



Työterveyslaitos

HYVINVOINTIA TYÖSTÄ

Aivotyö-kysely SuPerin jäsenillä, N=5509

Teppo Valtonen, tuotepäällikkö

@aivotyo @teppo_v



SuPer-Susanna

- Noin 50-vuotias nainen
- Asuu Uudellamaalla
- Työskentelee kunnallisessa palvelutalossa
- Tekee töitä kolmessa vuorossa
- Kokee melko suurta stressiä, mutta myös palautuvansa kohtalaisen hyvin
- Terveystila on melko hyvä

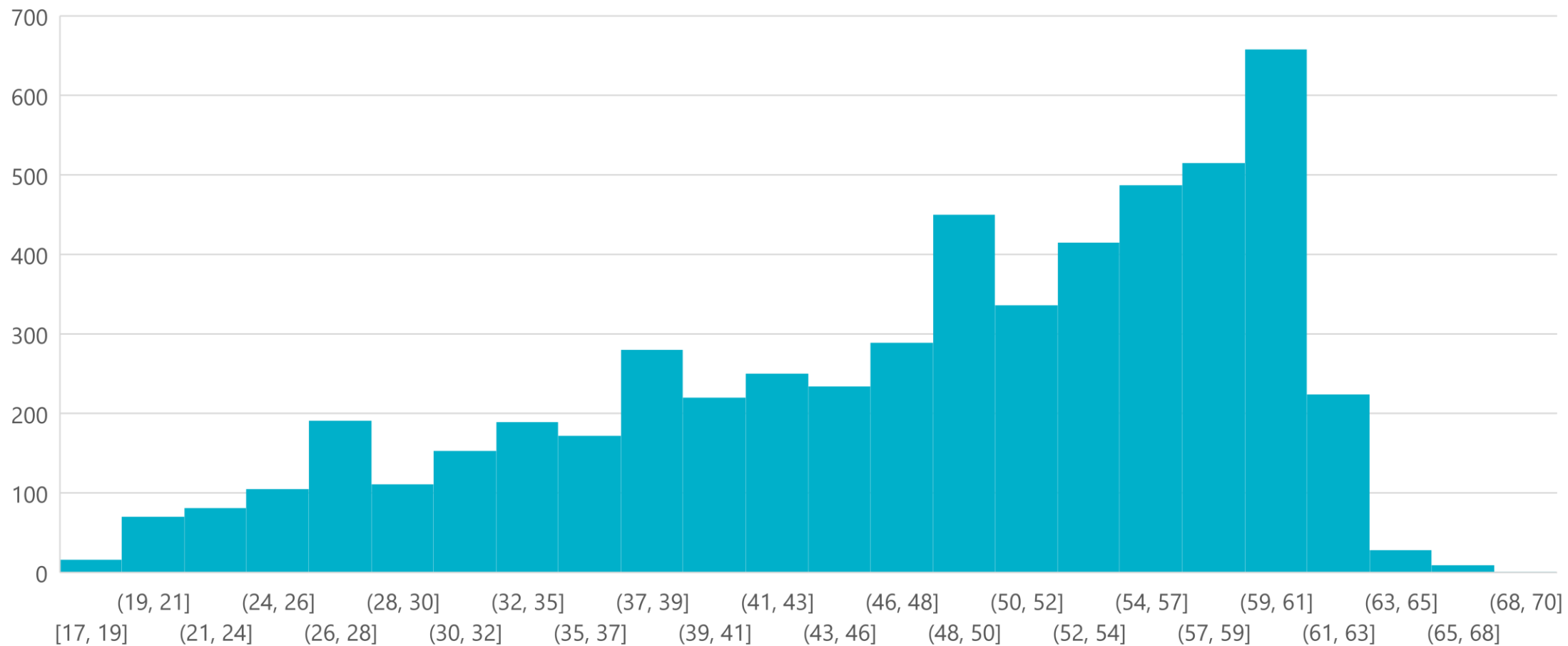


Taustatiedot

Yli 5 500 vastausta, keski-ikä 47, valtaosa naisia

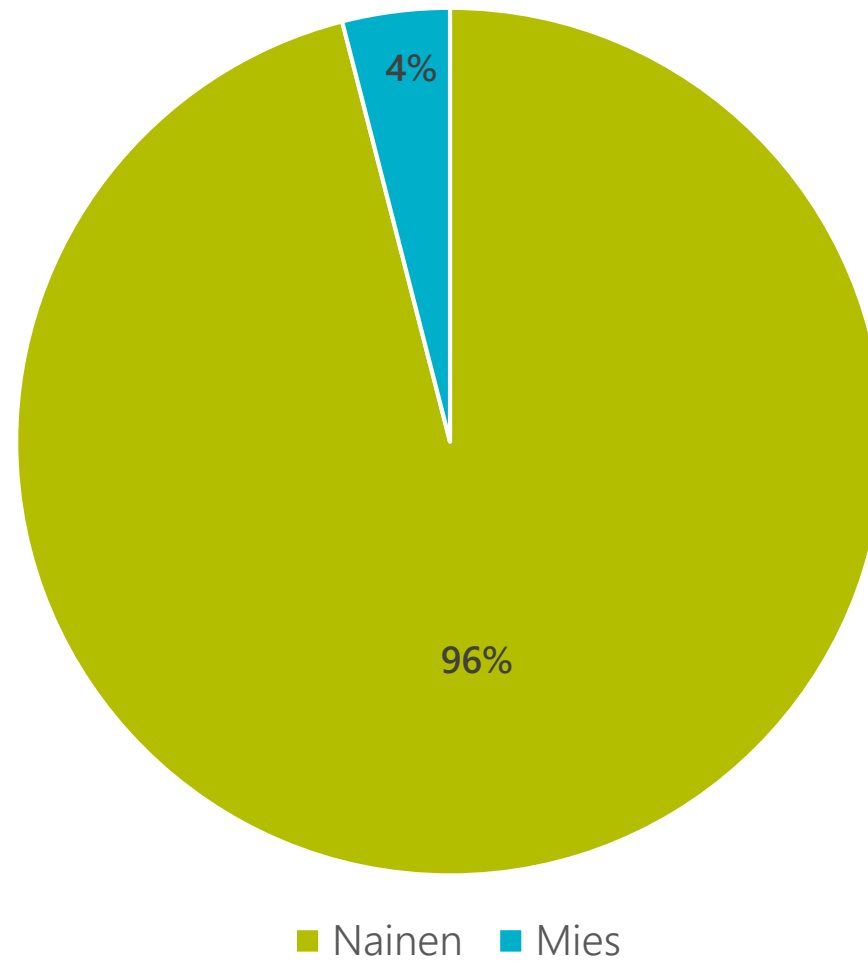
- Kyselyyn tuli yli 5 500 vastausta kaikista manner-Suomen maakunnista
 - Viiden kärki: Uusimaa (17 %), Pirkanmaa (11 %), Pohjois-Pohjanmaa (8 %), Varsinais-Suomi (8 %) ja Keski-Suomi (7 %)
- Vastaajien keski-ikä oli 47 vuotta
 - Nuorin vastaaja oli 17 vuotta ja vanhin 68 vuotta; mediaani-ikä oli 50 vuotta
 - Jakauma painottuu iäkkäämpiin vastaajiin
- Vastaajista 96 % oli naisia

