

Työterveyslaitos

# Työ ja työnteon tavat ovat muutoksessa

Tuomo Alasoini

tuomo.Alasoini@ttl.fi  
@tuomoalasoini



# Kolme väitettä työelämän muutoksesta

# VÄITE 1

Työelämä ei muutu tilasta X tilaan Y  
vaan se muuttuu **monikerroksisemmaksi**

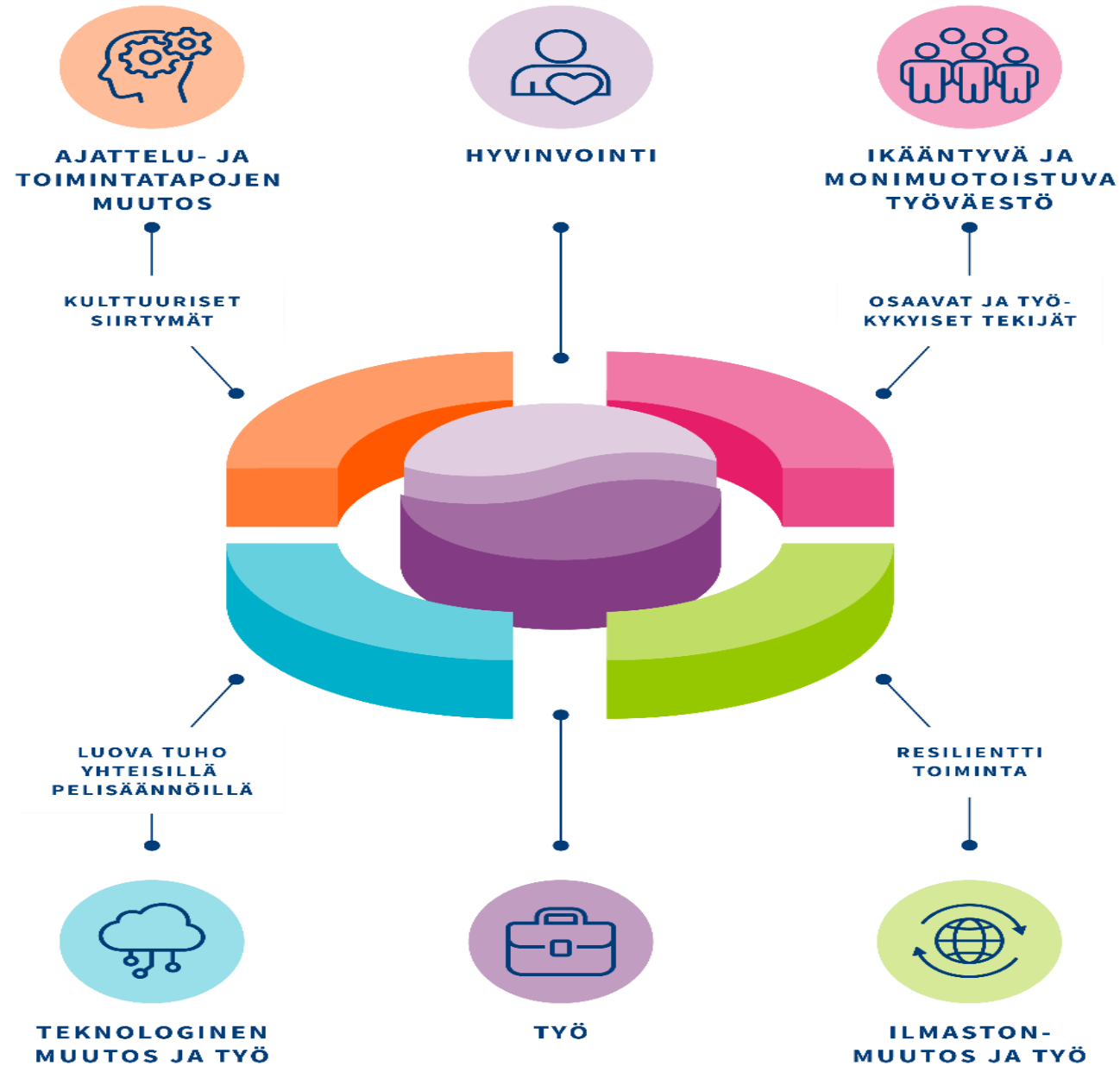


## VÄITE 2

**Työelämä ei muutu paremmaksi  
tai huonommaksi  
vaan se muuttuu erilaiseksi**

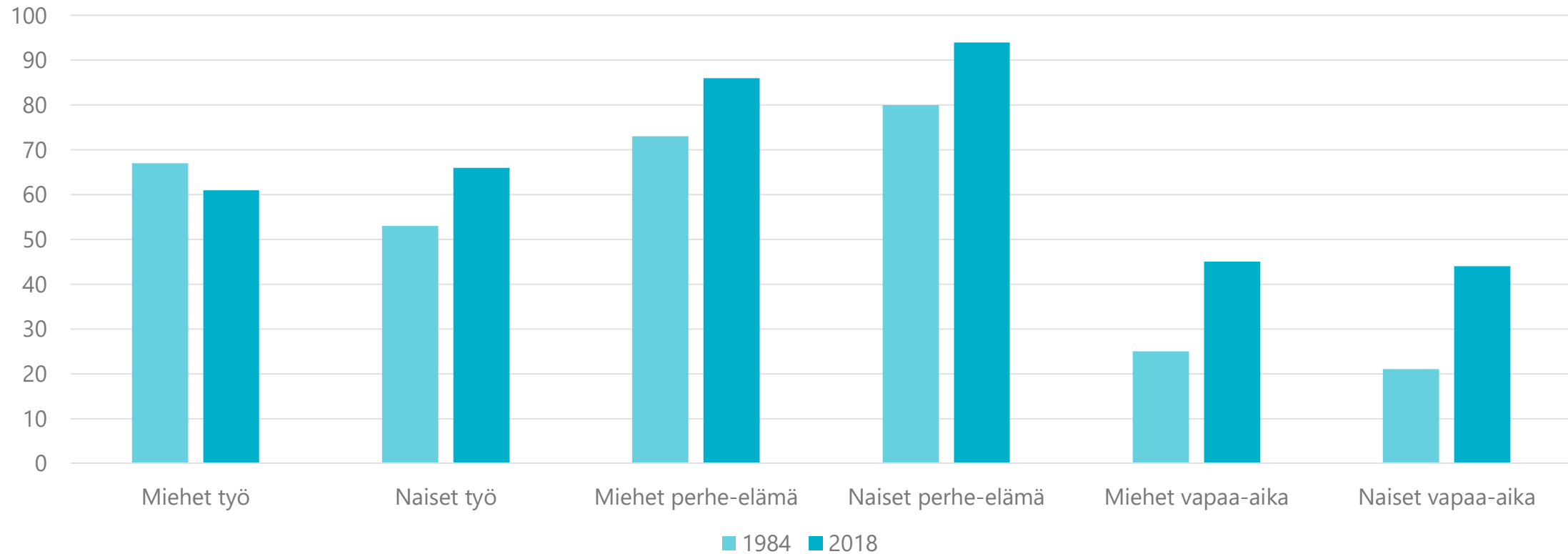
# VÄITE 3

**Työelämä ei muutu  
jonkin valmiin mallin tai kaavan  
vaan ihmisten toiminnan myötä**



# Eri elämäntilanteiden suhteellinen merkitys palkansaajilla (Sutela ym. 2019)

"Erittäin tärkeinä" pitäneet, %

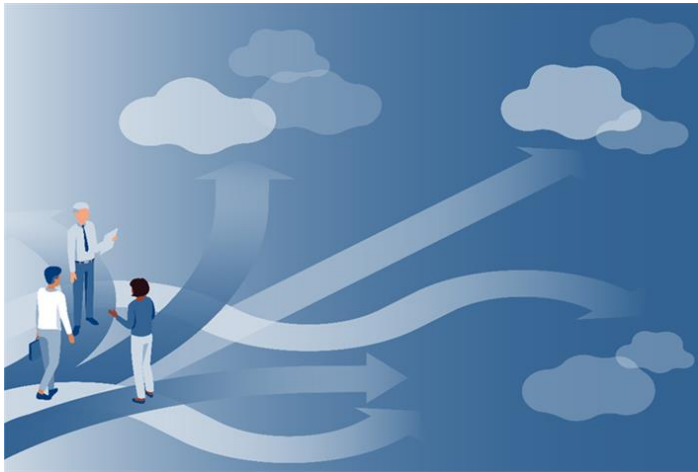


# Ylikuumentuminen

- Kaikkien keskeisten elämänalueiden merkitys on jo pitkän aikaa kasvanut suomalaisilla palkansaajilla.
