Työterveyslaitos

Tulevaisuusvaliokunta
Eduskunta
00102 EDUSKUNTA

TuV@eduskunta.fi

15.1.2019

Viite: VNS 5/2018 vp Valtioneuvoston tulevaisuusselonteon 2. osa Ratkaisuja työn murroksessa

Aihe: Näyttöön perustuva terveyden edistäminen työpaikoilla; (Promo@Work) -hankkeen näkökulma.

TULEVAISUUSVALIOKUNTA ASIANTUNTIJALAUSUNTO RATKAISUJA TYÖN MURROKSESSA PROMO@WORK NÄKÖKULMA

Työikäisten hyvä työkyky ja terveys ovat keskeisiä tekijöitä Suomen työelämän työn tuottavuuden ja kestävän kehityksen kannalta. Työntekijöiden työhyvinvointi rakentuu työn organisoinnista, johtamisesta, resursoinnista ja vaikuttaa palvelujen laatuun. Työn murrokseen liittyy muutoksia työn tekemisessä, työoloissa ja työsuhteissa, lisääntynyttä epävarmuutta työstä, yksinyrittäjyyden lisääntyminen ja uudenlaiset osaamisvaatimukset, mitkä voivat aiheuttaa työstressiä ja lisätä riskiä terveyden heikkenemiseen. Tiedetään myös, että monet kuormitustekijät kasautuvat tiettyihin ammattiryhmiin, esimerkiksi kuntatyössä sosiaalityöntekijöihin ja lähihoitajiin. Nämä kehityssuunnat ovat huolestuttavia työntekijöiden terveyden, työkyvyn ja hyvinvoinnin kannalta. Olisikin tärkeää, että työpaikat kohdistaisivat toimenpiteitä tunnistettuihin työntekijöiden terveyteen ja työkykyyn vaikuttaviin tekijöihin.

Valtioneuvoston tulevaisuusselonteon 2. osasta (VNS 5/2018) puuttuu lähes kokonaan työikäisten terveyden ja työkyvyn edistäminen, mikä on selkeä puute.

Täten esitämme ehdotuksia lisättäväksi:

1. **Työpaikat ovat tärkeä terveyden edistämisen paikka**

   Työpaikkoja on hyvin vähän hyödynnetty terveyden edistämisessä, vaikka työssä ja työpaikalla vietetään noin 1600 tuntia vuodessa. Juuri ollenkaan ei ole kiinnitetty huomiota työn vaatimuksiin ja vaikutuksiin saatikka yhteisöllisyyden merkitykseen. Olemme tuottaneet asiantuntijatietoon ja tutkimusnäyttöön perustuvat Mars matkalle! Terveyttä työpaikoille -suositukset terveyden edistämiseen työpaikoilla (Laitinen ym. 2018). Niiden lähtökohtana ovat ammatin vaatimukset ja vaikutukset. Yhteisöllisyys on tärkeä ja liian vähän hyödynnetty voimavara terveyden edistämisessä. Tavoitteena on, että terveyden edistämisen suunnitelmat olisivat osa työpaikkojen työsuojeluohjelmaa tai työterveyshuollon toimintasuunnitelmaa, jolloin ne kiinnittyvät työpaikan toiminnan rakenteisiin, sekä suunnitelmalliseen ja tavoitteelliseen vuosikellotoimintaan.

2. **Näyttöön perustuva terveyden edistäminen käyttöön**

   Suomessa on paljon panostettu tiedon lisäämiseen elintapojen parantamiseksi. Tutkimusten mukaan tiedon lisääminen ja koulutus eivät kuitenkaan riitä tukemaan elintapojen muuttamista, eivätkä ne näin ollen voi olla terveyden edistämisen ainoita toimenpiteitä. Sen sijaan ohjaus ja sosiaalinen tuki voisivat olla hyviä keinoja terveyden

edistämisessä. Ohjauksen vaikuttavuuden kannalta keskeistä on ammattilaisten osaaminen ja heidän työskentelytapojensa kehittäminen. Aiemmista tutkimuksista on saatu viitteitä siitä, että ryhmäohjaus voi olla tehokkaampaa kuin yksilöohjaus. Tavoitteena voisikin olla siirtää painopistettä työikäisten yksilöohjauksesta ryhmä- ja yhteisö/ työpaikka-tason ohjaukseen. Tämä vaatisi muutosta mm. työterveyshuollon korvausjärjestelmään, joka tällä hetkellä tukee voimakkaimmin yksilöohjausta.

3. Mikroyrittäjät ja mikroyritykset (eli alle 10 henkilöä työllistävät) ovat tärkeä kohde työkyvyn edistämisessä

Suomen yrityksistä noin 95 % on 1-9 työntekijää työllistäviä mikroyrityksiä (sisältää myös yksinyrittäjät). Viime vuosina merkittävä määrä uusia työpaikkoja on luotu mikroyrityksiin. Mikroyrityksissä ei ole vastaavia resursseja terveyden, työkyvyn, osaamisen ja työturvallisuuden edistämiseen kuin on isoilla työpaikoilla, eikä isojen työpaikkojen toimintamalleja terveyden ja työkyvyn edistämiseen voi sellaisenaan siirtää mikroyrityksiin.

