

# **Työmäärän kasvu ja pelko tuntuvat terveydenhuollon arjessa -Mitä kuuluu -tuloksia**

Jaana Laitinen, johtava asiantuntija, dosentti

Twitter: @laitinen\_jaana



# Vuosittain toteutettava Mitä kuuluu? -kysely sosiaali- ja terveydenhuollon työntekijöille marraskuussa 2020

- Kyselyyn vastasi 24 458 sote-työntekijää (69 % niistä, joille kysely lähetettiin)
- Mukana olivat Siun sote, Eksote, Essote, PPSHP, Päijät-Hämeen hyvinvointikuntayhtymä, Nordlab, Keski-Uudenmaan sote, Kuntayhtymä Kaksineuvoinen ja PSSHP.
- Kysely on toteutettu vuosina 2018, 2019 ja 2020

# Sote-organisaatioissa tehdään työtä työpaikoilla

- Etätyöhön osittain tai kokonaan oli koronan vuoksi siirtynyt vain 14 %
- Etätyöhön siirtyneiden työhyvinvoinnin tilanne oli pääsääntöisesti paremmalla tasolla kuin ei-etätyötä tehneiden

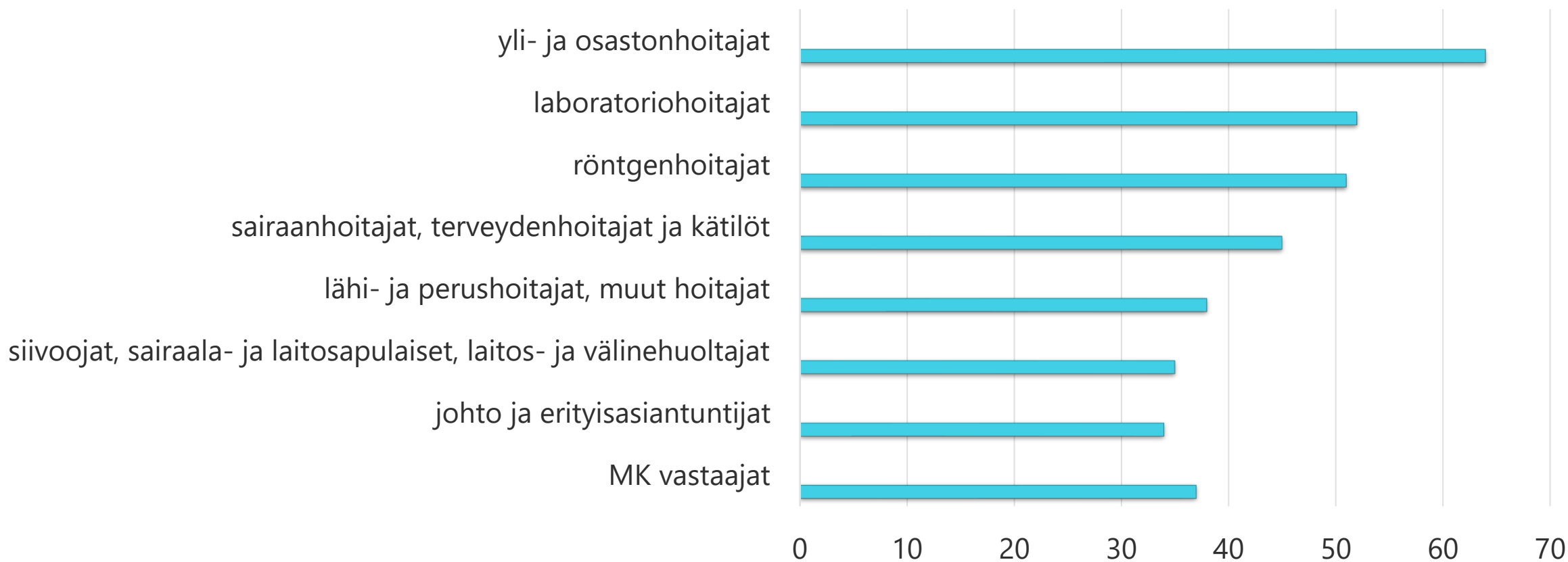


# Joka kolmas sote-työntekijä on koronan vuoksi pelännyt terveytensä puolesta työssään.

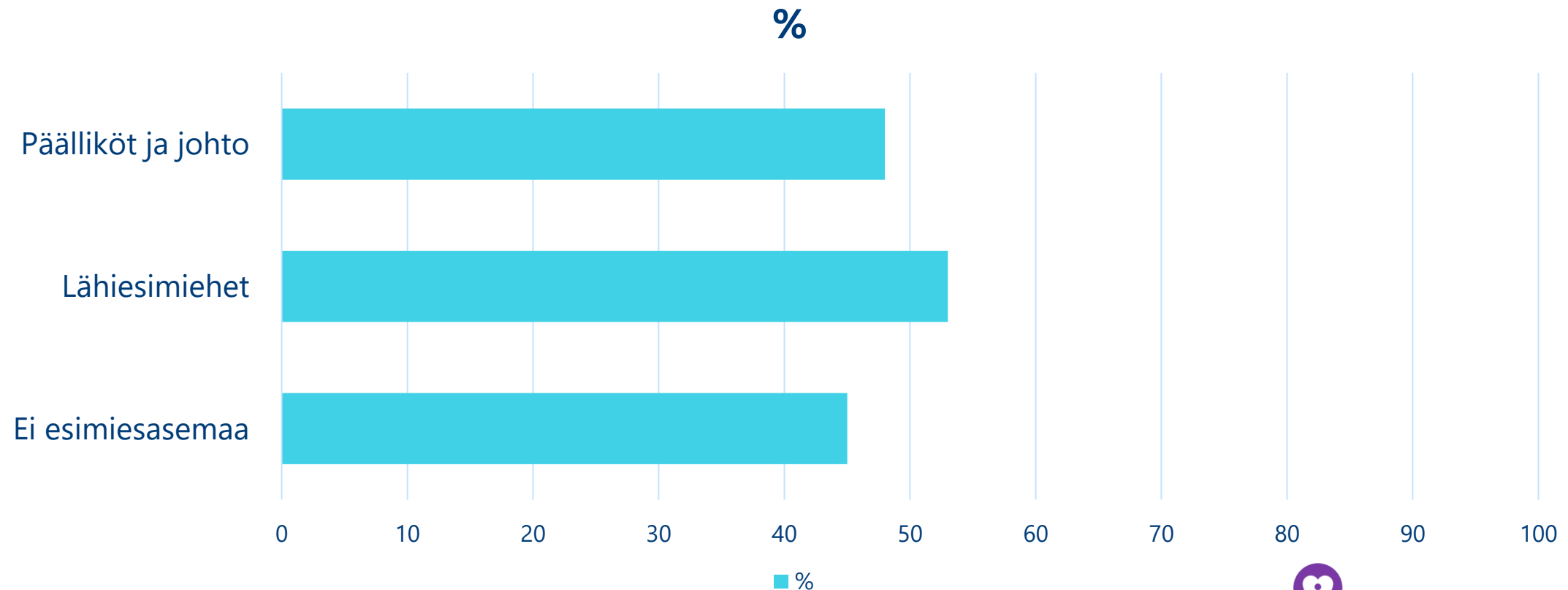
- Eniten terveytensä puolesta pelkäsivät
  - röntgenhoitajat (47 %),
  - sairaanhoitajat, terveydenhoitajat ja kättilöt (41 %),
  - laboratoriotyöntekijät (35 %) ja
  - lähi- ja perushoitajat (34 %).
- Nuorista useammat kuin iäkkäistä



# Niiden vastaajien osuus (%) ammattiryhmittäin, jotka kokivat koronan takia työmäärän kasvaneen



# Koronan takia oli joutunut oppimaan uusia tietoja ja taitoja työssään (% vastaajista esimiesaseman mukaan)



Mitä kuuluu?

