

Työterveyslaitos

# Voimavaroja ja psykososiaalisen työkuormituksen hallintaa Tuloksia Työsuojelupaneelista

Erytisasiantuntija Hanna Uusitalo

[hanna.uusitalo@ttl.fi](mailto:hanna.uusitalo@ttl.fi)

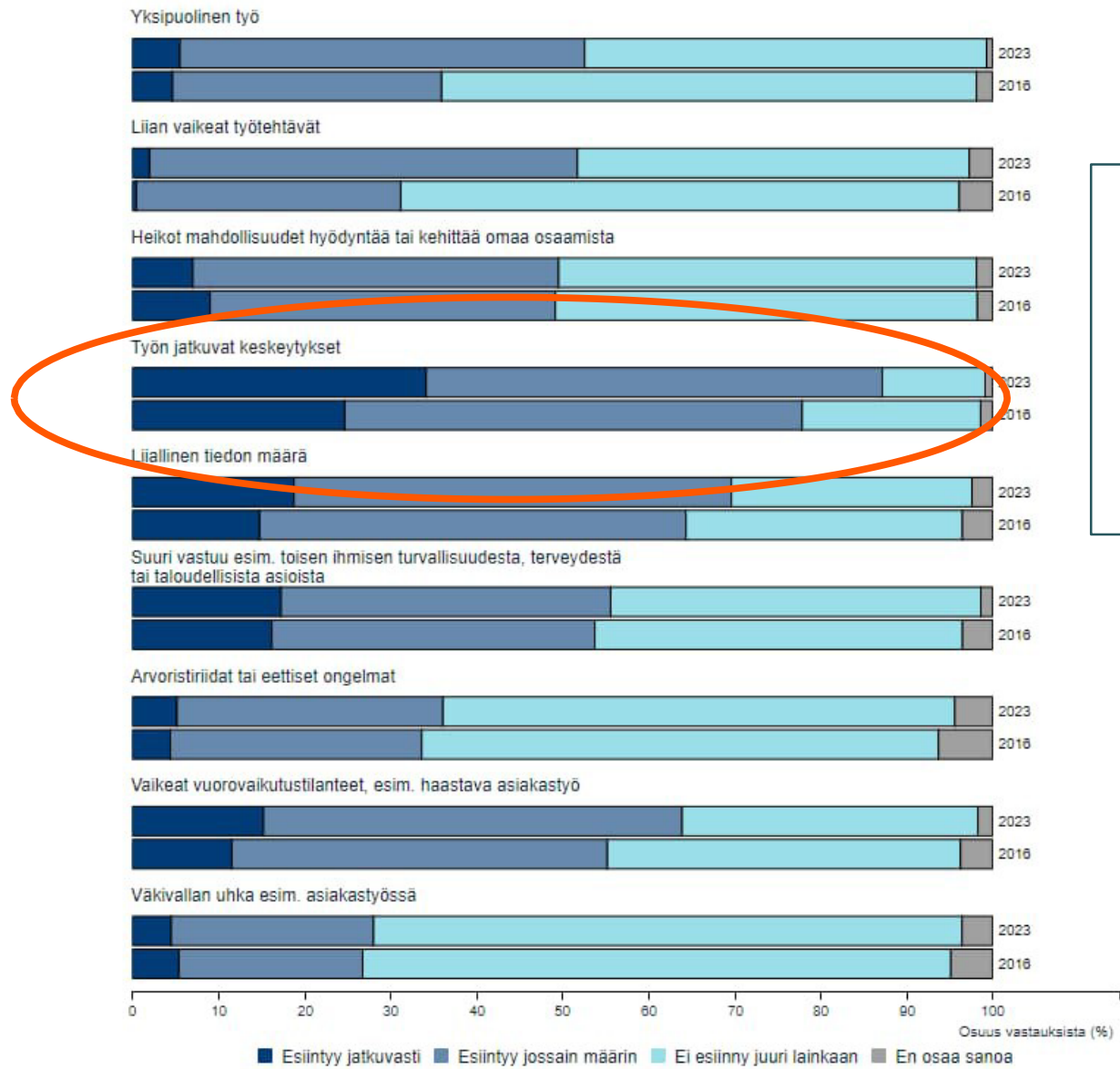
# Työsuojelupaneeli (Työterveyslaitos ja Työturvallisuuskeskus)

