

## 编辑的话

关于8小时工作制,《中华人民共和国劳动法》早就有明确规定,但受各种因素影响,在实际工作中,有不少“打工人”或多或少都有过加班经历。过去,“996”工作制曾一度被人们热议;近期,随着多地整治超时加班行动的陆续开展,该话题又一次成为人们关注的热点。

“超时加班与体面劳动、舒心工作、全面发展不相符,与国家提倡的提升人民生活品质也脱节。希望‘两高’像重视治理欠薪一样,重视解决超时加班问题。”在今年的全国政协总工会界别讨论“两高”工作报告小组会议上,全国政协委员、全国总工会研究室主任吕国泉发出呼吁。本期聚焦,我们从多个角度关注“超时加班”,普及一些关于“超时加班”的法律法规,剖析与之相关的常见问题,和读者讨论“打工人”该如何应对“超时加班”要求,并梳理了一些目前各地为保障劳动者权益所作出的有益举措,共同见证社会的文明进步。

# 超时加班

## 该“歇息”了

朱慧卿 作

### 1 什么情况下的加班属于超时加班?

《中华人民共和国劳动法》第三十六条规定:国家实行劳动者每日工作时间不超过八小时、平均每周工作时间不超过四十四小时的工时制度。

在明确了法定工作时长的基础上,可从以下两方面进行理解“超时加班”。一是要理解什么是“延长工作时间”?在实际工作

中,“延长工作时间”也称为“加班”,是指除法定或者国家规定的工作时间以外,正常工作日延长工作时间或者双休日以及国家法定假期期间延长劳动者工作时间。二是要理解“延长工作时间”的相关标准。《中华人民共和国劳动法》第三十八条规定:“用人单位应当保证劳动者每周

至少休息一日。”第四十一条规定:“用人单位由于生产经营需要,经与工会和劳动者协商后可以延长工作时间,一般每日不得超过一小时;因特殊原因需要延长工作时间的,在保障劳动者身体健康的条件下延长工作时间每日不得超过三小时,但是每月不得超过三十六小时”。

因此,如果用人单位劳动用工管理行为符合加班情形,但“延长工作时间”超出了相关标准,就视为超时加班。

需要注意的是,超时加班属于违法用工行为。

### 2 超时加班为何屡禁不止?

超时加班在工作中屡屡发生的原因,与一些企业管理模式粗放、任务分配与时间安排不尽合理不无干系。此外,部分企业试图通过延长员工工作时间来赚取更多利润,过

分鼓吹“奉献”与“奋斗”,也在无形中营造出一种不健康的企业文化。

让劳动者超时加班,既是对奋斗精神的背离,也是对劳动者身心健康的漠视。一味地主张超

时加班,以透支员工身心健康为代价来发展企业,是本末倒置、竭泽而渔,其模式不可长久持续。然而,当“加班文化”在企业中泛滥时,仅靠部分员工的不满或反对

很难解决问题。目前劳动力市场普遍供大于求,因此许多劳动者面对企业的超时加班要求往往“敢怒不敢言”,这也是推动“加班文化”甚嚣尘上的重要原因。

### 3 超时加班都有哪些套路?

不知从何时起,超时加班悄悄化为了一些“打工人”的常态,一些企业员工不仅平时经常加班,节假日期间也总加班加点。全国政协委员王美华指出,很多超时加班都是“隐形”的,比如,自

从有了智能手机,有了工作微信群,很多人的上下班时间界限就模糊了,有的企业要求员工24小时在微信群里待命,漏接电话或未及时回复就算违规,甚至会遭到开除。

再加之有些企业为逃避加班费“机关算尽”,如,不设考勤记录,不留加班痕迹;还有企业在书面约定中要求员工加班时应填写加班单,但实际操作中并没有设置填写加班单这一流程;甚至还

