

只要有改變， 我就可以做好工作

身心障礙者職場合理調整 易讀手冊



圖註：畫面中有三人，障礙者、就服員、老闆，障礙者身邊有拐杖。這三人都微笑比讚。在三人上方有思想泡泡，描繪障礙者拿著拐杖站在書架前伸手無法拿高處的書，接著以箭頭連接，在改矮了的書架前就能順利拿書的畫面。

目錄

- 第 1 頁 人物介紹
- 第 3 頁 什麼是合理調整
- 第 5 頁 工作有困難，可以提出合理調整
- 第 7 頁 誰可以提出合理調整
- 第 9 頁 找工作有困難，我可以提出調整
- 第 11 頁 工作有困難，我可以提出調整
- 第 19 頁 小工具：我的調整需求表
- 第 21 頁 我要怎麼和主管說
- 第 23 頁 討論後，會有幾種結果
- 第 24 頁 我可以找政府幫忙
- 第 25 頁 我要提出合理調整，要做的事
- 第 27 頁 合理調整 常問的事情



圖註：老闆和戴助聽器的主角坐在桌邊面對面溝通，兩人身邊有空白對話框，主角手勢比 ok。

人物介紹



小莉

公司的員工

圖註：小莉，穿長袖衫、左手扶拐杖。



阿明

公司的員工

圖註：阿明，短頭髮、坐在輪椅上、手掌姿勢彎曲。



小花

正在找工作
要去面試

圖註：小花，穿短袖襯衫、綁馬尾、戴助聽器。



小雲

公司的員工

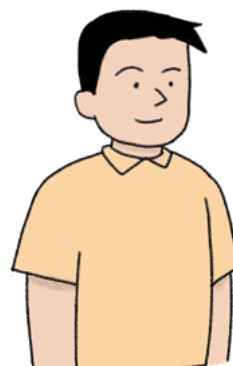
圖註：小雲，短頭髮、穿短袖 T 恤。



大寶

路邊停車開單員

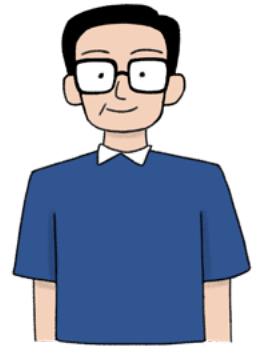
圖註：大寶，頭戴鴨舌帽、穿短袖 T 恤外搭背心、背斜挎包。



阿進

大賣場員工

圖註：阿進，短頭髮、穿短袖襯衫。



就業服務員 又叫 就服員

圖註：兩位就服員，左邊是男性，右邊是女性，都外搭背心，戴名牌。

主管或老闆

圖註：兩位人物，左邊是主管，中長頭髮、穿西裝套裝。右邊是老闆，戴眼鏡、短頭髮、穿短袖襯衫。



勞工局

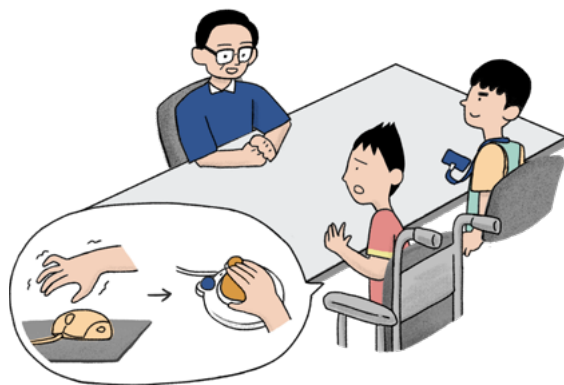
圖註：勞工局人員，中長頭髮、穿政府人員背心。

什麼是合理調整



我工作有困難時，
可以選我相信的人，
例如：就服員，
一起去找老闆討論。