- Vuosittainen kysely
  - Vakiokysymykset
  - Vaihtuva teema
- Otos Työsuojeluhenkilörekisteristä
  - N. 2000 työsuojelupäällikköä
  - N. 2000 työsuojeluvaltuutettua
  - Vastaajia n. 500 hlöä
- Teema psykososiaaliset tekijät
  - 2016: 822 (68% tsv, 32% tsp)
  - 2023: 597 (65% tsv, 35% tsp)

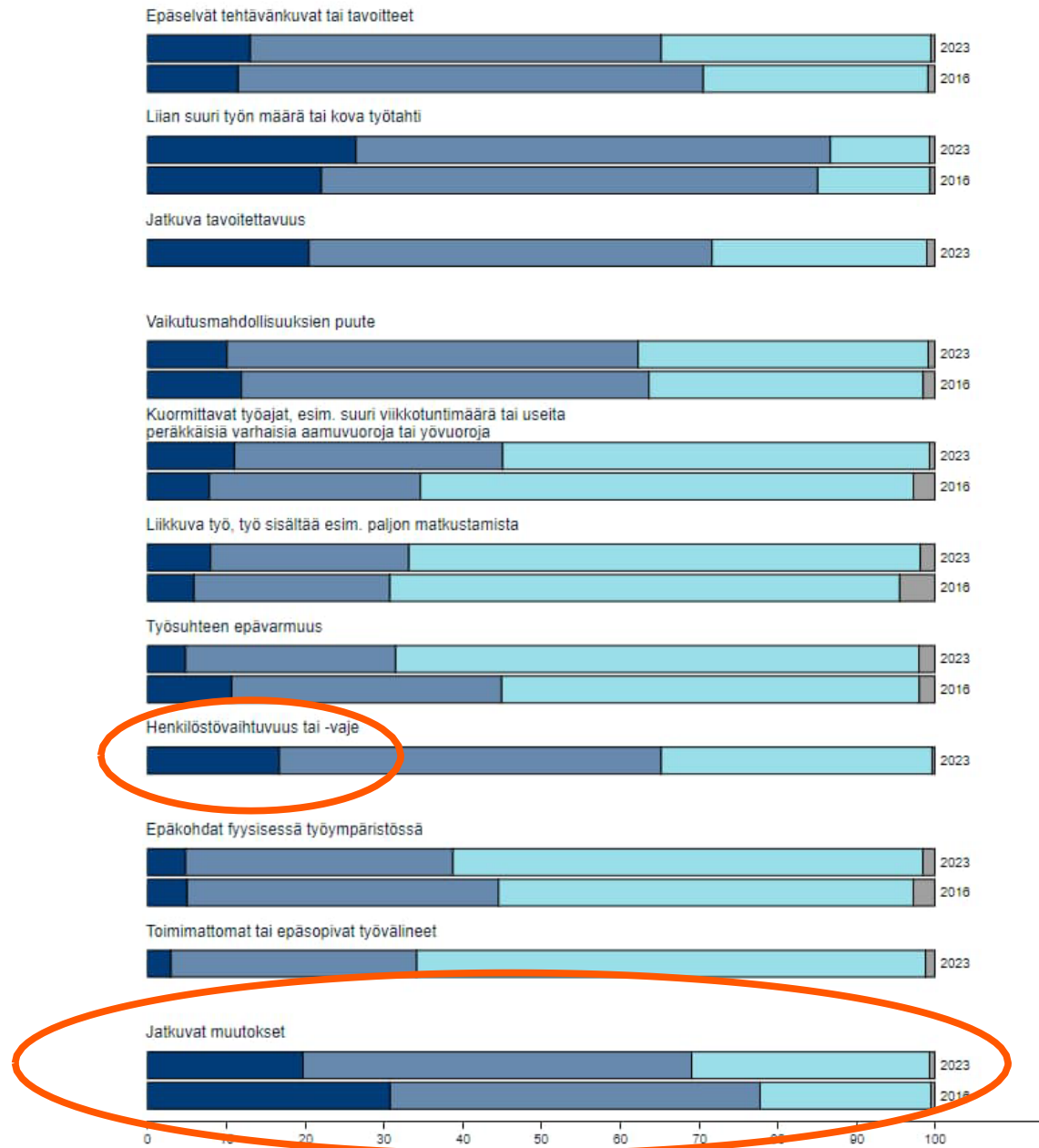


[www.tyoelamatieto.fi](http://www.tyoelamatieto.fi)



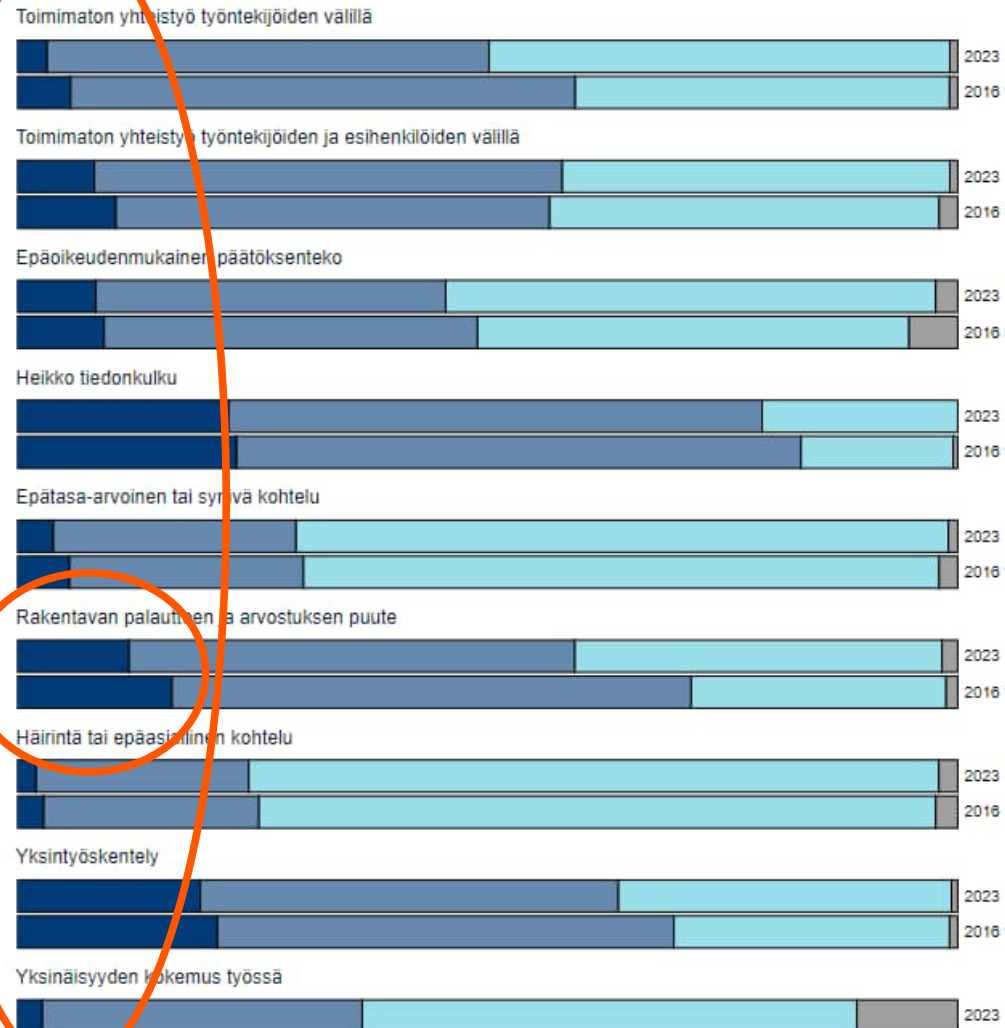


Useimmiten esiintyy:  
 Työn jatkuvat keskeytykset  
 Esiintyy jatkuvasti 34 %  
 Esiintyy jossain määrin 53 %



