

青年理想 工作空间 白皮书

2020



SHUI ON WORKX
瑞安办公

青年志
YOUTHOLGY

本次《青年理想工作空间白皮书》 由瑞安办公与青年志联合发布。



SHUION WORK
瑞安办公

是瑞安房地产旗下的办公业务管理品牌，拥有企业天地 (CA)、INNO 等办公产品线。瑞安办公品牌理念是以“人”的需求为出发点，又赋能企业与个人“价值创造”的平台。未来将构建以城市核心办公场所为企业总部核心，分布式智能办公的多元办公解决方案。目前瑞安办公已有 22 年以上办公项目的开发及资产管理经验，在全国范围内办公管理面积达 192 万平方米。

瑞安办公是价值办公的开创者，价值办公是指办公室超越物理空间的意义，以价值凝聚人，又赋能予人“价值创造”的综合解决方案。

青年志
YOUTH OLOGY

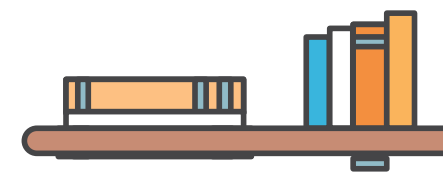
是一家专注于年轻人市场，以研究为根基的创新型市场营销咨询公司，以“年轻人驱动商业创新”为愿景，于 2008 年成立，至今持续研究青年文化与年轻人消费现象已 12 年。青年志相信中国年轻人正生活在一个全面个体化的创新时代。相较于父辈而言，今天的中国年轻人拥有更大的能量——他们被科技发展赋能，他们受益于观念变迁，他们影响和改变社会环境，他们正在创造属于自己的未来。专注于研究 15 至 35 岁的中国年轻消费者，青年志致力于以文化洞察驱动商业创新咨询，帮助品牌融入年轻人的世界，与年轻人共创可感可见可期的美好未来。

注：研究方法为定性研究深度访谈，样本为多名现居一线及新一线城市、20-35 岁、对于工作空间有前沿体验和理解的青年工作者。

目录

前言：	我们为何关注工作空间？	04
01	工作空间经历了怎样的变迁？	08
02	今天的大环境和工作者是怎样的？	12
03	为新一代工作者而生的工作空间，应该是怎样的？	17
04	结语：如今的工作空间准备好迎接新一代工作者了吗？	41





工作空间 关键需求	主人翁感： 找到同类的默契感； 人司场一致的舒适感	激发创造力的 时空和辅助	对个体的尊重和关爱	放松与转换情绪的时空； 氛围轻松平和； 最小化身体损耗	灵活切换工作和休息； 灵活办公模式； 不浪费时间	跨界联结的契机； 自然结识趣缘； 赋能与促进交流
工作空间 新意义	【气质名片】 代表公司 ▼ 代表我	【创造力激发地】 生产空间 ▼ 激发空间	【人文关怀站】 理性空间 ▼ 有爱空间	【身心庇护所】 压力空间 ▼ 舒适空间	【效能推进站】 效率空间 ▼ 效能空间	【信任拓展场】 等级空间 ▼ 联结空间
	组织目标的生产车间 ▶ 共同价值的实现平台					
价值观	【自我表达】 认同外界标尺 ▼ 自定义认同感	【工作】 尽心尽力单方付出 ▼ 有付出也要有收获	【生活管理】 为工作牺牲自我需求 ▼ 获得以人为本的关照	【健康】 身体健康就好 ▼ 身心完整健康	【时间管理】 被公司时钟所支配 ▼ 轻松灵活自定节奏	【社交】 人际关系等级化而功利 ▼ 强调联结感和信任感
身体意识 形态变迁	大自我 按社会规则走 ▼ 重定自我刻度		大生活 为了美好明天，牺牲当下 ▼ 当下身心完整，自定节奏		大社交 等级分明，功利地扩展人脉 ▼ 跨界联结，信任协作	
	组织目标的贡献者 ▶ 共同价值的实现者					
宏观环境与 社会变迁	科技： · 互联网重塑工作形态赋能工作者 · 算法之下，何以为人		社会： · 个体化进程持续，有探索自我价值的惯性 · 阶级固化，焦虑升级		经济： · 经济下行，进入存量竞争 · 仍有逆天改命的发展空间	
	政治： · 黑天鹅事件频现 · 全球共同体撕裂					





前言：我们为何关注工作空间？



前言： 我们为何关注工作空间？



建筑的实质是空间，空间
的本质是为人服务。



——美国著名建筑师“中庭之父”约翰·波特曼



为什么要关注工作空间？

工作者们对工作空间没有太多话语权，只能接受它本来的样子——定不了选址，改不了装潢，选不了家具，也换不了格局，这些都是“老板的事儿”，“我没得选”。

那么，这样一个用来工作的空间，和“我”有什么关系？

一切空间都自带影响人的特性，

人在打造空间，空间也在塑造人，人在空间之中，空间就会对人阻隔限制或赋能激发，而当人发生了需求和价值观的改变，空间亦随之而变。

在过去几年里，年轻人持续不断地反思自己与世界、自己与空间的关系，并进行着种种与空间相关的实践——

好好住 APP 的 DAU 不断攀升，年轻人正在

学习塑造自己的家居空间；沉浸式体验火爆热门，年轻人正在形成自己的空间审美，不断追求更极致的公共与艺术空间体验……

通过对空间的感受和改造，年轻人正在重塑自我与空间的关系，感受空间带来的能量，让空间为自己赋能。

这样的趋势也开始蔓延到几乎占据了年轻人一天生活时间 1/3 的工作空间中。

长期关注中国青年文化变迁的青年志，已经从一些信号中注意到，一部分新一代的工作者们已经开始不满足于陈旧的工作空间，他们或是进行一些小型改造，“装修”自己的工位，或是在选择一份工作时，把工作空间相关的一切体验，作为判断某公司是否和自己“对味”，决定是否接受 offer 的一个必要考虑条件，或是在公司转型、搬迁与建设工作空间时建言献策，主动参与，不再只是被动接受老板或者行政的想法。

前言： 我们为何关注工作空间？

与此同时，伴随城市一起发展成长的瑞安房地产也开始注意到这样的变化。

瑞安房地产坚持以“人”为本的理念，打造出科学工作解决方案品牌瑞安办公”，在 20 多年服务 500 强企业以及初创成长类型企业的过程中，也越来越多的注意到，工作空间的使用者们越发重视空间与人互为影响的关系，并开始提出不同于过去的价值需求，这种价值需求中，个人价值实现的比重日益增加。

如果在工作空间领域**无视人的变化和他们的需求**，

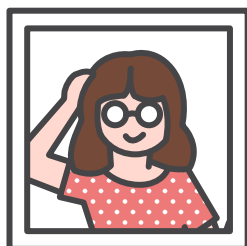
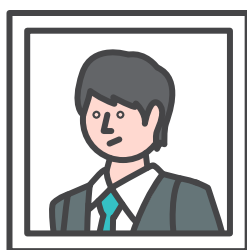
对身处其中的工作者个体而言，他们更容易感觉自己是个“社畜”和没有感情的“打工人”，产生消极感和无意义感。对公司来说，员工的流动性有可能变大，同时留守其中的工作者效率和效能都大打折扣。而对整个社会来说，工作者和组织之间的对抗性可能加强，工作空间沦为一个摸鱼打工人和公司斗智斗勇的地方。

因此，瑞安办公和青年志联合发起了这个**青年工作者理想工作空间白皮书**，去理解新一代工作者们在工作空间里的爱与痛，探寻他们眼中的理想工作空间究竟该是什么样的。

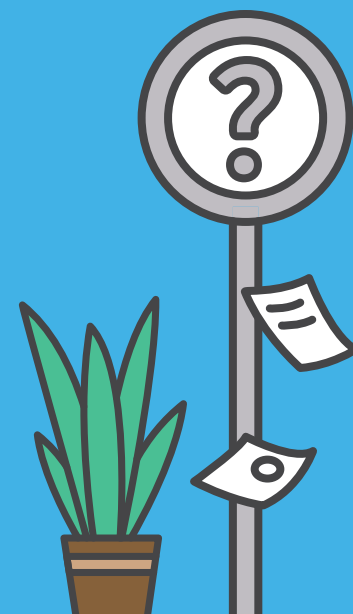
青年志在过去一个月里通过人类学的方式，深度访问了深度访问了多名在一线和新一线工作生活多年、对工作空间有着敏锐感知和前沿判断力的年轻工作者。

他们从事互联网技术、金融会计、广告创意、时尚、人力资源、快消、媒体等行业，出入于各大超甲写字楼、联合办公空间和产业园区，有着多元丰富的工作空间体验经历，为我们讲述了自己与工作空间之间种种鲜活生动的故事。

我们将这些一手田野数据，与青年志多年持续积累的青年文化趋势追踪研究成果交叉印证，并调用青年志的冰山文化研究模型，厘清了新一代工作者们身份认同与价值观变迁的趋势，以及他们对工作空间的新兴关键需求。



01



“工位就在老板转身就能看见的地方，好像要盯着我时时刻刻为公司燃烧。”

“厕所挤得转不开身，逼你快点上完厕所就回去工作。”

“一走进 xx 广场就感觉你被它安排的明明白白，坐电梯上去工作赚钱，再下来在商场把钱全部花掉，一进一出，啥都没留下。”

“一帮同事天天明争暗斗还不是为了挤走那个经理自己就有机会搬进更大，景色更好看的办公室。”