**Mitä kuuluu -tulokset osoittavat, että  
koronan kuormittavaa vaikutusta voidaan  
vähentää oikeudenmukaisella ja  
kannustavalla esimiestyöllä**

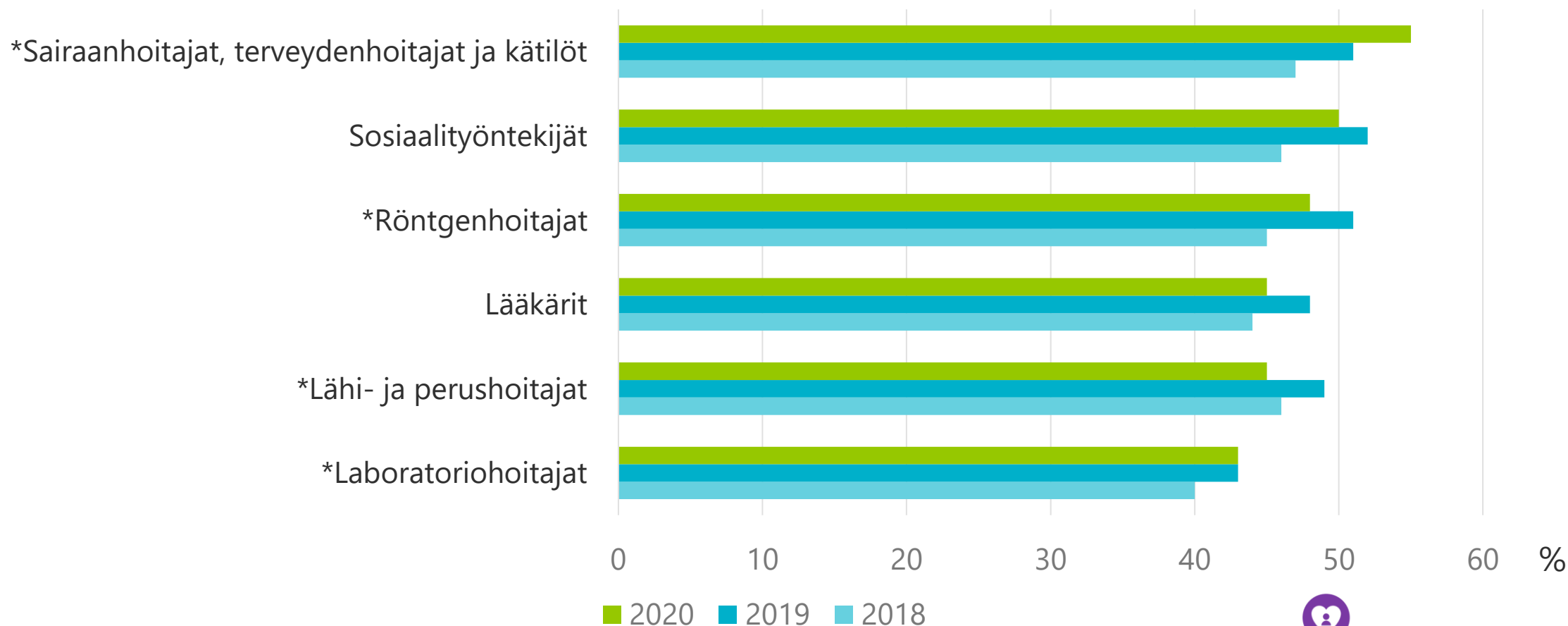


Mitä kuuluu?

**ja että koronan kuormittavaa vaikutusta  
voidaan vähentää työyhteisön hyvällä  
toimivuudella.**



# Ammattiryhmittäin niiden osuudet (%), jotka kokivat epävarmuutta työmäärän lisääntymisestä yli sietokyvyn vuosina 2020, 2019 ja 2018