- Taustalla on laajentunut mahdollisuuksien kenttä: digitalisaatio, some, työajan lyheneminen, vapaa-ajan tarjonnan lisääntyminen ja kulttuurinen paine ("elämä ei ole hyvää, jos ei ole ehtinyt tehdä sitä ja tätä").
- Tämän seurauksena elämä tuntuu ahtaalta aiheuttaen eri elämänalueiden välistä kitkaa ja psyyken yliaktivaatiota.







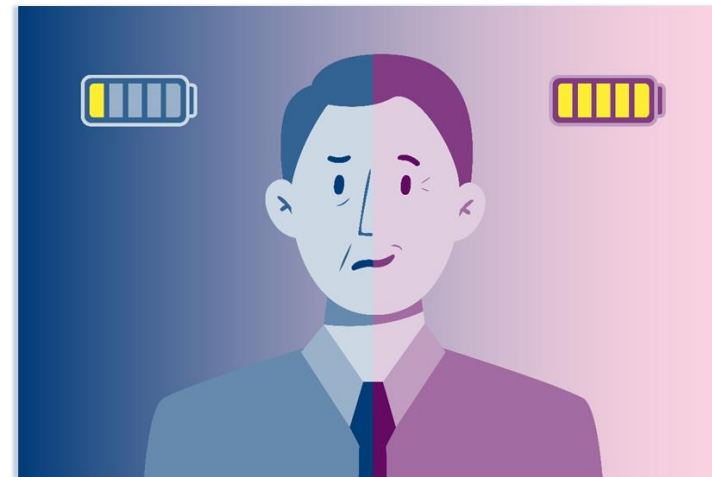
Ennakoimattomuus → psykologisen turvattomuuden tunne



Sidoksisuus → kuplautuminen ja systeeminen riippuvuus



Vaihtelevuus → omaehtoisten valintojen lisääntyminen ja kasvava merkitys



Päivitettävyys → työssä kehittyminen vaatimuksena ja mahdollisuutena

# Toimenpiteitä

- Tunnistettava ylikuumentumisen mekanismeja niin yksilö-, yhteisö- kuin yhteiskuntatasolla. Työpaikoilla tarvitaan ennaltaehkäisevää synkronointia ja priorisointia.
- Ennakoivien ja resilianttien menettelytapojen kehittäminen niin yksilöiden, organisaatioiden kuin koko yhteiskunnan tasolla. Työpaikoilla tarvitaan kokeiluja ja moniäänisyyttä.
- Valmiuden lisääminen omalta mukavuusalueelta poistumiseen ja vuoropuheluun yli verkostojen välisten rajojen.
- Siirrettävien metataitojen sisällyttäminen koulutukseen syväosaamisen rinnalla. Joustavien ja yksilöllisten uravalintojen tukeminen työpaikoilla ja koko yhteiskunnassa.
- Kehittymismahdollisuuksien ja -vaateiden tasapainottaminen. Ihmisten erilaisuuden huomioon ottaminen oppijoina.

# Työterveyslaitos

**KIITOS!**

@tuomoalasoini



ttl.fi



@tyoterveys  
@fioh



tyoterveyslaitos



tyoterveys



Tyoterveyslaitos

