

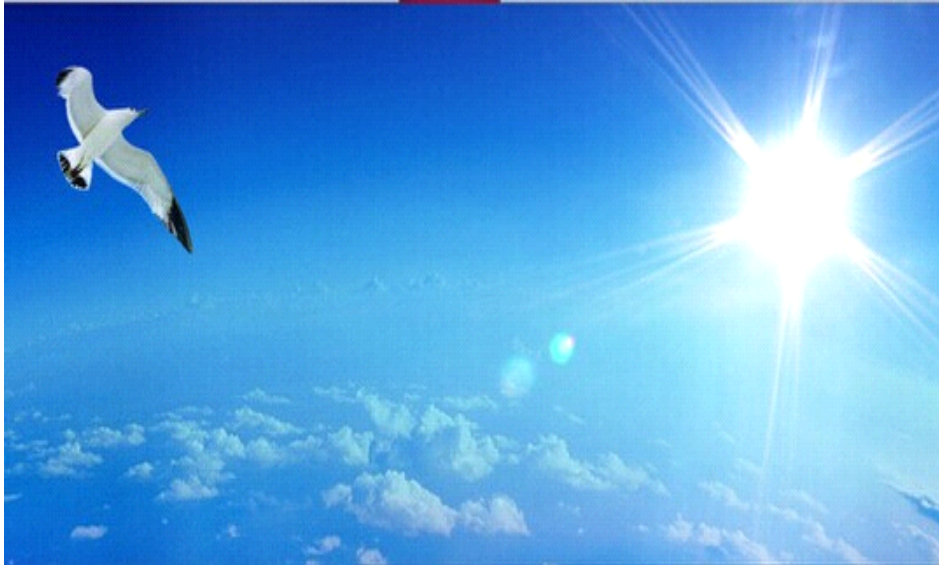
关键词：软件公司,软件开发

内容概要：

随着社会竞争的激烈，人们都感觉到莫名的压力，尤其是被称为白领阶层的软件开发人员，所以现在很多软件公司都积极提倡给软件开发人员减压，那么对于软件开发人员的减压都有哪些措施了。闲聊—焚烧工作压力有些人经常东家长西家短说闲话，看起来似乎不足取，但...

正文：

随着社会竞争的激烈，人们都感觉到莫名的压力，尤其是被称为白领阶层的软件开发人员，所以现在很多软件公司都积极提倡给软件开发人员减压，那么对于软件开发人员的减压都有哪些措施了。



闲聊—焚烧工作压力

有些人经常东家长西家短说闲话，看起来似乎不足取，但其实对健康非常有益。研究过程中有的软件开发人员反映，有些工作上的事情无法跟领导说，只有在唠叨的时候才能发泄一下。软件开发人员之间相互交流也有助于彼此间获得支持和反馈信息。另外，只有闲聊时人们才能不设防地展示自己的个性，这有助于精神放松，使工作更富有激情和创造性。调查显示，有近85%的白领软件开发人员在工作中闲聊，有意或无意的以此作为缓解压力的有效途径。鉴于此，软件公司的领导们应该用全新的眼光来看待闲聊，并要创造性发挥工作闲聊这一工作方式的优势，在空间、时间允许的情况下，以放松、自由、宽松、不影响其他人工作为原则，创造性地制定相应制度，以保证这种新工作方式的合理化。

娱乐—让压力不再堆积

娱乐办公室的概念是从美国开始流行起来的，办公室已不能成为传统意义的概念，软件开发人员一边工作，一边享受自己喜欢的音乐。办公桌上摆放着自己喜欢的饰物或者家人的照片。定时或不定时的娱乐项目填充着软件开发人员枯燥乏味的工作间隙。老板此时已抛去严肃呆板的“面具”成为娱乐项目的倡导者和积极参与者。在这样的环境中同事成为好友，工作生活成为一场大派对，所有活动都集中在办公场所，下班时间一到，软件开发人员并不是急着回家，而是把亲朋好友召来公司参加派对，老板还会供应餐饮，让软件开发人员尽情享受。在这样的氛围中，你还会烦躁吗，还会感觉到心理憔悴吗，还会想要离职吗？

咖啡—缓解工作倦怠

在悠悠的浓香中，有关人生的感悟，感人的故事，引人发笑的幽默，同事之间的感情交流，工作的激烈争辩，都赋予了咖啡文化太多的内涵。咖啡文化正在潜移默化中成为软件公司文化的重要组成部分，这种带着“感性”的饮品，疏解了工作的重担，人情的冷漠，文化的枯竭，为紧张工作和生活着的人们找到了一个适合的借口彼此交流，彼此释放着困惑，彼此汲取着理解和温暖，从而获得一种热情洋溢的生命色彩。香港的凤凰卫视，专为软件开发人员开辟了咖啡屋，明基电通总部也在办公楼里设了间星巴克式的咖啡厅。从这里飘出的咖啡浓香不仅是软件公司文化的一种成份，而且更成为白领生活的重要组成部分。试问软件公司领导是你们的财力不支或者条件不允许吗？我想不是的，何不尝试着烧上一壶咖啡，让那迷人的香气弥漫在办公空间里，撩动白领软件开发人员那最最敏感的神经。

弹性—使工作随心而“做”

有调查显示，有78%的白领软件开发人员不愿拘泥于传统的“朝九晚五”方式的工作。考虑到工作事情太多、生活节奏过快，他们强烈需求更灵活的工作方式，自己做时间的主人，这样会进一步激起他们的工作热情，帮助他们调整最适合自己作息的生物钟，以保证有充足的休息时间来解压，工作效率和工作绩效都会得到提高。在欧美，越来越多的公司采用了“弹性工作制”，其中包括施乐公司、惠普公司等著名的大公司。

软件公司领导何不顺应这样的白领软件开发人员需求和时代的潮流，在安排好恰当的工作任务后，让软件开发人员可以灵活、自主地选择工作的具体时间。在具体操作上可以规定一个核心时间，即规定每天在公司工作的总固定时间数，便于工作布置和统筹协调，同时为软件开发人员之间沟通、交流提供条件。其他的时间软件开发人员可以根据自己的实际情况自由安排。

西安弈聪信息技术有限公司简介

西安弈聪立足陕西西安，为西安企业提供网站优化，软件开发，软件外包，电子政务，网站建设、企业网络营销咨询服务及实施为主体业务，为客户提供一体化IT技术服务。

西安弈聪现有技术架构包含PHP,asp,.NET.C++,VB,J2EE等，在MYSQL,MSSQL数据库系统，ORACLE大型数据库管理系统开发方面专长，经验丰富，是业内技术服务最全面，技术实力最雄厚的IT技术服务企业之一。

联系电话：029-89322522 4006-626-615 网址：<http://www.xaecong.com> 邮箱：admin@xaecong.com