



在 VUCA 中找确定，为未来职场续航



小佛爷说

站在岁末回望这一年来动荡起伏的职场，我们实在见证了太多历史上的“第一次”。从“内卷”元年“打工人”的火遍全网；从“后浪”到“三十而已”……无论是千禧一代、夹心一代、还是预退休人群，都深刻感知到，职场已经走入了愈发动荡、不确定、复杂和模糊的 VUCA 时代。

面对多变未来的要求与考验，招商信诺人寿联手《哈佛商业评论》中文版推出 2020 年度健康指数白皮书。帮助更多的人掌握更健康、更幸福、更有保障的美好生活，助力实现“健康中国”的国家战略大计。

诸多不确定中，也蕴藏着复苏和繁荣的生机，在中国尤其如此。在经历了众多不确定事件后，中国大陆地区的总体和职场人群健康情况依旧乐观。得益于有效的抗疫举措和及时复工复产，中国大陆地区的工作健康指数从 2 月份的全球排名第六位提升至 6 月份的第二位，并在 8 月和 10 月的调研结果中稳居第二位。本次健康指数调研核心洞察主要揭示出了职场五大趋势及其相关挑战和机遇。

工作和财务双压下的职场内卷化

今年中国 2 月份的压力发生率超过 92%，较上年增长 6%，疫情中后期持续下降至 86%，与 2019 年持平。在所有压力来源中，工作压力不出意外排名榜首。“工作重复没有意义”、“收入与付出不成正比”、“时刻在线的工作状态”，工作和财务双压下的这“三座大山”，在持续加剧

职场内卷化。

居家和远程办公常态化

疫情期间，中国企业允许员工在家办公的比例都比较高。随着疫情的结束，居家办公的比例下降，但偶尔居家办公频率依旧很高。加速的技术进步让时刻在线企业文化更为普遍，是职场人工作压力主要源头之一。

职业女性职场家庭两端承压

疫情大流行也让性别平等方面的努力遭遇困难。在家工作对女性更是特殊挑战，因为她们已经在承担着更多照料家庭的责任。中国职场女性所面临的不可控压力是职场男性的近两倍；正在经历时刻在线状态的职场女性比例比职场男性比例高 3.3%。

经济承压，财务压力加剧

2020 年中国财务健康指数与 2019 年基本持平，全球排名较前，但在经济承压事业生活变数增加等多维度因素影响下，财务信心总体呈现低迷态势；职场人普遍财务压力主要来自对未来不可预期性的担忧。

疫情下新常态 全面身心健康保障需求凸显

疫情后多轮调研结果显示，受访者深刻意识到健康的重要性，更重视身体健康的管理，对远程健康服务需求快速增加，核心服务为健康改善、及因压力增大所带来的心理健康支持。对雇主的期望增加，首要需求是扩

大健康保险范围、了解和关心我、灵活的工作地点和时间。

以上职场五大趋势显示，对中国各行各业、各年龄层的职场人而言，工作、财务是主要压力来源。尽管调查反映出雇主所提供的压力管理援助比往年更加充分，但只有近四成被访者认为雇主提供了充分支持。

今年很多职场人的发展路径都经历了从停滞到重启再到振兴的过程，所有人对健康、财富和工作都有了新认知。2020年，人们在多变的境遇中乘风破浪，在压力的境遇中保持乐观，着眼未来培养可持续学习和发展的能力。作为企业雇主，则应加倍重视员工身心健康和保障需求，打造赋能型、幸福型和包容型组织；帮助员工寻找更大化其价值的平台，并履行社会责任。

VUCA

「乌卡」时代 打造职场续航力

CAREER SUSTAINABILITY IN THE VUCA WORLD

招商信诺人寿2020中国健康指数白皮书



预览已结束，完整报告链接和二维码如下：

https://www.yunbaogao.cn/report/index/report?reportId=1_32044