圖註：坐輪椅的主角與就服員坐在桌邊說話，主角上方有對話框，內容是主角的手彎曲，不能使用普通滑鼠。



我要清楚說出我的困難，
請公司要做調整，
讓我完成工作，
這就是合理調整。

圖註：坐輪椅的主角與就服員並排坐在老闆對面一起討論，主角身邊有對話框，內容是主角的手彎曲，不能使用普通滑鼠，但可以使用特殊滑鼠。



合理調整
是為了讓我工作做好，
老闆可以做一些調整。

圖註：坐輪椅的主角與就服員並排坐在老闆對面，主角使用特殊滑鼠，在筆記型電腦前工作。老闆手勢比讀。

每個人要的調整都不一樣。



拿東西不方便

圖註：
人物 A 坐在輪椅上，
手掌姿勢彎曲



聽不清楚

圖註：
人物 B 耳戴助聽器



走路不方便

圖註：
人物 C 拿著柺杖



看不到

圖註：
人物 D 戴著墨鏡拿
著導盲杖

工作有困難，可以提出合理調整



聽不清楚要做的事

圖註：戴助聽器的主角與老闆對話。
老闆頭上有很多對話框，主角頭低垂表情疑惑。



工作做不完

圖註：主角坐在書桌前，眉頭緊皺神情焦慮，正在使用筆記型電腦。桌面左邊堆有一疊文件，右邊則有一個資料夾收納架。



工作做錯

圖註：主角在洗碗槽前，洗碗槽已清空，左邊瀝水架上擺放洗好的盤子，但有些盤子上有汗跡。老闆站在主角身旁，很生氣地指著有汗跡的盤子，主角表情難過。



其他，我的困難： _____

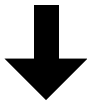
例如：

我沒辦法一次聽很多人講話，
寫開會紀錄有困難。



想想看，
這些工作
我是不是原本可以做到？

圖註：使用拐杖的主角站在高大的書架前，伸手想拿上層書架的書，動作吃力，無法順利拿到書。



只要有改變，
例如：書架變矮，
我就可以做好工作，
那我就要提出合理調整。

圖註：主角站在經過改造的書架前，書架較矮且寬，能輕鬆拿取書。

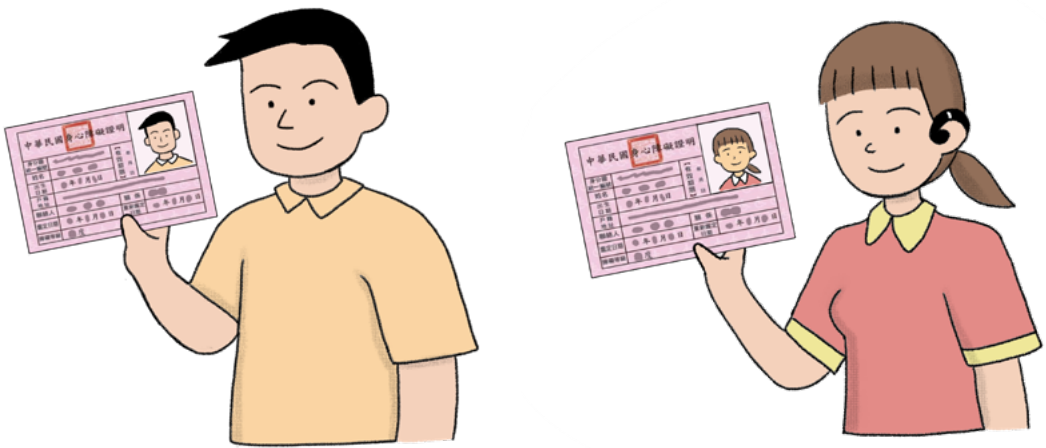


如果提出的調整，
讓老闆花太多錢或太麻煩，
可能就不合理。

圖註：老闆站在有華麗燈光的書架前，眉頭緊皺，雙手在胸前做出交叉手勢，旁邊有思想泡泡描繪著老闆在哭的表情和錢包空空沒有錢。

誰可以提出合理調整

我有身心障礙證明，
例如：自閉症、聽障、心智障礙，
我可以提出 **合理調整**。

