

维权

周刊
(10-15版)

年底加班季 你职场过劳了吗?

睁开眼睛就在工作、经常加班到凌晨、周末不休息是常态……临近年底,不少人加班就像家常便饭,身心俱疲。然而,面对职场过劳,大家却“有苦难言”,诉苦难、保障难、维权难也成常态。年底加班季,你过劳了吗?



徐骏/作

年底各种「拼」加班成家常便饭

“年底了,事情特别多,各种汇报总结,每天从早忙到晚,经常凌晨还在改策划案。”一家策划公司的侯女士无奈地说。

她已经连续加班一个多月,中间感冒了两三次,都是硬撑着,一边在电脑前敲字,一边吃感冒药片,“不熬夜就忙不完,忙不完年底奖金就没了,希望撑过这一段能好一点”。

记者在多家单位走访发现,临近年底,加班几乎成为家常便饭。

“年底好几个工程要结项,经常半夜我还在工地上监督工程质量,没办法,不加班工程就不能按时干完。”成都一家房地产公司工程经理王先生说。

在北京工作的公务员小李说:“年底

经常加班写总结汇报材料,有时喝水的时间都没有,头发都掉了好多。”

近日,武汉科技大学劳动经济研究所所长张智勇及其团队发布的一项职场行为与疲劳状况的调查显示,超过八成劳动者承受着一般或更高的精神压力和身体压力。

过劳背后是身体的长期透支。“在门诊中,我们发现因为职场过劳导致身体问题的病人越来越多。”成都市第三人民医院临床营养师余婉婷说,职场过劳以亚健康症状为主要临床表现,日常出现的过劳病例中急性慢性胃炎、失眠、肥胖、三高患病的年轻人群也呈上升趋势,严重的甚至会造成过劳死,令人痛心。

职场过劳面临「三大难」:诉苦难、保障难、维权难

随着职场过劳越来越成为常态,广大上班族们面临着身心俱疲的压力,然而,却因为多重原因无可奈何。

——线上加班日益增多,上班族“有苦难言”。与传统的线下加班相比,随着移动互联网的发展,线上加班越来越多,让上班族们非常头疼。

“晚上回到家,工作微信群还在一直响个不停,老板还在群里布置工作,不得回应。”在深圳一家高科技企业工作的小李说。

“随着科技的进步,很多工作岗位的工作形式从线下转为线上,甚至很多线上工作的工作强度大于线下工作,相关法律法规的空白,让劳动者无可奈何。”中国人民大学法学院教授刘俊海说。

——加班费、休假等保障难落实。北京盈科(成都)律师事务所律师寇翼指出,虽然劳动法赋予劳动者享有取得劳动报酬及休息休假等权利,但大多数劳动者难以真正用法律来维护自己的合法权益,且

我国对于用人单位违反上述规定的违法成本太低,造成相关福利保障难以落实。

“临近年底,我每天都在赶工画图纸,一天工作10多个小时,经常半夜凌晨才从办公室出来,但是我们几乎没有加班费,绩效是按照项目来结算的,完成一个项目才有,没有完成即便是天天加班也没有。”在成都一家规划设计院工作的曹女士说。

——主动维权难。寇翼说,在员工与企业的博弈中,职工处于相对弱势地位,所以很多员工也不愿意因为加班费、休假等问题与所在单位发生争执。

“我每周加班20多个小时,完全没有加班费,经常半夜还要自己出钱打车回家。”在建筑公司工作的刘先生抱怨说,虽然知道公司这样很“坑”,但是一直以来,其他同事也没提出异议,犹豫再三,自己也不敢为了加班费去找老板谈。“万一老板一生气,把我开除了,那就更惨了。”刘先生无奈地说。

不要让相关保障成「一纸空文」

“现有的相关法律保障不能只停留在纸面上,还要一以贯之地落实,政府、企业、个人综合发力,才能从根本上避免职场过劳状态蔓延。”刘俊海建议,在职场过劳渐成普遍状态的情况下,应该加快建立对劳动者过劳的预防机制。现在,很多单位都有年度体检,却缺乏心理体检,在这些方面应该加强;还应该出台更明细的措施来保障劳动者的休息权。

“劳动行政部门也应加强对企业违法用工的监督检查力度,完善和简化劳动者的维权路径,并建立及时有效的处理机制。”寇翼说。

专家还建议,对医生、警察、程序员等

普遍过劳的职业,当前我国法律尚没有对疾病发作与工作之间关联性的明确规定,因而有必要加快对这些职业身心健康的保障政策研究,例如,尽快研究将能够直接导致“过劳”的疾病纳入职业病目录,出台具体的认定准则和维权办法。

“从社会心理角度来说,目前的职场过劳状态也是社会压力的传导,为了追求更好的生活,为了拼科研、拼业绩,很多人不得不绷紧了弦,造成身心长期负荷。”成都市委党校教师陈运说,对于努力拼搏的个人和企业来说,也应该意识到张弛有度才能长远发展。

(辛华)