Ikä

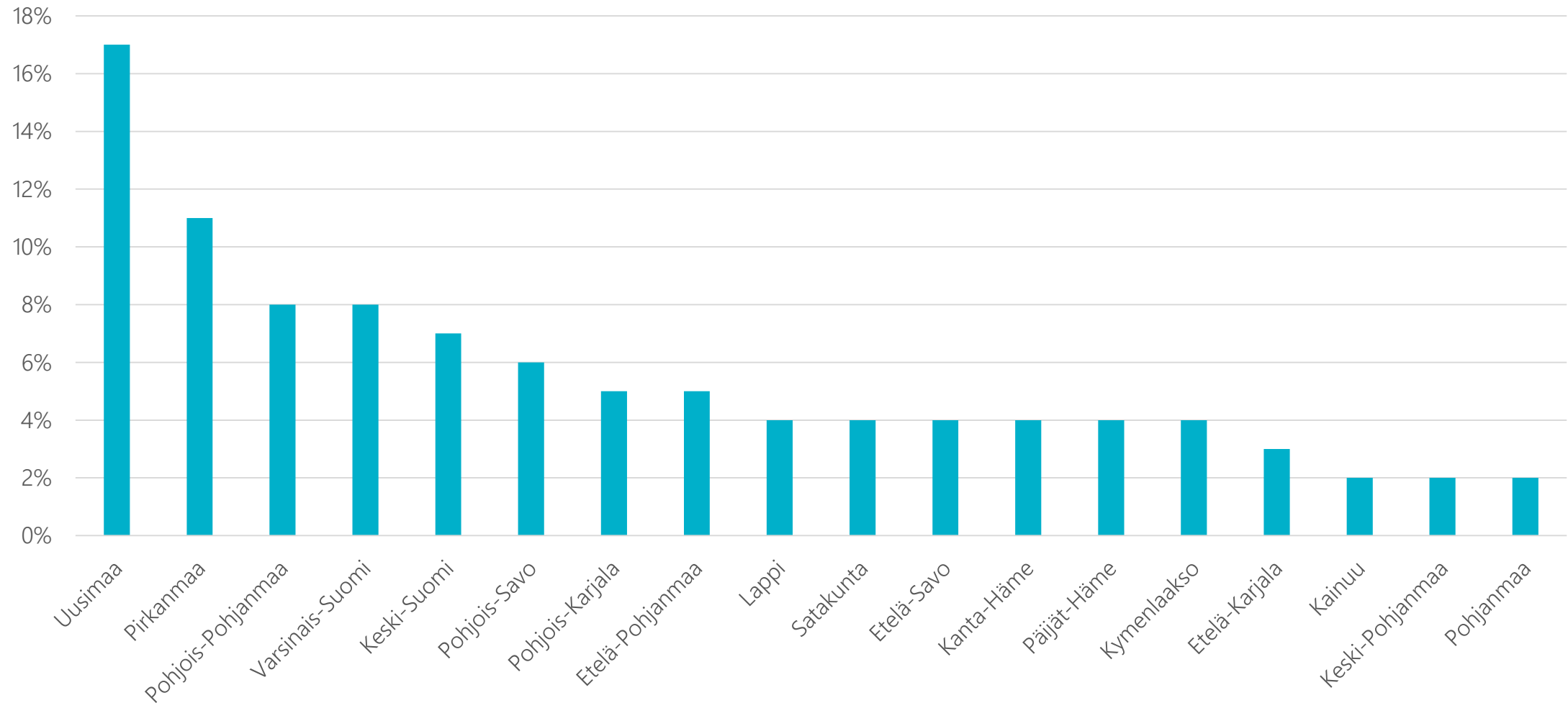


ka: 47,41, min: 17, max: 68, mediaani: 50 vuotta

Sukupuoli



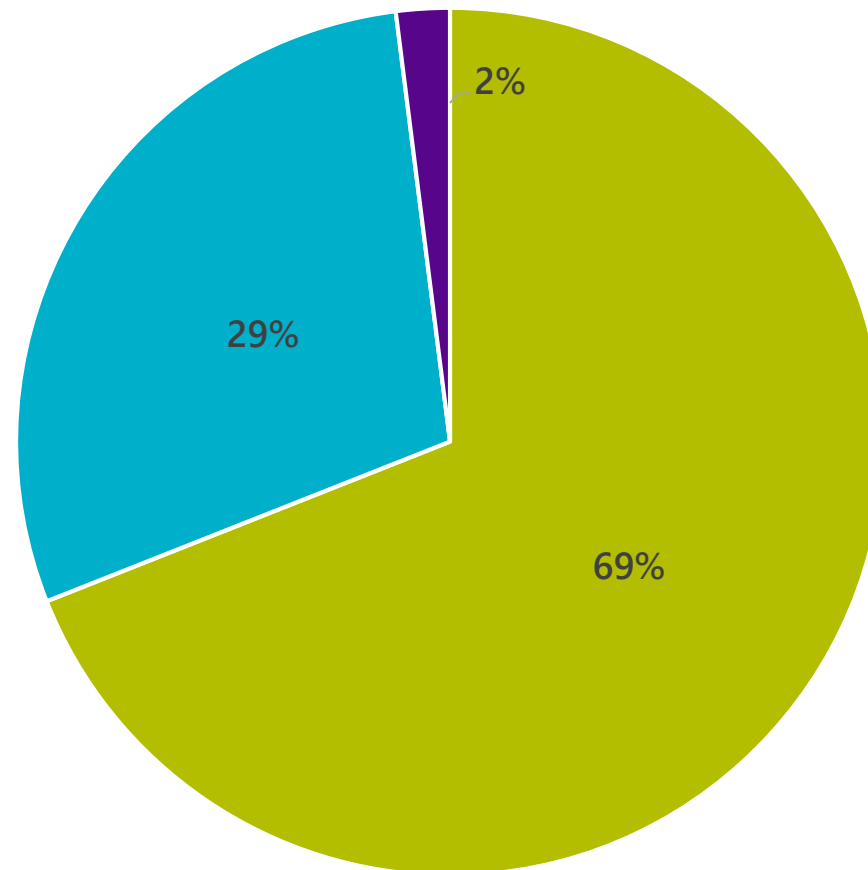
Työntekoalue



Valtaosa julkisella puolella vanhusten parissa, kaksi- tai kolmi-vuorotyössä

- Vastaajista lähes 70 % työskentelee julkisella puolella ja noin 30 % yksityisellä
- Yli 40 % vastaajista työskentelee vanhusten parissa
 - Muut: Kotihoito (19 %), Sairaala/terveyskeskus (14 %), Varhaiskasvatus (8 %) Mielenterveysja päihde (4 %) , jokin muu (13 %)
- Lähes 40 % vastaajista pääasiallinen työaikamuoto on kolmivuorotyö, mutta yli 30 % tekee kaksivuorotyötä ilman yövuoroa
 - Säännöllistä päivätyötä tekee 20 % vastaajista, säännöllistä yötyötä 2 %

