

Suomi työssä -tutkimus

Päätulokset

Julkaisuvapaa 29.4.2021 klo 10.00



Sisältö

Johdanto: tutkimuksen teemat, toteutus ja tausta

Tulokset: tunnekokemus työstä

Tulokset: liikunnan merkitys kokemukseen työstä

Yhteenveto ja johtopäätöksiä



Suomi työssä -tutkimuksen teemat

- Valtakunnallisessa tutkimuksessa selvitettiin, millaisena työkäiset suomalaiset kokevat työarjen ja työilmapiirin.
- Lisäksi selvitettiin liikunnan harrastamisen yhteyttä työviihtyvyyteen.
- Aineisto kerättiin helmikuussa 2021. Löydöksiä verrattiin ennen korona-aikaa, helmikuussa 2020 tehdyn edellisen työelämäntutkimuksen tuloksiin.



Tutkimuksen toteutus

- Tutkimuksen vastaaja-aineisto (n=1000) kerättiin Bilendin väestörakennetta vastaavalla otoksella ansiotyössä 2020-2021 olleista 16-65-vuotiaista.
- Vuosien 2020 ja 2021 aineistot kerättiin vertailukelpoisella metodilla kummankin vuoden helmikuussa.
- Tutkimuksen on toteuttanut Eezy Oyj yhteistyössä ValueScout – ForceForGrowth Oy:n kanssa.



Taustaa tutkimukselle

- Eezy Oyj on tehnyt työelämä tutkimuksia vuodesta 2018. Tutkimusten keskiössä on kokemus työstä ja työn herättämät tunteet.
- *Nuoret ja työ –tutkimus** vuonna 2018 paljasti nuorten liikuntaharrastuksen huomattavan merkityksen myönteisiin kokemuksiin ensimmäisistä työpaikoista ja itsetunnosta. Siksi tämänvuotisessa tutkimuksessa tätä teemaa tarkasteltiin koko työssäkäyvän väestön näkökulmasta.

* Tutkimuksen julkaisija Smile Henkilöstöpalvelut, nyk. Eezy.



Tulokset: tunnekokemus työstä



Suomalaisten tunnekokemus työarjesta on muuttunut positiivisempaan suuntaan korona-aikana

Työstressi on vähentynyt ja työssä on koettu enemmän myönteisiä tunteita verrattuna helmikuuhun eli aikaan ennen koronaa (ks. luvut seur. sivuilla).

Turvallinen, joustava, lämminhenkinen ja huumorintajuinen sekä erityisesti kannustava tunnekokemus ovat lisääntyneet.

Negatiivisista tunneilmapiirin kuvaajista rauhaton, levoton sekä toisaalta lannistava ovat hieman nousseet.

Kokonaiskokemus työstä on muuttunut hiukan läheisyyden ja vapauden suuntaan, pois päin kontrollista (ks. kartta seuraavalla sivulla).

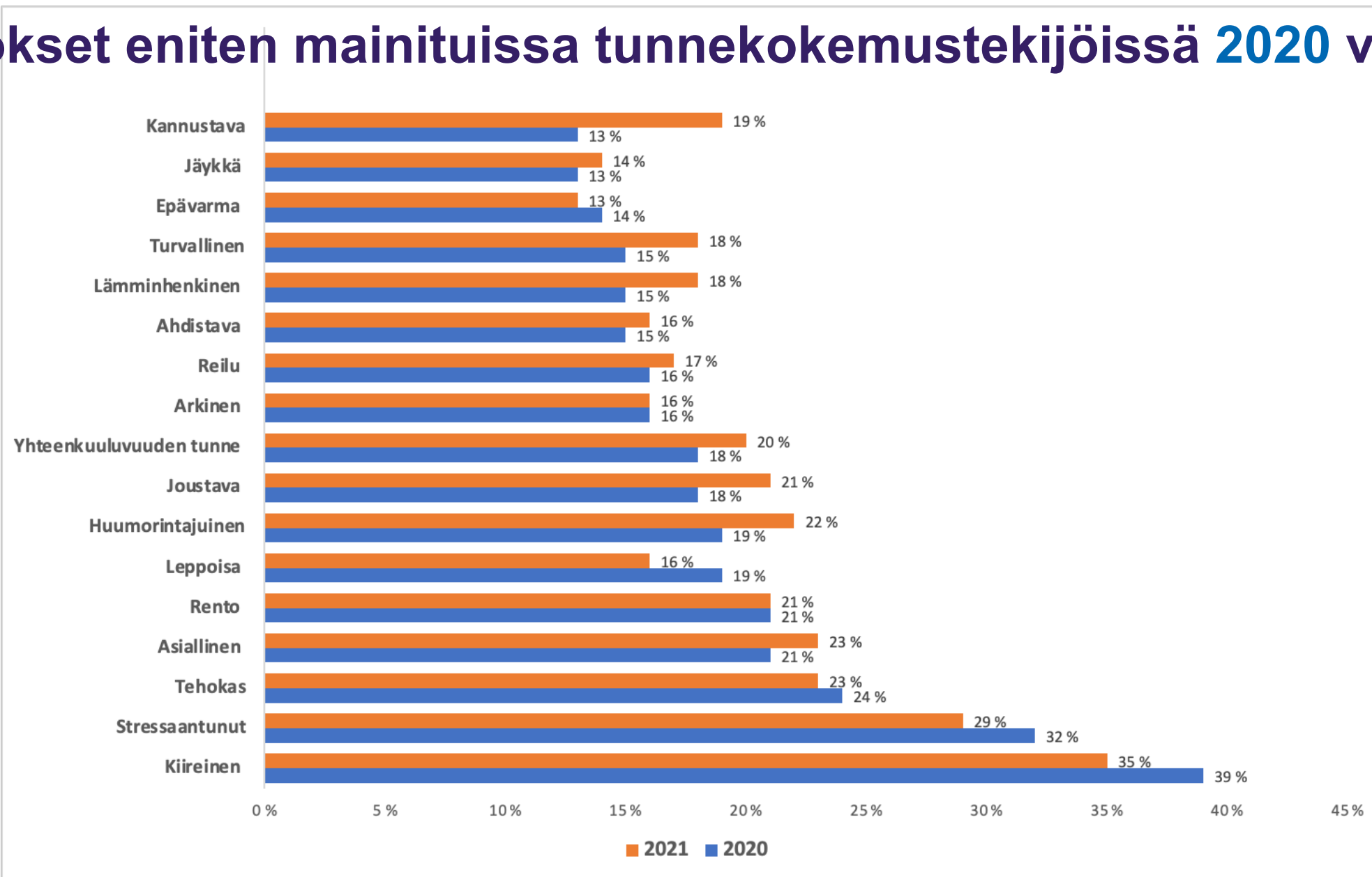


SUOMI TYÖSSÄ

KOKONAISKOKEMUS ARVOKARTALLA 2020 vs. 2021



Muutokset eniten mainituissa tunnekokemustekijöissä 2020 vs. 2021



Koettu työilmapiiri 2020:

Kiireinen	39 %
Stressaantunut	32 %
Tehokas	24 %
Asiallinen	21 %
Rento	21 %
Leppoisa	19 %
Huumorintajuinen	19 %
Joustava	18 %
Yhteenkuuluvuuden tunne	18 %
Arkinen	16 %
Reilu	16 %
Ahdistava	15 %
Lämminhenkinen	15 %
Turvallinen	15 %
Epävarma	14 %
Jäykkä	13 %
Kannustava	13 %
Asiat järjestyksessä	13 %
Painostava	12 %
Kilpailullinen	12 %



Koettu työilmapiiri 2021:

Kiireinen	35 %
Stressaantunut	29 %
Tehokas	23 %
Asiallinen	23 %
Huumorintajuinen	22 %
Joustava	21 %
Rento	21 %
Yhteenkuuluvuuden tunne	20 %
Kannustava	19 %
Turvallinen	18 %
Lämminhenkinen	18 %
Reilu	17 %
Leppoisa	16 %
Asiat järjestyksessä	16 %
Ahdistava	16 %
Arkinen	16 %
<i>Arvostettu</i>	<i>14 %</i>
<i>Iloinen</i>	<i>14 %</i>
Jäykkä	14 %
<i>Lannistava</i>	<i>14 %</i>
Epävarma	13 %
Kilpailullinen	12 %
<i>Rauhaton, levoton</i>	<i>12 %</i>

Vihreällä positiiviseen suuntaan
Kehittyneet 2020-2021,
kursiivilla uudet ominaisuudet

(Listoilla eniten valitut suuresta joukosta ominaisuuksia. Vihreät kehittyneet suotuisasti, kursivoidut uusia tekijöitä listalla)

Tunnekokemustekijät, joita suomalaiset kaipaavat eniten lisää työhönsä – etätyö on osaltaan vaikuttanut prioriteetteihin

2020

- 1. KANNUSTAVA**
- 2. TURVALLINEN**
- 3. ASIAT JÄRJESTYKSESSÄ**
- 4. YHTEENKUULUVUUDEN TUNNE**
- 5. REILU**

2021

- 1. ASIAT JÄRJESTYKSESSÄ**
- 2. KANNUSTAVA**
- 3. YHTEENKUULUVUUDEN TUNNE**
- 4. TURVALLINEN**
- 5. INNOSTUNUT TUNNE**

Muutokset toiveissa työilmapiiriltä

Yhteenkuuluvuuden ja innostuneisuuden tunne ovat nousseet toiveissa 2020-2021

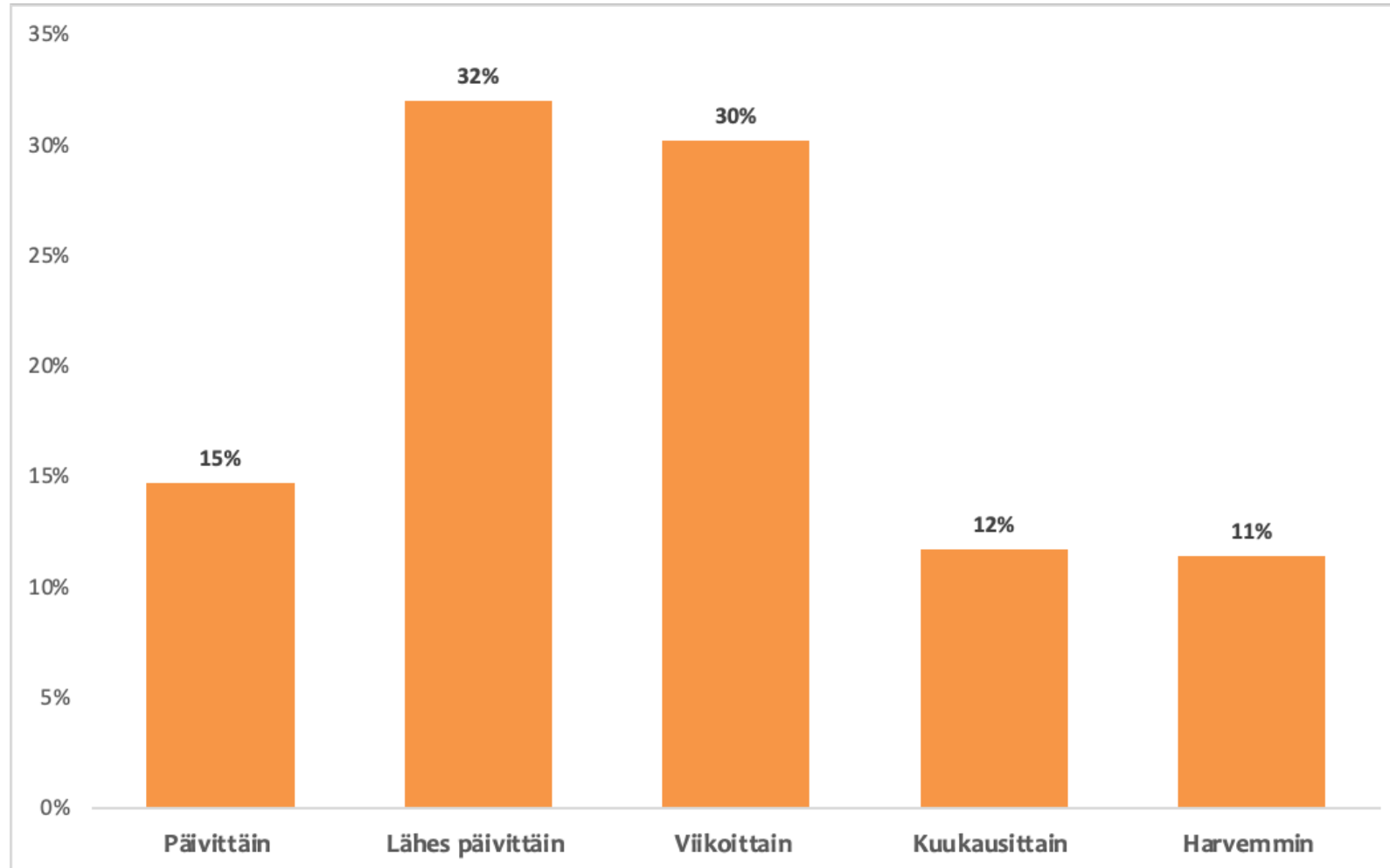
Eniten kaivattiin lisää ”asiat järjestyksessä” – kokemusta

Turvallisuuden tunnetta, reiluutta ja kannustamista kaivattiin sen sijaan hiukan vähemmän kuin 2020