工作空间经历了 怎样的变迁？

01 | 工作空间经历了怎样的变迁？



过去的工作空间是组织价值的生产车间。

它理性，等级森严，只讲求效率，不在乎效能；只在乎按规则生产，不在乎用创造激发。

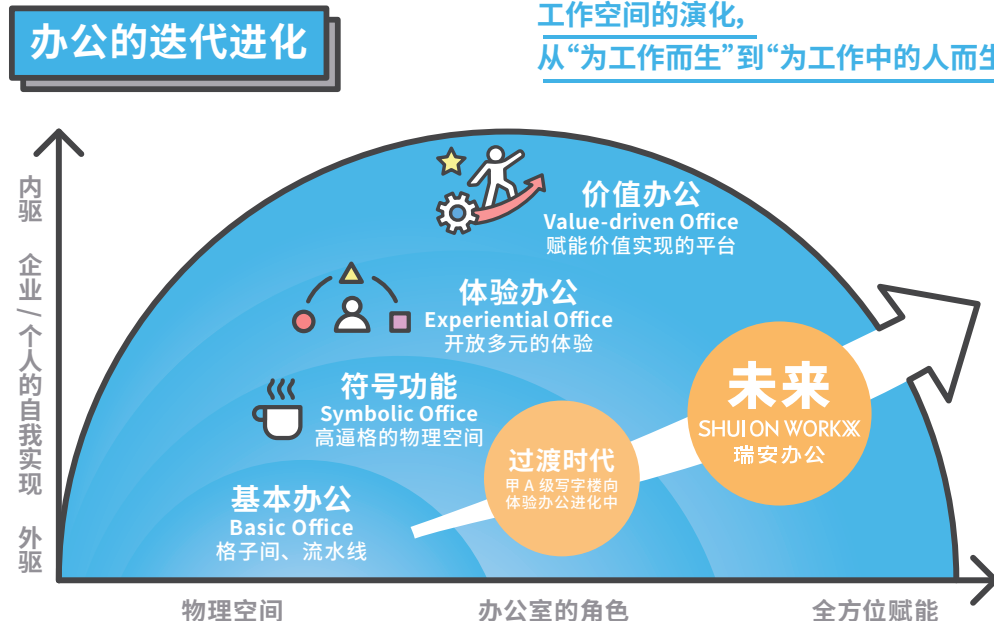
工作者们在这里生产和交付组织要求的東西。他们都是组织价值的贡献者，是被异化的工具人。

在这样的规范空间里，工作者们让渡自己的

权利，获得糟糕的、毫无幸福感的体验，接受没有个性只有统一的要求，接受听话与忠诚的设定，被教导“感性无价值，情绪皆障碍”。

由于空间与人有互相塑造的关系，而**工作空间是为了达成组织工作目的而进行**的将人与一系列环境性因素有机整合的场所，因此当**回顾工作空间的演化史，也是在回顾工作者身份和管理学发展的演化史**。

工作空间的演化，从“为工作而生”到“为工作中的人而生”



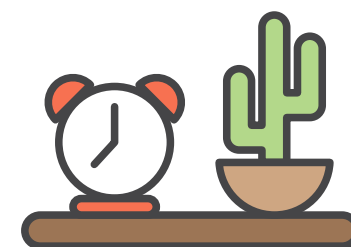
在基本办公时代

- 风靡的管理学理论是泰勒的科学管理理论，他把科学管理定义为用标准代替随意，用定额代替估计，用规则代替创造。
- 这一时期的工作者角色，就是组织机器的螺丝钉，他们服从要求、被动、有纪律性，被当作「会说话的机器人」。
- 这个时代的工作空间是现代社会工业理性的产物，是组织体系在物理空间和环境体验上的外化，它等级明确、功能固定、强调对既定问题的解决效率提升，身处其中的人的需求不被在意或者解决，工作空间是一个理性的、冰冷的、等级森严的、压抑的「组织价值的生产车间」。



在体验办公时代，

- 盛行的主流管理学理论是以马斯洛的需求层次理论为代表的行为科学管理理论，强调人本主义的基本需求，认为组织不仅应该提供经济激励，更应该关怀员工的情感。
- 这一时期的工作者角色，虽然依然是「组织价值的贡献者」，但已经开始被当作「人」而非「机器」。
- 这个时代的工作空间是工艺技术与视觉艺术发展和兴起下的产物，实现了审美与功能的融合升级，一部分设计师开始从人的体验出发，思考空间关系学，为身处其中的工作者提供更好的体验。景观式办公室开始出现，办公家具设计成为独立的领域，可以被灵活组合的办公家具受到推崇。



01 | 工作空间 经历了怎样的变迁？

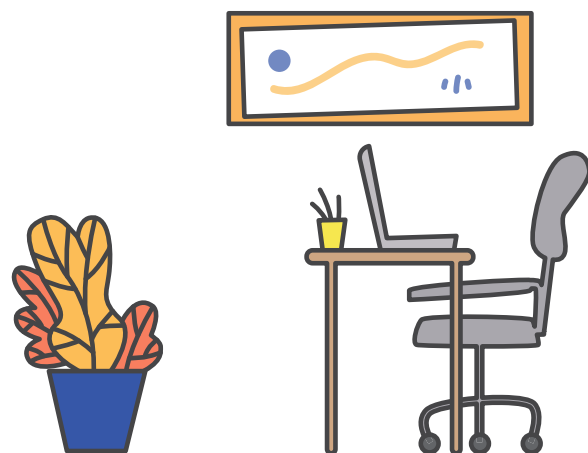
在价值办公时代，

- 当代的管理学理论发展进入到了兼容并蓄，互相综合的百家争鸣局面，形成现代管理理论丛林。学习型组织、流程再造理论、知识管理理论和企业文化管理理论都在关注人的职业生涯发展、人的文化身份和精神塑造、人的自我实现和工作意义追寻，并承认人的复杂性和需求多变性。
- 这一时期的工作者角色，是个体性崛起的工作者。他们灵活、主动，富有创造性，不再仅仅做一个「组织价值的贡献者」，他们同样看中自己的个人价值实现，以及个人价值与组织价值是否能实现有机融合与共赢，即个人价值是否能在组织中得到成长增值，组织能否在个人价值的成长中受益。为了应对这种个体性价值实现诉求和组织工作价值生产诉求之间融合需求，我们需要进入一个赋能个体价值成长，助力共同价值融合的工作空间新时代。

进入 21 世纪初期，以多元联合办公形态为代表的开放协作办公空间涌现，以硅谷谷歌为代表的大型互联网园区出现，无纸化办公，远程办公等新型办公方式出现。通过对工作空间进行科学规划，设计的价值以及通过设计能够赋予人的价值被重视和放大，这一时期的工作空间不再仅仅是一个组织价值的生产车间，而是成为赋能价值实现的平台。

回顾过去两百年来的工作空间发展史，我们发现，

工作空间的演化是一个新旧共存且正在持续发生变化的过程，想要理解如今和未来的工作空间变化方向，我们还需要了解工作者们的价值观与身份认同发生了怎样的变迁。



IDEAL
YOUTH WORK SPACE
WHITE PAPER

02

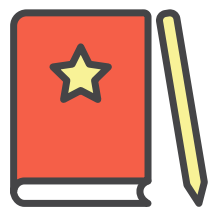


今天的大环境和工作 者是怎样的？

新一代工作者生活于一个风险

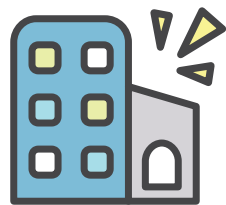
升级、机遇缩减的时代

风险



政治

- 全球难以预测的黑天鹅不断涌现，风险升级。
- 全球共同体撕裂，摩擦不断，进入动荡状态。
- 中国的福利与社会保障体系尚不完善，人们的抗风险能力普遍弱。



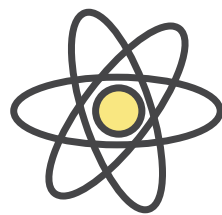
社会

- 阶层固化加剧显现，上升通道正在关闭的事实升级了年轻人的焦虑。



经济

- 21 世纪之初高速增长的经济已经显著放缓，持续下行，高速增长的红利消失，进入存量竞争，新资源与新空间急剧缩小，风口正在变少。



科技

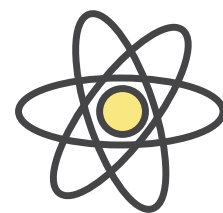
- 互联网世界和技术全面渗透进私人生活，算法之下，何以为人的反思不断出现。

机遇



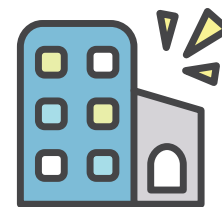
经济

- 相比发展路径与生活方式相对稳定的欧美发达国家，中国社会尚未完成发展与建设的现代化进程和过去几十年的经济面貌的极速变化，使中国年轻人仍有重塑、创造与谱写自己人生版图的机会。