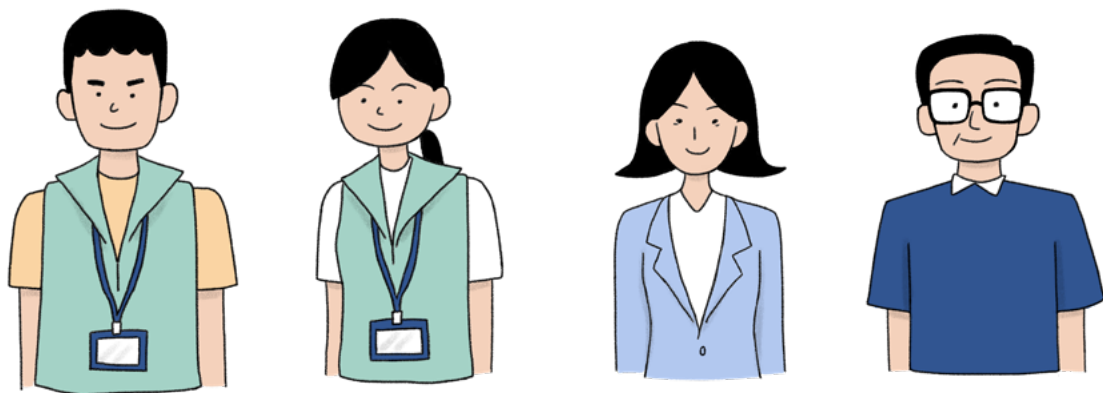


圖註：畫面中有兩人，一位是男性一位是戴助聽器的女性，他們手上都拿著粉紅色的身心障礙證明。



沒有身心障礙證明，
但有醫生證明、特教學生證明，
也可以提出合理調整。

其他人發現我工作有困難，
也可以幫我提出 **合理調整**，
例如：就業服務員、主管。



就服員

圖註：兩位就服員，左邊是男性，
右邊是女性，都外搭背心，戴名牌。

主管或老闆

圖註：兩位人物，左邊是主管，中長頭髮、
穿西裝套裝。右邊是老闆，戴眼鏡、短頭
髮、穿短袖襯衫。

找工作有困難，我可以提出調整



小花聽不到，
下星期要去面試。

圖註：戴著助聽器的小花手上拿著面試通知書。



面試要介紹自己、
了解工作的內容。

圖註：小花表情擔心，身邊有思想泡泡，正在想像著面試的場景：老闆攤開雙手表示無法與小花順利溝通。



小花跟公司提出合理調整，
面試要請手語翻譯員。

圖註：小花拿著手機正在發訊息，放大框標示老闆的頭貼在手機的訊息對話中。小花身邊有思想泡泡，想著手語翻譯員。



公司幫小花申請手語翻譯員，
讓小花可以介紹自己，
也可以了解工作內容。

圖註：小花與老闆面對面坐著，正在面試，老闆在說話，旁邊手語翻譯員正在給小花翻譯。

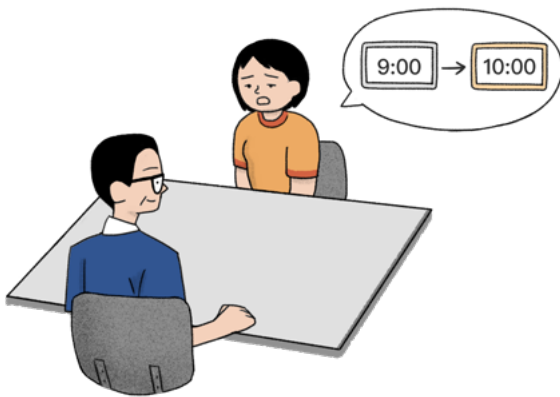
工作有困難，我可以提出調整

1 調整工作時間



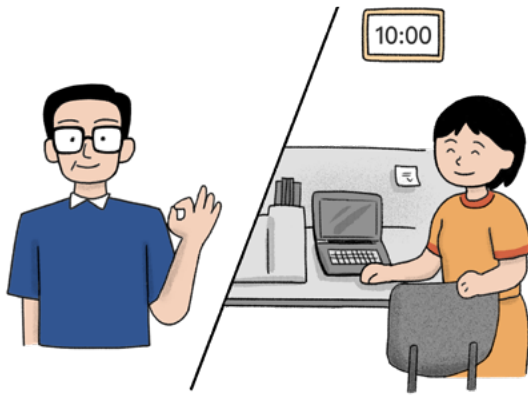
小雲每天晚上要吃藥，吃的藥會讓小雲想睡覺，白天沒辦法早起。

圖註：窗戶外月亮升起，房間裡小雲閉眼側躺在床上，床邊的桌上放著藥袋和馬克杯。



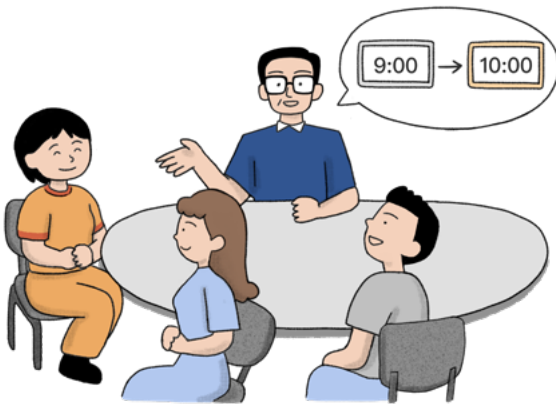
小雲和老闆說每天要晚 1 小時上班，也會晚 1 小時下班。

圖註：老闆與小雲坐在桌邊面對面溝通，小雲身邊有對話框，顯示時間標示九點調整到十點。



老闆答應小雲調班，
讓小雲可以準時上班。

圖註：
畫面以斜線分隔為左右兩區：
左側老闆面帶微笑，做出 OK 手勢。
右側小雲站在辦公桌前，桌上擺有筆記型電腦與文件，
牆上掛有時鐘，顯示時間為上午 10 點。



