



TYÖ TEOLLISUUDESSA

Teollisuus on liikevaihdoltaan Suomen suurin toimiala. Metalli-, metsä- ja kemianteollisuus ovat toimialoista suurimmat. Teollisuudessa työskentelee esimerkiksi prosessityöntekijöitä, kunnossapitäjiä, insinöörejä, laboratorio-työntekijöitä, suunnittelijoita sekä tuotekehittäjiä. Asiantuntijatyön osuus on kasvanut, mutta edelleen iso osa työstä on tuotantotyötä. Ammattien ja työtehtävien laaja kirjo ilmenee myös erilaisina työn kuormitustekijöinä ja osaamisvaatimuksina.

Teollisuuden työpaikoilla on useita keinoja hallita työn kuormitusta

Työ teollisuudessa voi olla monin tavoin kuormittavaa. Työn kuormittavuus syntyy työn erilaisista fyysisistä, psykososiaalisista ja kognitiivista vaatimuksista. Työnantajan ja esihenkilön on tärkeä ymmärtää ja vähentää työhön liittyviä kuormitustekijöitä. Näin voidaan ehkäistä sairauspoissaoloja sekä pysyvää työkyvyttömyyttä.

RATKAISUJA



Tunnista ja vähennä työn fyysistä kuormitusta

lisäviä riskitekijöitä. Voit esimerkiksi muokata työtä ja työjärjestelyjä, lisätä työtehtävien vaihtelua sekä huolehtia hyvästä työergonomiasta ja tarvittavista apuvälineistä. Varmista myös riittävä työhön perehdyttäminen.

Vahvista työn voimavaroja,

jotka tukevat työhyvinvointia ja työkykyä. Voimavarat voivat liittyä esimerkiksi työtehtävään, työn organisointiin, työstä saatavaan tukeen sekä vaikutus- ja kehittämismahdollisuuksiin.

Kehitä toimivia työaikakäytäntöjä.

Kehittäminen voi liittyä esimerkiksi yhteisölliseen työaikasunnitteluun, työn tauottamiseen, työstä palautumiseen tai yhteisiin ajanhallinnan pelisääntöihin. Vahvista myös työntekijöiden vaikutusmahdollisuuksia työaikoihin.

Vahvista osaamista.

Huolehdi, että työntekijöiden osaaminen kehittyy siten, että se vastaa tulevaisuuden työn tarpeita. Panosta johtajien ja esihenkilöiden osaamiseen, myös työkyvyn ja mielen hyvinvoinnin näkökulmista.

Varmista riittävä työkyvyn tuki.

Huolehdi toimivista käytännöistä varhaiseen tukeen, sairauspoissaolojen seurantaan, työhön paluuseen ja työterveyshuoltoyhteistyöhön. Rakenna työkuultuuria, jossa työkyvyn haasteisiin tartutaan matalalla kynnyksellä ja riittävän varhain.

Tule-sairaudet ovat ylivoimaisesti yleisin työkyvyttömyyden syy työntekijäammateissa

Mielenterveyden häiriöt korostuvat erityisesti asiantuntija-ammateissa toimivilla naisilla

49 %

miehet

60 %

naiset

19 %

kaikista ensisijaisista diagnooseista teollisuuden asiantuntija-ammateissa työskentelevillä naisilla

Lähde: Varman data, 2018–2021

Mitä tiedämme?

Työ teollisuudessa on monin tavoin kuormittavaa. Työympäristössä on erilaisia riskitekijöitä, ja työ voi olla fyysisesti raskasta. Teollisuuden töissä on myös useita kuormittavia työaikapiirteitä. Työn psykososiaalinen kuormitus voi liittyä esimerkiksi johtamisen haasteisiin, yksintyöskentelyyn tai jatkuvaan muutokseen ja epävarmuuteen. Työn tietotyövaltaistuminen voi lisätä työn kognitiivista kuormittavuutta.

Monet työn myönteiset piirteet, kuten hyvät vaikutusmahdollisuudet työhön ja työaikoihin, mielekäs ja merkityksellinen työ, kehitysmahdollisuudet, hyvä esihenkilötyö sekä työyhteisö voivat suojata työn kuormitustekijöiltä.

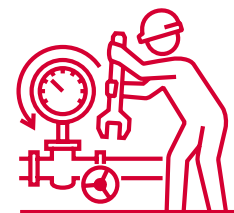
Miksi asia on tärkeä?

Työn kuormitustekijöillä voi pitkittyessään olla useita kielteisiä vaikutuksia työhyvinvointiin ja työkykyyn. Tuki- ja liikuntaelinten sairaudet ovat yleisin sairauspoissaolojen syy teollisuudessa. Pahimmillaan pitkittyvä kuormitus sekä työn vaatimusten ja voimavarojen välinen epätasapaino voi johtaa pysyvään työkyvyttömyyteen. Monessa teollisuuden ammatissa työkyvyttömyys on keskimääräistä yleisempää.

Mitä tulisi tehdä?

Työpaikoilla on tärkeä tunnistaa ja ehkäistä työn kuormitustekijöitä. Keskeistä on luoda organisaatiotason ratkaisuja työn kuormituksen hallintaan. Ratkaisut voivat liittyä esimerkiksi johtamisen ja esihenkilötyön kehittämiseen, työn organisointiin, vaikutusmahdollisuuksien parantamiseen, osaamisen kehittämiseen, työn muokkaamiseen tai työkyvyn tuen käytäntöjen kehittämiseen.

Toimivat työkyvyn edistämisen ratkaisut edellyttävät aina kulloisenkin tilanteen, työn ja toimintaympäristön tarkkaa analysointia.



KESKEISIÄ TYÖN KUORMITUS- TEKIJÖITÄ TEOLLISUUDESSA

- Hankalat työasennot, käsin tehtävät nostot ja siirrot sekä seisomatyö
- Epäsäännöllinen työaika, ilta- ja yötyö
- Liiallinen työmäärä, aikapaine ja kiire
- Epäselvyydet tavoitteissa, haasteet johtamisessa ja esihenkilötyössä
- Työyhteisön sosiaalisen toimivuuden haasteet, kuten vähäinen tuki työkavereilta
- Jatkuvat muutokset ja epävarmuuden tunne

KIRJOITTAJA JA LISÄTIETOJA:

Auli Airila,
tutkimuspäällikkö
auli.airila@varma.fi

NÄIN SELVITYS TEHTIIN:

Ratkaisut perustuvat Varman Tietoa työkyvystä -sarjan julkaisuun, jossa tarkastellaan pääosin suomalaisen tutkimuskirjallisuuteen nojautuen työn kuormitus- ja voimavareteijöitä sekä työkykyä teollisuuden toimialalla.

Tutustu julkaisuun [verkkosivuillamme](#).

VARMA