有一些企业通过集体合同约定一个明显偏低的加班计算基数……种种套路,让“打工人”心累。

需要划重点的是,即使企业已就超时加班向员工支付加班费,仍属违法用工行为。

### 4 长期超时加班有哪些危害?

从工作角度来说,长期超时加班不仅不利于工作效率的提高,还有可能走向事态的反面。有研究指出,适当的休息能令人的大脑恢复活力,有助于提高工作效率。长期在高压环境中工作的员工,无论是工作状态还是实际效率都会受到影响,若能得到适度的休息则能达到事半功倍的效果,甚至比超时加班得到的结果更好。从《中国经济生活大调查(2019—2020)》发布的数据中可

以看到,除去工作和睡觉,2020年中国人每天平均休闲时间为2.42小时,与2018年的数据相比,减少了25分钟。从成因上分析该现象,超时加班企业文化使员工的有效休闲时间越来越少占一定因素。对此,专家表示,超长时间工作影响健康,工作效率不高了。

从健康角度来说,长期过度劳累,会使身体的神经系统功能紊乱,引起体内主要器官和系统失衡。据统计发现,长期超时加班

的人群,可能会逐渐出现失眠、健忘、易怒、焦虑不安等神经、精神症状。比如发生心律不齐、内分泌失调等,严重的还会导致全身的应激状态、感染疾病的几率相应提高。此外,疲劳症状强烈的人比一般人患上呼吸、消化系统、循环器官等各种感染症的几率也增加许多。长时间加班危害身体健康的具体表现还有:皮肤严重受损、肠胃功能受损、易发肥胖、记忆力减退、抵抗力下降、影响心脑血管

健康等。

全国政协委员吕国泉指出,目前,加班现象在某些行业甚至普遍制度化和严重超时化,涉及人群广泛,对劳动者身心健康不利,应当引起关注。“不同意长期加班加点。”全国政协常委、香港工会联合会荣誉会长林淑仪认为,长期加班加点,严重挤占劳动者的休息时间,使员工的身体处于疲惫状态,工作效率下降,也容易发生意外安全事故。

### 5 该如何应对超时加班要求?

“我们并不是反对加班,工作中难免会出现一些紧急的、突发性任务,比如新冠肺炎疫情防控期间,大家为了防疫物资的生产加班加点,毫无怨言。但是这只是偶发现象,决不能形成常态。”王美华委员说。

与王美华持相同态度的人不在少数。面对急难险重任务,有责任心的劳动者一定会不回避、不推诿、不懈怠地坚守岗位,但在特殊情况之外的长期超时加班,确实无法让“打工人”感受到作为一名劳动者应有的体面和尊严。休息权是劳动者的基本劳动权利,即使在支付劳动者加班费的情况下,劳动者的工作时间仍然应受到法定延长工作时

间上限的保护。

分析出现超时加班的原因,不能忽视的是,劳动者在主动争取休息权上的意识不足,是权利得不到保护、就业环境难以优化的关键因素之一。诚然,在加班问题上用人单位确实具有一定的主导优势,但供需之间其实应该形成双向制约,劳动者应通过自己的选择来形成反向力。比如,有意识争取休息权的劳动者要敢于通过仲裁、诉讼等方式维护自身权利,并团结起来将少加班作为一种文化来推广,促使参与形成这种文化的人越来越多,那么企业推行加班的成本就会不断攀高,实施加班的门槛也会不断

提高,劳动者便有可能争取到更多的休息时间。

针对超时加班,企业工会也要敢于为劳动者说话,与企业平等协商在法律规定范围内合理、适当地安排加班,对企业单位长时间、无休止地安排加班甚至强行让劳动者加班的行为,应坚决予以制止;对发现的问题必须进行有力的干预和查处。要加强对行业、产业劳动定额、劳动标准的研究与制定,为企业制定合理规范的工时提供依据和指引,督促企业建立健全工时协商机制,制定符合行业标准、契合企业实际、反映职工意愿的工时制度,让有关工时的保护法律法规从纸面上走下来,成为劳资双方共