科技

- 科技和移动互联网的发展升级带来新经济和新产业的兴起，重塑了生活方式与工作形态，赋能人们进行多元价值探索。



社会

- 中国近 30 年的个体化进程已经让一代又一代的年轻人习惯于自己决定成为什么样的人 and 展开怎样的人生，追求实现自我价值。



个体在风险大于机遇的时代， 寻求着自我价值的实现感

中国工作者们经历了新中国成立后集体主义建设时代的热情劳动，踊跃奉献，随后又在70、80年代改革开放的经济腾飞中意识到个体的财富创造性和主观能动性有多大。

进入21世纪20年代，经济增速放缓，在这个风险社会中，面对明天，年轻人们不知道裁员和降薪哪个会先来，渴望在自己周遭环境的方方面面寻求“小确幸”和“安全感”。

同时，不断出现的多元职业形态和价值实现路径也鼓励年轻人更加回归对自身价值的

关注，精准定位自己，盘活自己的资源，思考如何创造与实现自己的价值。

如何寻找到能帮助自我价值实现的组织？
如何能将自我价值与组织价值有机融合和实践？
该做个独立游荡的个体，还是回归集体的庇护？

这些都是今天新一代的工作者们时常思考的议题。

新一代工作者已经从一个单纯的「组织价值的贡献者」， 转变为协同组织价值与自我价值的 「共同价值实现者」

以前，工作者向外追求以未来为导向的社值价值实现

- 【大自我观念】按社会规则走——自己的决策和想法被社会主流价值观所引导
- 【大生活观念】为了美好明天而牺牲当

下——为未来的美好前景而拼搏，无视眼前与当下的个人生活牺牲

- 【大社交观念】等级分明，功利地扩展人脉——关系网络有等级，刻意社交为求更多可利用的人脉和资源

如今，工作者向内追求以当下为根基的个体价值实现

- 【大自我观念】重定自我刻度——以自我内心为行动的标尺，具备反思精神，不盲目追随外部标准
- 【大生活观念】回归当下身心完整，自定节奏——为当下的身心完整而活着，忠于自己的感受和节奏
- 【大社交观念】跨界联结，信任协作——与契合的人跨界联结，协作与互动中强调信任感

在2020年代流行热词中，有不少绕不开工作者状态的热词，
如社畜，奋斗逼，摸鱼精，打工人……
新一代工作者们自己怎么看待形容工作者状态的流行词？

尽管他们知道自己过着看起来被人视为#精英白领#表面光鲜亮丽的生活，
尽管背地里其实累成狗，
但他们拒绝用 #xx狗# 这样的词来贬低和消费自己。
他们偶尔不带贬义的用一丝自嘲称自己是#民工#，
因为他们脚踏实地能干实事，也因为老板是他们的包工头，
但他们不想要燃烧自己去实现老板的财务自由。

他们不认为自己是#赚钱机器#和#奋斗逼#，虽然想要赚钱，但他们清楚自己为什么要赚钱，也不是为了赚钱变成一台没有感情的

机器。金钱是实现自我后的一个自然结果，并不是值得牺牲与抛弃自我的交换所得。

他们不想变成对生活没有期待，也没有选择的#社畜#，他们想做一个「幸福的上进青年」，不仅仅是获得了上进，而是在上进的过程中真正能得到幸福。

他们也不是四处甩锅、摸鱼躲懒、混吃等死的#老油条#，他们重视自己即时反馈与自我价值实现，对自己有更高的要求，有终身学习与个人成长的精神，同时能更好的协同自我价值与组织价值的实现，是不折不扣的「共同价值实现者」。



03

03 | 为新一代工作者而生的工作空间，应该是怎样的？

对于工作空间如何适应新一代组织和新一代工作者的协同价值需求，我们必须有全面系统的思考，必须回归工作者们的身与心、爱与痛，从他们的身份认同与价值观出发。

当工作者们不再只是一个「组织价值的贡献者」，而是一个试图融合自己的个体价值与组织价值的价值实现者时，他们对工作空间的需求也随之转变。

新一代工作者在用更全局的目光、更多元的维度、更动态的要求来评价工作空间

全局目光：他们不再只盯着自己工位的一亩三分地，也不仅仅只关心是否有更大的 pantry 和更多的沙发，他们的目光正从室内空间转移到工作空间外的景观和街区中。

- 曾经有一次我去面试，走出地铁站发现这个工作空间附近荒凉无比，谈不上任何景观可言，也没有 shopping mall，当时我就转头走了，我知道自己不可能去这样的环境工作的。

多元维度：不仅把目光聚焦于软装硬装，拥有更高阶空间审美的年轻人正形成更多元的评价工作空间的维度体系。

- 我去每个地方都会关注卫生间，我觉得能让我好好上厕所的公司，在尊重员工方面不会差。
- 有些工作空间在茶水间吃饭，味道是不会飘散到各处的。因为在工作环境，全身是吃饭的味道感觉很不专业，仿佛感觉在家工作，穿着短裤拖鞋，做着工作你妈端着一盆菜上来桌上说吃饭了。
- 一家连阿姨会把水果切成创意几何形状，保安小哥都热爱阅读的公司，才是真正有创意基因。

动态要求：在不同的时间和不同的状态下，年轻人对工作空间有截然不同的需求，他们重视同一空间的丰富配置以及其灵活组合的可能性。

- 需要跟别人闲聊时，我想要办公空间有轻松愉悦的互动区域；需要散散心时，我希望周围有安静的小公园或天台；需要专注在手头事时，我希望有不被打扰的个人工作空间。我希望工作空间不是只有一种面貌，那就太无聊太不好用了。

在他们看来，新一代工作空间正在从「组织价值生产车间」转变成「共同价值成长营」，

具体体现为以下六个趋势特质：

- 气质名片：从「代表公司」到「**能代表我**」
- 创造力激发池：从「生产空间」到「**激发空间**」
- 人文关怀站：从「理性空间」，到「**有爱空间**」
- 身心庇护所：从「压力空间」，到「**舒适空间**」
- 效能推进站：从「效率空间」，到「**效能空间**」
- 信任拓展场：从「等级空间」，到「**联结空间**」

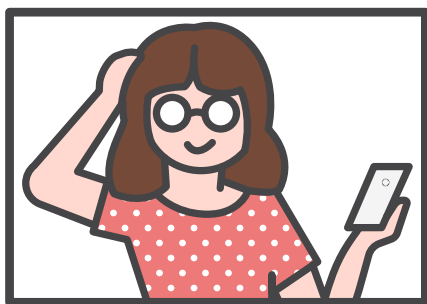


为新一代工作者而生的工作空间，应该是怎样的？

A 气质名片： 从「代表公司」，到「能代表我」

小 H 是一名媒体人，热爱写作的她曾做过不少实习，辗转于各色办公地点。刚上大学时她在一家知名时尚媒体实习，公司地处市中心一家高级写字楼的 30 多层，从落地大玻璃窗放眼望去便是繁华的商圈，同楼都是知名大公司和精致优雅的白领；每次路过老板、主编、总监私人专属的大隔间，能瞄到里面是堆满礼物的大桌子和墙上他们收藏的艺术品。她当时的梦想，是工作进步得更快一些，成为配得上这栋楼的人，成为隔间里厉害的人。

后来她慢慢发现，拼命成为别人眼中光鲜的精英不仅令她疲惫不堪，没有审美与内涵，只用大牌奢侈充斥橱窗门面的赤裸金钱气息加剧了她的社畜感。“那些店仿佛在跟我招手，跟我说我每天奔波打工就是为了买买买。”下班后她就只想快点逃离那个高级写字楼和封闭小世界，走的离这个街区远一点，跑到市井气息更重的小店里吃饭。她也开始尝试别的工作，反思到底什么能让自己发自内心地认同和向往。



她在 K11 和新天地附近上班时，能感受到那是更年轻时髦的街区，空气中没有散发着权威感和阶级感，很有设计感的小店卧虎藏龙，她愿意在那多逛逛。总能发现惊喜。熟悉了街区的她成为了地头蛇，还能尽“地主之谊”约朋友前来探索。那个工作同楼的邻居看起来也都是有个性有趣的年轻公司，她开始感觉到精神上找到了组织。

说到和自己最情投意合的工作空间，她认为是一个位于长乐路的小文创园，不是因为这个地方是小红书的网红热门打卡地，而是因为它沉静内敛的文化气息符合她爱读书的文化人本性。

工作者

- 以前，
工作者的认同大多来自外界的标尺
- 他们追随社会主流认可的身份认同标准，用财富、权力、地位、行业职业来定义自己。
- 现在，
工作者们想要自定义认同感
- 随着传统坐标轴失效以及多元生活方式和职业形态的兴起，更加追求自我价值实现和体现的工作者，不想被外界定义的标尺捆绑后从属某种职业群体或阶层，而是从个人品味、价值观等维度出发寻找真正与自己有共鸣的认同感来源。

因此工作者希望工作空间能给他们……

- 主人翁感
- “我觉得自己是繁华中的一员”

我在作为城市名片的标志性建筑里上班，任何一个上海的宣传片都会拍到我的公司的楼。每次看到时，我都会想，这里面是否有正在努力工作的我。下班之后我会在周边逛逛，无论去哪个方向，都有让人惊喜和觉得有意思的地方，这让我开心和放松，仿佛一天劳累的工作都值得了，就像是我成为了繁华中的一员。以前刚来的时候觉得上海好繁华，但是有不属于我的感觉，直到在那个地方工作了，我才感觉到我是通过努力成为了这繁华中的一员。

——新宇，24，互联网企业管培生

工作空间

- 以前，
要代表公司
- 工作空间的选址、装潢主要需要体现公司的形象和地位。
- 现在，
还要能代表我
- 工作空间通过提供有意义的空间设计、营造有特色的街区、聚集气质多元且相近的人群和组织，让工作者能从空间、社区、邻里中找到属于自己的归属感和认同感，体现自己的气质。

