

公司要求员工全天在线应该如何面对

好友小娇前段时间离职了，因为她本以为可以朝九晚六，但在每天下班前半小时总是会接到临时任务。

她崩溃的那天，19:00改完ppt，发给老板后，在公司等了一个小时却没得到回应。直到夜里十一点她刚准备睡觉，老板发微信责骂她，“为什么不等回复就下班？今天的反馈改完了吗？”第二天上班的时候，小娇又被告知当月的奖金没了。

下班时间被强制占用，没加班工资，还不能调休，有时甚至周末时间都被征用，这种情况是许多职场人都遇到过的情形。

在智联招聘职Q社区上关于“下班时间被占用怎么办？”的提问中，90%的职场人表示愤慨，但也无可奈何。

为什么有些公司要求员工全天在线？

1、公司缺人也缺钱，靠时间成本来堆积

微博上有这么个故事：小A面试遇到奇葩领导，上来先问了他三个问题：“你下班后为什么要回家？”“每天是否自愿加班到十点？”“你是否能全身心的为公司付出？”。据他观察，这个公司的职员全都处于超负荷的工作状态，而月工资只有4k-5k。

很多公司前期运营确实缺少资金，雇不起太多人力。于是让现有的人力去创造100个人力的价值，那便成为了压榨。

《认知颠覆》这本书中提过，“每个人都需要思考的时间，多数人渴望的是自由。”对每个职场人来说，下班时间就是创造自我，感受自我的

时间。若是公司强制剥夺了这部分时间，那么“自我”从哪谈起？倘若失去了自我的意义，那又怎么可能热爱工作呢。

2、公司制度不完善，导致员工利益丢失

很多公司在面试的时候会告诉求职者：加班有工资，加班可调休，公司扁平化管理等等。但是到了要拿出实质报偿的时候，这些又全都变成了空头支票。

王姐与前老板曾产生过劳资纠纷，因为在面试时公司承诺她加班有工资，节假日加班双倍工资。但是当她辛辛苦苦工作一个月后，牺牲了自己大部分周末时间，换来的只是一个五百块的感谢红包以及一顿饭。

王姐没仔细查看合同有错，但是公司这样的欺瞒行为才是根源。很多老板经常强调“员工要热爱自己的工作，热爱公司”，可是他们却往往不把员工当亲人。强制加班，不给加班费，不能调休。这样“共同发展”就像是跷跷板，员工用所有的精力带来公司的上升，自己却置身于谷底。

制度的缺失不仅会让员工产生心理负担，同时也会对公司的形象造成很大的伤害。完善的公司制度，不仅保障了员工的利益，也是公司长期发展必不可少的东西。

这样的公司，我们应该如何面对？

1、主动找领导沟通，赢取下班时间

很多人害怕讨论此事，会让领导对自己产生不好的印象，但是既然选择留下，我们应当坦诚地将自己的真实想法告知领导，阐明客观原因，而不是让加班打乱自己所有的生活。

主动与领导沟通，尝试询问，将可以提前安排的工作放到自己的计划内，避免你的下班时间被占用。平时在工作的时候，尽量考虑周全，把能做到的都做完，相信这样能为自己争取更多的“下班时间”。

2、提升自己的专业能力，解救下班时间

小周毕业之后，去了药类销售公司当产品经理，每天有整理不完的数据。后来，她报班学习了爬虫代码，几百页的数据很快就处理完毕，极大地提升了工作效率，也减少了很多手动容易出错的地方。

职场人的工作效率是自己工作能力的具象表现，提高效率不仅仅能够解救自我的下班时间，而且能有利于公司的经济效益。个人的核心竞争力得到提升，无论是对目前的工作还是将来的发展，都非常有利。

想要从工作中换取这样的时间，提高自己的工作效率必不可少。在处于不利局面的情况下，积极主动的学习是我们提高效率的最佳方法，也是支撑我们和领导沟通的底气。

3、学会判断公司价值，再决定去留

如果通过与老板的深入沟通，以及提升了自我效率后，还是无法改变“下班时间被强制占用”这样的现状，很多职场人士就会考虑是否应该继续留下去。

对处于职场中的我们来说，离职是一个很重大的抉择。并不能单靠“是否加班”这一单一的维度去做判断，我们需要结合其他维度来考虑：

第一点：行业前景与公司战略

每个行业都会经历兴衰，同时公司的经营战略也非常重要，代表着公司未来发展的方向。若是有幸搭上了上升周期，不仅可以提升自身潜力，职业生涯的发展也很可观，你付出的时间将会获得极大的回报。

第二点：公司的管理及效率

有效的管理可以展现一个公司的水平，这是公司赖以生存，在激烈的竞争中取胜的基本原则。

效率高的公司，内部消耗少，员工间关系好矛盾少，在这种环境中工作也会比较舒心。效率极高的公司，即使前期员工投入的精力很大，但是后期的回报也是成正比的。

第三点：同事氛围与自己的价值

跟对人，个人的成长才会更快。好的老板能准确把握公司核心业务，高效的管理公司，而不是只把员工当成工具。

即使公司一般，但是老板特别赏识你，直系上司愿意带你，同事待人友好，对你来说也是值得花时间和精力好好去待一待的。

面对公司强制占用下班时间这个问题，只要每个职场人结合自身需求以及自我的职业规划进行理性思考，同时谨慎分析公司价值，就一定能找出最优的选择。

本文链接：<https://sanrenwenku.com/zhichang/rzlkx1618023728j8kw0u.shtml>