Työnantaja

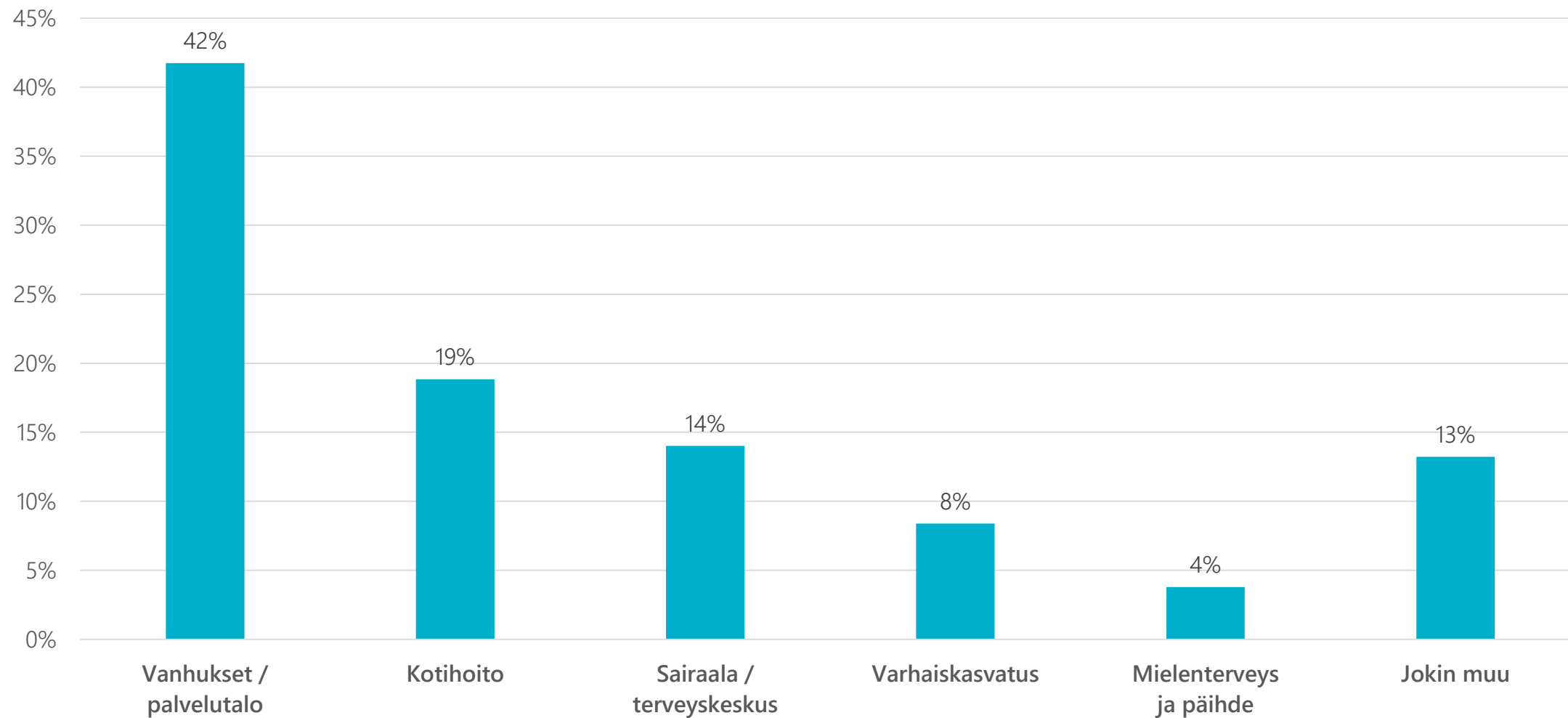


■ Kunta / kaupunki / kuntayhtymä

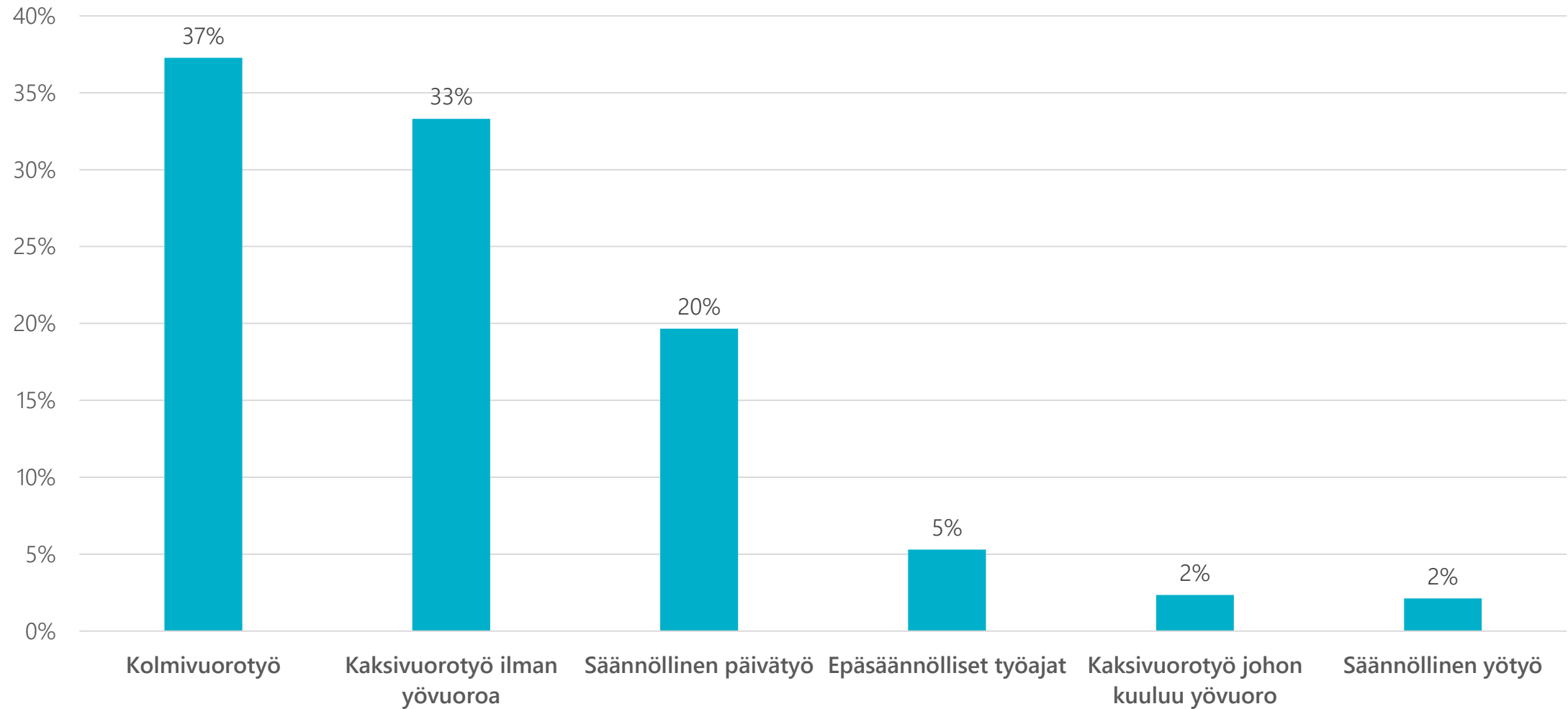
■ Yksityinen yritys / säätiö

■ Jokin muu

Työskentelyala



Pääasiallinen työaikamuoto



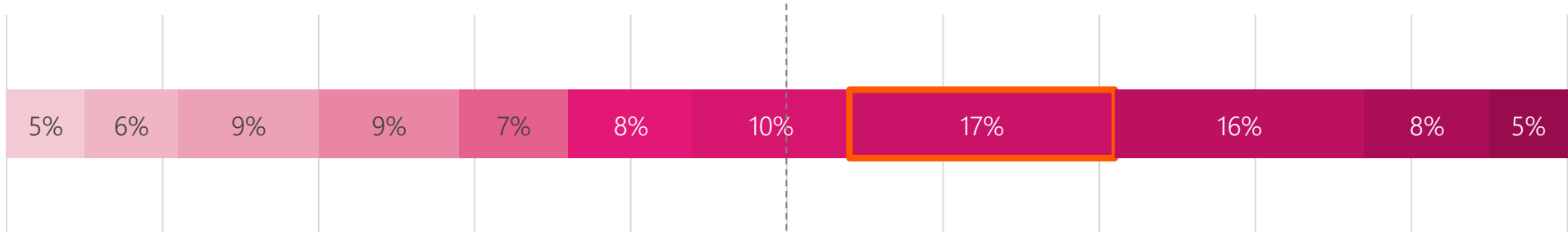
Stressi, kuormittuminen ja palautuminen

Stressiä, haasteita palautumisessa, vähintään melko hyvä terveydentila

- Yli puolet vastaajista kokee stressiä vähintään tasolla 6 asteikolla 0:sta ("Ei lainkaan") 10:een ("Erittäin paljon")
