



Työelämän tervaskannot: Mikä saa jaksamaan työssä pidempään?

Ikääntyneiden merkitys työelämässä kasvaa, kun työikäisen väestön määrä vähentyy. Miten fyysisesti raskailla aloilla turvataan työvoima tulevaisuudessa? Etera selvitti, mikä saa jaksamaan fyysisesti raskaassa työssä myös silloin, kun eläkkeellelähtö olisi jo mahdollista.

Tutkimuksen kohteena olivat edelleen työelämässä olevat 60 vuotta täyttäneet rakennus-, metsä-, maatalous- ja satama-alojen työntekijät. "Työssä jaksaminen on monisäikeinen asia. Fyysisessä työssä korostuvat toki raskaan työn aiheuttamat terveysongelmat, mutta tämä ei ole koko totuus. Työssä jaksaminen on kiinni paljon myös asenteista ja suhtautumisesta työn tekemiseen. Vaikutuksensa on niin työn sisällöllä, työolosuhteilla, omalla asenteella kuin terveydentilallakin", toteaa Eteran ylilääkäri Juhani Juntunen.

Mistä on tervaskannot tehty?

"Siitä, miksi ihmiset jäävät eläkkeelle on olemassa runsaasti tutkimuksia. Työssä jaksamisen ja jatkamisen salaisuuksia on sen sijaan auottu vähemmän", Juntunen kertoo. Eteran tutkimuksessa etsittiin myönteisiä tekijöitä, jotka tukivat työssä jaksamista. "Tutkimuksessa hyödynnettiin laajoja työkyvyttömyysriskiaineistojamme. Lisäksi tehtiin puhelin- ja teemahaastatteluja", tutkija Helena Rytönen Eterasta kertoo. Hanketta rahoitti Työsuojelurahasto.

Miten työelämän tervaskannon sitten tunnistaa? "Hän on työsuuntautunut, motivoitunut ja terveempi kuin työtoverinsa. Hän huolehtii itse omasta jaksamisestaan ja asennoituu työhön myönteisesti", kiteyttää Juntunen tutkimuksen tuloksia.

Työssä jaksaminen on paljolti kiinni työympäristöstä, -yhteisöstä ja varsinkin esimiestyöstä. Kaikki yritykset voivat edistää työssä pitkään jaksamista suunnitelmallisella työhyvinvointitoiminnalla. Tärkeää on työturvallisuuden, työn kuormittavuuden ja haittojen huomioiminen. Myös työn sisältö, työn kokeminen mielekkääksi sekä työssä saatu kannustus ja arvostus tukevat jaksamista.

Työhyvinvointi tuo tulosta

Työelämän haasteena on, miten saada yhä useampi jatkamaan työssä mahdollisimman pitkään. "Tavoitteellinen ja suunnitelmallinen työhyvinvointitoiminta edistää sekä työntekijöiden työkuntoa että yrityksen tuottavuutta", valottaa Eteran työhyvinvointiyksikön päällikkö Tarja Kostiainen. "Etera tukee asiakasyrityksiään pitkäjänteisen työhyvinvointitoiminnan arvioinnissa, suunnittelussa ja kehittämisessä." Asiantuntemus perustuu vankkaan tutkimustietoon. Eterassa on 45 vuoden ajan tutkittu eläkevakuutettujen työntekijöiden terveyttä, työkykyä ja työoloja.

Tutkimus

Rytönen H, Hyttinen M, Suolanen S, Hänninen K, Juntunen J: Työelämän tervaskannot. Mikä saa jatkamaan fyysisesti raskaassa työssä? Eteran tutkimuksia 6/2007.

Julkaisutilaukset: birgit.ahola@etera.fi

Pdf: http://www.etera.fi/Fi/tietoa_eterasta/etera_tutkii/tutkimusjulkaisut/sisaltosivu.htm

Lisätiedot

Juhani Juntunen, ylilääkäri, p. 010 553 3324, juhani.juntunen@etera.fi

Helena Rytönen, tutkija, p. 010 553 3319, helena.rytkonen@etera.fi

Tarja Kostiainen, työhyvinvointiyksikön päällikkö, p. 010 553 3827, tarja.kostiainen@etera.fi

Keskinäinen Eläkevakuutusyhtiö Etera vakuuttaa kaikkien yksityisalojen työntekijöitä ja yrittäjiä. Se huolehtii työntekijöiden ja yrittäjien eläketurvasta ja edistää työhyvinvointia. Vakuutettuja Eteralla on 250 000. Eläkkeitä Etera maksaa 800 miljoonaa euroa 156 000 eläkkeensaajalle. Eläkevaroja turvaavia sijoituksia Eteralla on noin 6 miljardia euroa. Lisätietoja www.etera.fi.