



工作一个号,生活一个号 “双号潮流”能否划分职场与私人生活?

株洲晚报融媒体记者/谢嘉 罗小玲 文/图

随着互联网的深入发展,工作与生活的界限变得愈发模糊。随着入职季的到来,株洲的年轻工作者中掀起了一股“双号潮流”:一个用于工作,一个用于生活。职场中,越来越多的员工选择用两个手机账号,这种做法真的能带来理想的效果吗?让我们走进株洲职场人的真实生活,一探究竟。



用“工作号”对接工作,用“生活号”记录生活。



可以一部手机上切换账号。

- 回复 27 个
“大家更渴望的,还是上班期间高效工作,下班后拥有属于自己的生活跟空间。而这,个人所能起到的作用恐怕有限,更需要企业自觉厘清工作边界,法律加大对劳动者权益的保护。”
- 回复 18 个
zuó fēi™ 公私分开,很愉悦
- 回复 15 个
晓哲8815 必须俩号
- 回复 5 个
鑫仔 五个微信,但本人表示很累,收拾不过来
- 回复 3 个
苏若 一个工作,一个玩游戏,一个私人用,但是到现在,都混在一起了,还很乱,又不想整理
- 回复 2 个
人生 一主一副,分门别类

网友热议“双号潮流”。

工作号,职场的“秘密武器”

在天元区某事业单位上班的小李,他的办公桌上,两部手机并排摆放,一部是私人手机,另一部则是他所谓的“工作手机”。小李认为,单独弄个工作号特别有必要。他解释说:“平时没什么来往、只有‘一面之缘’的人,因为不想产生过多交集,我会放到工作号里去。”而对于单位的同事,天天一起打交道的,他会两个号都加上,因为大家的工作氛围很友好,会互相分享生活。

小李的微信工作号上,朋友圈只有工作相关

生活号,私人空间守护者

月月,一位在天元区某小学任教的老师,她的微信生活号是她与朋友们分享生活点滴的小天地。在这里,她记录了与学生家长的温馨互动,也分享了周末的郊游野餐、夜晚的星空摄影等日常生活的美好瞬间。“我喜欢用生活号记录我的日常,那是属于我自己的小世界。”月月说。她解释,作为一位年轻的教师,她需要在家长和学生面前保持严肃和专业的形象,而生活号则让她能够与家人朋友分享更加私

双号并行,和谐共舞或双重负担?

记者采访发现,在职场中,使用两个微信号已经成为一种趋势,但这种做法是否真的有效,职场人的看法各不相同。

“我觉得这样挺好的,工作是工作,生活是生活。”在一家IT公司工作的王先生表示,他非常支持使用两个微信号的做法。“以前,我总是在下班后还收到工作消息,搞得我无法专心享受私人时间。现在,我下班后就只关注我的私人号,工作的事情等到第二天上班再说。”

合理规划,避免过度依赖

双机生活真的如表面上看起来那么美好吗?记者通过采访专家和职场人士,探讨了双机生活的利与弊。

“双机生活并不是万能的,它只是权宜之计。”中国人民大学公共关系管理学院的马亮教授指出,企业应该更加关注员工的工作与生活平衡,而不是简单地将问题推给员工自己解决。“企业应该提供更加灵活的工作制度,比如弹性工作时间、远程工作等,来帮助员工更好地平衡工作与生活。”

在一家互联网公司工作的刘先生表示,他已经放弃了双机生活。“我发现,即使我用了两个手机,工作还是会影响到我的生活。后来我开始尝试在下班后定时查看工作邮件,而不是随时待命。这样我既

能处理紧急工作,也能享受私人时间。”
“我觉得关键是要提高工作效率,而不是依赖双机生活。”在一家咨询公司工作的王女士分享了她的经验,“我开始使用时间管理工具,合理安排工作时间,确保在下班前完成所有任务。这样我就可以安心地在下班后不用工作手机了。”