Onnistumisen tunteiden kokeminen työarjessa

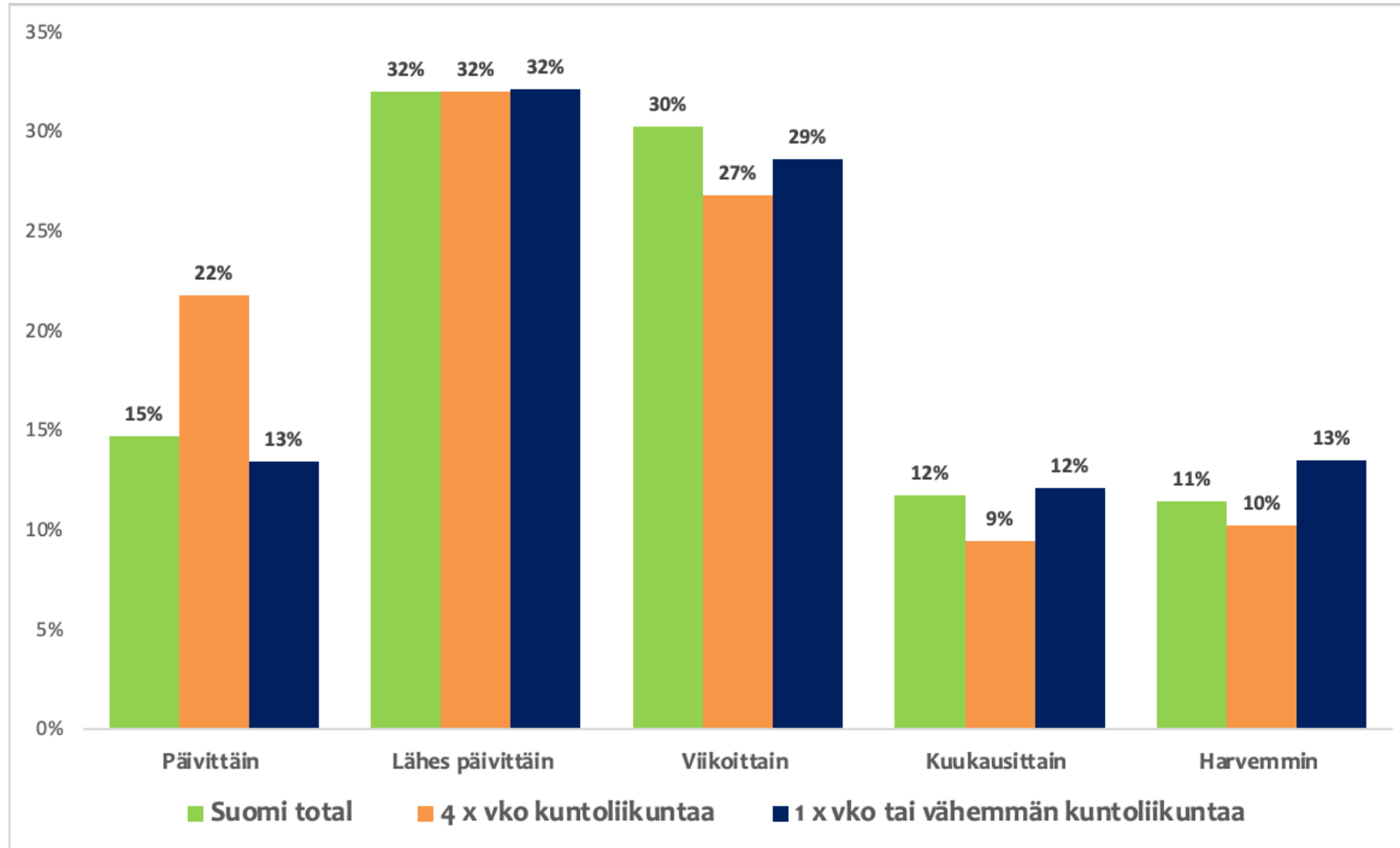
Joka toinen (47 %) suomalaisista kokee lähes päivittäin tai päivittäin, 23 % korkeintaan kuukausittain



Tulokset: liikunnan vaikutus työviihtyvyyteen



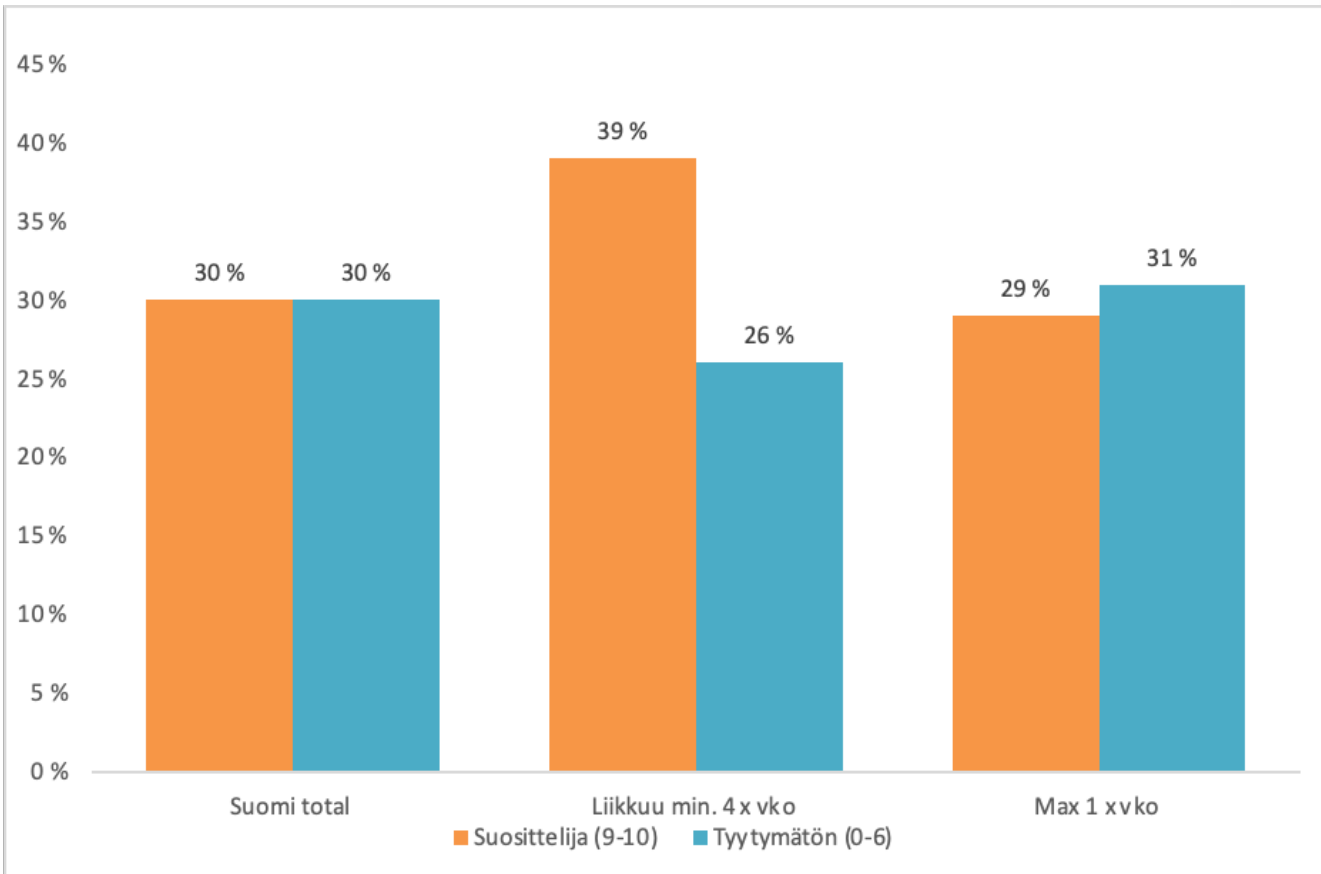
Aktiiviliikkujat kokevat selvästi eniten onnistumisen tunteita työarjessaan 54 % päivittäin tai lähes päivittäin.