Esiintyy jatkuvasti  
 2016: 31%  
 2023: 20 %

MISSÄ MÄÄRIN SEURAAVIA SOSIAALISIIN SUHTEISIIN TAI VUOROVAIKUTUKSEEN LIITTYVIÄ KUORMITUSTEKIJÖITÄ ESIINTYY TYÖPAIKALLASI?

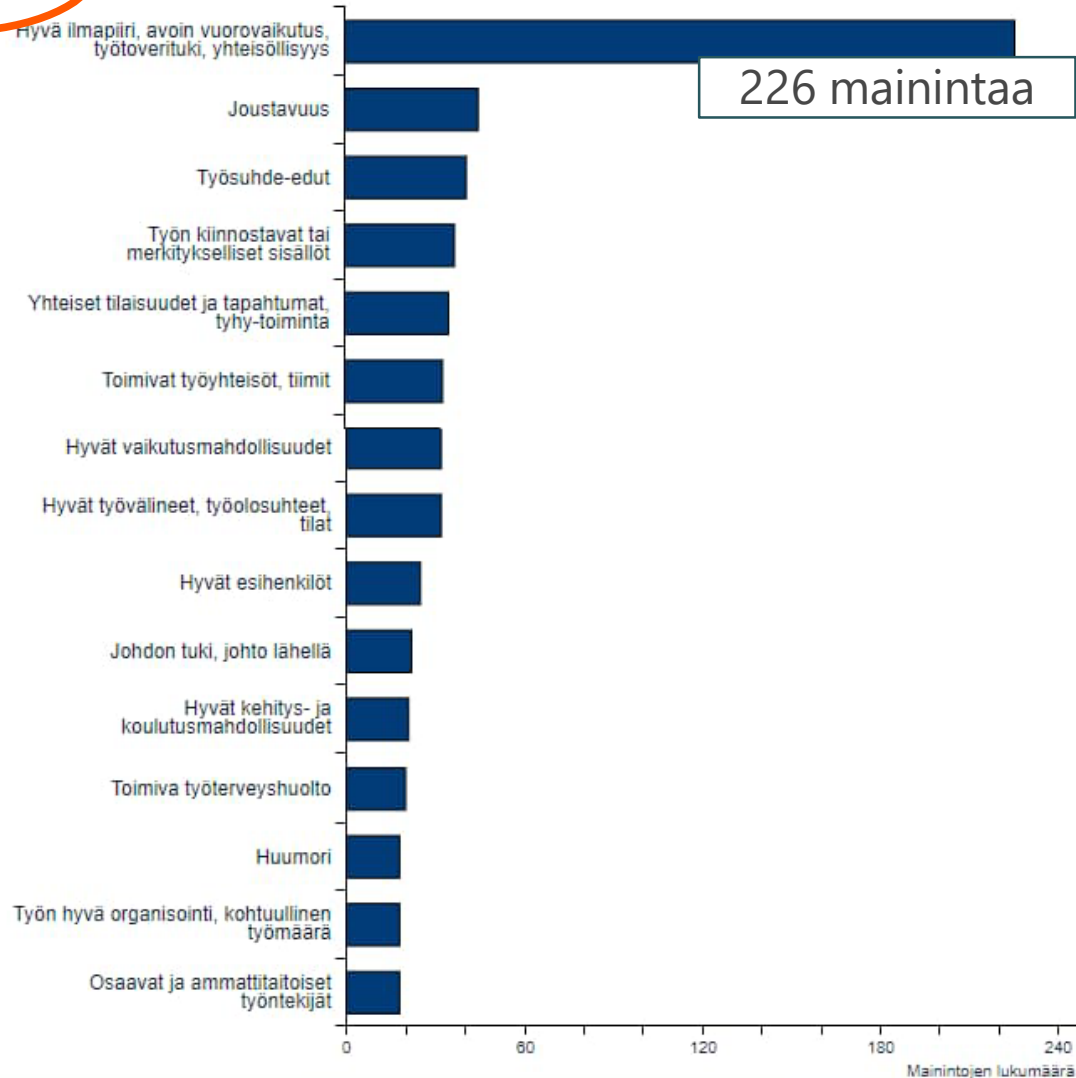


Esiintyy jatkuvasti 12 %  
Esiintyy jossain määrin 47 %

## MITÄ VOIMAVARATEKIJÖITÄ OLETTE TUNNISTANEET TYÖPAIKALLASI?

Voimavaratekijöillä tarkoitetaan työssä hyvin olevia asioita, jotka edistävät henkilöstön työssä jaksamista.

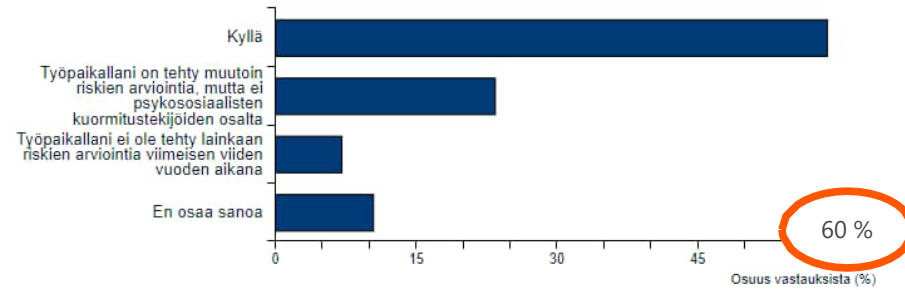
387 vastausta



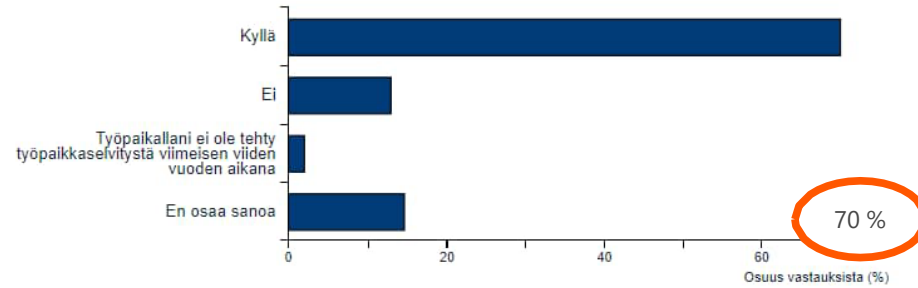
### Lainauksia vastauksista:

- "Yhteistyössä hyvin toimivat työparit, hyvä yhteishenki."
- "Joustoa löytyy työaikojen järjestämiseen työntekijän tarpeiden (esim. perhetilanteen) mukaan"
- "Hyvät lounasvaihtoehdot."
- "Arvot ja merkityksellinen työ."
- "Tyhy- tunnit"
- "Ainoa mikä tulee vastaan niin työyhteisöt jotka ovat pitkään tehneet yhdessä töitä."
- "Mahdollisuus vaikuttaa omiin työtehtäviin ja työaikoihin."
- "Ensiluokkaiset työvälineet."
- "Esihenkilön tuki ja luottamus."
- "Johtoportaan tuki."
- "Työntekijöiden kouluttaminen ja perehdytyksestä kehittäminen."
- "Terveyshuoltopalvelut."
- "Mukavat huumorintajuiset työkaverit."
- "Osa osaa myös priorisoida ja rajata työnsä niin, että työt tulevat tehdyiksi, mutta itseä ei vedetä jaksamisen ääri rajoille."
- "Varsinaisessa ammattiosaamisessa paljon vertaistukea, koska paljon hyviä ammattilaisia. "

