

2021年的第一个工作日，一则网传“某厂23岁员工加班后猝死”的消息刷屏社交媒体，再次引发公众关于“996”“过劳死”的讨论。根据网友爆料，该名员工生前从事买菜工作，1998年出生，年仅23岁。1月4日，出事方发布公开声明称，北京时间12月29日凌晨1:30，某张姓员工与同事一起回家的路上，突然晕厥倒地，后送往医院急救无效，不幸离世。

过去两年，类似的新闻与讨论并不少见。在996遍地走的今天，工作日加班，节假日加班已经成为了常态。“过劳”成为当代年轻人的生活底色。

2018年，我们曾就“过劳”问题采访过中国适度劳动协会会长杨河清教授。他是中国最早研究过劳问题的学者之一，长期研究中国过劳问题的根源以及对策。今天这篇文章，我们旧文重发，希望借此与更多读者一起思考“过劳”现象背后的工作困境与可行的解决方案。

采写 | 徐悦东



《过劳时代》，森冈孝二 著，米彦军 译，新星出版社 | 新经典·岩波新书精选，2019年1月。

新京报：你是什么时候开始研究过劳问题的？中国过劳研究的发展情况如何？

杨河清：

在2007年，因为一个契机，我开始关注过劳问题。我在飞机上看到这样的消息：一个韩国的媒体在2006年，报道说中国每年有六十万人过劳死，这个新闻当时被《环球时报》转载了。我作为学者，我的思维方式是批判性的。每年六十万人过劳死，韩国人是怎么知道的？因为劳动经济学和劳动关系是我研究的领域，我从来没有听说过中国有任何一个学者或者机构，和韩国合作研究中国的过劳死问题，或者有中

国学者做过相关研究告诉过韩国人。客观上中国也许每年都有很多人过劳死，但是在那时，中国的过劳死研究几乎一片空白。韩国人单独对中国进行研究不太好吧。

因为中国没有关于过劳死的法律依据和标准，那韩国人是依据什么标准对中国的过劳死进行判定？中韩两国国情不同，用韩国的标准显然不行。从这两点出发，我认为这个报道是有问题的。

所以，在2007年，我组建了研究团队来研究过劳问题。我们发现，在2007年以前，只有媒体上有一些零散的过劳死报道。在日常生活中，大家也会抱怨工作很疲劳。但只有个别中国学者零星地翻译过一些相关研究报告。探讨过中国过劳问题的不到十个人，很多人也就发表了一篇论文。所以我要研究和发声。我后来也接受媒体采访。因为媒体可以影响更多人，让更多地学者关注到这个问题。

在2012年，为了让研究过劳问题学者更好地交流，我建立了中国适度劳动研究中心，每年以研讨会的方式，去推动这方面的研究。我们也经常被日本和韩国邀请去开研讨会。我们的研究跟他们的差距很大。因为我们的研究还是非常初级的，而他们已经深入到了各个学科。过劳问题是很多日本学者一辈子在研究的课题，而不是随便翻译几篇文章说几句话就可以的。



日本社会过劳现象严重。

在目前的中国，有限度的过度劳动是我们的宿命

新京报：过劳背后的原因是什么呢？

杨河清：

因为在经济高速发展时候，劳动力供不应求，在日本也是这样的。还有菲律宾人，韩国人，中国人去日本打工，跟日本人竞争。九十年代初，日本经济泡沫破裂之后，经济发展速度迅速降下来了。这时，劳动力甚至会供大于求，可是为什么大家还

过劳呢？这就跟职场文化和社会文化有很大的关系。

北欧的国家，就很少有这种问题。他们很早就转向福利国家了。他们已经平衡了生活和工作。他们不会说，我一生就是为了事业奋斗，他们更愿意享受生活。但在中国，大家对事业都很有追求，大部分人还是想往上爬，在一线城市立足也是很难的。

此外，像日本人，他们做事非常精益求精，这会投入很多时间精力。虽然投入成本大，但是在高端市场，反而会受消费者青睐。所以，这跟市场也有关系，虽然背后是文化的原因。这太复杂了。