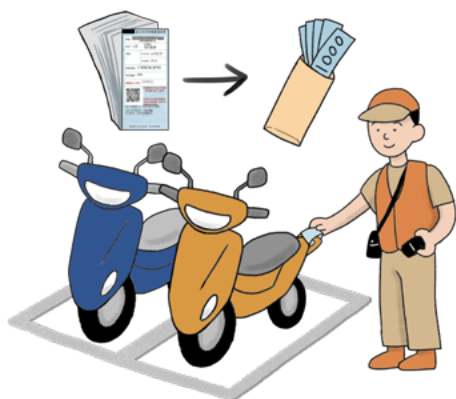
老闆要讓
小雲同組的同事知道，
小雲上班的時間有調整。

圖註：老闆坐在大圓桌中間，旁邊是小雲，對面還有兩位同事。老闆手比向小雲正在講話，對話框標示時間九點調整到十點。



身心障礙的員工因為身體的狀況，
可以和老闆討論工作時間，
包含休息時間、請假。

2 調整獎金計算的方法



大寶在路邊停車場工作，
每個月有規定開單的張數，
才可以有獎金。

圖註：戴鴨舌帽、外搭背心、背斜挎包的大寶拿著機器站在兩台機車旁，正在張貼停車單。畫面上方是一疊停車票據指向一個裝著五張鈔票的信封袋。



但大寶每週要請假
去醫院回診，
沒有辦法拿到獎金。

圖註：大寶表情焦慮，正看著掛曆，掛曆上多個日期被紅色叉號劃掉。大寶旁有思想泡泡，描繪著醫院和一個打了叉的裝著鈔票的信封袋。



主管答應
降低拿獎金的開單數量，
讓大寶也有機會
得到一些獎金。

圖註：大寶正在跟主管對話，大寶的對話框標示三張停車票據指向裝了三張鈔票的信封袋。主管對著桌面的日曆，手勢比 OK。



身心障礙的員工，
如果因為工作時間少，
可以和老闆討論
計算獎金的方法。

3 調整工作內容



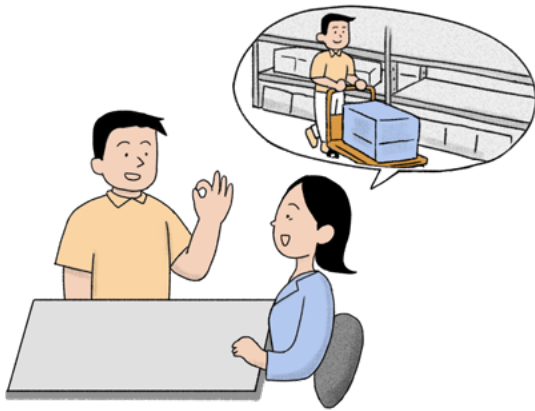
阿進很怕吵，
在大賣場工作，
賣場音樂很大聲、燈很亮，
阿進沒辦法專心工作。

圖註：阿進站在貨架旁，前面是裝滿貨物的籃子。右上方有一個喇叭，正在播放音樂。阿進一隻手將貨物從籃子擺放到架上，一隻手握著耳朵。



阿進要求不要放音樂，
主管不同意，
因為賣場放音樂
可以讓客人買更多東西。

圖註：阿進和主管坐在桌子前討論。阿進旁的對話框標示打了叉的音樂符號。主管雙手在胸前比出交叉手勢，旁邊的對話框標示有客人表情愉快音樂環繞下推著滿滿的購物車。



主管和阿進討論
讓阿進去倉庫整理，
那裡沒有音樂、人很少，
阿進可以專心工作。

圖註：阿進和主管坐在桌子前討論。主管的對話框標示阿進正在沒有音樂符號的貨倉中推著貨車工作。阿進微笑，手勢比 ok。



身心障礙的員工，
不一定要讓公司知道
員工有身心障礙證明。

例如：主管可以告訴同事
阿進去倉庫工作，
但不用告訴同事
阿進有身心障礙證明。

4 調整工作環境



小莉平時走路要用拐杖，
公司沒有電梯，
要爬樓梯。

圖註：小莉左手使用拐杖，右手扶著樓梯旁的扶手，正在準備爬樓梯。



小莉
最近常常在樓梯跌倒。

圖註：小莉跌倒在樓梯上，表情痛苦，拐杖掉落在旁邊。



老闆發現後，
在樓梯裝 **電動升降椅**，
讓小莉可以
安全輕鬆上下樓。

圖註：樓梯旁安裝了電動升降椅，小莉將拐杖放置在腿上，坐上了電動升降椅。



老闆可以知道的資源

- 身心障礙者就業資源
職業重建服務



- 讓障礙者工作變順利：
職務再設計



- 介紹各種輔具、租借資源：
輔具資源入口網



小工具：我的調整需求表

- 我是： _____
- 我的工作做什麼： _____
- 我工作多久了：
 - 6 個月內 6 個月到 1 年 1 年以上
- 我想要和誰一起討論工作困難：
 - 就服員 社工 同事 _____
- 我覺得工作上有困難的地方：
 - 工作做不完
 - 需要請假看醫生
 - 不能準時上班
 - 我達不到獎金的工作標準
 - 我聽不懂工作內容，工作常常做錯
 - 無法專心工作
 - 其他： _____