30 % suomalaisista erittäin tyytyväisiä, 30 % tyytymättömiä työpaikkaansa

Aktiiviliikkujat kaikkein tyytyväisimpiä

Suositteluasteikko NPS, korkeimpia arvioita
(9-10) 39 %:lla vs. harvoin liikkuvilla 29 %:lla.



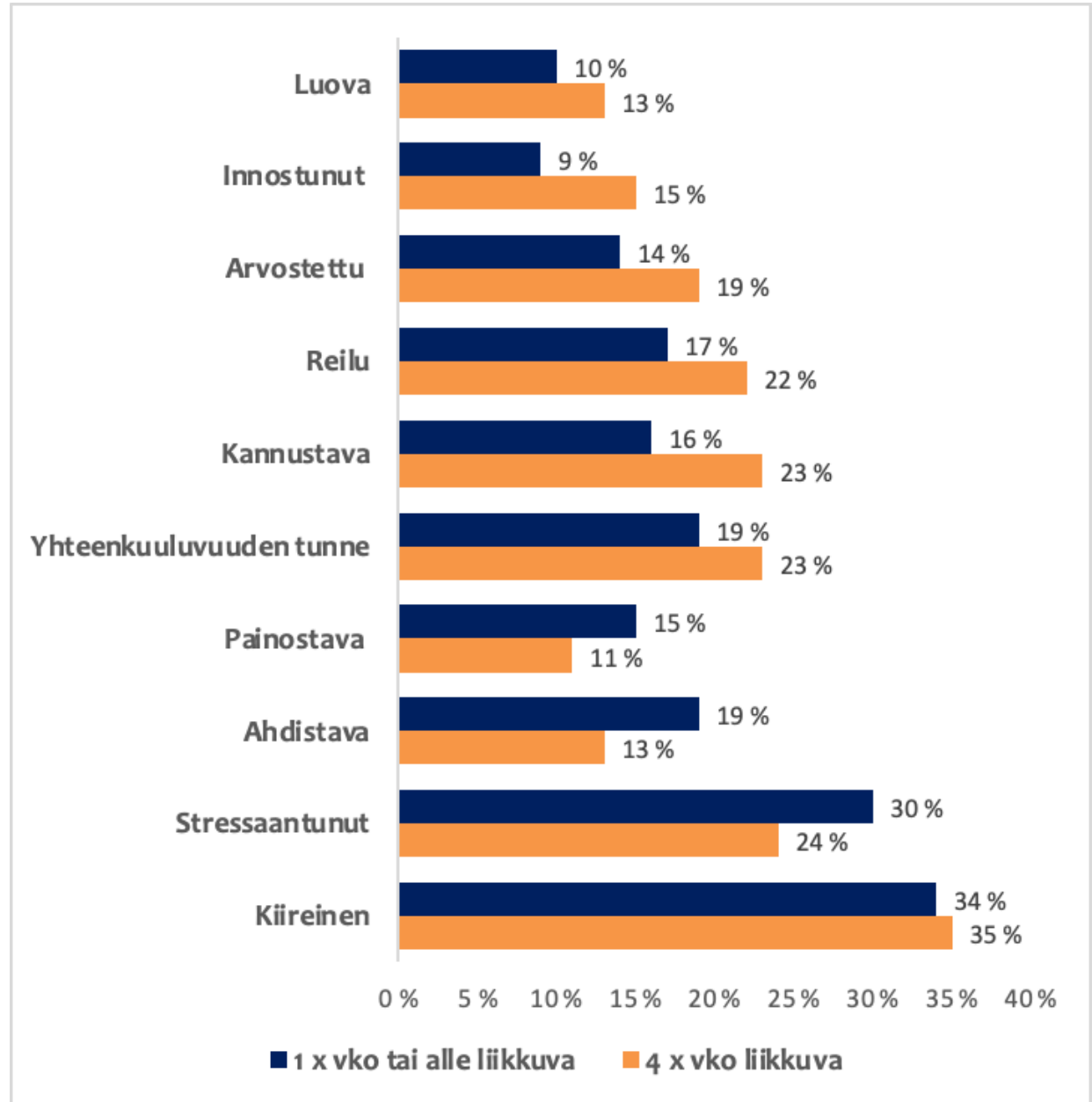
Tunnekokemus työpaikasta ja liikunta-aktiivisuus

Usein liikkuvat (4 x vko tai enemmän kuntoliikuntaa) **kokevat selvästi enemmän myönteisiä tunteita työssään.**

Aktiiviliikkujien työarki on yhtä kiireistä, mutta vähemmän stressaavaa.