 - Lähes 30 % vähintään tasolla 8
- Yli puolet vastaajista kokee palautumisensa olevan enintään tasolla 5 asteikolla 0:sta ("Ei lainkaan") 10:een ("Erittäin paljon")
 - Noin 15 % enintään tasolla 2
- Yli puolet vastaajista kokee oman terveydentilansa vähintään melko hyväksi
 - Alle 10 % huonoksi tai melko huonoksi

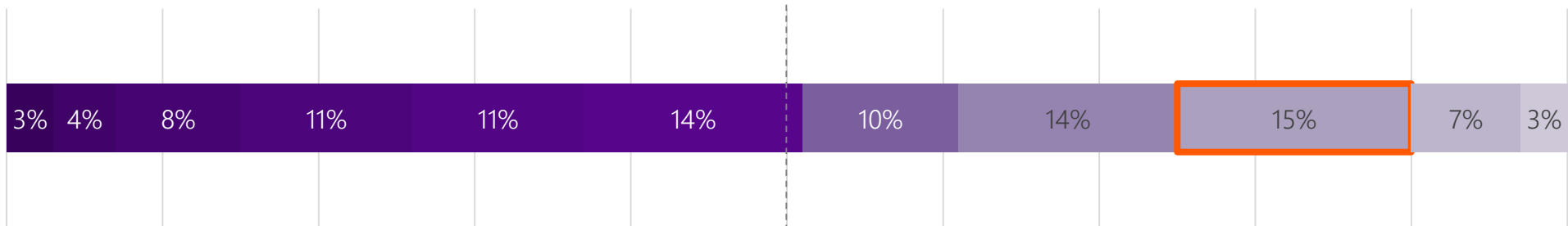
Ei lainkaan
 1
 2
 3
 4
 5
 6
 7
 8
 9
 Erittäin paljon