出于工作需要，我经常要到不同客户的办公室工作。最糟心的是去一个位置偏远的园区，虽说是一家世界 500 强企业的大本营，但是周边连个便利店都没有，坐着班车去公司，就像进了工作的牢笼。生命仿佛只剩下工作这一件事，不像去淮海中路和静安寺那样繁华的市中心办公时，每天都期待会遇到什么有趣好玩的店铺或者人，生活所需也样样都能满足。

——茉莉，23，外企职员

03 | 为新一代工作者而生的工作空间，应该是怎样的？

• “我把别人眼里的风景收作日常”

搬到外滩边上上班以后，和朋友聊起天来发现别人说的一个网红餐厅是我常去的日常午餐，别人抢破头预定一个下午茶景观，我在工位上随便抬头转身就能看见。

——君君，28，民企高级职员

• “我懂不为人知的秘境之地”

很多人对于新天地的印象是游客区酒吧，但我在中共一大一带发现了很多小众的餐厅，别人在人潮汹涌的时候我只要轻车熟路的转几个弯就可以走到没有游客的地方，然后安安静静的享受一顿午饭。

——班路，28，外企职员

• 找到同类的灵魂默契感

• “对上过眼神，是有趣的人”

在这栋楼工作的时候看到某脱口秀公司和某时尚艺术媒体也在这里，每次经过他们楼层的时候会期待的瞄瞄他们在做什么有意思的事，电梯间里也会有遇到他们扛设备出去拍摄什么的，觉得有这样一群邻居真好玩，后来我也尝试了去讲开放麦，发现自己闷骚的外表下内心深处搞笑的一面。

——新宇，24，互联网企业管培生

• 人司场气质一致的舒适感

• “装潢装饰、配套商圈、街区气质都要契合我的价值观，让我觉得来对了地方”

我做文化相关工作的，刚搬来这边办公室的时候我就觉得来对了，隔壁是搞公关的，楼下是做设计的，那边还有拍纪录片的和搞创意的，要想撺掇什么事儿特容易。这里的物业也特别关心人，不会冷冰冰的不把你当人看，周边吃的也多，请客户喝个咖啡吃个饭都特方便。当时看办公室的时候，我就一下感觉，对路了。

——阿曼，27，公关公司老板



B 创造力激发池： 从「生产空间」，到「激发空间」



阿华是一名广告公司的策划，工作经常需要绞尽脑汁想新点子、想解决方案，有时甚至需要做做别的类型的工作如视频剪辑来保持自己的脑细胞高度活跃。

他曾在一家高强度高压的大厂工作，上级总是“监视”着大家有没有在工位上发光发热，一旦有人离开座位 20 分钟以上，他的上司就会焦虑的在微信群里呼人，但他觉得一直产出的话自己的身体和大脑都会被掏空，没法让自己的工作能力再上一个台阶。”说实在的，我看起来在休息，其实大脑一直在运转，很多灵光一现都来自八小时工作之外。“工作时间加倍不一定

能创造加倍的收益，比起花长时间死板干坐、绞尽脑汁，他更想换着方式打开脑洞想问题。后来他换了工作，来到了新的办公环境，也终于得偿所愿，有了更多激发自己创造力的时间和空间。

在想不到解决问题的方向需要灵感时，他会下楼在氛围轻松的街区漫步十几二十分钟，逛个便利店小店，观察路边人类，看看有什么让他灵感乍现。工作推进受阻时他也会下楼走一圈，买个咖啡，在走路过程中理清思绪，安排下个任务怎么做，或者是一个人去办公楼的露台，抬头看看天空，听着风声，让思绪自由地发散，重新浮现自己最关注的重点。

平日下班或者休息时，他爱逛办公楼附近的商场，曾有一次探店时遇到了一杯叫做“滚蛋吧病毒君”的饮品，激发了他某个活动策划的创意诞生。他也特别喜欢用办公室里一整面的白板墙，和同事在讨论时直接把各自脑子里的想法快速写在墙面上，在填满这面墙的过程里总能激发出好点子。

03 | 为新一代工作者而生的工作空间，应该是怎样的？

工作者

- 以前，
全力以赴单方付出
- 工作时拼命榨干脑汁，不求环境给他们带来激发。
- 现在，
有付出也要有收获
- 更在乎自我价值实现的工作者，同等重视产出和吸收，不希望像奶牛一样被指望着源源不断地生产成果，只是在工位上单调地苦思冥想，而是希望能有获取灵感、换个脑子、打开新思路的时空和辅助，激发自己更多的创造性，感受到用脑的快乐。

因此工作者希望工作空间能给他们……

- 激发创造力的时空和辅助
- “周边有多元丰富的商圈和小店，让我在需要的时候出去走走看看，获得意想不到的灵感激发”

有一次我们要区隔星巴克和它的竞品，当我们想不出点子的时候，我就下楼买杯星巴克，从实物感受、思考、反推客户想要的调性。这样想出来的点子也不是抽象的拍脑袋瞎想，而是有依据的直观感受，让接下来工作更有方向性。

——君君，28，民企职员
- “帮我打破思维的围墙，切换视角，大开脑洞”

一次跟同事脑爆讨论一个童装品牌的案子，会议开到晚上十二点半还没完，大家都想不出点子很烦躁，我就下楼走到天井，推开门的一瞬间感觉世界很安静，能看到很大的草坪，很大的天空，有树叶的声音。在那个环境里面我冷静下来，觉得自己变成了一个小孩，开始想到我该怎么去沟通和对话。这个天井对我来说是一扇门，推开这扇门我可以开始自由的自我表达。

——欢欢，25，民企职员

工作空间

- 以前，
纯粹为了生产
- 工作空间是为了集中管理员工，在同一个地点抓紧时间为企业生产价值的场所。
- 现在，
激发促进创造
- 室内空间可以通过其色彩、光线、大小等影响使用者的创造性，外部环境也可以给人切身地带来灵感的输入和刺激。工作空间通过打造有创意气息的室内环境及丰富多元的街区，调动工作者多层次的感官，即时从周遭环境中全身心地汲取新灵感，并转化成自己的创造力和问题解决力。

- “创意设施和工具(如可书写的墙面、白板)，让灵感的生成更可直观和便捷”

我希望所有工作空间的墙、玻璃都是可以油性笔写上去可以涂掉的，因为有可能在写的过程中和看着写出来的东西时，灵感就来了，自己把点子从脑海里下载到纸面上，或者是看着同事把一个一个点子写下来的时候会有更多有趣的灵感和联想，互相补充，大家不断往里面增加想法，就能实打实地看到创意的产生、随时修改。

——詹豪，26，民企职员



人文关怀站： 从「理性空间」，到「有爱空间」

Katherine 是一名的审计。刚毕业她就拿了大公司的高薪 offer，在陆家嘴上班。身边不少人说她是精英，但她自己打心底里知道，“就算踩着高跟鞋，光鲜亮丽地出入高级写字楼，实际上我也不过是个在电脑前搬砖的民工”。

初入职场，她的工作强度已经大到不行，忙起来一周七天都要营业，加班到凌晨也是家常便饭。因此她特别看重人文关怀，这让她觉得，像她这样身心劳累的“民工”还是在被公司在乎着。办公室里的情绪调节室和跑步机让她倍感安心，“用不用无所谓，至少这体现了公司关注我们的身心状态”。宽敞的厕所隔间也令她舒适，“不会太局促让我紧张地觉得得赶紧上完厕所跑回去工作”。公司楼下就有相

对物美价廉的美食广场，有些商户还有特惠价和补贴，不用吃动辄八十块起步的午餐，让她的钱包和心理都少点负担。

但有些时候，她觉得工作空间仍有不够人性化的地方。虽然前台是星级酒店式管理，但服务态度冷冰冰。她曾经在入职第一天兴奋地想要拍下办公楼招牌留念时被保安粗暴地制止，她希望物业能更有爱，能让她感觉即使是小人物也不是无足轻重，每个在工作和付出的人都是受到尊重的。她也曾目睹过快递小哥在大堂等别人来取东西时，被保安很不友善地对待，她对此很难受，认为因为办公楼没有设置专区去接待快递小哥，而楼内的人也不快点下来拿快递，结果导致了这些小哥成为最无助受气的一方。

03 | 为新一代工作者而生的工作空间， 应该是怎样的？

工作者

- 以前，
为工作可牺牲自我需求
- 作为打工仔 / 妹，上班时除了工作相关的需求，自己的生活和心理需求都可以暂时压抑、置之不理。
- 现在，
要求获得以人为本的关照
- 工作者在当下的工作日常中不想感觉自己是个无关紧要的螺丝钉或没有感情的工作机器，而是自己的价值能被公司和他人在意，自己有血有肉的感受和需求能被看到、听到、照顾到。

因此工作者希望工作空间能给他们……

- 感受到工作空间关爱每一个在其中的个人
- “宽敞舒适的硬件设施(如洗手间)，不止单纯功能性地满足我的生理需求，还关照我的使用感受”

之前一家公司的洗手间大概有常规洗手间的三倍那么大，进去以后不是一个人转不开身的局促，这种宽敞的洗手间让我感觉有被尊重，因为它的设计不是只为了满足我的基本生理需求逼你上完厕所就赶快回去工作，而是想让我在这里的时刻也是不着急的、舒适的。