心理咨询师李女士指出,双机生活并不能真正解决工作与生活的冲突,它只是将冲突隐藏起来了,职场人应该更多地关注自己的心理需求。“很多人使用双机生活,是因为他们害怕错过工作信息,这种恐惧感其实来源于内心的不安全感。我们应该学会信任自己的工作能力,相信自己即使在下班后也能应对工作中的问题。”

人和轻松的一面。

“工作号”成为许多职场人的标准配置的同时,“生活号”正逐渐成为他们守护私人空间的重要工具。

在外企工作的汪女士对个人隐私的保护有着极高的要求,她坚持使用两个微信号。“如果在公司的电脑登录私人账号,公司的电脑上会留下痕迹,调取数据后还能看到聊天记录。”汪女士说,为

了保护自己的隐私,她会使用专门的工作账号处理工作事务,而私人账号则只在自己的设备上使用。她有时候会把工作手机留在单位,下班后只带着生活手机回家,以此来“彻底”回归个人世界,拥抱私人生活。

“生活号”的使用者们普遍认为,在这个空间里,他们可以卸下职场的面具,回归真实的自我,享受生活带来的乐趣和宁静。

对于双号生活,许多职场人也有着自己的困惑。“我担心如果我只用工作号,我的私人朋友会找不到我。但如果我混用,我又担心我的私人生活会被工作干扰。”在一家设计公司工作的周女士表达了她的顾虑。

“我不希望我的老板和同事知道我的私人生活,但我也担心如果不让他们加我的私人号,他们会觉得我不够团队合作。”采访时,职场人吴先生对于双号生活的隐私问题感到担忧。

问我,是不是换工作去卖房了?”为了找回生活的宁静,上个月,刘女士建了一个工作号,将所有与工作相关的内容都迁移过去。

并非所有人都对双号生活持肯定态度。金融行业的新晋职员王女士说,如果再给她一次机会,不会弄两个号。原来,她最初跟风注册了一个工作号,但随着时间的推移,她发现工作和生活的界限并没有那么清晰,反而增加了自己的负担。

去年盛夏,一场突如其来的排水不畅危机,让小区居民的日常生活陷入困境。关键时刻,小区党支部迅速行动,在党群服务站召集一场四方议事会。市、区、街道相关部门负责人与居民代表一起勘察、一起讨论,最终破解了内涝难题,让小区重现安宁。

此后,从路面硬化到绿化补植,从墙面粉刷到单元门更换,每一项改造工程的背后,都凝聚着多元主体参与治理的智慧与汗水。党群服务站更是线上线下同步发力,线下打造多功能空间,促进居民间的情感交流;线上拓展服务渠道,让居民足不出户也能享受便捷服务。

在湘安小区,党群服务站不仅是治理创新的舞台,更是传递爱与温暖的桥梁。针对小区老年人居多的实际情况,服务站联合物业公司开设了幸福“食”光长者餐厅。这一举措,采用“政府补贴、物业让利、老人自付”的运营模式,为独居、空巢老人提供物美价廉的餐饮服务。每当饭点时分,餐厅内老人们围坐一起,品尝着热饭热菜。这一份关怀,温暖着这些老人的心。

此外,湘安小区党群服务站还积极整合社会资源,与湘安公司、自来水公司等企业,以及晚报志愿者联合会等社会组织深度合作,共同

记者的话

双机生活,这个看似能解决工作与生
活冲突的方案,实际上并非完美无缺。或许,我们真正需要的不是两个手机,而是更加人性化的工作制度和更加高效的工作方式。在这个过程中,每个人都应该积极探索适合自己的平衡点,找到真正属于自己的工作与生活和諧之道。

2024 徒步湘江环保毅行 11 月再出发

融入“萤火虫”助学主题 10 多年,共募集善款 200 余万元

本报讯(株洲晚报融媒体记者/杨凌凌) 备受关注的 2024 徒步湘江环保毅行活动有最新消息。9 月 25 日,记者从组委会获悉,今年的毅行时间调整至 11 月中旬举行。