同遵守的行为准则。

治理超时加班这一乱象,还需政府部门及相关组织综合施策,同频共振,打好“组合拳”。在加强对企业执行工时规定等情况的监督检查之外,还要加大对违法行为的惩处力度。当劳动者需要通过仲裁、诉讼等方式维护自身权利时,相关部门和人民法院要在举证、法律援助以及执行等方面给予帮助和支持。对超时加班现象,司法机关更要划出红线,让触线者付出相应代价。唯有加强监管,刚性执法,才能有效有力地消除“超时加班”的生存空间。

超时加班,该“歇息”了。  
(本版编辑综合)



王怀申 作

## 相关链接

### 浙江 开展超时加班问题集中排查化解工作 三项举措着力整治保障劳动者的合法权益

为有效治理重点行业企业违法超时加班问题,保障劳动者的合法权益,浙江省云和县人社局今年7月起对县内企业开展超时加班问题集中排查化解工作。

针对违法超时加班问题,县人社局调取多家企业的职工花名册、考勤记录、工资发放记录等材料,并向劳动者询问了解企业是否有超时加班等违法情况。通过排查,对用人单位遵守工时制度情况进行重点摸排,摸清超时加班底数,对排查发现的违法线索,坚决依法处理。对排查到的风险隐患,督促用人单位立行立改,严防类似问题发生。

除此之外,该县坚持综合施策、依法治理,落实三项举措着力整治违法超时加班问题。一是畅通劳动者举报投诉渠道,落实24小时电话接听制度,强化电话、网络和窗口三大举报投诉渠道建设,切实为劳动者提供便捷高效的维权服务。二是加强法律法规宣传,充分发挥各主流新闻媒体宣传主渠道作用,通过政策宣传、案例宣传和典型宣传,营造依法用工、构建和谐劳动关系的良好氛围。三是切实加大巡查力度,持续开展劳动用工专项检查,对重点行业、重点企业进行重点检查,保障劳动者的合法权益。

### 广东 开展企业超时加班问题排查化解行动 加强法治宣传全力构建和谐劳动关系

今年8月,广东省化州市总工会、市人社局组成联合检查组,深入重点行业企业开展超时加班问题集中排查。

排查中,检查组重点查看了企业考勤表、工资表、工时及内部规章制度,和公司管理人员、工会干部、人事和财务人员、一线工人深入沟通交流,了解有关职工工作时间、休息休假、加班和加班报酬的支付等情况,并重点解读了《中华人民共和国劳动法》中关于工作时

间与加班时间的规定,对企业提出了三点要求:一是要完善规章制度;二是要加班要遵循自愿的原则;三是要依法支付加班报酬。

根据排查中了解的实际工作情况,检查组及时与用人单位进行沟通,并通过法治宣传进一步增强了企业与广大职工的法治意识,规范企业用工,教育职工依法理性表达合理诉求,促进企业与劳动者构建和谐劳动关系。

### 四川 开展超时加班专项执法检查 对情节严重的一律顶格处罚

11月22日起,四川省集中开展为期一周的超时加班专项执法检查,对检查发现的违法违规违法行为,将快立快处,责令限期整改;对情节严重的,一律顶格处罚,形成强大震慑。同时通过新闻媒体进行公开曝光,作为重大劳动保障违法行为向社会公布,实行部门联合惩戒,使企业“一处违法、处处受限”,坚决“零容忍”。

据悉,本次检查的范围为各地反映加班现象突出的行业、企业,检查方式以市(州)为

单位组织实施,也可以结合实际组织辖区内劳动保障监察机构,开展联合执法检查。

四川人社厅表示,各地要高度重视检查,把此次集中执法检查作为“我为群众办实事”实践活动的重要内容,全面部署、迅速行动,要举一反三,消除隐患,坚决杜绝因超时加班严重危害劳动者身心健康的行为发生。(据云和县人民政府网站、化州工会、四川省人力资源和社会保障厅网站)