• 我希望的合理調整：

工作時間多一些

工作時間需要調整

調整計算獎金的方式

有工作順序的照片和筆記、流程圖，有人可以教我

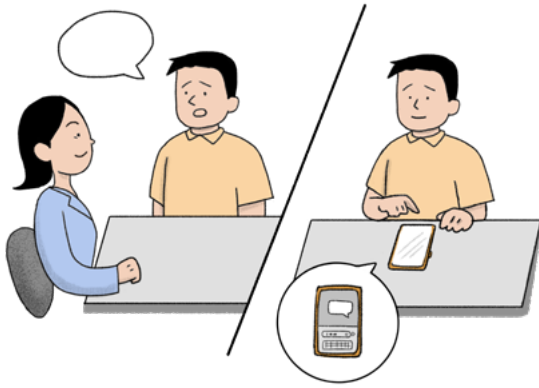
在安靜一點的地方工作

• 其他，我想和公司討論的事：



我可以和我相信的人一起討論，
整理我想要說的工作困難，
看下一頁，練習和主管、老闆說。

我要怎麼和主管說



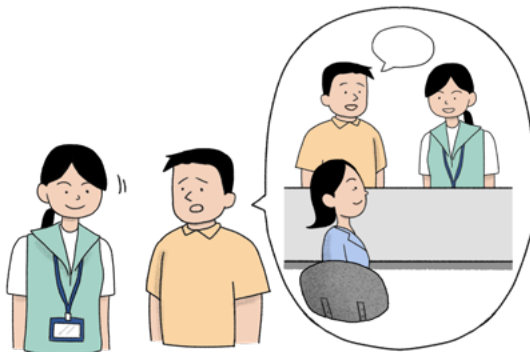
我要讓主管或老闆知道我的困難，我可以說、或是打字。

圖註：

畫面分為左右兩個場景：

左側是短髮的主角與主管坐在桌邊交談。主角正在發言，對話框為空白。主管表情專注，正在聆聽。

右側是短髮的主角獨自坐在桌前，正在使用智慧型手機。手機旁邊有放大框，標示著正在發送訊息的手機螢幕。



如果我不敢自己說，可以請就服員陪我。

圖註：短髮的主角正在與就服員說話，主角旁邊有對話框，描繪就服員陪同短髮主角與主管坐在桌邊面對面溝通的場景。



我要注意

- 要有禮貌
- 要說出我的困難
- 提出希望的調整

我可以怎麼說



主管，我想把工作做好，
我可以問你嗎？

圖註：短髮的主角正與主管坐在桌邊面對面溝通。



老闆，
我想做好工作，
我可以和你約時間討論嗎？

圖註：戴助聽器的主角正與老闆坐在桌邊面對面溝通。



主管，
我想跟你討論工作的方法，
可以嗎？

圖註：戴鴨舌帽的主角正與主管坐在桌邊面對面溝通。

討論後，會有幾種結果



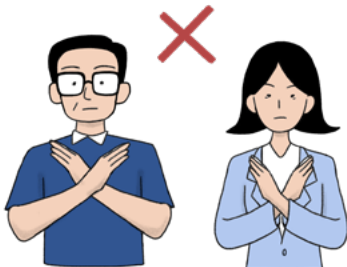
• 可以調整

圖註：老闆和主管並排一起比 OK 手勢。



• 一起想別的方法

圖註：老闆和戴助聽器的主角坐在桌邊面對面溝通，兩人身邊有空白對話框，主角手勢比 ok。



• 不可以調整

圖註：老闆和主管並排一起，雙手在胸前比出交叉手勢。



如果老闆不調整，要告訴我原因。

我可以找政府幫忙

- 我可以打電話問
工作地點的勞工局。



政府可以請其他人參加
我和老闆的討論：

- 勞工局、就服員
- 身心障礙團體，
例如：育成、心路、喜憨兒
- 工會

圖註：就服員與勞工局人員陪同戴助聽器的主角與老闆坐在桌邊面對面溝通。



如果還是沒有談好，
我和老闆一直意見不合
可以和就服員討論
申請 **勞資爭議**，
請勞工局幫忙處理。

圖註：勞工局人員坐在桌子左側協調，戴助聽器的主角與就服員一起坐右側，老闆獨自坐對面。老闆看向勞工局人員，皺著眉，伸出手指搖動，頭上有一個對話框，裡面是一個交叉，表示老闆不同意。