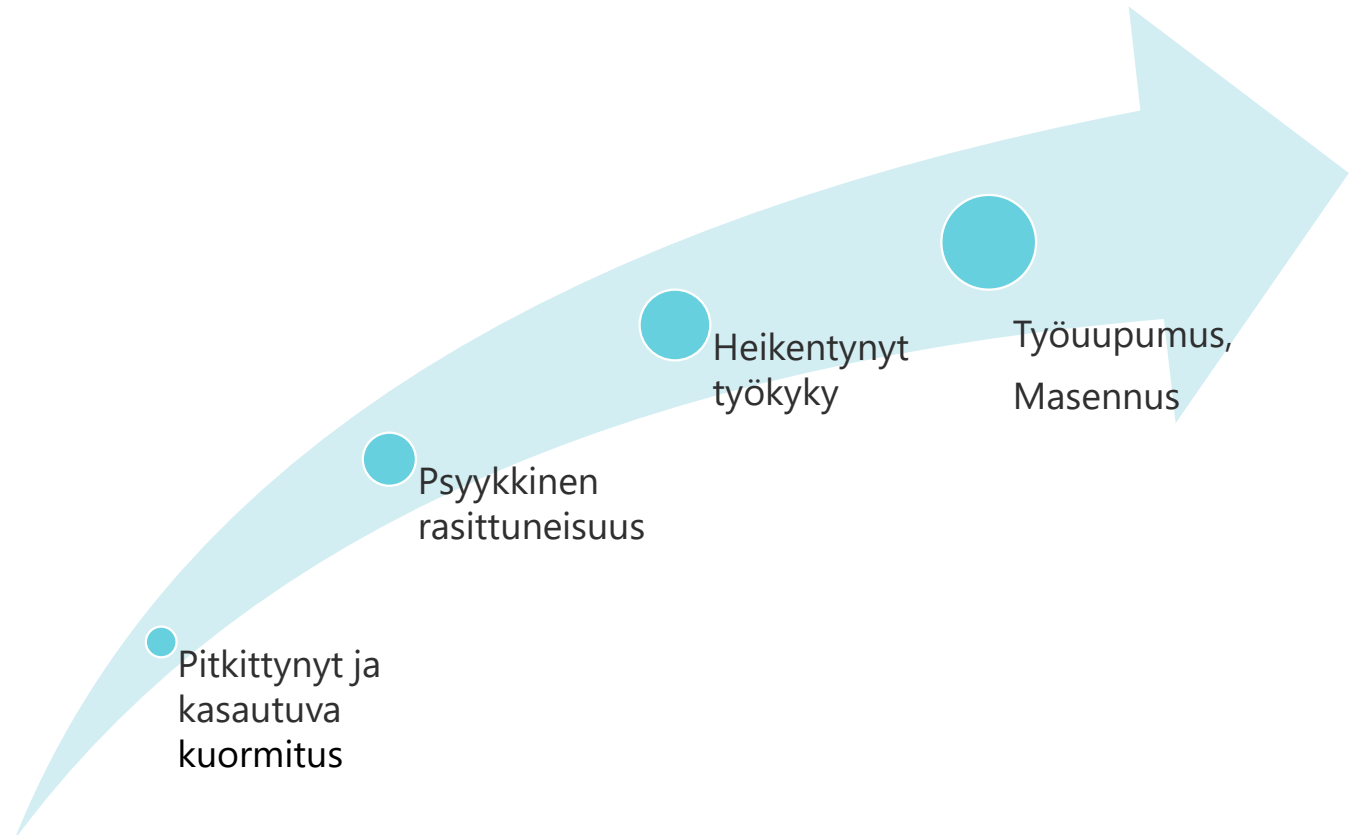
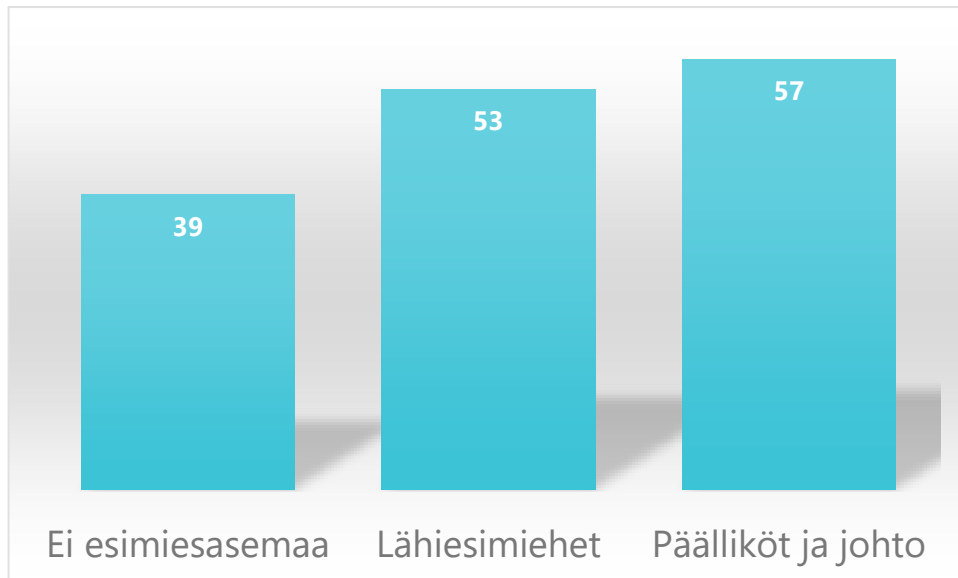