Stressi



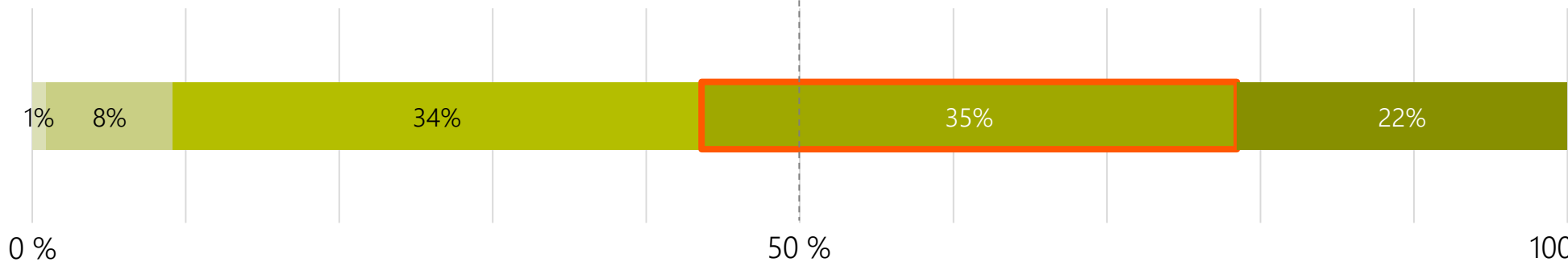
Ei lainkaan
 1
 2
 3
 4
 5
 6
 7
 8
 9
 Erittäin paljon

Palautuminen



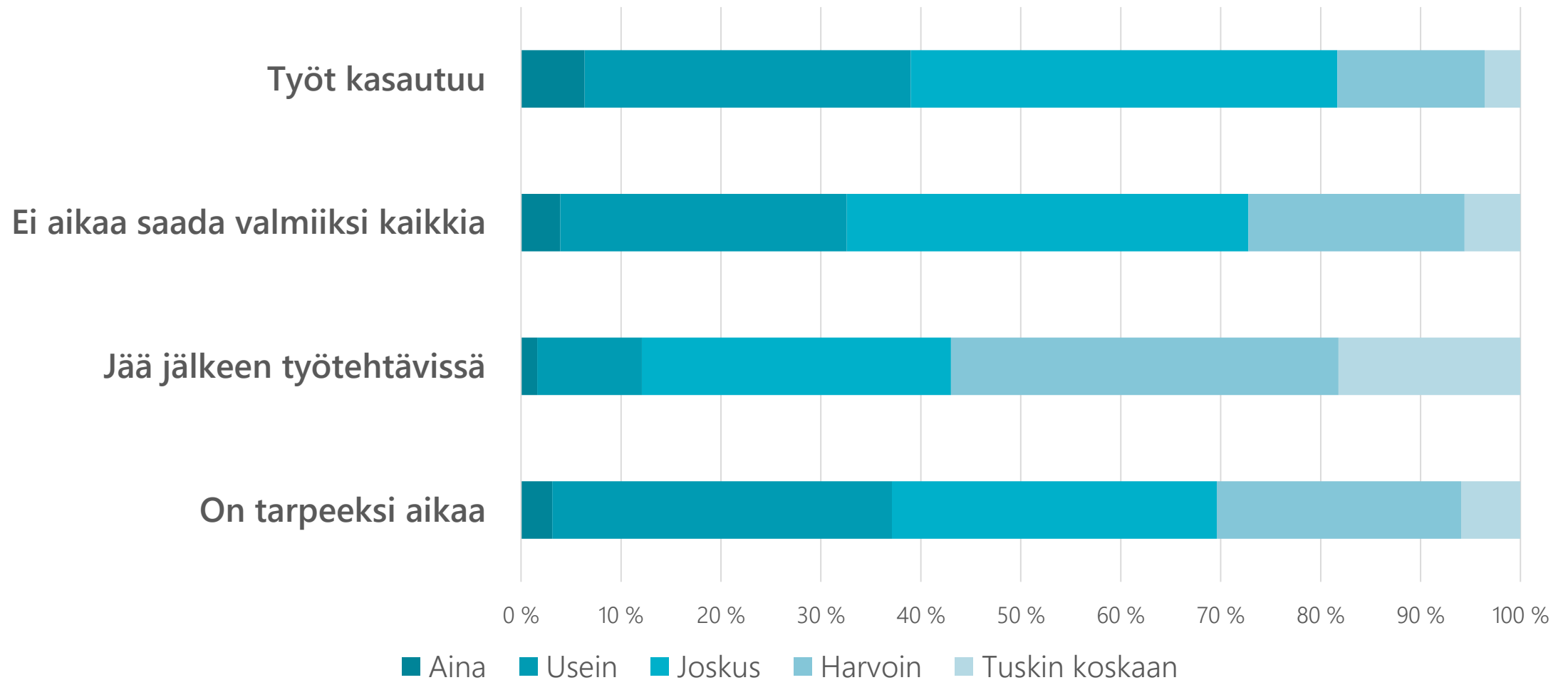
Huono
 Melko huono
 Keskitasoinen
 Melko hyvä
 Hyvä

