

## 淺論身心調適假

文◎政策部主任 翁銘鴻

### ◎制定緣由

113年8月16日教育部訂定《高級中等學校學生身心調適假實施注意事項》，以落實「輔導學生重視心理健康及覺察自己情緒，於短期心理不適時能有效平衡身心狀況」。114年7月1日考試院宣布「公務員身心調適假最快年底上路每年可請3天」，鼓勵公務人員遇有身心狀況時能適時調整及勇於求助，以強化對公務人員心理健康的支撐，營造友善、安全的職場環境；併入事假計算的身心調適假得以時計、毋須檢附證明，機關不得拒絕亦不得為不利的處分。有鑑於學生、公務人員都訂定身心調適假了，工作環境日益險峻的教育人員當然更加需要。

### ◎發展歷程

在教師組織強力的爭取下，教育部於114年10月8日公布新修的教師請假規則，明定教師「為調適身心需要，得請身心調適假」，相關規定比照公務人員。惟此次公布之身心調適假未制定請假課務費用相應措施，經新北市教師會持續溝通、爭取後，教育部函知縣市教育局身心調適假代課費由中央補助一半，新北市教育局亦同意身心調適假得以鐘點或日薪（含導師費）由學校支應費用。遺憾的是，公立幼兒園教保員請假因適用《勞動基準法》、《公立幼兒園教保服務人員請假辦法》，以致無同等之身心調適權益，組織後續仍會持續爭取。

### ◎教師請假規則重點：

- 一、為調適身心需要得請身心調適假，每學年准給三日，日數併入事假計算。事假（含家庭照顧假及身心調適假）合計超過七日者，應按日扣除薪給，其所遺課務代理費用應由學校支付。
- 二、身心調適假得以時計，教師依規定申請學校不得拒絕。
- 三、教師請假，其課（職）務應委託人員代理；教師無法覓得合適代理人時，學校應協調派員代理。
- 四、兼任行政職務之教師請假期間，其行政職務應由學校預為排定現職人員代理順序。
- 五、教師請假應填具假單，經學校核准後，始得離開。但有急病或緊急事故，得由其同事或親友代辦或補辦請假手續。

### ◎實務執行建議

#### 一、教師端

- (一) 夥伴面臨身心調適需求時，請勇敢的請假，心裡毋須有任何不安穩。

- (二) 請體諒教學組工作繁重。若夥伴請假有排代需求時，能儘量先找好代理人員；若真找不到也請提早告知，儘量避免教學組作業時間侷促。
- (三) 校內因身心調適假有臨時代課需求時，請在能力範圍內發揮互助合作精神，儘量配合行政夥伴的安排。
- (四) 期待夥伴們妥善運用，避免被有心人將少數特殊請假狀況拿來大作文章，造成社會觀感不佳。

## 二、行政端

- (一) 主動關懷校內夥伴身心狀態，提供必要的支持與建議。
- (二) 建立代課老師名冊以及校內輪排機制，以因應身心調適假排代需求。
- (三) 核假不應有差別待遇。如遇學校重要行事與身心調適假衝突時，請盡量顧及夥伴身心狀況並妥適溝通處理，避免不必要的爭執。
- (四) 如遇夥伴特殊請假狀況且溝通無效時，請向校長報告後由校長處理或裁決。

## 三、學校教師會

- (一) 儘量掌握校內夥伴身心狀態，提供必要的支持與協助。
- (二) 扮演潤滑劑協調校內爭執事件，以維護教師與學校之共同權益。
- (三) 溝通校內不當情事，必要時循相關管道反映。

## ◎結語

教師身心健全是國家教育品質的基石，正視國民心理衛生亦是國家進步表現。期盼政府能以此次身心調適假的改革為範例，廣納教師組織良善建言，確實掌握教育現場需求，以逐步調整我國教育體質，確保我國教育品質邁向優質。

### 教師身心調適假：簡要說明與應用指南

假別與額度	薪資與代課費	申請方式	代課安排
調適身心需要，每學年准給 3 日 併入事假計算	事假（含此假及家庭照顧假）合計超過 7 日，按日扣薪 所遺課務代理費用由學校支付（教育部、教育局各半負擔）：全日代課局端同意支應導師費	得以時計 依規定申請，學校不得拒絕；需經學校核准後始得離開	課（職）務應委託人員代理 無法覓得合適代理人時，學校應協調派員代理；兼任行政職務者由學校預排代理順序

**辦公室提醒建議**

- 善用不易爭取的假別，避免社會觀感不佳。
- 體諒教學組，盡量自行找好代理人或提早告知。
- 當量避開學校重要行事，減少爭執。
- 學校核假不應有差別待遇，有狀況請反映。
- 學校應盡量協助，善盡保密原則
- 臨時需要請勇敢請假，同事間發揮互助精神配合代理。
- 預先安排並顧及代課事宜，可安心請假。
- 各校可內部形成共識，不違反規則下執行配套。

新北市教育人員產業工會 新北市教師會