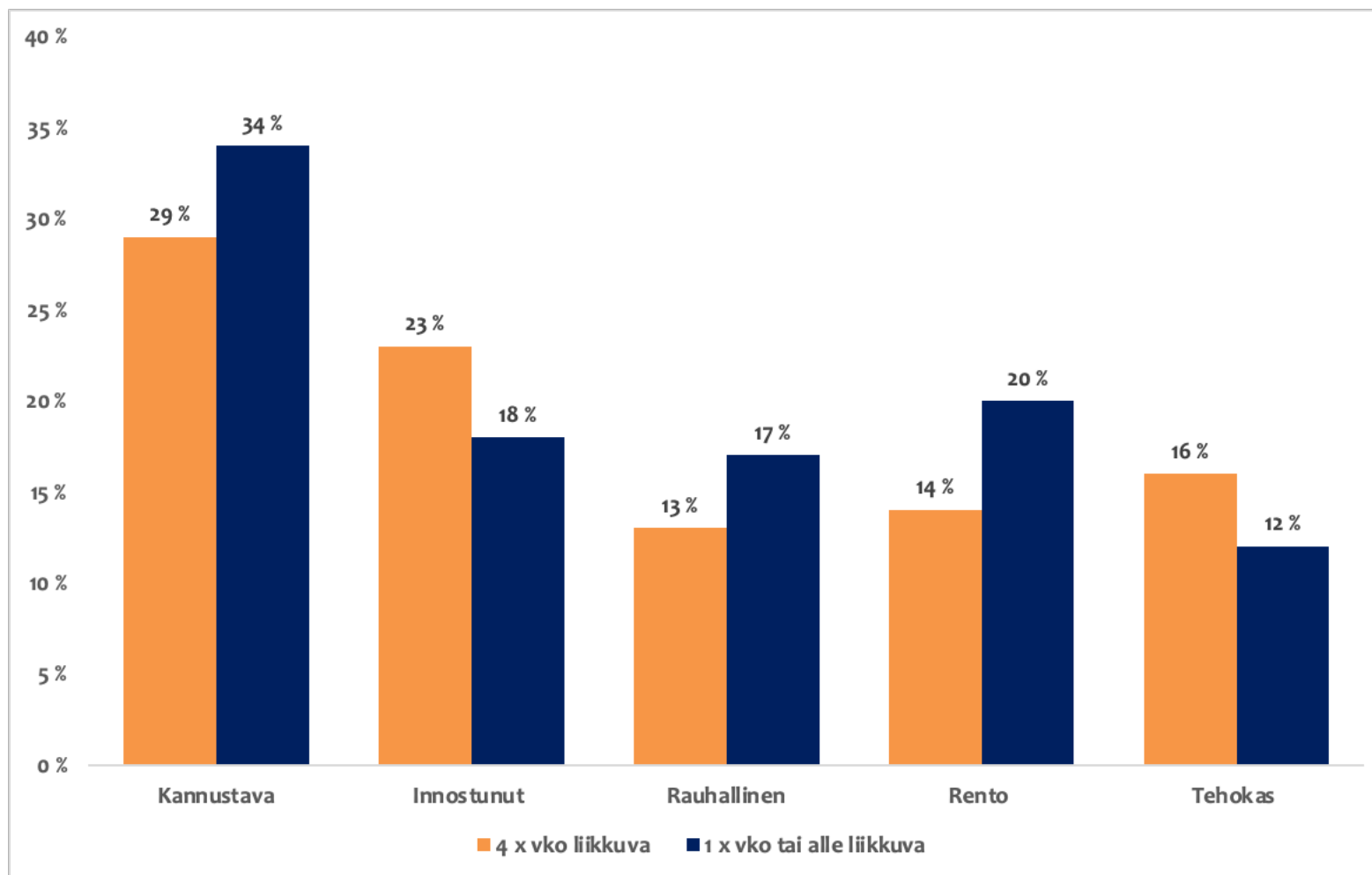
Työilmapiiri koetaan kannustavammaksi, reilummaksi ja työssä koetaan enemmän innostuksen, arvostuksen ja yhteenkuuluvuuden tunteita, jopa luovuutta.

Vähän liikkuvilla puolestaan ahdistava ja painostava tunne on yleisempää.

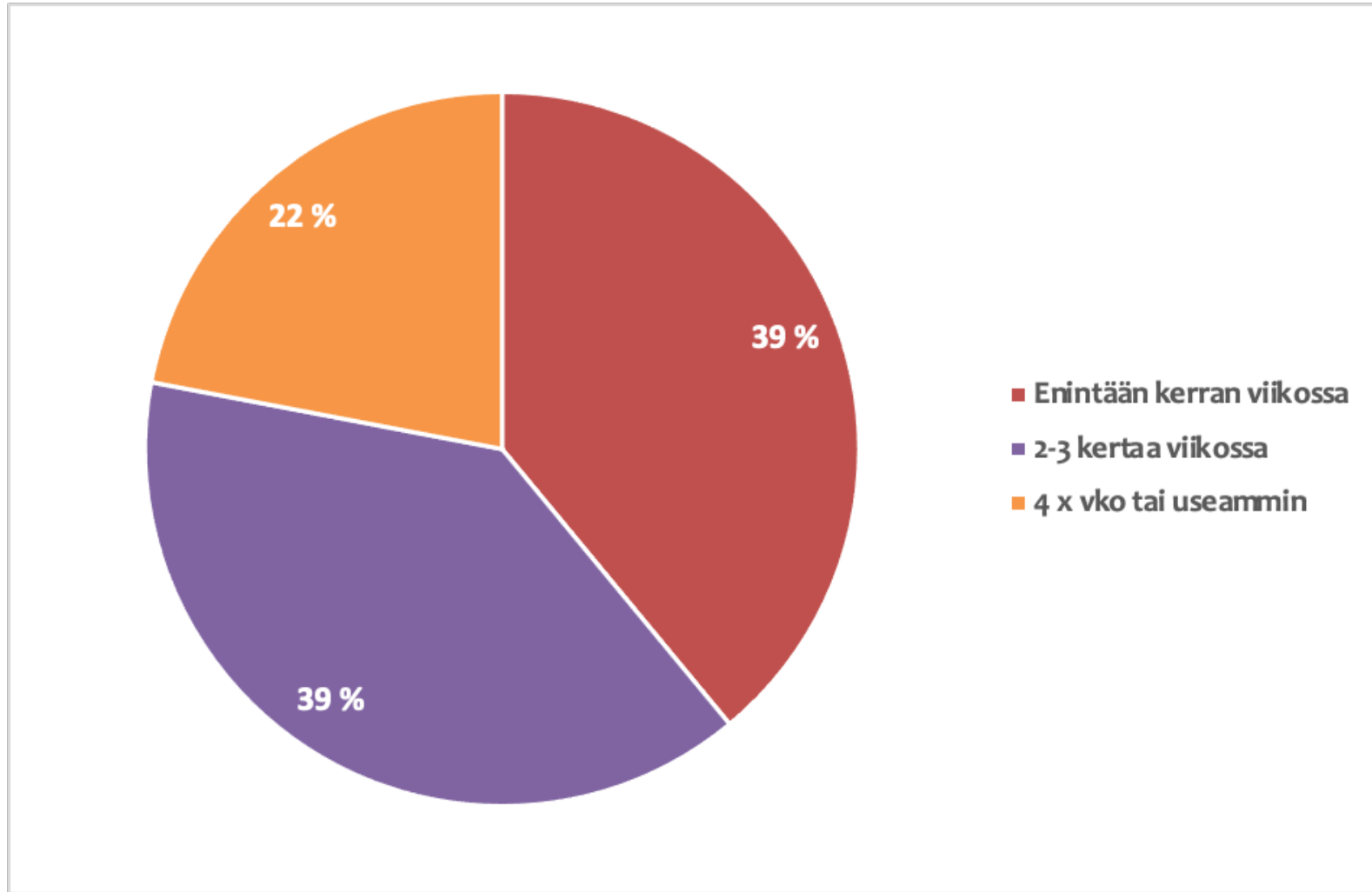


Mitä toivoo eniten lisää kokemukseen työarjesta / työilmapiiristä?