Terveydentila



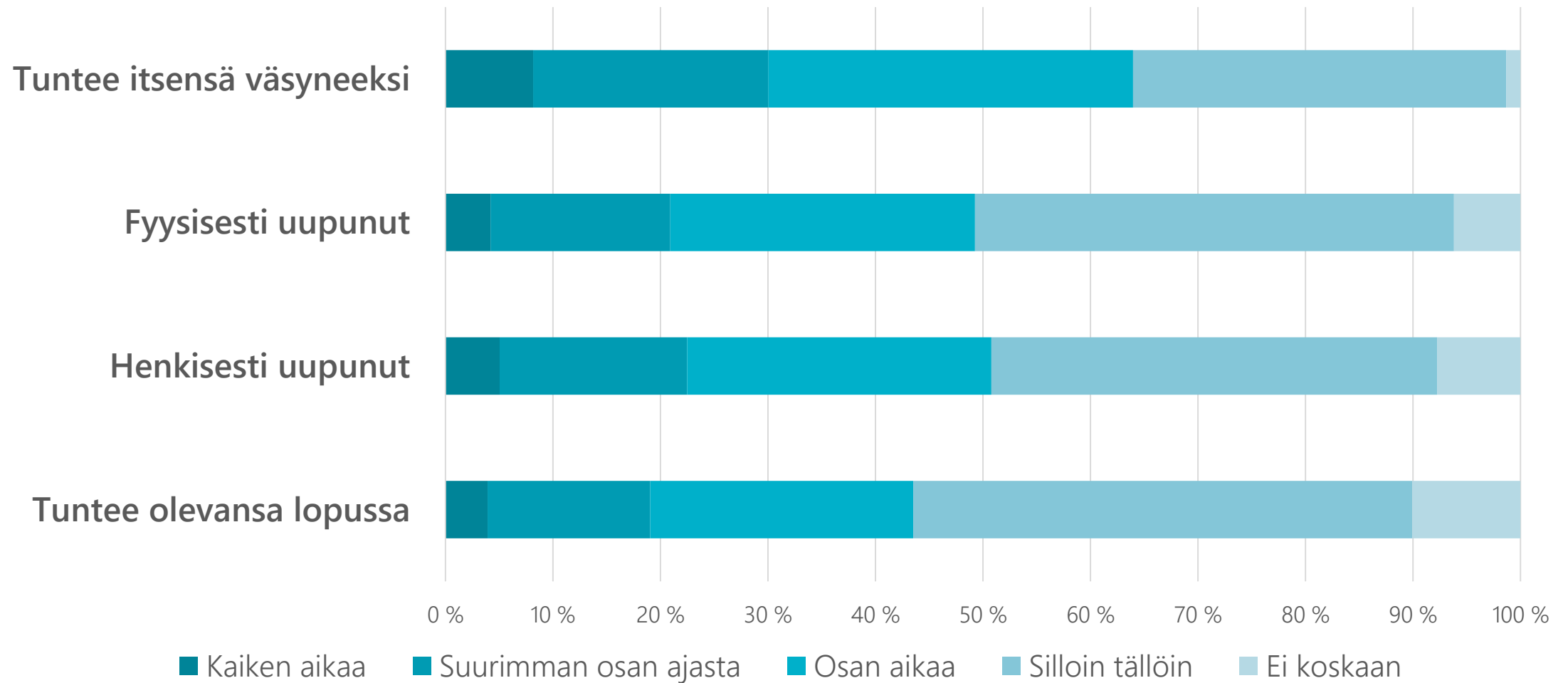
Työt kasautuu, aika loppuu, mutta tehtävät tulevat yleensä lopulta tehtyä

- Lähes 40 %:lla työt kasautuu aina tai usein
- Yli 30 %:lla ei ole aikaa saada kaikkia työtehtäviä valmiiksi aina tai usein
- Vain reilu 10 % kuitenkin jää työtehtävissään jälkeen aina tai usein
- Alle 40 %:lla on tarpeeksi aikaa työtehtävilleen aina tai usein



Merkittävää väsymystä, uupumista, loppuun palamisen uhkaa

- Noin 30 % vastaajista tuntee itsensä väsyneeksi kaiken aikaa tai suurimman osan ajasta
- Reilu viidennes vastaajista tuntee olevansa fyysisesti uupunut kaiken aikaa tai suurimman osan ajasta
- Lähes neljännes vastaajista tuntee olevansa henkisesti uupunut kaiken aikaa tai suurimman osan ajasta
- Lähes neljännes tuntee olevansa lopussa kaiken aikaa tai suurimman osan ajasta



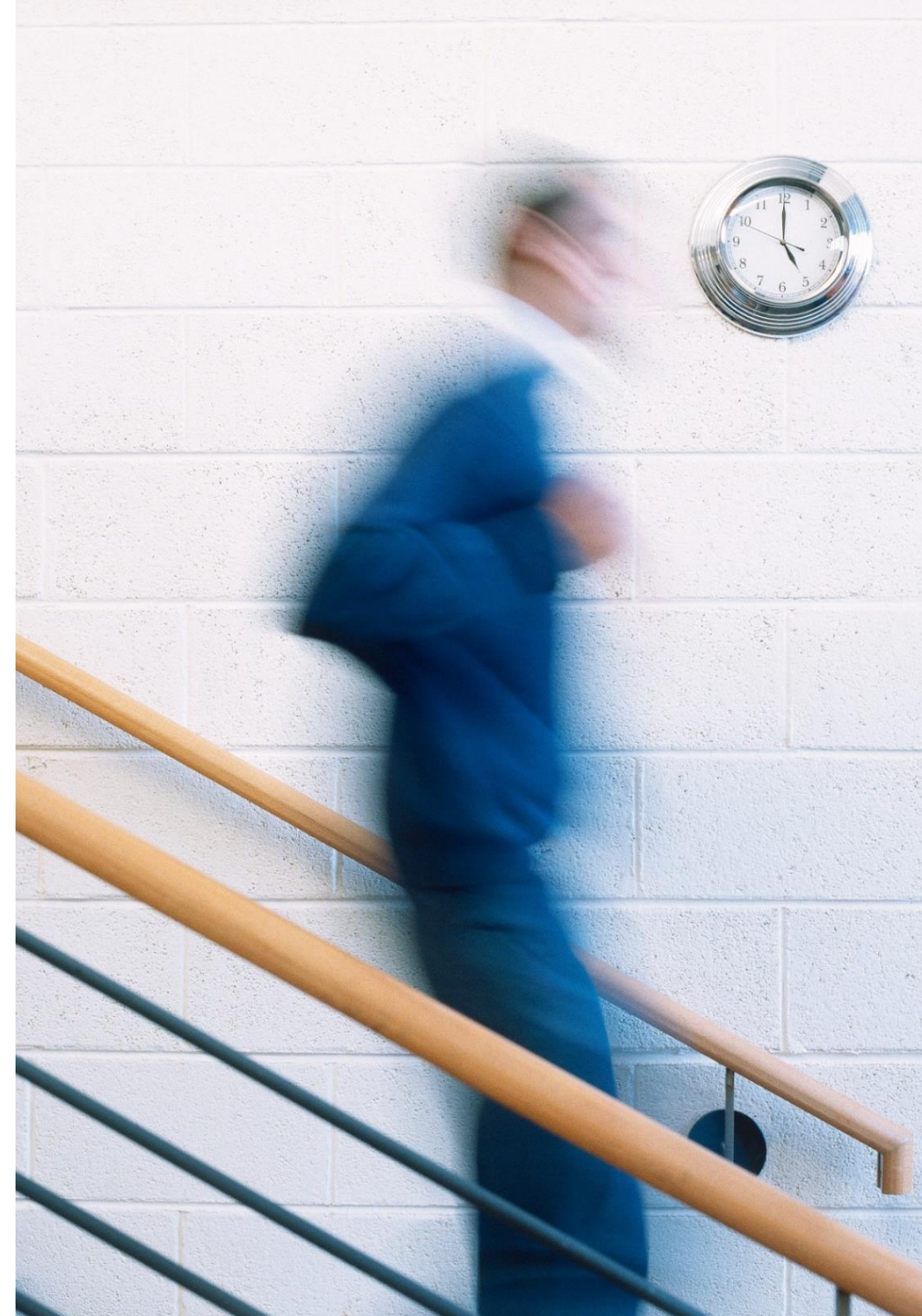
Työn kognitiiviset vaatimukset

Vaativaa, tiedonkäsittelykykyjä kuormittavaa aivotyötä

- Vastuuta muiden terveydestä
- Asiakkaiden tunteiden huomioimista
- Yksityiskohtaisen tiedon muistamista
- Tiimityötä
- Lukemista ja kirjoittamista
- Jatkuvaa huomion siirtämistä
- Useiden asioiden tarkkailua