Mitä kuuluu?

# Palautuminen katkaisee stressin aiheuttamien terveyshaittojen kehittymisen.

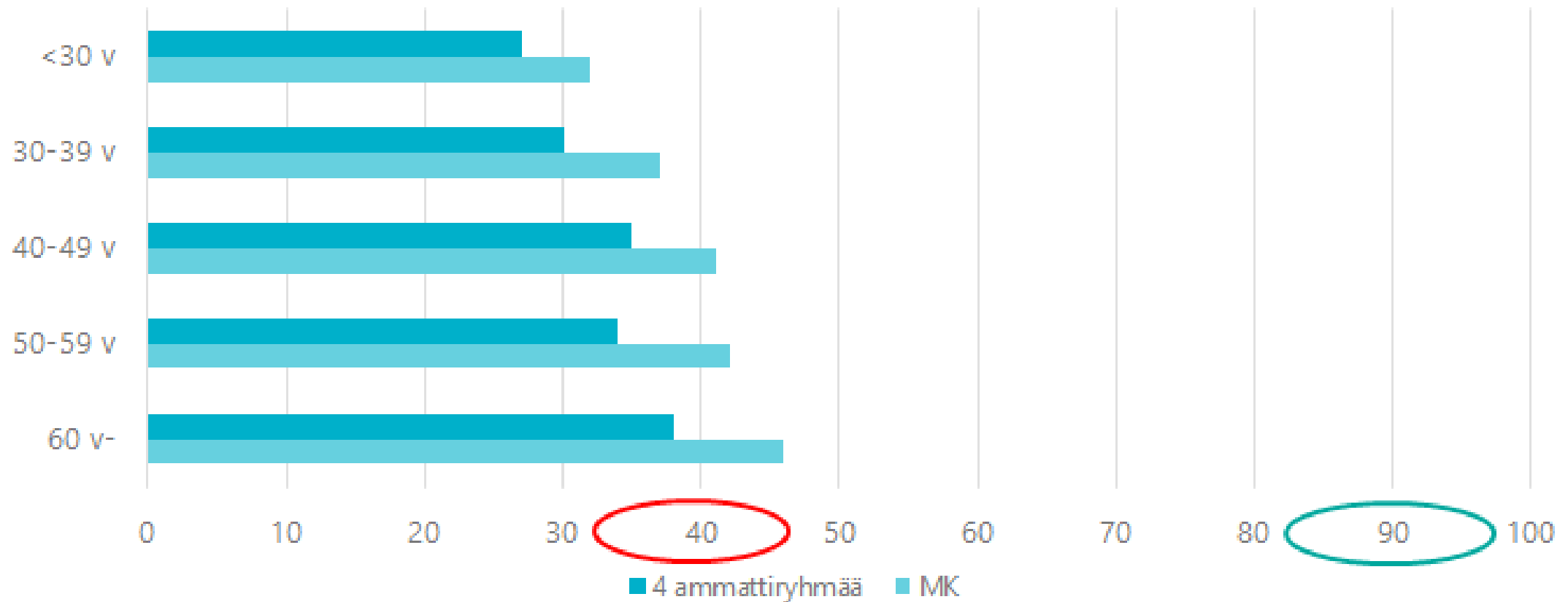
## Riittämätön palautuminen voi johtaa huonolle polulle