徒步湘江环保毅行,是湖南规模最大、发起最早的长距离、纯公益大型徒步活动,报名市民沿湘江徒步,倡导绿色出行、低碳环保,呼吁全社会保护湘江、践行生态文明。

与其他徒步活动不同的是,从 2010 年起,该项目与晚报志愿者联合会另一品牌项目“萤火虫公益助学行动”对接,在环保、励志基础上,融入助学主题,

每位参与者报名时需筹集 50 元助学金,全额用于资助萤火虫公益项目的困境学生。

从 2008 年以来,徒步湘江环保毅行累计 5 万余人次参与,募集善款 200 余万元,资助了上千名困境学子,展现了活动的强大魅力,也彰显了株洲深厚的文明底蕴和良好的公益基础。

往年的该项活动都是在五一期间举办,今年因特殊原因,推迟到下半年,从而增加了许多未知因素,为确保安全,今年活动时间也与 2023 届一样,由原来的两天缩短到一天。今年的活动仍保留亲子组、常规组,保留公益民谣音乐会。毅行路线待组

委会人员探路确定后,将在《株洲日报》《株洲晚报》以及株洲日报社新媒体平台发布。

本届徒步湘江环保毅行报名采取线上方式,直接识别二维码,通过报名通道直接报名。团队报名联系:0731-22727277,获得团队报名模板,并根据志愿者的指导完成报名。



报名二维码

小区党群服务站的 N 种可能 党群驿站解锁新功能 打造小区“幸福大本营”

本报讯(株洲晚报融媒体记者/杨凌凌) 在芦淞区建设街道学堂冲社区,有一座建于 1985 年的老旧小区——湘安小区。这里曾是岁月痕迹深重的代名词,如今,它以党群服务站为核心,正悄然蜕变为了一幅温馨和谐的社区新图景。

四方聚力,共治治理新篇章

面对基础设施日益老化、管理难题层出不穷的挑战,湘安小区党支部挺身而出,成为引领小区治理的坚强“领航者”。他们携手业委会、物业公司及居民代表,创新性地构建“小区党支部+业委会+物业+居民代表”的四方共治模式,而党群服务站,则成为了这一模式落地生根的坚实土壤。这里,不仅是党员学习交流的红色阵地,更是居民共商小区事务、解决实际困难的温馨家园。

去年盛夏,一场突如其来的排水不畅危机,让小区居民的日常生活陷入困境。关键时刻,小区党支部迅速行动,在党群服务站召集一场四方议事会。市、区、街道相关部门负责人与居民代表一起勘察、一起讨论,最终破解了内涝难题,让小区重现安宁。

此外,从路面硬化到绿化补植,从墙面粉刷到单元门更换,每一项改造工程的背后,都凝聚着多元主体参与治理的智慧与汗水。党群服务站更是线上线下同步发力,线下打造多功能空间,促进居民间的情感交流;线上拓展服务渠道,让居民足不出户也能享受便捷服务。

长者餐厅,幸福滋味暖夕阳

在湘安小区,党群服务站不仅是治理创新的舞台,更是传递爱与温暖的桥梁。针对小区老年人居多的实际情况,服务站联合物业公司开设了幸福“食”光长者餐厅。这一举措,采用“政府补贴、物业让利、老人自付”的运营模式,为独居、空巢老人提供物美价廉的餐饮服务。每当饭点时分,餐厅内老人们围坐一起,品尝着热饭热菜。这一份关怀,温暖着这些老人的心。

此外,湘安小区党群服务站还积极整合社会资源,与湘安公司、自来水公司等企业,以及晚报志愿者联合会等社会组织深度合作,共同



湖南工大志愿者在学堂冲社区绘制墙画。
记者/杨凌凌 摄

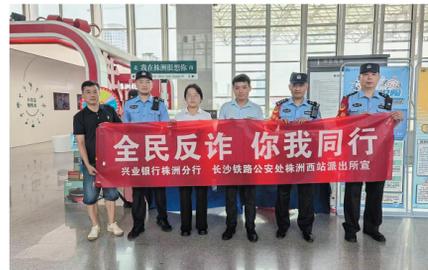
开展环境整治、志愿服务等活动。湖南工业大学志愿者团队的加入,更是为小区增添一抹亮丽的色彩。他们在党群服务站的协调下,挥毫泼墨,将一幅幅精美的公益墙画绘制于小区外墙之上,美化了小区环境,让居民感受到家园的和谐与美好。