Työssä kuormittaa

- Epäselvät ohjeet
- Ristiriitaiset ohjeet
- Kiire
- Puhehäly
- Huomion siirto
- Keskeytykset

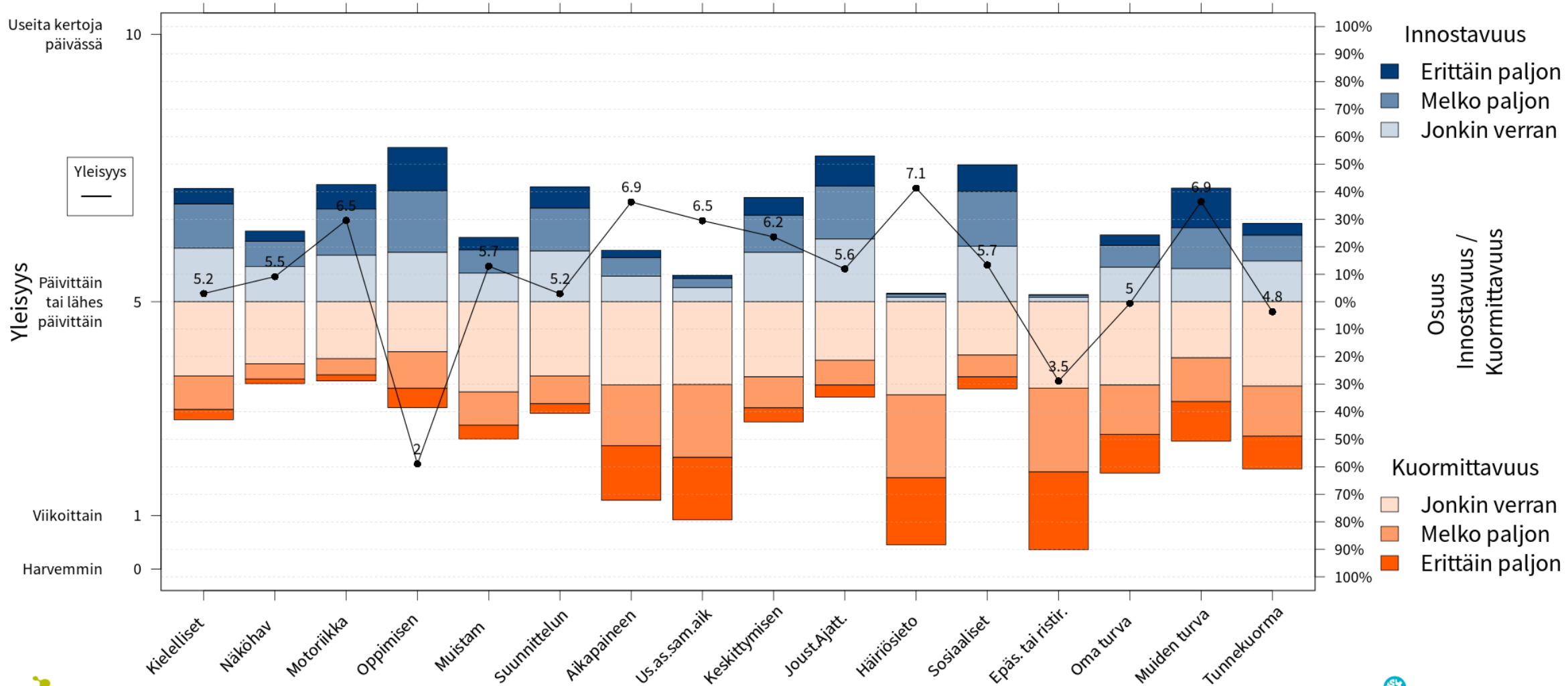


Työssä innostaa

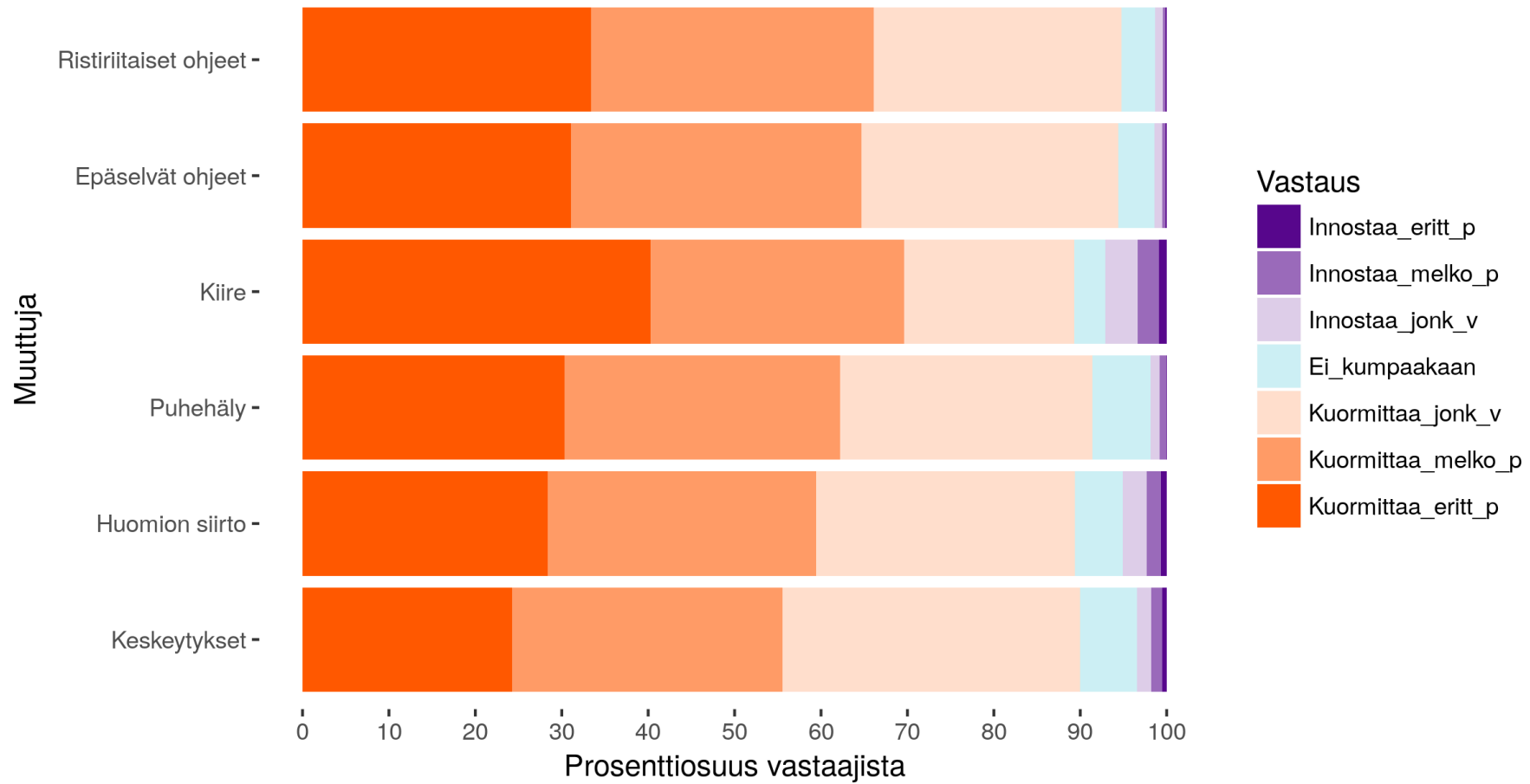
- Tiimityö, työskentely ryhmässä
- Luova ajattelu, ideointi, innovointi
- Uusien työtapojen tai menetelmien oppiminen
- Tietojen tai osaamisen päivittäminen
- Uusien vaihtoehtoisten ratkaisujen löytäminen