Usein liikkuvat toivoivat lisää innostunutta tunnetta, harvoin liikkuvat puolestaan lisää rentoa, kannustavaa ja rauhallista kokemusta.



Liikunnan harrastaminen 16-65v suomalaiset: 39% vain vähän, 22% usein

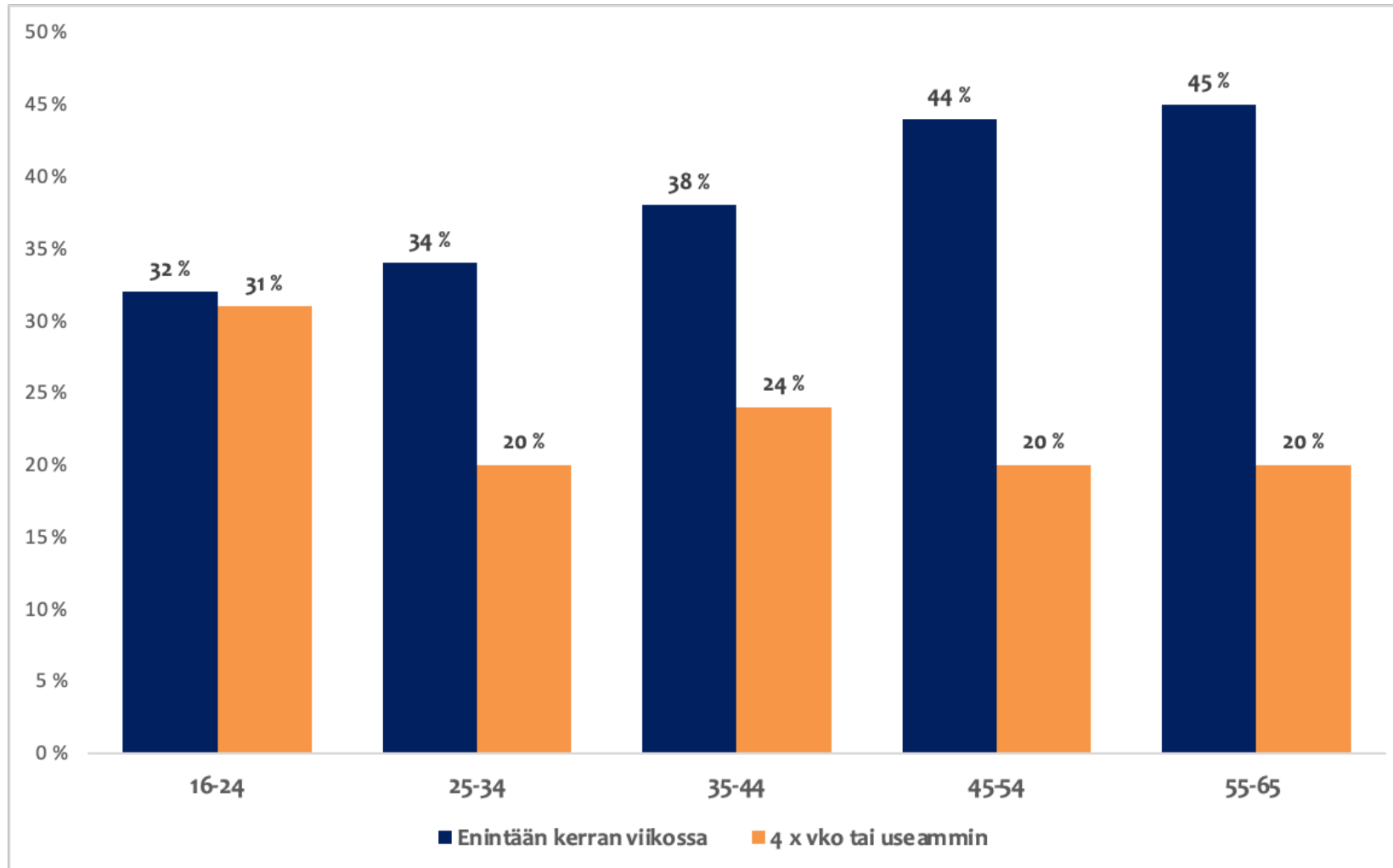


4 x vko tai useammin liikkuvista miehiä 54 % , naisia 46 %

Korostuivat vähän liikkuvissa: 25-34-vuotiaat yksityisellä sektorilla työskentelevät naiset

Liikunta-aktiivisuus laskee iän myötä

Työikien pidentämisen kannalta haaste



Yhteenveto ja johtopäätöksiä



Yhteenveto ja johtopäätöksiä

- Tunnekokemus työstä on kehittynyt monilta osin myönteiseen suuntaan korona-aikana: työyhteisöissä koetaan vähemmän stressiä, enemmän kannustavaa, huumorintajuista, lämminhenkistä, joustavaa ja turvallista tunnetta.
- Aktiivisen kuntoliikunnan harrastajien tunnekokemus työarjesta ja työilmapiiristä on selvästi myönteisempi toimialasta ja asemasta riippumatta.
- Työilmapiirin kehittämistä pohdittaessa paneudutaan yleensä psyykkisiin ja sosiaalisiin tekijöihin, mutta unohdetaan fyysisen perustan merkitys psyykkissosiaaliselle hyvinvoinnille. On huomionarvoista, että työviihtyvyyteen on kuitenkin mahdollista vaikuttaa työntekijöiden liikuntaa tukemalla, liikunta ei ole vain fyysinen työkykytekijä.