### Palautuu hyvin

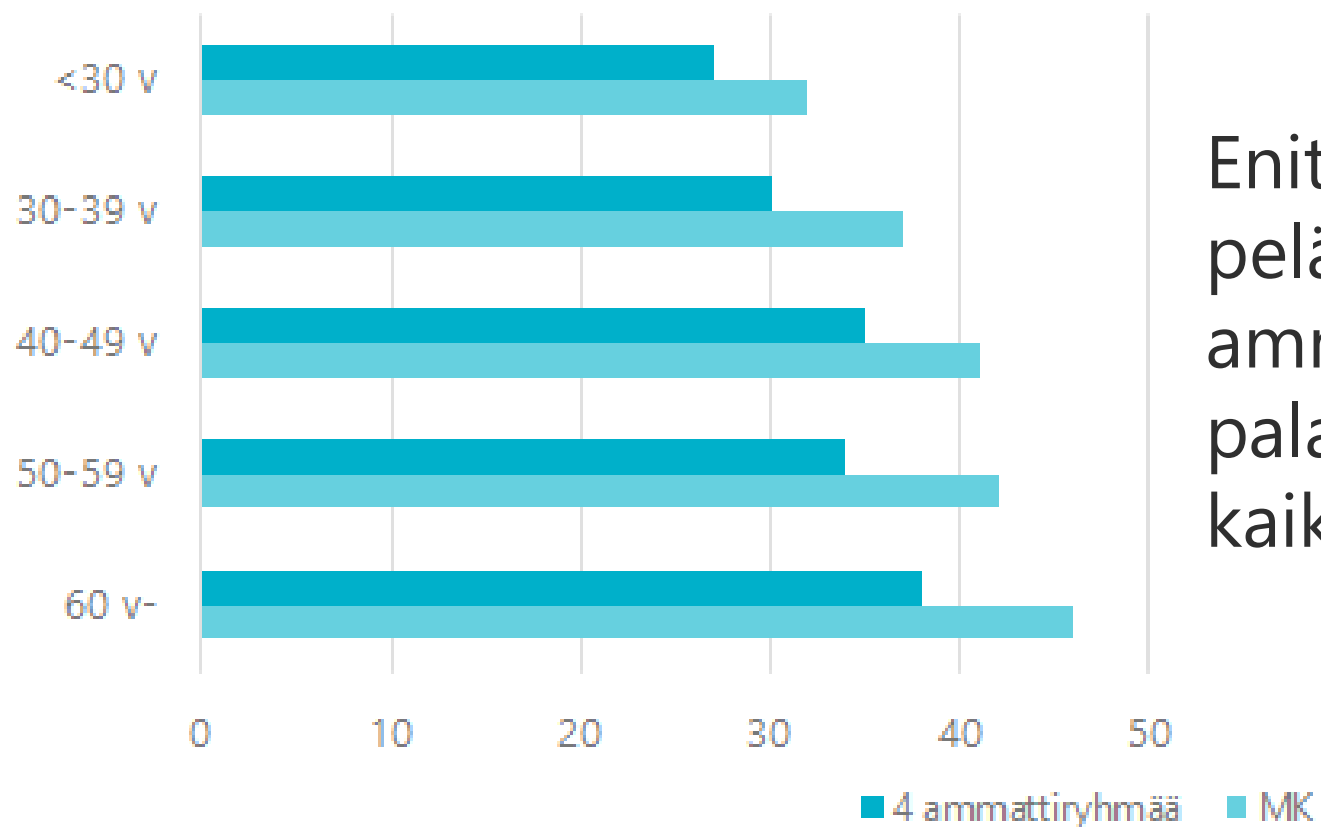


Mitä kuuluu?

# Vaikka sanotaan, että nuorena jaksaa... hyvin palautuvia (%) oli vähiten nuorissa.



## Koronan takia terveytensä puolesta pelänneet palautuivat huonommin.



Eniten terveytensä puolesta pelänneissä neljässä ammattiryhmässä hyvin palautuvia oli vähemmän kaikissa ammattiryhmissä.

