

Työajat, terveys, työhyvinvointi ja työelämään osallistuminen - työaikoihin liittyvien uusien toimintamallien ja ratkaisujen luominen pohjoismaihin WOW

Työajat ovat viime vuosina muuttuneet aiempaa joustavammiksi, mutta työajoissa esiintyy edelleen suuria sosioekonomisia, ikään ja sukupuoleen liittyviä eroja. Edelleen noin viidesosa palkansaajista, pääosin alemmissa sosioekonomisissa ryhmissä, tekee vuorotyötä, jossa työajat ovat tarkoin määrätty.

Aikataulu

1.6.2015 - 31.5.2021

Tavoitteet

Työajat liittyvät terveyteen, työn ja muun elämän yhteensovittamiseen ja tuottavuuteen. Erityisesti vaikutusmahdollisuudet työaikoihin näyttäisivät olevan yhteydessä terveyteen, työn ja muun elämän yhteensovittamiseen ja työurien pituuteen. Keskustelu optimaalisista viikko-, vuosi- ja koko työuran mittaisista työajoista liittyy siten työelämän tuottavuuteen yksilötason työhyvinvointi- ja terveystieteiden lisäksi. Onkin odotettavissa, että työaikojen kehittäminen tarjoaa useita mahdollisuuksia työhyvinvoinnin ja tuottavuuden lisäämiseen.

Tämän tutkimushankkeen oletuksena on, että kroonisia sairauksia, sairauspoissaoloja ja tapaturmia voidaan vähentää palautumista ja työn sekä muun elämän yhteensovittamista tukevilla työajoilla. Oletamme edelleen, että terveyttä ja työhyvinvointia voidaan tukea unta ja työaikojen yksilöllistä hallintaa edistävillä toimintamalleilla. On mahdollista, että työaikojen joustoilla, osa-

aikatyöllä ja muilla yksilöllisillä työaikatratkaisuilla voidaan tukea työelämään osallistumista pienten lasten vanhemmilla, ikääntyneillä ja osatyökykyisillä.

Hankkeen päätavoitteena on kehittää työaikoihin liittyviä, tutkittuja toimintamalleja ja ratkaisuja terveyden, työhyvinvoinnin sekä työelämään osallistumisen tukemiseksi Pohjoismaissa. Hankkeessa kehitetään vaikuttavia työaikamalleja erityisesti naisille ja ikääntyville, joilla on usein haastavat työajat elämäntilanteen, toimintakykyyn tai terveyden kannalta. Keskeisiä työhyvinvointiin liittyviä tutkimuksen käsitteitä ovat palautuminen, terveys sekä työn ja muun elämän yhteensovittaminen.

Rahoittaja

Hanketta rahoittaa NordForsk (28 milj. NOK).

Hankkeeseen osallistuvat organisaatiot

Työterveyslaitos koordinoi hanketta. Hankkeen johtaja on tutkimusprofessori Mikko Härmä.

MUUT HANKKEESEEN OSALLISTUVAT ORGANISAATIOT:

- Tampereen yliopisto, Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö.
Yhteyshenkilö prof. Jouko Nätti
- University of Stockholm, Stress Research Centre (SRC), Sweden.
Yhteyshenkilö assist. prof. Göran Kecklund
- Karolinska Institute, Department of Neuroscience, Sweden. Yhteyshenkilö prof. Torbjörn Åkerstedt
- National Institute of Occupational Health, Norway. Yhteyshenkilö Dr. Jenny-Anne S. Lie
- University of Bergen, Department of Public Health, Norway. Yhteyshenkilö prof. Bjørn Bjorvatn
- National Research Centre on Working Environment, Denmark. Yhteyshenkilö prof. Anne Helene Garde
- University of Copenhagen, Denmark. Yhteyshenkilö prof. Åse Marie Hansen
- Aarhus University, Denmark. Yhteyshenkilö prof. Henrik Kolstadt
- Danish Cancer Society, Denmark. Yhteyshenkilö Dr. Johnny Hansen.

Aineistot ja menetelmät

Hankkeen ensimmäisessä osassa (WP1) tutkitaan työaikoihin liittyviä yhteiskunnallisia ja sosiaalisia kehityssuuntia hyödyntäen sekä Pohjoismaiden omia, kansallisesti edustavia työolotutkimuksia että Euroopan työolotutkimusta. Tavoitteena on tunnistaa keskeisiä muutoksia työajoissa ja kohderyhmiä työaikojen kehittämisinterventioihin.

Hankkeen toisessa osassa (WP2) tutkitaan vuorotyön eri piirteiden ja työaika-autonomian vaikutuksia terveyteen, sairastavuuteen, työn ja muun elämän yhteensovittamiseen sekä työelämään osallistumiseen hyödyntämällä laajoja prospektiivisiä kohorttitutkimuksia eri Pohjoismaissa. Tutkimuksissa selvitetään muuntuvatko työaikojen vaikutukset työhyvinvointiin ikään, sukupuoleen sekä osatyökyisyyteen perustuvissa osaryhmissä.

Hankkeen kolmannessa osassa (WP3) kehitetään ja testataan yhdeksässä interventiotutkimuksessa ja kahdessa muussa tutkimuksessa yksilöllisiä ja organisatorisia työaikoihin liittyviä interventiota liittyen vuorotyöhön, joustaviin työaikoihin asiantuntijoilla sekä 24/7 työaikoihin turvallisuuskriittisissä ammateissa. Tavoitteena on terveyden, työn ja muun elämän yhteensovittamisen sekä työssä osallistumisen lisääminen painopisteenä naiset ja ikääntyneet työntekijät.

Tulokset ja vaikuttavuus

Hankkeen viimeisessä osassa (WP4) tutkimukseen perustuvat ratkaisut, toimintamallit, menetelmät ja ohjeet viedään huolellisesti käytäntöön kaikissa Pohjoismaissa. Hankkeessa luotavan monipuolisen tutkimusyhteistyön avulla luodaan uusi monitieteinen ja korkeatasoinen tutkimusverkosto Pohjoismaisen yhteistyön lisäämiseksi työaikoihin, terveyteen ja työhyvinvointiin liittyen.

Kysy hankkeesta



Mikko Härmä

tutkimusprofessori

Sähköpostiosoite

Mikko.Harma [at] ttl.fi

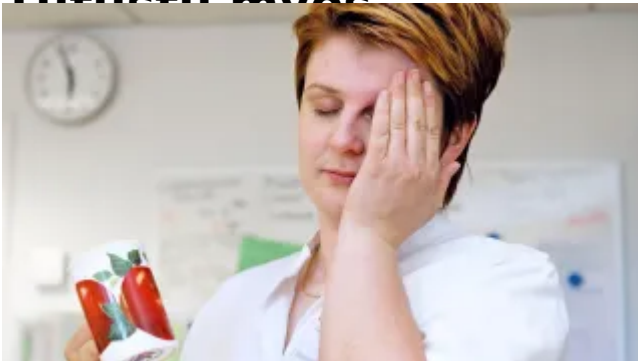
Puhelin

+358 30 474 2729

Lisätietoja

[WOW-loppuraportti](#)

Tutustu myös



[Työaikojen arvioinnin liikennevalomalli](#)

[Hyvin suunnitelluilla työajoilla voidaan vähentää työn kuormittavuutta ja edistää työstä palautumista. Hyvät työajat tukevat...](#)

Seuraa projektia sosiaalisessa mediassa

- [Facebook](#)
- [Twitter](#)

- [LinkedIn](#)
- [Instagram](#)