志愿服务,凝聚邻里情

在湘安小区,以区级优秀共产党员欧阳利华为代表的志愿服务队,更是将党群服务站作为精神家园。他们定期开展各类志愿服务活动,从“学雷锋”到“送爱心”,从“幸福邻里节”到“尊老敬老重阳节”,每一项活动都蕴含着志愿者们的无私奉献与深情厚谊。这些活动不仅解决了居民的实际困难,更在无形中加深了邻里之间的情感联系,让湘安小区成为了一个真正意义上的温馨大家庭。

湘安小区的蜕变,是党群合力、多元共治的生动实践,更是新时代文明实践的创新缩影。在这里,每一块砖瓦都记录着变迁的故事,每一道风景都诉说着和谐与温暖。

警银协作 反诈同行 兴业银行株洲分行成功举行 “金融教育宣传月”专题活动



活动现场。通讯员供图

9 月 15 日,兴业银行株洲分行与株洲西站派出所携手合作,在株洲高铁西站开展了一场别开生面的反诈宣传活动。

活动现场,工作人员与民警们通过设立宣传展板、发放宣传资料、现场讲解等多种形式,向过往旅客普及网络贷款诈骗、刷单返利诈骗、“杀猪盘”诈骗等各类反诈知识,吸引了众多旅客驻足观看。

兴业银行株洲分行的工作人员向旅客们发放了精心制作的反诈宣传手册,手册中详细介绍了如何识别电信诈骗、防范诈骗的方法以及遭遇诈骗后的应对措施,提醒大家要时刻保持警惕,不轻易相信陌生人的电话和短信,不随意点击不明链接,不向陌生人转账汇款。民警们现场为旅客们解答关于反诈的各种疑问,鼓励旅客主动安装手机反诈 APP,并结合自身工作经验,分享了一些防范电信诈骗的实用技巧,同时强调在日常生活中广大群众要提高个人信息安全保护意识,妥善保管个人信息,如身份证号码、银行卡号、密码等,避免个人信息泄露。

此次反诈宣传活动得到了广大旅客的积极响应和好评。许多旅客表示,学到了很多实用的防范知识,并对电信诈骗的手段和方式有了更深刻的认识,今后一定会提高警惕,远离电信诈骗。通过此次活动,不仅提高了广大群众的反诈意识和防范能力,也进一步加强了兴业银行株洲分行与警方的合作关系。相信在各方的共同努力下,一定能够有效遏制电信网络诈骗犯罪的发生,为构建和谐、安全的社会环境做出更大的贡献。

(通讯员/张海英)



美达影城(9月26日)

野孩子 10:00 11:00 12:20 13:20 14:00
14:40 15:40 17:00 18:00 18:40 19:20
20:20 21:00 21:40 22:40
一雪前耻 9:55 11:50 14:00 15:20
16:10 18:20 19:30 20:30 21:45 22:40
异形:夺命舰 13:45 18:00 22:15
出走的决心 11:20 13:20 16:00 17:30 20:15
重生 11:35 16:25

全员嫌疑人 11:30 15:20 19:10 21:05
荒野机器人 9:55 13:20 17:10
大场面 12:05

芦淞区钟鼓岭七星潮流购物
公园五楼(株洲书城对面)
订票热线:28106878



开奖 (开奖日期:2024年9月25日)

七乐彩 2024112 期 06 10 16 20 23
27 29 11
福彩 3D 2024259 期 2 4 9
大乐透 2024112 期 05 15 24 31 34
03 10
排列 3 2024259 期 4 4 4
排列 5 2024259 期 4 4 4 6 9