——新宇,24,互联网企业管培生

工作空间

- 以前，
只要理性计算功能至上
- 围绕企业成本和工作效率最优化的目的而设计，优先满足功能性需求，而非其中的工作者的生活和心理需求。
- 现在，
要能给予爱和人文关怀
- 工作空间通过提供具有以人为本的环境、设施和服务，让工作者感到自己是作为有需求、有感情、有价值的「人」来被看待和被尊重。

- “价格合理、安排妥当的餐饮设施，胃口和钱包都不用发愁”
- 有个黄金地段的工作空间会考虑到在这栋楼里实习的，消费不起这种餐饮标准的白领而引进一些诸如大食代的店，这种价格合适的美食广场设置在大楼里的边边角角，不影响这个楼的整体逼格，但同时也给这里收入不够高的白领们解决吃饭问题，很贴心。因为其实在这个地方上班虽然听着很厉害，但是 entry level 的人也就拿着八九千工资，我们实习生就更低了，跟很多正式的员工一起吃饭是暗暗滴血的哈哈，我职业生涯里开始接私活做兼职也是因为公司附近午饭太贵了吃不起。

——浩浩,26,DTC 品牌经理

楼下不管是食堂还是商户，价格不是特别贵，东西质量可以，风味各种各样，品质卫生没有问题，这就是我上班的安心后盾了。

——蕊蕊,30,国企职员

- “温暖体贴的物业，让我觉得每个人都能被认真细致地对待”
- 工作原因我要经常驻扎不同的客户公司，有的物业会有充电宝，下雨天有防滑的措施，还有有伞可以借，比较人性化。如果没有这些人性化的服务，我会觉得我就是一个普通打工的人，如果物业可以提供很好的服务，会让我觉得我做这个工作是受到尊重的，也会给我带来一些便捷性，觉得这个物业的档次和质量很高，这个公司也很有眼光。

——茉莉,23,外企职员



03 | 为新一代工作者而生的工作空间，应该是怎样的？

D 身心庇护所： 从「压力空间」，到「舒适空间」

小李是一名程序员。他曾经跟很多人一样，为了好绩效和丰厚年终奖透支生命般工作，天天加班到凌晨三四点。有好几次他头痛到受不了，但觉得自己年轻，还可以再忍一下，咬咬牙又开始写代码。随着身边有人身体垮掉、得了抑郁症甚至猝死，他开始怀疑，为什么要为了工作而把自己逼到这样仿佛下一秒就要断弦的状态，而自己也出现了颈椎问题。他换了工作，也开始运动，尝试过得更健康，也开始注重内心的平和舒适。



在新的公司，小李感觉身心健康更有保障。以前的办公室窗户小，人口密度大，空气浑浊，工位是严肃工整的竖排格，社畜感特别强。新的办公室是开放式设计，充足的自然光能从大大的窗户照进来，看起来宽敞明亮，还有一墙生命力盎然的绿植，点亮心情。

他现在的工作空间里有定时提醒使用者站立的可升降办公桌、有专业的人体工学椅、智能通风和空气净化系统，“一天下来不会让我周身不适，反而为了更好的状态而喜欢去公司上班。”办公室的健身房有时候会成为最期待的事情，玩玩健身自行车或椭圆机，会让自己头脑都更fresh。

他还发掘了不少属于自己的内心小天地，被工作惹得烦躁易怒、或感觉大脑CPU过热了，他会去放满靠枕的房间静静躺着闭目养神；会去自己找到的一个风景独好的落地窗前凝视着楼下车水马龙；舒适不逼仄，从地上到天花板完全密封的厕所隔间，也是他的秘密喘息空间。在这些身心庇护空间里，他感觉自己的压力会消散，心情能逐渐平和下来。

下班后他不会径直奔向地铁站，而是会多走些路到下一个地铁站，穿过绿树成荫的小公园和附近一个充满生活气息的居民区时，整个人原本高速紧张的节奏也能慢下来。

工作者

- 以前，
只要身体健康就好
- 不管压力多大，身体没生病、没工伤、没倒下就好。
- 现在，
身心健康完整才行
- 中国高速发展，职场高强度高压，24小时待机待命成为新常态，工作侵占个人时空，公私时间模糊。但工作者不愿为工作冒猝死风险，不愿做个飞速运转的无情机器或为老板公司出卖生命和灵魂的社畜，而是希望身心健康有保障，压力等负面情绪能得到及时排解，让内心稳定平和、身体轻松舒适地面对工作。

因此工作者希望工作空间能给他们……

- 放松转换情绪，暂时抽离工作思路
 - “安静无人的情绪调节室，让我犹如去看海般放松舒缓”
- 我曾实习过的一家公司有一个里面是饱和度很低、灰色调、有很多给人躺的沙发靠垫的情绪调节室，平时那里没人。我们行业工作量比较大，一到下午我就容易被一些工作上奇怪的事情气到，比如跟有一次客户好不容易确认了一个改了十几稿的项目，过了一会儿又说要整个重做，觉得火气攻心很想打人，身心疲惫，不想旁边有人吵到我，我就一个人去那个房间躺个二三十分钟发呆。在那里我躺的

工作空间

- 以前，
保身不保心
- 确保用户的基础人身健康安全，但公事公办，不接纳情绪，甚至久而久之积聚压力于环境中。
- 现在，
身心皆舒适
- 工作空间通过提供舒适健康的环境和设施，营造轻松不紧绷的氛围，让一天至少1/3时间都沉浸在其中、与空间内外各部分持续互动的工作者没有后顾之忧地安心工作，不会忧虑于上班是在吞噬自己的生命和内心。

姿势可以非常自由，不会有人觉得我不雅观。灯光很暗不刺眼，闭目养神也很舒服。当我一个人静静地看看窗外静安寺的车水马龙，有一种去海边看海的感觉。看到流动的世界，心情就转换、冷静下来，自己也换了一个角度看问题。在我原来的思维框架里，确认了还要再改是不能接受的，但换个角度想，乙方的工作模式就是这样，就会平静很多。

——君君，28，民企高级职员

03 | 为新一代工作者而生的工作空间，应该是怎样的？

- “在私密性极好的厕所隔间里喘口气，放下外界的纷扰“

有时候会议气氛太紧张了，我会借故去洗手间，大家也会先停一下，先转换一下心情。有时候坐在马桶上，安安静静的刷一会儿微博，或者是看一下抖音，被好玩的东西逗笑。因为厕所门是从底下到天花板是完全封起来的，所以隔音很好，不用担心被听到，出来以后，至少不会继续没完没了地钻牛角尖。

——浩浩,26,DTC 品牌经理

- “眼前是充满烟火气的生活景象或俯瞰城市美景，什么坏情绪都能随风消散”

XX SOHO 有个可以抽烟的露台，往下能看到上海老式的街道，有杂货铺、早餐铺、葱油饼带店什么的，人来人往。有一次公司内部有矛盾，我作为会议组织者需要调解两方的矛盾，我就把两个人拉去露台，三个人一起抽烟。点烟的时候，空气有点小热，阳光恰好穿过外头的树枝树叶，影子啪啪地打下来，风啪啪地扫过去，光影晃动眼前景色。我们之前在激烈地不可开交地争吵孰对孰错，但在这时，不知不觉间我们说话的节奏变慢了。三个人情不自禁都朝楼往下看，巴士开了过去，两个穿高中校服的学生骑车路过。待大家都慢下来，我就说，OK，现在大家听我说一下这个事情究竟是什么样。在那阵风和那段光之前，他们根本听不进我的话。这就是场域的帮助——如果我们一直在办公室里，这种争吵只会接连不断，因为我们的头顶是天花板而不是天空，大家会感觉到压力的存在；只有走到天花板消失的地方，压力才会短暂地消散。如果工作空间没有让我们转换情绪的安全通道，办公室里就会经常有莫名的情绪怒火。想象一下，我们坐得很累了，起来活动一下，脖子往上方看，还是同一个压抑的天花板；但如果有一扇大落地窗、一个

阳台，我走过去看看，就会下意识地把手着火的情绪放掉，不再把自己逼得很紧。

——欢欢,25,民企职员

有时候加班到比较晚，想出来跟同事聊聊天，放空，看到外面夜景江景觉得挺好看的，虽然在加班，但看到好看的风光，能暂时把工作的烦心忘掉。

——茉莉,23,外企职员

外滩的这个工作真的是一抬眼就是陆家嘴的景色，给我旅游的感觉，甚至不需要情绪转换室了。当我遇到什么困难看一眼陆家嘴还是觉得会值得的。

——君君,28,民企高级职员

- “绿植也好，周边绿地也好，大自然能补充被工作消耗的注意力和抚慰人心“

新的工作空间做了 5 米高的绿植墙，看着挺开心的。之前办公室装修买了非常大的龟背竹吸甲醛，我有的时候也会去看看它，给它喷喷水，观察它的根系，互动一下也蛮开心的。我们还可以把自己的名字挂上植物认领它。毕竟大部分时候还是很 focus 在工作上，偶尔能换换脑子不去想工作也解压的。

——蕊蕊,30,国企职员

工作途中感觉 CPU 过热了，要出去凉一凉，走着走着不知不觉走到附近美术馆那边的绿地。风大了，吹来了江水的味道，看着天空，感觉自己逃脱成功。

——欢欢,25,民企职员

- “在轻松不紧绷的氛围中感染到平和的心态，更愿意在有爱舒适的工作空间里待着

- “采光好，视野开阔，心也更宽敞明亮”