## ONKO TYÖPAIKALLASI TEHTY PSYKOSOSIAALISTEN KUORMITUSTEKIJÖIDEN RISKIEN ARVIOINTIA?

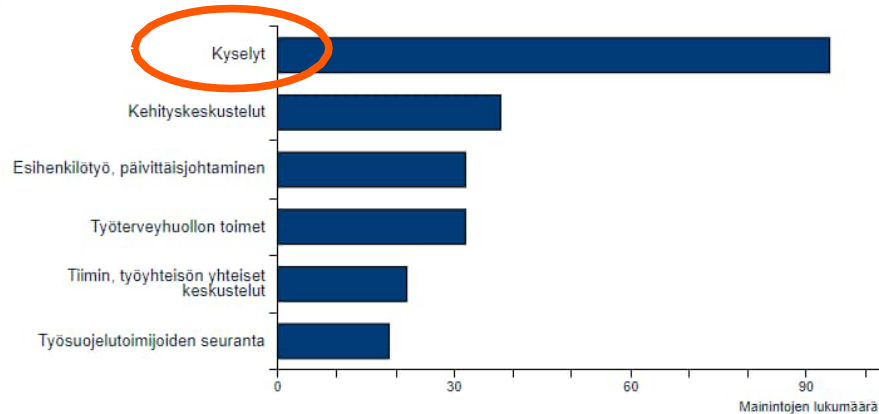


## ONKO TYÖTERVEYSHUOLLON TOTEUTTAMASSA TYÖPAIKKASELVITYKSESSÄ TARKASTELTU PSYKOSOSIAALISIA KUORMITUSTEKIJÖITÄ JA ARVIOITU NIIDEN MERKITYSTÄ TERVEDELLE JA TYÖKYVYLLE?



## MITÄ MUITA KEINOJA TYÖPAIKALLASI ON KÄYTÖSSÄ PSYKOSOSIAALISEN KUORMITUKSEN ARVIOINTIIN?

212 vastausta



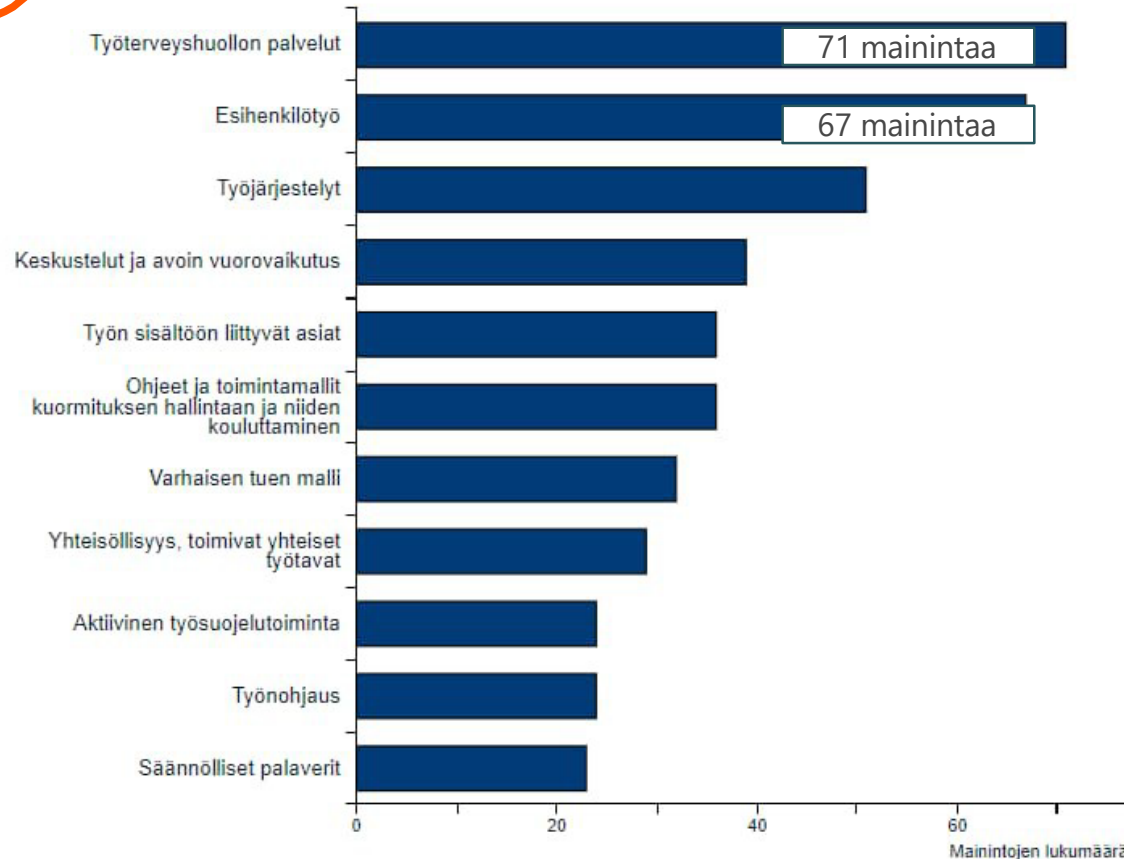
### Lainauksia vastauksista:

- "Henkilöstökyselyssä kysytään vuosittain kuormittumiseen liittyviä kysymyksiä"
- "Henkilökohtaiset kehityskeskustelut vuosittain (työntekijä/esimies keskustelut)"
- "Avoin keskusteluyhteys esimiehen ja työntekijän välillä"
- "Tarvittaessa erikseen suunnattu työterveyshuollon työpaikkaselvitys"
- "Noin kahden viikon välein keskustellaan prosessien ja työolojen tilanteesta ja parantamisesta."
- "Työsuojelualtutettu käy useamman kerran vuodessa toimipaikoissa ja kontaktoi henkilöstöä myös sähköisesti"



## MITÄ PSYKOSOSIAALISEN KUORMITUKSEN HALLINTAKEINOJA TYÖPAIKALLASI ON KÄYTÖSSÄ?

233 vastausta



## Lainauksia vastauksista:

- "Mielenterveyspalvelut työterveydessä"
- "Kullakin työntekijällä on säännöllinen, jokakuinen palaveri esihenkilönsä kanssa"
- "Työn tauottaminen, kahvi- ja lounastauot"
- "Henkistä kuormitusta koskevat keskustelutilaisuudet työryhmissä"
- "Selkeät vastualueet"
- "Toimintaohjeita ennlta ehkäisevään toimintaan ja tunnistamiseen"
- "Olemme kehittäneet yhdessä tekemisen kulttuuria."
- "Meillä on aktiivinen työhyvinvointitoimikunta, joka pyrkii kehittämään työhyvinvointia ja jaksamista työssä."
- "Toimivat palaverikäytännöt"

# Yhteenvetoa ja pohdintaa

- Esihenkilötyö ja päivittäisjohtaminen esillä
- Kehityskeskustelut ja one-to-one -käytännöt sekä psykosos. kuormituksen arviointia että hallintaa
- Avoin jatkuva vuorovaikutus tärkeää
- Henkilöstökysely käytetty keino tunnistaa psykosos. kuormitusta
- Työterveyshuolto keskeinen kumppani kuormituksen hallinnassa



Työterveyslaitos

**Kiitos!**

[hanna.uusitalo@ttl.fi](mailto:hanna.uusitalo@ttl.fi)

**LISÄÄ ASIAA TYÖELÄMÄSTÄ?  
SEURAA TYÖTERVEYSLAITOSTA SOMESSA JA  
VIERAILE VERKKOSIVUILLAMME TTL.FI**