我要提出合理調整，要做的事



圖註：戴助聽器的主角與就服員一起坐在桌子前對話，主角旁邊有一個對話框，描繪她跟老闆面試時無法溝通的場景。

- 說我的困難
- 和就服員討論
- 問主管、老闆可不可以
 - 可以看第 19、20 頁

找相信的人、要說清楚



圖註：戴助聽器的主角拿著手機正在發訊息，放大框標示老闆的頭貼在手機的訊息對話中。主角身邊有思想泡泡，想著手語翻譯員。

- 想調整的方法
- 和主管、老闆討論

一起想辦法



圖註：戴助聽器的主角與老闆面對面坐著，正在面試，旁邊手語翻譯員正在翻譯。

- 調整後，有沒有用
 - 如果沒有用，要再換方法：
-

試試看



我可以決定
要不要給公司的人知道
我是障礙者。



老闆可以先做
簡單方便的調整方法，
要寫下討論紀錄。



老闆要讓同組的同事
了解調整的內容。



圖註：就服員與勞工局人員陪同
戴助聽器的主角與老闆坐在桌邊
面對面溝通。

還是不行，
需要別人幫忙
看第 24 頁

合理調整 常問的事情：



合理調整的費用，誰付錢？

答：有的不用錢，
如果要錢，是老闆付錢。
老闆可以問政府有哪些補助。



我提出合理調整後，
老闆叫我以後不用來上班，怎麼辦？

答：老闆不能直接開除我，
不然就是違法*。
老闆要跟我討論，
先做合理調整，
看我工作有沒有做好。

* 違法
就是沒有遵守
身心障礙權利公約 CRPD



編輯頁

身心障礙者職場合理調整 易讀手冊

發行人：勞動部

主辦單位：勞動部勞動力發展署

監製：洪申翰、黃齡玉

編審召集人：劉玉儀

編輯顧問：中華民國智障者家長總會 翁亞寧、
天主教臺南市私立德蘭啟智中心 辛正平、
臺北市立陽明教養院 王方伶

行政執行：黃雅鈴、蔡貞芬

承接單位：三明治工有限公司 易讀團隊

易讀顧問：李英琪、許培妤

易讀編輯：謝若琳、廖碧君

易讀插畫：高友儀

易讀品管：財團法人育成社會福利基金會
吳曉琪、邱國彰、陳柏宏、黃昭為、楊淑英

著作權資訊：本書著作權人為勞動部勞動力發展署所有，
本著作之使用、發行受著作權法保護。

出版日期：114年12月

ISBN：978-626-7743-40-9 (平裝)



© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe.

More information at www.inclusion-europe.eu/easy-to-read



圖註：老闆和拿柺杖的障礙者都站著，一起握手，
障礙者身後是合理調整後改矮了的書櫃。