每次和别人说我在 xx 广场工作，别人会觉得好方便好高大上，但是实际上进入办公楼会觉得不是很舒适，因为我在的办公室是没有窗户的，办公室人口密度也比较大，里面也不是开放式的空间，面积小，就觉得格外压抑、拥挤，让我感觉不放松、不舒服。

——万舫,33,外企高级职员

- “死板的格子间太压抑太社畜，不严肃的工位设计更自在”

我现在工作空间特别不人性化，一排一排太工整太密集，看起来一点都不互联网。就跟小学课堂一样，我就觉得好压抑呀。希望设计感不要那么严肃，没有必要把大家当社畜嘛。毕竟一个人 80% 的上班的时间都还是在自己的工位上，希望固定工位不要让我们觉得自己就像讽刺漫画里一样在一个格子间疯狂打字，20 年一眨眼就过去了。

——灏朗,29,互联网职员

- “在休闲会议室和公共休闲区，可以坐姿放松躺平，心也愉悦无拘束”

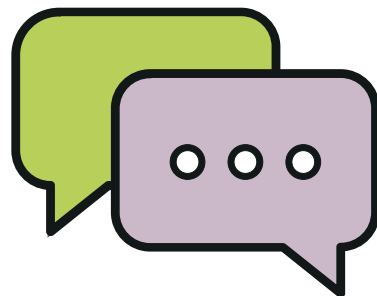
第一次进来这个公共区域我还以为是来玩狼人杀的。里面有十来个懒人沙发，可以躺在地上，觉得好开心，感觉在有限的工作生命里偷到了自己的一点时间。

——木斯,28,互联网职员

- “生活气息浓厚的周边社区，让工作日变得轻松有趣“

xx 园区设计感比较强，是在江苏路附近，周围都是比较老，生活气息比较浓的小区。园区内有家具店、书店、咖啡厅，不像是办公园区，除了办公楼之外还有很多留白，公共的开阔区域配备了竹子，很有禅意，每次去的时候都觉得不像是进入一个写字楼的感觉。写字楼让人觉得太严肃了，好像要进入到一个比较无趣的工作状态中，这里园区有点像是平时周末会去逛吃的地方，我更愿意花时间在那里呆着，不是到点再来到点再走。

——万舫,33,外企高级职员



03 | 为新一代工作者而生的工作空间，应该是怎样的？

• 身体损耗最小化、安心舒适地工作

- “符合我高度和人体工学的桌椅，保护我的坐姿”

我们公司专门有一个 team 帮员工评估什么样的座椅桌子高度是适合的，不合适的会帮忙加脚垫和做调整，充分保护我们的身体健康。

——班路,26,外企职员

- “可升降站立办公桌,让我少点久坐伤身”

今年出现颈椎问题，所以格外关心。在上一个公司工作时，有提供可升降的智能桌子，还有铃声提醒你让你定时站立起来。后来自己想买的时候才发现那个东西其实是很贵的。

——木斯,28,互联网职员

- “空气净化器和智能通风系统，一呼一吸都安全放心”

工作空间一定要做好空气净化。我当时觉得我要从上一家公司辞职，是因为办公区那边味道很大，孕妇都直接 work from home 了。我虽然自己专门买了空气净化器放在身后，还是感觉不太行，果断辞职了，身体健康和安全是基础的前提条件，没什么好说的。后来去的其他公司净化系统非常好，外面空气无论多不好，进了室内感觉空气完全不一样。虽然外面雾霾，感觉有安全感，觉得自己没有被严重污染到。

——弗兰克,33,创业者

- “无论是近处就有健身房，提供运动装备储物柜，还是组织运动活动，都让运动这事儿变得再方便不过”

知道有健身房很开心，对我来说不用去外边花钱，也体现了公司在意员工健康。

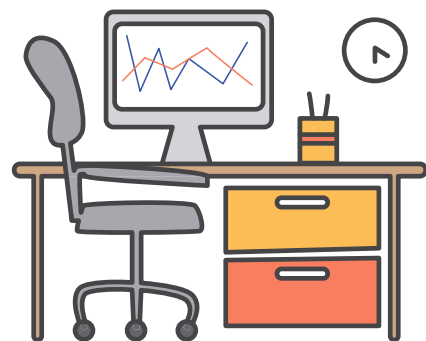
——班路,26,外企职员

公司不需要直接提供健身房，但可以做一个衣帽间，每一个人分一个小柜子，让我们寄存运动服和健身包在公司，下班可以直接换运动服去健身房，或者去附近健身 2 小时再回来加班，这样其实也是很方便，能提高工作效率的。

——新宇,24,互联网企业管培生

前公司有很多小活动，因为他们本身企业文化很看重员工的身心健康，健身房里也会安排不同的课程而且更针对工作人士体态调整的需要。当时为了鼓励大家多走楼梯，会有一些比赛，我参加过挑战，把每天把吃什么写在里边，每个 team 比拼一个月吃了多少卡路里，赢了有一点点小礼品。

——班路,26,外企职员



E 效能推进站： 从「效率空间」，到「效能空间」

小王是一名产品经理。因为经常要和国外团队跨时区协作，所以很多时候她需要在晚上或大清早开会。幸好公司的机制比较灵活，只要在 ddl 前完成任务就好，她可以相对自由地安排工作，比如预计到晚上要加班，她可以在下午给自己留出两三小时的私人生活时间；前一晚加班到深夜，她可以晚点起床，储足精力。

“如果工作到很晚还硬性要求早到公司，接下来一天我会很困，没办法高效投入工作；精神状态调节好了，我输出工作的效果才会更好。”

在工作空间，她也找到了灵活切换工作和休息模式的办法。办公楼里有浴室，她早上去附近公园跑完步、回公司洗个澡再开始一天的工作；楼下有便利店和饮品店，累了出去买个零食或饮品犒赏自己；附近商圈一应俱全，休息时或下班就能顺便把需要的护肤品和衣服全买了。一栋聪明的活的大楼里各种省心省时省力的操作也是她的效能加速保障，比如刷脸门禁系统、灵敏稳定的投屏、人到自然开的会议室空调、能告诉她快递具体

位置的智能信息推送、根据拥挤情况自动调配和通知人流的洗手间，高效快捷的电梯，都让她感觉工作过程中无需被繁琐流程的事务打断，而位于地铁上盖的楼宇配置更是免除了路上不必要的麻烦，刮风下雨或烈日当空都气定神闲丝毫不慌。

她的工作内容各有不同，比起一天都坐在工位上，按需切换不同办公模式才能让工作效率和效果得到最优解。她的办公室有一片开放式的自由办公区，和同事需要脑暴和想点子的话会在那的沙发开会或席地而坐，比在正儿八经的会议室更容易思考和讨论。会议室可以合并或拆分，里面的桌椅可自由组合，能根据不同需要布置出合适的环境。想要私密地打电话或高效专注时，她会去能看到外面静谧风景的电话亭。有时办公室特别多噪音，干扰到需要想方案的她，她会拿着电脑到楼下的喜茶 GO 办公，那儿人不多，相对安静且色调明亮，不像星巴克那么暗沉商务风，有助于自己写东西。

03 | 为新一代工作者而生的工作空间，应该是怎样的？

工作者

- 以前，
被公司时钟所支配
- 过着朝 X 晚 X 和 996 的生活，必须在规定的时段里集中所有精力工作，缺乏选择工作时间、空间、方式的灵活性。
- 现在，
轻松灵活自定节奏
- 工作者不希望工作中受着过多条条框框的限制，只能听从上级指令和规则在某地、投入全部精力完成某项任务，也不管方式是否合理高效，而是希望自主灵活地安排工作和休息，按需采用灵活的办公模式，以及减少在不必要琐事上的时间精力浪费，全天候的办公体验轻松省心顺畅。

因此工作者希望工作空间能给他们……

- 灵活切换工作和休息模式，
适配自己的公司生活钟
- “内置浴室这样的生活设施，让我随心切换工作和生活状态”
公司里马桶洗手间分开还挺好的，上完健身课能洗澡就很舒服，或者早上在徐家汇跑步，回来换衣服洗澡上班，感觉很好。有时候吃了味道很大的东西，比如吃了大蒜，在里面也能刷牙，这给我重启一下状态的感觉。
——弗兰克, 33, 创业者
- 灵活根据不同的工作需要
切换办公模式
- “第三空间让我远离办公室的噪音喧嚣”
有的时候办公室里有人大声聊天，有点吵，而我需要做一些创意性的工作，比如写公众号、写方案，需要“无中生有”的时候，我就希望旁边没有人打扰，会去一个咖啡或者奶茶店的第三空间，给自己切换一下。
——新宇, 24, 互联网企业管培生

工作空间

- 以前，
效率为本
- 设计注重加速工作流程、促进员工工作效率。
- 现在，
效能至上
- 空间设计可以影响其中个体的行为、路径和 Mindset。工作空间通过提供多元化的工作环境和周边环境，以及便利的办公和休息设施，让工作者根据不同的需要(如专注、协作讨论、创意激发)灵活选择最合适的工作环境，获得最贴心的办公支持，并获得良好的休息，因此最大化产出效能，用更少的时间得到更大的产出。

- “开放可自由使用的区域，让我随处都可以办公”

办公区域不是只有书桌，它还有很多沙发，在找不到会议室的时候可以在那里开会，也可以席地而坐，开会的效率好非常多，我们在会议室也可以有很高的效率，但是开放空间的话，会觉得是把自己暴露给了环境，会受环境的影响。

——木斯, 28, 互联网职员

- “灵活组合使用的桌椅，随时协作”