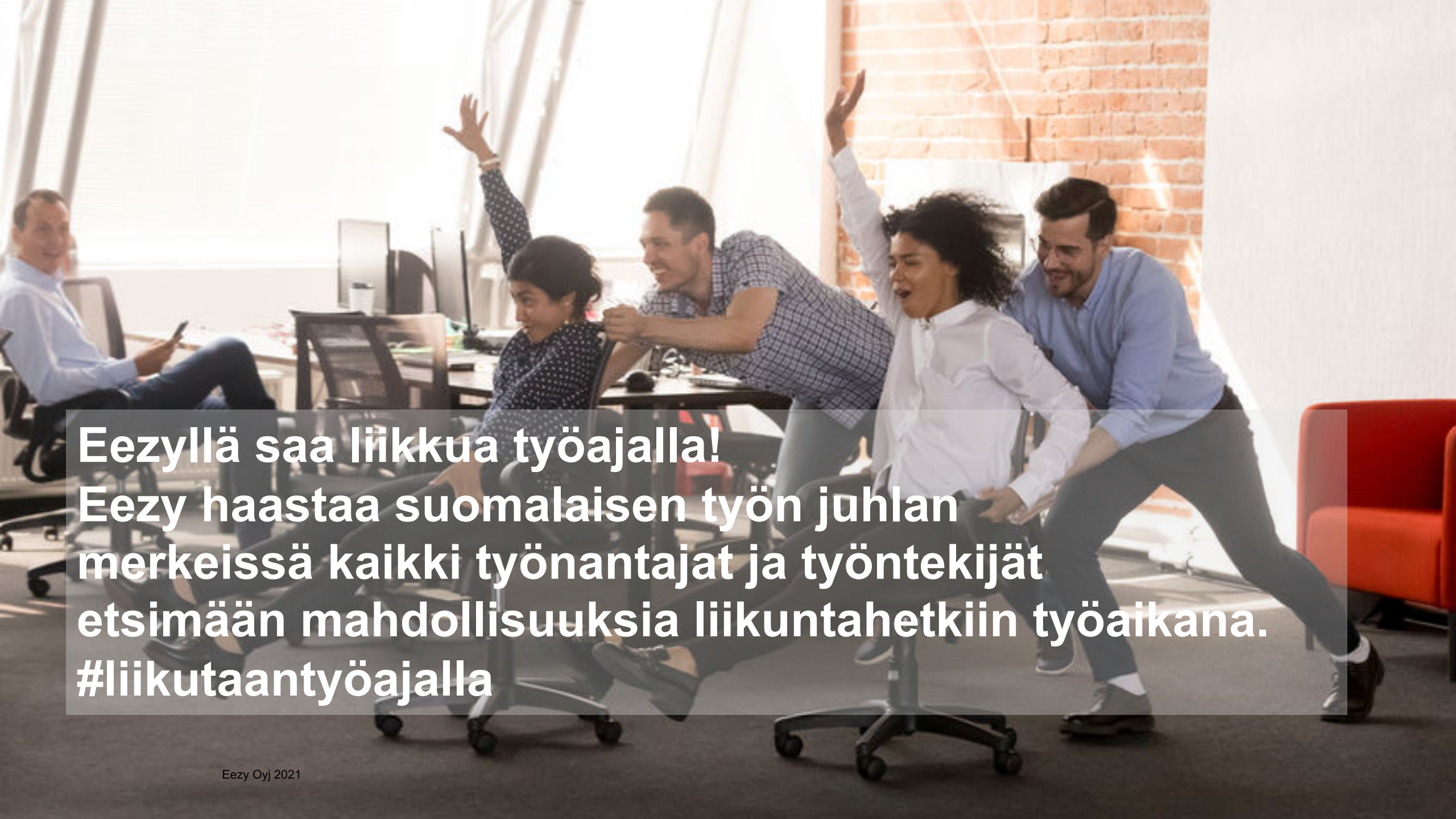


Johtopäätöksiä

- Suomalaisessa työelämässä on tärkeää panostaa enemmän työikäisen väestön työkyvyn parantamiseen huomioimalla liikunnan myönteiset vaikutukset laaja-alaisesti. Esimerkiksi 68 % työkyvyttömyyseläkkeelle jäämisistä johtuu mielenterveydellisistä syistä (pääosin masennus) sekä tuki- ja liikuntaelinsairauksista. Liikunta tukee myös masennuksen ennaltaehkäisyssä ja hoidossa.
- Jo viiden minuutin liikunta vaikuttaa positiivisesti.* Työajalla tapahtuva liikunta on ratkaisu monille liikkumattomille. Liikuntahetki voi olla tärkeä lisä myös esimerkiksi puutteelliseen lihaskuntoon.

* UKK-instituutin uudistuneet liikuntasuositukset: <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/aikuisten-liikkumisen-suositus/>





**Eezyllä saa liikkua työajalla!
Eezy haastaa suomalaisen työn juhlan
merkeissä kaikki työnantajat ja työntekijät
etsimään mahdollisuuksia liikuntahetkiin työaikana.
#liikutaantyöajalla**