- Puhuttujen ohjeiden tai keskustelujen kuunteleminen

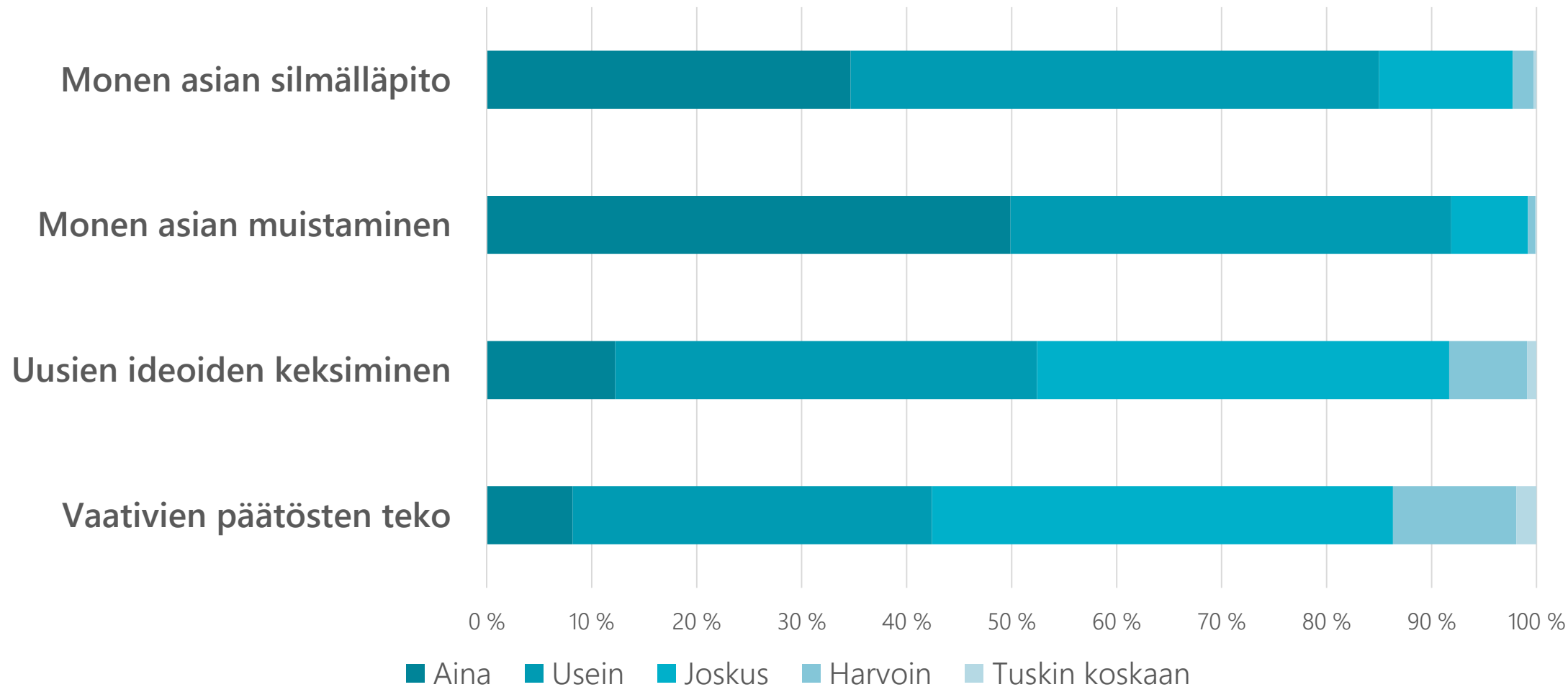
N=5509

Työn kognitiiviset vaatimukset: Kaikki



Kuusi kuormittavinta työn tiedonkäsittelyn vaatimusta







Työterveyslaitos

HYVINVOINTIA TYÖSTÄ

Kiitos!



ttl.fi
ttl.fi/aivotyo
aivotyo@ttl.fi



@tyoterveys
@fioh
@aivotyo



tyoterveyslaitos



tyoterveys



Tyoterveyslaitos