我很喜欢一个 1/4 的椭圆形工位，很多工位是一张长形工位，但是我的工位桌子是一个蛮椭圆形的空间，人在里面有活动空间，可以转来转去。工作中有一些人会来彼此的座位去聊事情，这样椭圆的工位能让我很轻松地转过身跟他们说话，而如果是长桌子的话，我就需要推椅子到一边上跟他们聊。

——木斯, 28, 互联网职员

- “私密性好隔音隔味好的个人工作空间，让我无需担心他人的眼光专注眼前的事”

有时候我会单独去会议室待一会，我坐的那一排大排档过于拥挤和压抑了，大家都是挨个坐的，这个情况下跟客户打电话会有羞耻感，放不开，害怕别人听到我跟客户交流的内容，但是去会议室没有别人，有落地窗，一边看着外面的风景，一边打电话，我会放松一些，没有那么紧张

。——茉莉, 23, 外企职员

- 不浪费时间在无谓的等待和流程上，
办公体验轻松省心顺畅

- “智能门禁系统，让我无缝穿梭于工作空间之中”

刷脸门禁系统很方便，尤其是夏天早上手里拿着咖啡和伞，还背了电脑和早饭，如果还需要翻工卡就很麻烦，而刷脸就啥也不用干就进去了，减少手忙脚乱的时候。

——万舫, 33, 外企高级职员

- “充足的会议室，便捷好用的会议室预定系统和多媒体设备，免除开会的燃眉之急”

我们新办公室有一个很蠢的设计，就是电话亭里边墙是用半透明的贴纸贴起来的，不能直接看到里面有没有人。如果我们要知道里面有没有人，就需要一个个电话亭外蹲下来看看有没有鞋和脚，真的很惨。

——班路, 26, 外企职员

有些办公空间投屏不稳定，投屏功能不知道为什么失效了，不能翻页，还有串麦，听到别人办公室说话，设备经常出问题，让人感觉穿越回 2000 年。

——弗兰克, 33, 创业者



03 | 为新一代工作者而生的工作空间，应该是怎样的？

• “聪明的智能电器，解放人的精力”

固化和僵硬无法忍受，比如我们进来的时候，我已经预定了这个会议室，那我一进来它空调就应该开开，可是它没有开，这就是一个很奇怪的一件事情，额外花掉我的注意力和时间。

——浩浩，26，DTC 品牌经理

现在公司在试验可以自动送餐的机器人，机器人可以把我们买的東西送到工位，很猎奇。虽然有点机器人怀疑真的能坐电梯吗，它真的不会撞到人吗，它怎么拐弯之类的，但是未来改进这项科技后，应该更能帮我们节省时间，因为我们现在要买星巴克咖啡的话还是得自己下楼排队买，以后也许就不用自己专门下楼跑一趟排队了。变轻松是肯定的，我能花更少的精力在不是很重要的事务上。

——王帆，33，外企高级职员

• “清晰明确的规则指引，让我快速找到要找的人和物”

在哪里能拿到自己的邮包真的是个谜。我们有时候不知道供应商给我们寄的东西是大还是小，如果是液体或者大物件，有时候会出现在负一层快递收发室，不会上来的。所以看到快递已签收，根本不知道要去哪里拿快递，有时候管理处下班了会关门锁上，而我们工作到很晚，拿不到找不到，体验真的头疼。

——弗兰克，33，创业者

办公室没有固定工位，所以有时候找不到同事，只能跟同事说“我在 15 楼东面树的旁边”，特别奇怪。而且有些坐在门口的同事也总是被打扰和询问，净给人指路了。现在我们都给座位放个编号，可以说在 1503，你过来找我，就很方便。

——班路，26，外企职员

• “合理的容积率，上洗手间和电梯不用排长龙”

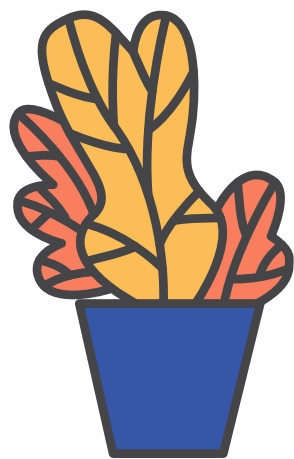
大楼里的人太多了，电梯常年排队上不去，我是男生都上厕所要排队，有时候甚至像扫楼一样，每层去看厕所能不能用，电梯又很慢，只能爬楼梯，推开门的时候感觉自己变成保险推销员了。

——灏朗，29，互联网职员

• “地铁站公交站近在咫尺，出站不用走远路，刮风下雨都不怕”

不管谁约我，只要是静安寺南京西这块，我可以省去路上很多不必要的麻烦。还有刮风下雨我可以直接地铁直接到家门口，不用一开始就担心鞋子要湿了、太阳很大

。——蕊蕊，30，国企职员



F 信任拓展场： 从「等级空间」，到「联结空间」

小张在一家小型创业公司工作。在那里，什么活儿都是新鲜的尝试，能链接到气味相投可合作的跨界资源会大有裨益。在公司选择新地点时，团队选中了一家联合办公空间，那儿社区氛围浓厚，邻居大多是年轻创业团队，各行各业都有；而办公设施也非常齐全，配置了专业会议室，客户来访时也能给客户留下专业的好印象。

比起功利刻意地去参加空间组织的活动，每次都要尴尬地破冰，他更喜欢自然而然地认识新人，对个眼神，看是不是能碰撞出有意思的火花，再看看有没有合作的可能。他闲时喜欢穿梭在办公区，透过隔间玻璃看看别人的工作空间有何特色，扫扫别人贴出来的二维码，看看对方是做什么的，有兴趣便在公众号后台勾搭。在顺手帮忙电梯开门、在公共区域休息、在楼下咖啡馆买饮品，都有可能是他的社交关系拓展时刻。“有时冥冥中气场碰到了一起，就会自然地展开对话”。和邻居们有了相互了解后，他在空间里找到了一些可以互相帮助的合作伙伴——需要拍片子时找隔壁制作公司，第一版电商页面找了同层设计团队，自家产品也可以请做医疗的伙伴做测评和给建议。

他以前在写字楼工作过，虽然不像在联合办公空间那样能偶遇形形色色的人，但公司用一个楼梯打通内部好几层，上楼下楼能看到别的部门的工作状态，在公共休闲区喝咖啡或在 pantry 吃饭能遇到其它部门的同事，也能交流一下，获取些工作建议和灵感。附近商圈街区有不少洋气的咖啡厅西餐厅酒吧，下班他会和老板同事去探店，交流各国美食文化，他也跟着学会了品酒品咖啡。

在另一个园区上班时，公司人很多，大多互不相识，他最喜欢的时刻是大家一起在户外露台开 party，因为能跳出习以为常的封闭工作环境，看到彼此更生动鲜活的一面。“在工位的互动是公事公办，在开放的环境里大家的个性会显得更立体，可以让我多了解对方是什么样的人，这样以后在协作中更能信赖对方，更好地配合。”

疫情时在家办公了好几个月，天天和同事云协作，但小张还是觉得，大家能在固定的办公地点相聚还是更好的，“毕竟最有效的沟通还是面对面，能通过表情和肢体语言直观地了解对方想要表达什么，快速交流工作进度和解决工作问题，最重要的是，能建立更深厚和真实的信任感。”

03 | 为新一代工作者而生的工作空间，应该是怎样的？

工作者

- 以前，
人际关系更等级化和功利
- 迎合和服从上级，和同伴竞争，打压剥削下级，为了利益交换和资源链接而刻意拓宽人脉。
- 现在，
更多强调联结感和信任感
- 工作者不希望带着假面，刻意而被动地在工作中社交，感到尴尬、拘束、社恐和竞争的紧绷，难以对工作伙伴产生信任，而是希望出于自我的内在动力跟自己好奇想要接触的人自然而然地互动，从中感受到人与人之间真实的联结，建立实实在在的信任感，以信任为基础高效推进协作。

因此工作者希望工作空间能给他们……

- 有机会联结到契合的
跨行业人士和资源
- 空间聚集优质的同行和跨界组织，物业帮忙引荐优质的组织 / 公司，让我更容易联结到潜在的合作伙伴“

在某联合办公空间时工作人员会给我引荐一些人，换到另外一家更小的联合办公空间 时邻居都是很强的小公司，比如建筑事务所、制作公司，我

工作空间

- 以前，
用来显示地位和等级
- 从逼仄隔绝的格子间到豪华高层办公室，都时时刻刻提醒员工森严等级的存在，激励员工向上爬迁移到更高级的空间，但不鼓励人与人之间的互动交流。
- 现在，
促进各种互动和联结
- 空间不仅关于环境与设施，更是关乎身居其中的人们。他们的互动方式和关系也是为空间所塑造。工作空间通过提供合适的公共社交空间，营造轻松不尬的社交场域和氛围，让工作者们在工作场所的互动和对话得以自然发生，可以舒服地做自己而不是端着，可以认识到彼此更生活化的一面，从而增进联结感和信任感。

跟楼层的每一家老板都认识。制作公司拍完片子就会把产品会发给我们公司的人，我们有项目要拍摄也会找他们来拍。那个环境非常能互相帮

助和融入。现在所在的公司进驻前我看了入驻公司的名牌，感觉做设计类、贸易类的外企挺多的，符合我对邻居的期许。但是我们在那两年都没有跟别的公司接触，因为那边还蛮封闭的，没有组织社区活动。行业其实可以更多的合作共赢，我想要有更多connection，对大家帮助比较大。我的理想是跟3-5家做青年文化的创业公司一起合租一个空间，把空间规划成喜欢的样子，一起分摊租金，装修。可以是广告、咨询、制作，可以互补，可以玩在一起。

