

SujuKE – Sujuvuutta työhön kognitiivisella ergonomialla. Interventiotutkimus

Tutkimustiedote

(14.11.2017 tiedotetta on täydennetty 15.1.2021:
Tutkimuskyselyt kohtaan on lisätty tietoa lisäseurannasta)

Hyvä vastaanottaja

Pyydämme Sinua osallistumaan SujuKE – Sujuvuutta työhön kognitiivisella ergonomialla -interventiotutkimukseen.

SujuKE-tutkimus koskee työn kognitiivista ergonomiaa eli työn muokkaamista siten, että työ kuormittaa aivoja sopivasti ja työn vaatimukset ja olosuhteet ovat sopusuunnassa inhimillisen tiedonkäsittelyn kykyjen ja rajoitusten kanssa.

SujuKE-tutkimuksen tavoitteena on parantaa aivotyön olosuhteita, työn sujuvuutta ja työhyvinvointia. SujuKE-tutkimuksessa toteutetaan työpaikalla toimenpiteitä, joilla pyritään sujuvoittamaan työtä ja vähentämään kuormitusta. Hankkeen tavoitteena on saada tutkimusnäyttöä toimenpiteiden vaikutuksista työolosuhteisiin, työn sujuvuuteen, työhyvinvointiin ja työn tuottavuuteen. Tutkimuksen toteuttajana on Työterveyslaitos ja rahoittajana Työsuojelurahasto. Tutkimuksesta on laadittu henkilörekisteriseloste, joka on nähtävissä hankkeen verkkosivulla: www.ttl.fi/sujuke.

SujuKE –tutkimukseen osallistuminen

Kaikki organisaatiosi ilmoittamat yksiköt tai ryhmät kutsutaan mukaan tutkimukseen.

Tutkimuksen onnistumisen kannalta on tärkeää, että osallistut mahdollisimman moneen niistä tutkimusosioista, joihin sinut kutsutaan. Tutkittavat kutsutaan osallistumaan yhdellä tai useammalla seuraavista tavoista:

- a. vastaamaan sähköisiin tutkimuskyselyihin,
- b. osallistumaan kahdenkeskisessä tapaamisessa kognitiivisen ergonomian selvitykseen ja allekirjoittamaan tietoon perustuva suostumusasiakirja,
- c. osallistumaan työpajoihin osana työn kehittämistä tai osana tutkimusta, jolloin pyydetään allekirjoittamaan tietoon perustuva suostumusasiakirja,
- d. osallistumaan tutkimusinterventioon pyrkimällä toteuttamaan tutkimukseen kuuluvia työn tekemisen kokeiluja omassa työssään,
- e. vastaamaan tutkimusinterventiotehtäväkyselyihin,

- f. osallistumaan arviointipajoihin ja allekirjoittamalla tietoon perustuva suostumusasiakirja.

Tutkimukseen osallistuminen tapahtuu työajalla. Osallistujille ei makseta erillisiä korvauksia. Osallistuminen on vapaaehtoista, ja sinulla on oikeus peruuttaa suostumuksesi tutkimukseen syytä ilmoittamatta, jonka jälkeen tietojasi ei käytetä enää tutkimuksessa. Suostumuksen peruutus ei vaikuta kohteluusi millään tavalla nyt tai vastaisuudessa.

Tutkimuksen hyödyt

Tämän tutkimuksen avulla saadaan arvokasta tietoa, jonka perusteella voidaan parantaa työn sujuvuutta ja työntekijöiden hyvinvointia ja sitä kautta työn tuottavuutta. Tutkimuksessa työstetään konkreettisia keinoja, joiden avulla kognitiivisen ergonomian ja kuormittumisen hallinnan hyviä käytäntöjä toteutetaan ja otetaan käyttöön organisaatiossasi. Tätä kautta kaikki tutkimukseen osallistujat hyötyvät tutkimuksen onnistumisesta.

- Osallistumalla parannat tulosten luotettavuutta, jolloin niiden avulla voidaan perustella miten työn sujuvuutta ja työhyvinvointia tulee yksikössänne parantaa.
- Tutkimuskyselyihin osallistumalla saat mielipiteesi kuuluviin. Pitkiin tutkimuskyselyihin osallistuvat saavat halutessaan tietoa omasta tilanteesta (omat tulokset: aivotyön yleisyys, innostavuus ja kuormittavuusindeksit).
- Haastatteluihin osallistumalla pääset keskustelemaan henkilökohtaisesti oman työsi sujuvuuden esteistä ja edistäjistä sekä kuormituksesta.
- Työpajoihin osallistumalla pääset vaikuttamaan toimenpiteisiin, joilla työkuormitusta vähennetään.
- Tutkimusintervention tehtäviin ja kyselyihin osallistumalla saat konkreettista tukea oman työsi kognitiivisen ergonomian parantamiseen ja oman kuormittumisen hallintaan.