**Niistä, jotka kokivat epävarmuutta työmäärän lisääntymisestä yli sietokyvyn, 22 % palautui hyvin.**

**Kun ei koe näin, heistä 54 % palautuu hyvin.  
P<0.001**



# Koronan vaikutukset: Psyykkistä rasittuneisuutta kokevien joukossa on enemmän niitä,

Jotka ovat  
joutuneet  
oppimaan uusia  
tietoja ja taitoja  
(49 vs. 44 %)

Jotka ovat  
pelänneet  
terveytensä  
puolesta  
(43 vs. 27 %)

Joilta on  
edellytetty  
poikkeavaa  
suojautumista  
(61 vs. 55 %)

Joiden työmäärä  
on kasvanut  
(49 vs. 32 %)

Tulokset ovat hyvin samankaltaiset myös niillä, joiden työkyky oli heikentynyt.

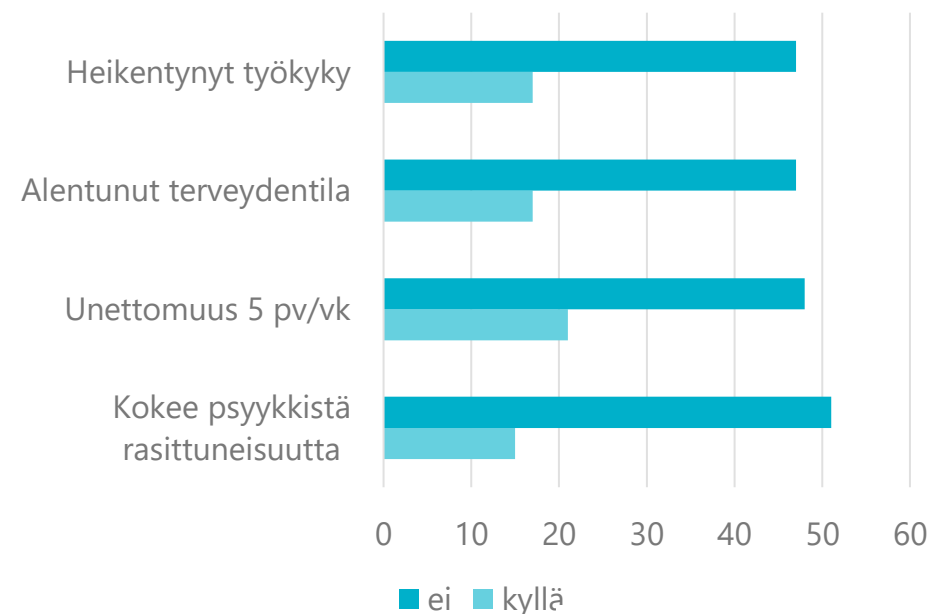
**Työmäärän kasvu ja koronan vaikutukset näyttävät kohdistuneen eniten niihin, joilla on jo ennestään paljon kuormitusta työssään tai työkyky on heikentynyt.**



# Työpaikan, työyhteisön ja yksilöiden on erityisen tärkeää kiinnittää huomiota ja panostaa palautumiseen, jotta työkyky säilyy tai paranee, etenkin kun

- Työkyky on heikentynyt
- Terveystila on heikentynyt
- Kokee psyykkistä rasittuneisuutta
- On unihäiriöitä

Hyvin palautuvien osuudet (%)



Mitä kuuluu?



**Hyvä esimiestyö ja työyhteisön toimivuus lisäävät hyvinvointia ja suojaavat koronan haitallisilta vaikutuksilta.**

**Myös pienet teot vaikuttavat**



Tauotamme työtä ja mietimme työssä onnistumisia.



Perehdytyksessä ja kehityskeskusteluissa keskustelemme työstä palautumisen tärkeydestä ja keinoista omassa ammatissa.



Jokaisessa kuukausipalaverissa mietimme yhdessä, miten kevennämme työn kuormitusta ja lisäämme hyvinvointia.



Tuemme, kannustamme ja arvostamme toisiamme ja esihenkilöitä. Näytämme sen.

# KIITOS!

@laitinen\_jaana



ttl.fi



@tyoterveys  
@fioh



tyoterveyslaitos



tyoterveys



Tyoterveyslaitos