——阿曼，27，公关公司老板

• 自然结识志趣相投的伙伴 / 朋友

- “开放共享的休闲区域(如露台、沙发区、茶水间、咖啡馆、酒吧)，让我能偶遇更多形形色色的有趣灵魂”

xx 广场有一定共享空间的属性，阳台、休闲区、咖啡是共享的，所以大家不会被束缚，不会只跟自己公司的人打交道，比如我能看到别人公司新来了一个紫色头发的酷姐姐，就会去夸一下发色不错哦，然后聊起来，而在 xx 中心楼下有一个大的生活广场，能让大部分时候埋头工作的我感受到同龄人的生活气息和偶遇不同人。我会找一个周五晚上化好妆、精心搭配穿着，去楼下喝喝酒，听到别人聊天会自然地去搭讪说我就在附近上班。有一次碰到一个同样喜欢纹身的人，我们俩彼此扫了一眼，因为本身风格相近，就聊了起来，聊完我们各自说拜拜，要回去工作了，发现竟然走的是同一个方向，进了同一栋楼和电梯，后来我们就约说下次可以去彼此的办公室玩一下。

——欢欢，25，民企职员

- “有趣有个性的物业人员，随便聊几句也很有意思”

不仅是空间的员工，是文化可以渲染到阿姨，或者保安，之前有个阿姨，已经退休了，她会记得每个人的快递，我们有活动的时候也会邀请阿姨，由此阿姨顶着赛亚人的头就出来了，我们都说这才是广告公司该有的阿姨嘛。”

——浩浩，26，DTC 品牌经理

- 促进职场交流，
与工作伙伴建立更深的信任感和带来更顺畅的协作

- “外部公共区域(如户外露台、休闲区、绿地)和多姿多彩好玩的商圈，脱离正儿八经的办公区域，让我和工作伙伴在生活场景里认识彼此”

公司有时候会组织大家一起在露台上开 party。露台的阳光比较好，感觉离开了室内工作空间的束缚，可以和同事们在情感上有隐形的沟通对话。毕竟在工位附近的互动是为了工作的，去露台有一种跟同事在私人生活上接触的感觉，不是平时那样完全在公司、工作层面上沟通。如果有同事带猫和狗来 party，她们的形象会变得更立体，让我能从生活细节了解他们的个性。公司的座位都是把同组、同工种的同事安排在一起，我很难接触和了解新同事，所以大家一起去露台的时候能让我可以多了解他们。很有可能以后要和信赖的人一起合作，如果和他有初次见面的印象，摸清楚对方的情况，会比直接开始一起工作会更顺利。

——君君，28，民企高级职员

03 | 为新一代工作者而生的工作空间，应该是怎样的？

刚去新公司的时候看到有同事野餐就买了三文治咖啡这种简单的干的食物和饮料，很轻松的加入了。跑到公园长椅上，在有喷水池小凉亭的环境里，吹吹风聊聊天，吃完以后逛两圈散个步，融入也变得更加容易。

——蕊蕊，30，国企职员

新天地楼下是文化的绿洲，可以有很多探索。我还在实习的时候很不知道什么是“美式的豪华”，很多同事就带着我探索周围的店，学会了咖啡，品酒，学会了不同的东西，每天都在跟着老板同事在探索不同的文化。

——浩浩，26，DTC 品牌经理

- “能热饭吃饭的茶水间 /pantry/ 公共区域，让我和同事以食会友”

我平时比较一本正经，会保持公私的分界线，不会太多介入生活，但是如果去茶水间或者在走廊里碰到了，也会在这个场合里自然而然聊起来，比如会说我最最近带了一个酸奶很好喝，请你喝吧。

——新宇，24，互联网企业管培生

- “视野开阔的开放式办公区域，与同事接触交流更方便”

一个 open 的环境能让我更容易跟别人接触交流。之前在外资银行工作时办公室是很传统的格子间，4 到 6 个人一块区域，用隔板挡起来。那个时候我完全不会想过走过去跟同事说话，因为他旁边也没有位置让我坐，我只得站着，交流体验很不好，要么俯视对方要么平视。现在办公室是开放式的，我一眼就能看到同事在哪，看到他隔壁有没有位置。如果我需要找他讨论我就直接走过去，拉个椅子在旁边，迅速地几分钟谈完就好了，面对面直接沟通，很有效率。

——班路，26，外企职员

- “会议环境有品味和格调，会议服务和设施周全，可正式可轻松，客户会谈也不会紧绷”
- 之前的一个办公空间顶楼小 bar 可以约客户去，有阶梯状的楼梯，可以坐在台阶上，有垫子、玻璃窗可以看到外滩方向的景色，感觉很好。那里甜品陈列的形式让我觉得去到了西餐厅，这样的场景让我们在谈事情都更顺利，环境好了，心情好了，谁还想说不呢？

——阿曼，27，公关公司老板

工作空间

这个原非工作者自己能左右的地方，正在越来越多的被“用脚投票”，当我们以新一代工作者的视角来看待它，我们发现令工作者心生向往的工作空间

是气场吻合、会被引以为傲的

——「气质名片」；

是打开思路、输入灵感的

——「创造力激发池」；

是服务设施以人为本又有爱的

——「人文关怀站」；

是保障身心完整健康的

——「身心庇护所」；

是让工作日一天顺心顺手的

——「效能推进站」；

是增进人际真诚联结的

——「信任拓展场」。

身处这样的工作空间，上班这事儿不再是无趣无意义的折磨损耗，而是创造和实现个人价值和组织价值有机融合的重要路径。

这样的工作空间，不把人的能量偷走，反而还能激发个体价值的茁壮成长，个体价值的成长，也同样为组织价值的增长有所助力。

正如价值办公的开创者瑞安办公用旗下的三种产品提供了科学工作解决方案适用于传统办公、灵活办公和移动办公等多种需求。

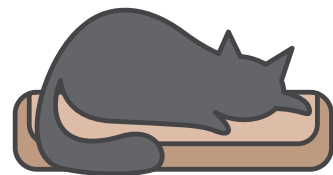
旗下的超甲级写字楼产品「企业天地」和创新办公产品「INNO」等，融合人的需求及科学设计，无论是大堂灯光绿植还是桌椅洗手间会议室，都最大化办公的舒适和效能；

「企业天地」

- 「企业天地」产品位于城市核心地段，不同工作者都能在其中找到自己专属的“气质名片”；

- 丰富多元的商圈社区，给 8 小时办公外增添生活乐趣，放松身心，也是源源不断的灵感源泉；

- 高品质有温度的物业服务，如细致入微地配备熨烫机、防水文件袋、针线包、班车接驳服务，用心照顾工作者的所需。



「INNO」

- 「INNO」则是睡眠舱、健身房、浴室、厨房、休息室、游戏区等一应俱全，让办公和生活无界相融；

- 不同办公区域运用不同风格，或轻松时髦或大气素雅，激发创意思维或让人专注；

- 提供灵活多变的座椅组合、全开放的自由讨论区域，实现灵活办公；

- 配置多元社交中心，集会议、活动、休闲、社群服务于一体，促进工作者间的交流互动。

04



结语：如今的工作空间准备好迎接新一代的工作者了吗？

04 | 结语：如今的工作空间准备好迎接新一代工作者了吗？

过去的工作是基于机能，未来的工作更多是基于创造。

过去的工作是基于个体为组织创造价值，单向输出；未来的工作更多是个体在认知与探索自我后，主动寻找个体与组织的有机融合，形成双向的成就激发与价值实现。当我们走向一个「组织价值由无数个体价值汇聚而成」的未来，我们发现对工作空间的挑战在于，如何以空间的力量赋能抱有价值实现理想的个体，助力其更好地创造和实现价值。

瑞安作为最早一批进入上海的地产开发商，早在上世纪九十年代就极具前瞻性、开创式地提出“社区建设”的概念，以“Community”的概念建设城市综合体，以人的需求和生活形态需求为本，打造了“新天地”这样一张“居住、商业、办公、生活社区一体化”的上海名片。

如今，在提供高标准的服务同时，瑞安见证着入驻企业的发展、扩张和升级，见证着入驻企业中的工作者对待个人、组织、工作与空间的态度变迁，

整合推出科学办公解决方案
瑞安办公 SHUI ON WORKX

SHUI ON WORKX
瑞安办公



并作为行业领先的标杆，率先提出“价值办公”的理念，以一系列科学办公的研究与设计，重新定义工作空间，提供以人为本的科学办公解决方案，赋能公司和员工的共同价值实现。

我们深知，本报告中所列举的工作者实践与观念，只是广大工作者中的一部分。

但我们相信，在未来越来越多的个体将会通过寻求与组织价值的高度融合，或自我游牧式的探索，去关注、发掘与实践自己的价值。而被他们所欣赏的每个工作空间，也必然是能让个体价值与组织价值融合增长的共同价值实现平台。

工作空间的变革还在进行中，人对工作文化的反思也不会停止，

瑞安房地产将始终抱有体察的心怀和前瞻的眼光，在充满风险与机遇的大环境中，做价值办公的开创者，以科学的方式赋能于人的价值创造，帮助工作者们在工作空间内获得与组织价值融合的自我价值的实现，不负理想。