Tutkimuksesta ei ole fyysistä, psyykkistä tai käytännöllistä haittaa tutkittaville.

SujuKE –tutkimuksen osavaiheet tarkemmin

Tutkimus muodostuu viidestä osasta, jotka limittyvät ajallisesti noin 3-4 kuukauden ajanjaksolle (ja lisäksi seurantakyselyt pidemmällä ajanjaksolla).

1. Tutkimuskyselyt
2. Kognitiivisen ergonomian selvitys

3. Työpajat
4. Toimenpiteet eli tutkimusinterventio
5. Seuranta ja arviointi

Kutsumme tutkimukseen osallistuvista yksiköistä kaikki työntekijät osaan 1 (alku- ja loppukysely). Suuri osa työntekijöistä kutsutaan osaan 1 sekä 3-5. Vain osa työntekijöistä kutsutaan lisäksi osaan 2. Työpajat (tutkimusosio 3) ovat työpaikan toiminnan kehittämistä ja niihin voidaan kutsua myös työntekijöitä, jotka eivät osallistu itse tutkimukseen.

1. Tutkimuskyselyt

Tutkimuskyselyt toteutetaan tutkimuksen alussa (alkukysely), tutkimusintervention aikana, intervention jälkeen (loppukysely), seurannassa 4kk jälkeen ja seurannassa 10kk jälkeen. Lisäksi toteutetaan 1-2 jatkoseurantakyselyä aikavälillä 28.1.2021 -31.12.2022. Tutkimuskyselyissä on seuraavat osa-alueet: Vastaajan taustatiedot, työn olosuhteet ja kognitiiviset kuormitustekijät, työn sujuvuus, työhyvinvointi, työn tuottavuus. Jatkoseurantakyselyissä on kysymyksiä myös etätyöhön liittyen. Kysely toteutetaan kolmessa organisaatiossa ja siihen kutsutaan yhteensä 1000–1500 vastaajaa. Jatkoseurantakyselyt toteutetaan yhdessä osallistuvassa organisaatiossa ja niihin kutsutaan 100–500 vastaajaa. Tutkimuskyselyiden kesto ilmoitetaan kutsussa, vastausaika vaihtelee ja on joko noin 10–15 minuuttia tai 20–30 minuuttia, enintään 45 minuuttia.

2. Kognitiivisen ergonomian selvitys

Kognitiivisen ergonomian selvitykseen kuuluu yksilöhaastattelu ja työn havainnointi työn äärellä. Tavoitteena on tunnistaa millaisia tarpeettomia kuormitustekijöitä, työn sujuvuuden esteitä ja sujuvuuden edistäjiä työssä on. Selvityksissä huomio on työssä, ei työntekijöissä. Selvityksiin kutsutaan osa niistä työntekijöistä, joilta on tutkimuskyselyssä kysytty ja jotka ovat ilmaisseet kiinnostuksensa osallistua, kaikkiaan noin 50-80 henkilöä. Osallistujat valitaan edustamaan eri yksiköitä, työn kuvia, työrooleja ja työolosuhteita. Selvitys vie noin 2 tuntia osallistujaa kohden.

3. Työpajat

Työpajat ovat työpaikan toiminnan kehittämistä ja niihin kutsutaan tietyistä yksiköistä kaikki tai osa henkilöistä: työntekijät, esimiehet ja avainhenkilöt. Työpajoissa esitellään kyselyn ja selvitysten keskeiset tulokset sekä kognitiivisen ergonomian parantamisen ja kuormittumisen hallinnan hyviä ratkaisuja. Niiden pohjalta kehitetään yhdessä konkreettisia toimintatapoja. Tutkimusta varten työpajat nauhoitetaan ja taltioidaan tietyiltä osin jos se sopii osallistujille.



Työpajoja järjestetään useita ja kuhunkin osallistuu 20-60 henkilöä, yhteensä 600 – 1000 henkilöä. Työpajat kestävät noin 3 tuntia ja ne voidaan järjestää myös kahdessa 1.5 tunnin erässä.

