Blanc & Otus是一家总部位于旧金山的公共关系公司，在美国和英国有四家分部。它专门成立了一个小小的工作室来对付睡眠不足影响企业成本的问题。对波士顿分部总经理Sharon Barclay而言，这一举措就是针对企业成本浪费这一重大病症的低廉有效的良方。“我们发现，午后的那段时间好像有某一个‘点’，人们的思维和动作速度在那段时间里被拉长、变缓。这个发现并没有特定的确切科学依据，但是我们猜想，这是个特殊时段，人们需要用两倍

时间来处理一般情况下可以顺利解决的事项。” Barclay很有感触地说：“我们还发现人们倾向于购买一些含有高糖分的小零食等来激励自己度过余下的下午时光，重新鼓足干劲。如果我们的员工每天都有那么半个小时持续出现这种情况，那么一年下来我们将为那些流失掉的时光付出52,000美元的冤枉钱。”在尝试了一系列改变境况的努力之后，这家公司终于发现了这个花费并不昂贵的解决方案。“让人兴奋的是，这几乎是我们发现的最便宜，但却是效果最好的、最有价值的方案！所有的花费，也就是30块钱的行军床、10块钱的枕头、10块钱的毯子，再加上5块钱买的一个厨房式定时器。” Barclay掰着指头说，“加在一起也不过是55块钱的投入，可结果是：我们有了这一群心情愉快的职员们和一个工作效率大大提高的工作日！这还不止，我们的客户也真切地感受到了我们这个项目带来的益处，他们体会到的服务和以前的感受是不一样的。”当然，这家公司在推行这个项目时也是有规定的：把午休时间的最长限度设定为20分钟。Barclay允许她办公室里的全部10名员工都来充分使用这个休息间。“其实20分钟是个完美的午休时间长度，否则你很容易陷入下午昏昏沉沉没有效果的昏睡中。现在公司也需要为公司员工考虑再多一点儿，而且这也是公司了解他们的职员真正意愿的做法。现在有效的激励更是一种对员工的真切奖励，而不是吊在驴子面前的胡萝卜只可以看到却永远够不到。”

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问
www.100test.com