

工作压力大、生活节奏快,于是健康透支成为白领的真实写照。当健康的警钟一次次敲响时,职场白领开始反思自己的生活方式...



今天,你“彩虹族”了吗?

现身说法

彩虹族员工热爱生活绝不加班

现在,刘芸(化名)的时间更多地放在保健养身和孩子身上,工作只是生活的一部分。她说,她刚毕业工作时,天天从早上睁眼就开始想工作的事...

职场调查

绝大多数彩虹族是“80后”员工

随着越来越多的“80后”步入职场,逐渐形成企业内的主要群体,很多管理者发现,以原来粗放的管理方式来管理“80后”已经有些乏力。

从太和顾问日前公布的《2009企业离职访谈状况调查报告》结果看,一半以上的人力资源管理人员认为企业中存在由于

员工年龄段差异导致的管理问题,并且对工作已经产生了一定的影响。除了管理上的困难,相对于“60、70后”员工,“80后”员工成长环境相对优越,更强调自身价值的体现和生活的舒适度,所以更容易跳槽。

HR观点

观点一: 关注时间管理,彩虹族并不可怕

“如果员工不热爱生活,又怎么会热爱自己的工作呢?”菲尼克斯电器中国公司人力资源经理郭美峰认为,彩虹族并不可怕,关注时间管理、工作效率是最重要的。

观点二:

关注人的管理,除了量化考核,还要得人心

“对人的心态的管理很重要。”ITT

(南京)有限公司人力资源经理杨磊说,职场人的心态已经在悄然发生变化。现在企业人力资源管理,已经和以前有了很大的变化。特别是富士康“13连跳”事件之后,更是让企业不得不关注起员工的心理疏导。

虽然是第一次听到“彩虹族”这个词,但杨磊表示认可彩虹族的观点。他认为,现在很多80后员工,跟他们说大道理,他们一点都不感冒,因为信息网上都有,他们也可以学习。他们更需要一种尊重。

相关链接

什么是彩虹族?

说到彩虹,很多人的脑海中都会浮现它那绚丽多彩的七种颜色,而彩虹族也正是对这样一类人的称呼。“彩虹族”的含义是指人生要包含以下多种颜色。

红:提高工作效率,尽量避免加班,注意工作和生活平衡,动静适宜;“彩虹族”会合理安排工作时间,避免加班;周末会好好放松一下身心;

橙:排除困扰,保证睡眠;黄:绿色进食,主动抵制快餐等不健康食品;

绿:懂得自我引导和排解,减轻心理压力;

蓝:更多的氧气,更亲近自然,坚持合理锻炼;

靛:注重营养均衡,多素少荤,摄取有机食品;

紫:传达健康理念,关爱身边人的健康。

南京可诺丹美容美体中心 南京可诺丹美容美体中心是中国美容协会常务理事单位之一,因公司规模扩大,需要大量行业精英加盟,共同发展。

南京汇泓网络科技有限责任公司 招聘启事 因业务之需现招聘以下职位: ★小区电话宽带装维员(10名)

南京尚龙文化传播有限公司 专业提供英汉互译、网站中文本地化和桌面排版服务,因发展需要,现诚聘: 中英文翻译5名

南京全盛建设工程招标监理咨询有限公司 现因公司发展需要,诚聘: ◆总监及各专业监理工程师

南京万翘食品有限公司 南京万翘食品有限公司是南京市首批专业的生食调理、酱卤肉制品、速冻肉制品生产厂家之一,占地面积2200平方米,分为食品原料区、加工区、成品区、分装区、办公区和员工生活区等。

南京卡高建材有限公司 本公司专业销售PP-R防水等家装水电材料,销售对象为家装公司,因业务发展需聘: 销售精英5名

南京豪澜科技实业有限公司 Nanjing HopeLand sci-tech trade co.,Ltd. 公司主营各类建材物资进出口,现诚聘: ▲外勤1名(男)

南京德捷瑞装饰材料公司 我公司代理德国、意大利等专利装饰产品,市场前景甚优,现聘: 业务员、主管多名

南京康龙威公司 南京康龙威公司是一家专业从事康乐医学产品研发、生产、销售的综合型企业。因发展需聘以下人员: 会计(南京市户口,会用财务软件,有生产型企业工作经验)

新龙医药诚聘 黑龙江省新龙医药集团是集医疗器械制造、销售、医药营销为一体的新型医药集团,营销网络覆盖全国20多个省、自治区和直辖市,现有员工500多人。

宝莱纳(南京)啤酒花园餐厅 坐落于五台山东门的宝莱纳南京啤酒花园,是一家中德合作的高档西餐厅,现诚聘: ●迎宾、服务员、传菜员、吧员

南京鼎柏建筑装饰工程有限公司 诚聘 设计师 施工员 预算员 资料员 请将个人简历发送至邮箱,并注明应聘职位,合则约见!

南京享佳诚聘 南京享佳公司拥有多家健康品超市(享佳健康坊),销售上百种国内外畅销的健康食品、器械,因发展需要现诚聘以下岗位: ◆人事/文员:各1名,有相关工作经验者优先。

南京诚标企业策划有限公司 电话业务员:若干 大专以上学历,具备良好的语言表达能力,有管理体系认证或类似营销经验者优先。

南京中房物业管理有限公司 保安员:身高1.72米以上,有相关工作经验。夜班保安员:男性,要求内退或退休人员。保洁员:55岁以下,身体健康。

江苏新苏商贸有限公司 (原南京苏酒业有限公司) ●业务经理(若干名):有良好的谈判能力,具有管理经验,待遇:年薪10万元。

南京波长光电科技有限公司 ★数控机床操作工:男,中专,机械专业,5年以上经验,熟悉西门子系统者优先; ★普通机床操作工:男,中专,机械专业,5年以上经验;

南京景众汽车销售服务有限公司 本公司是大众进口汽车授权经销商,现招聘以下人员: ◆钣金工1名 任职资格:1.男性,年龄在40岁以下,有三年以上汽车钣金工作经验;2.身体健康,有责任心,能吃苦耐劳。

南京诚标企业策划有限公司 咨询师:5名 经 CCAA 注册 QMS、EMS、OHSMS 咨询师。 以上人员需有较强的责任心,具备良好的沟通、协调能力和团队合作精神。

诚聘 1/服装技术员1名:熟悉技术要点,童装安全要求。会制版及英语者优。 2/质检员2名:5年经验,能长期出差。 3/业务员及助理2名:本科及以上,熟悉服装服饰,两年独立跟单经验。