4. Tutkimusinterventio

Varsinainen interventio toteutetaan osassa yksiköitä siten, että uusien toimintatapojen käyttöön ottoa tuetaan tutkimustehtäväkyselyillä. Osallistujia muistutetaan uusista työssä toimimisen tavoista ja pyydetään ottamaan niitä käyttöön. Osallistujille lähetetään 2-3 kertaa viikossa tehtäväkysely, joka sisältää tietoiskuusion sekä kysymyksiä mielipiteistä ja omista kokemuksista. Tutkimustehtäväkyselyihin kutsutaan tietyistä tutkimukseen osallistuvista yksiköistä kaikki työntekijät, yhteensä 1000-1200 vastaajaa. Tutkimusinterventiokyselyitä on yhteensä 10 ja kukin niistä vie noin 5-10 minuuttia, yhteensä noin 20-30 minuuttia viikossa, 4-5 viikon ajan.

5. Seuranta ja arviointi

Intervention eli uusien toimintatapojen ja toimenpiteiden vaikutuksia seurataan tutkimuskyselyillä kuten on esitelty kohdassa 1 Tutkimuskyselyt. Seurantaan kuuluu myös arviointityöpajat, joissa selvitetään hankkeen onnistumista ja tuloksia. Tutkimusta varten arviointipajat nauhoitetaan ja taltioidaan erikseen sovituilta osin. Arviointipajoihin kutsutaan esimiehet, avainhenkilöt ja osa tutkimukseen osallistuvista työntekijöistä. Arviointipajoja järjestetään useita ja kuhunkin osallistuu 20-60 henkilöä, yhteensä 200 – 500 henkilöä. Arviointipajat kestävät 2 tuntia.

Tutkimuksen luottamuksellisuus

Tutkimuksessa annetut tiedot ovat luottamuksellisia. Kyselyt toteutetaan tietoturvalisella Webropol Oy:n sovelluksella. Tulokset käsitellään siten, että tutkimukseen osallistuvien nimet ja muut tunnistamisen mahdollistavat tiedot eivät käy ilmi ja aineisto tiivistetään siten, etteivät yksittäiset osallistujat ole tunnistettavissa. Tunnistetiedot poistetaan aineistosta analysointivaiheessa kun kaikki aineisto on kerätty. Tunnistetiedot ja suostumuslomakkeet säilytetään erillisissä tiedostoissa.

Tutkimusaineistoon on pääsy vain niillä tutkimusryhmään kuuluvilla henkilöillä, joille on myönnetty aineiston käyttöoikeus. Osa tutkimusaineiston keruusta (osittain kognitiivisen ergonomian selvitykset, työpajat) ostetaan ulkopuolisilta palveluntarjoajilta. He ovat Työterveyslaitoksen Aivotyö toimivaksi –menetelmän käyttöön koulutettuja, (työterveys)psykologeja, jotka toimivat organisaatiosi työterveyshuollossa tai ammatinharjoittajina. Aineiston keruuseen osallistuvat

psykologit ovat vaitiolovelvollisia, heitä sitovat terveydenhuollon ammattilaisen ammattieettiset säännöt ja heidän kanssaan tehdään sopimus tietosuojakysymysten noudattamisesta.

Työterveyslaitos ei luovuta yksittäisiä vastauksia vastaajan työpaikalle tai työnantajalle. Tutkimuksessa saatuja tietoja säilytetään lukituissa tiloissa ja lukituissa kaapeissa, rakennuksessa on kulunvalvonta. Tutkimusaineisto säilytetään pysyvästi. Organisaatiokohtaiset tulokset ovat luottamuksellisia ja niitä käsitellään organisaatiokohtaisissa raporteissa, työpajoissa ja arviointipajoissa. Tutkimuksen yleiset tulokset ovat julkisia. Tuloksia esitellään ja raportoidaan tieteellisissä ja muissa tilaisuuksissa ja julkaisuissa.

Lisätietoa tutkimuksesta

Virpi Kalakoski, PsT, tutkimuspäällikkö, Työterveyslaitos,
Tutkimuksen vastuullinen johtaja
virpi.kalakoski(at)tth.fi, puh. 030 474 2242, 046 851 4008
www.tth.fi/sujuke

Katso myös erillinen liite: Lisätietoa tietosuojasta