新京报：你怎么看待主动过劳和被动过劳的区别？

杨河清：

主动过劳的背后也是压力。你得不断为企业牺牲，才可能会被领导青睐。像大学、媒体等文化产业，可能主动过劳比较多。因为人们想通过自己的努力，获得更好的职业前景，包括社会声望、地位和收入等。他们有这种条件去自我实现。

另外一类人就是被动过劳的。尤其是底层的蓝领工人。订单来了工人是推不掉的。若是不服从，企业可以开除你，替代的人太多了。但守法的企业应该要付加班费。

新京报：有没有办法上升雇主选择加班的成本呢？

杨河清：

这不仅仅是一个企业的问题，也是一个社会问题。因为雇主损害的不仅仅是员工的健康，也是国民的健康。我们得从这个角度去考虑，要让大家至少有这种意识。

新京报：所以要用法律和舆论压力去增加加班的成本？

杨河清：

对。这也是个道德上的事。我们毕竟才刚刚起步。在这个阶段，企业家追求利润还是第一位的，对于企业社会责任和对员工的关爱都退居二线。所以我们要进行呼吁。

而且，很多企业还不给加班工资。对于加班，中国法律是有规定一周最多加班多少的。而且加班工资是平时的两倍。有些国家是三倍，咱们算比较低的。很多企业并不会支付两倍的加班工资，甚至连加班的原有工资都不支付，加班就是无偿劳动了。



何为格差社会？“格”即等级，“差”乃差距
“格差社会”即加剧分化、贫富差距日益扩大的社会

《格差社会》，橘木俊诏 著，丁曼 译，新星出版社 | 新经典·岩波新书精选，2019年1月。

新京报：但是，是不是也可以这样理解，贫富分化加剧，底层的人民收入变少，他们只能不断增加工作时长来增加收入？

杨河清：

这你说得非常准。他们通过不断增加劳动时间来赚钱。上层的人不一定是这样的。原来老加班的上层也接着加班，原来不加班上层也很悠闲，他们形成了一种习惯。所以，很难去讲阶层差距直接造成了过劳，但是阶层差距造成了底层过劳。

新京报：假如福利增加的话，会不会减少过劳现象？

杨河清：

不会。因为人还是有更高的追求，可能被迫过劳会少一点，这个得进行研究。我得一百块，就不干了，这个可能性也有，但是要看人。我觉得很多年轻人还有能力去追求更多收入，他们得多次失败才会降低目标的。现在社会心理都很紧张，大家看待金钱的态度都不太平和。北欧就很清闲，因为他们不太考虑赚钱的事。

新京报：那可能是因为北欧的福利好吧？

杨河清：

他们不在意赚钱，而我们却都在攀比。我们现在的孩子，从小就要比学习比才艺。至于福利制度和过劳之间到底有什么样的关系，得做研究才能得出结论。

“离线权”的背后，公私分明的文化

新京报：信息革命也改变了我们工作的方式，比如，电邮和微信令大家随时都能工作。法国有一项“离线权”的法案，下班后可以不回复工作电邮，你怎么看待这项预防过劳的法案？

杨河清：

2004年我去英国一所大学访问，我跟他们的管理学院院长晚上一起喝啤酒。我就问他，你作为院长，假如你突然想起什么必须要通知大家的急事，你会怎么处理？他对这个问题感到很震惊，因为就直接按他们的法律来加班就好了。一个电话打过去，就首先告诉下属，我有一个“公事”要跟你商量，并说明这是加班时间，愿不愿意加班是自愿的，愿意的话有加班工资。我们就从来没这个意识。这个意识最早是一种公私分明的文化，然后形成法律，法律执行的时间长了又形成了一种新的文化。所以双方都非常默契。很多社交媒体在2004年还不存在，他们这些就有了这样的文化，现在有“离线权”也不奇怪。

新京报：文化产业是需要闲暇时间去消费的，所以文化产业的发展是不是需要减少劳动时间才能发展起来？

杨河清：

你这思路很有意思，我还是第一次听到。理论上来说，文化产业需要时间去消费，而过劳也限制了这种消费。虽然发展文化产业不是为了减少过劳，但是文化产业的发展、提高国民素质和追求精神需求本身，可能有这样的派生性影响。