Täten on tärkeää 1) herättää keskustelua yhteiskunnassa mikroyritysten terveyden ja työkyvyn edistämisen merkityksestä ja keinoista; 2) lisätä mikroyrittäjien tietoisuutta terveyden ja työkyvyn edistämisen tärkeydestä; 3) tarvitaan tutkittuja ratkaisuja: toteutamme interventiotutkimuksen (v 2018), jossa tutkitaan mobiilisovelluksella toteutettavan valmennuksen vaikutuksia työkykyyn ja työstä palautumiseen. Tutkimus on ainutlaatuinen kansainvälisesti ja lisää ymmärrystä mikroyrittäjien terveyden ja työkyvyn edistämisestä. 4) Parantaa mikroyrittäjien terveyttä ja työkykyä edistämällä työstä palautumista. Lisäksi 5) Promo@Work-konsortio on tuottanut Mars matkalle! Terveyttä työpaikoille -suositukset työpaikoille. Ne räätälöidään mikroyrittäjille ja julkaistaan kevään 2019 aikana. 6) Yksinyrittäjien ja muiden mikroyrittäjien työkyvyn, jaksamisen ja yrittäjäosaamisen edistämiseen tarvitaan toimenpideohjelma. Yrittäjien jaksaminen ja työkyky -asia nostetaan esiin myös Työ- ja elinkeinoministeriön syksyllä 2018 Uudistuva työ ja yrittäjyys – visioista toteutukseen, joka on poikkihallinnollinen, hallituskausien yli vuoteen 2028 ulottuva strateginen toimenpidepideohjelma yrittäjyyden edistämiseksi Suomessa.

4. Toimenpide-ehdotukseen 17 (monipuolinen työkyky -näkökulma työn kehittämiseen) on tärkeää sisällyttää myös terveyden edistäminen työpaikalla

On tärkeää tukea työntekijöitä pitämään huolta terveydestään ja työkyvystään kaikissa työuran vaiheissa. On tärkeää, että he ottavat huomioon valinnoissaan työn ja ammatin vaikutukset ja vaatimukset, ja huolehtivat palautumisestaan joka päivä sekä työssä että vapaalla. Työssä ja työpaikalla vietetään vuodessa noin 1600 tuntia, minkä takia työpaikan suunnitelmallinen terveyden edistäminen on tärkeää (Laitinen ym. 2018).

Kyseisen kohdan tekstissä mainittu "Työn fyysisen kuormituksen vähentyessä" ei täysin pidä paikkansa. Edelleen lähes kolmasosa työntekijöistä kokee fyysisesti kuormittavia työvaiheita työssään. Huolestuttavaa on se, että monet kuormitustekijät kasautuvat samoihin ammattiryhmiin ja yhä useamman fyysisesti kuormittavaa työtä tekevän toimintakyky ja kunto eivät riitä työn vaatimuksiin, koska mm. lihavuus ja liian vähäinen liikunta on yleistä. Edelleen fyysisesti kuormittavaa työtä tekevät jäävät useammin ennenaikaisesti eläkkeelle kuin fyysisesti kevyttä työtä tekevät. Ko. kohdasta puuttuu kokonaan kognitiivinen kuormitus.

Nämä esitetyt ehdotukset perustuvat Näyttöön perustuvaa terveyden edistämistä työpaikoilla (Promo@Work)-konsortiohankkeen työhön (https://www.ttl.fi/tutkimushanke/promo-at-work/). Hankkeessa tehdään korkealaatuista tutkimusta ja tutkimustietoa siirretään yhteiskunnallisen vaikuttamisen keinoin edistämään työikäisten terveyttä, työkykyä, työstä palautumista ja työturvallisuutta. Konsortiohanke on Strategisen tutkimuksen neuvoston, Suomen Akatemian rahoittama ja sen johtajana toimii Työterveyslaitos, johtava asiantuntija Jaana Laitinen ja konsortion osatoteuttajat ja heidän päätutkijansa ovat: Oulun yliopisto professori Harri Oinas-Kukkonen (OASIS) ja professori Matti Muhos (MicroEntre); Tampereen yliopisto professori Johanna Ruusuvuori (Sosiaalipsykologia) ja johtaja Kirsi Heikkinen-Tammi (Synergos) ja Kölnin yliopisto professori Stephanie Stock.

Antti Koivula
pääjohtaja

Jaana Laitinen
johtava asiantuntija,
Promo@Work-konsortion johtaja

Mainitut lähteet:

Laitinen ym. 2018 Mars matkalle! Terveyttä työpaikoille -suositukset, vinkkilistat ja terveyden edistämisen suunnitelmalomake löytyvät https://www.ttl.fi/mars-matkalle-terveytta-tyopaikoille/.

Työ- ja elinkeinoministeriö 2018 Uudistuva työ ja yrittäjyys – visioista toteutukseen (http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161072/TEMjul_27_2018_Uudistuva_tyo.pdf).