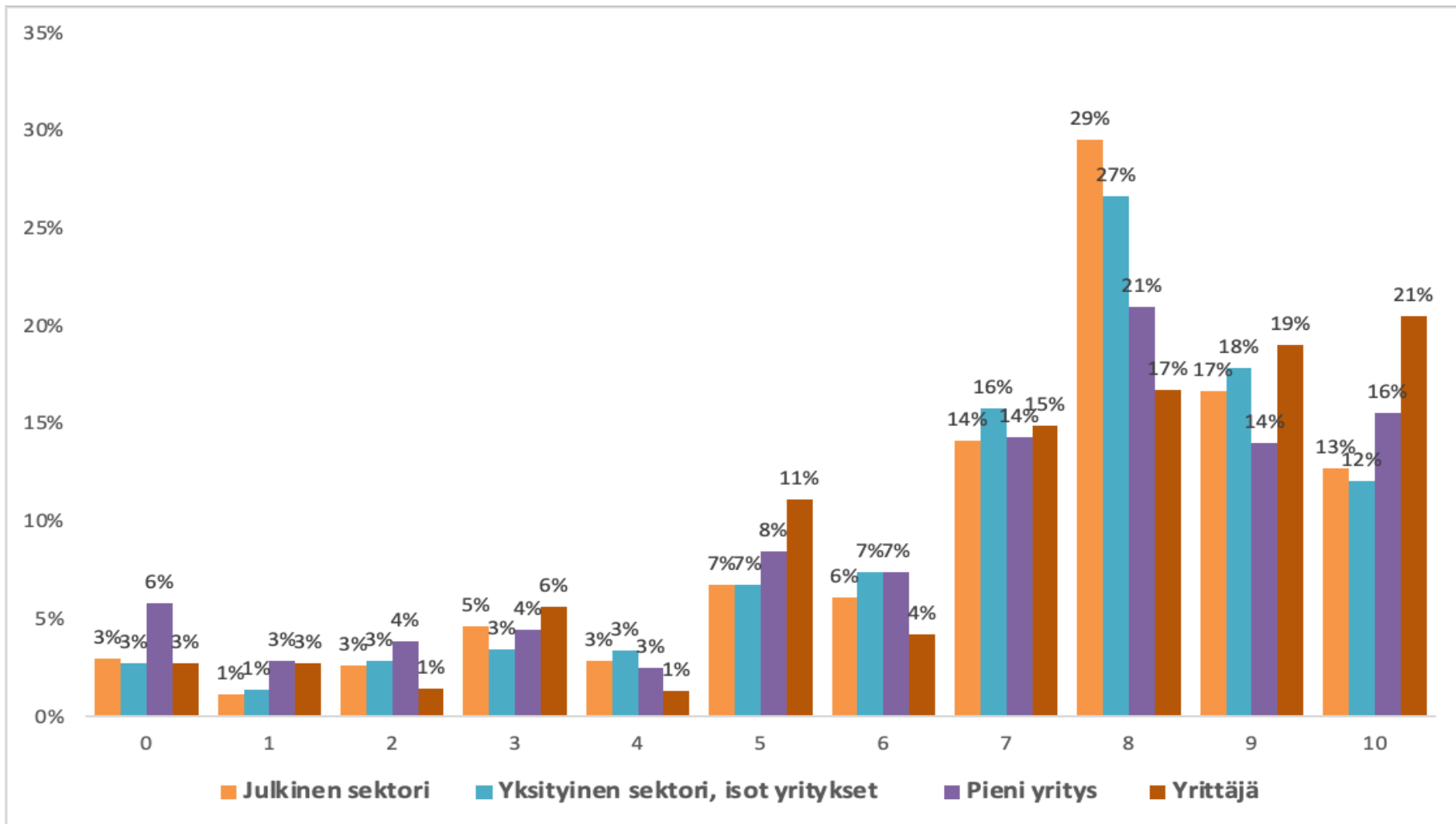
LIITE: TAUSTARYHMIEN EROJA



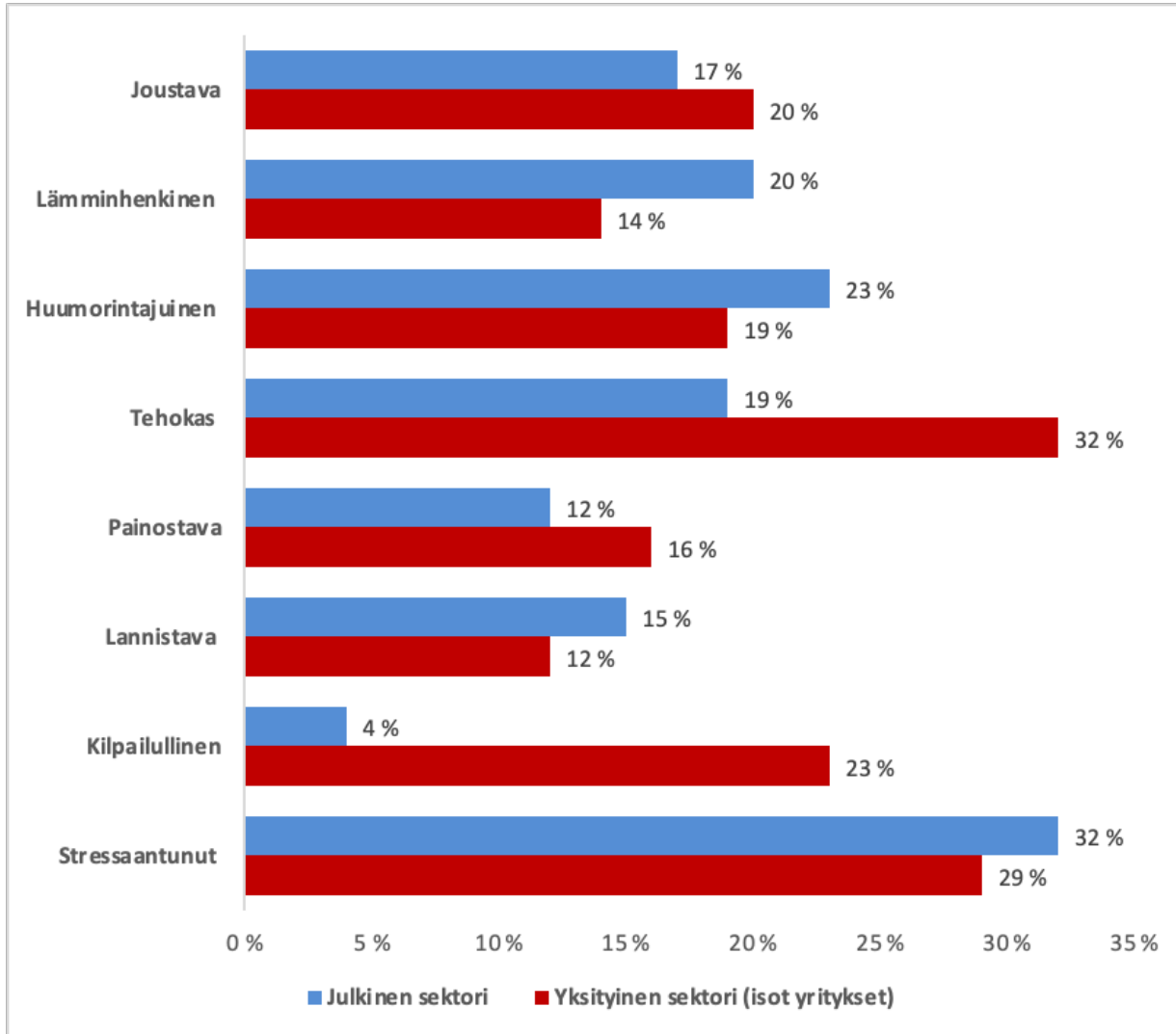
Suomalaisten tyytyväisyys työpaikkaansa

Julkinen ja yksityinen sektori keskimäärin samalla tasolla.

Yrittäjissä eniten (40 %) erittäin tyytyväisiä, mutta eniten myös tyytymättömiä. Ikäryhmissä ei merkittäviä eroja. (Suosittelevasteikko eli NPS 0-10)



SUOMI TYÖSSÄ -KOKEMUS - Eroja yksityinen vs. julkinen sektori



Julkisen ja yksityisen sektorin eroja tunnekokemuksesta työssä

Julkisella sektorilla työskentelevien kokonaiskokemus eroaa joiltakin osin yksityisellä puolella työskentelevistä.

Yksityisellä puolella korostuivat tehokkuus, joustavuus, mutta lisäksi kilpailullinen ilmapiiri. Kokonaiskokemus painottuu yksilökeskeiselle puolelle (rohkeus-valta-kontrolli). Julkisella puolella nousi enemmän esiin lämminhenkinen ja huumorintajuinen tunnelma, kokonaiskokemuksessa oli enemmän turvaa, pysyvyyttä ja yhteisöllisyyttä.

Aktiivisia liikunnan harrastajia (min. 4 x vko) oli yhtä paljon yksityisellä kuin julkisella sektorilla, passiivisia (max 1 x vko) oli julkisella sektorilla hiukan enemmän (43 %) kuin yksityisellä (36 %).

Tähän vaikuttaneina taustatekijöinä julkisella sektorilla työskentelevistä lievä enemmistö oli naisia, yksityisellä sektorilla puolestaan miesten osuus oli suurempi. Myös yli 55-vuotiaita oli enemmän julkisella sektorilla.

Alle 35-vuotiaiden ja 55-65-vuotiaiden eroja tunnekokemuksessa

Nuoremmat (25-34-vuotiaat) ja kokeneimmat työntekijät erosivat tunnekokemuksiltaan toisistaan.

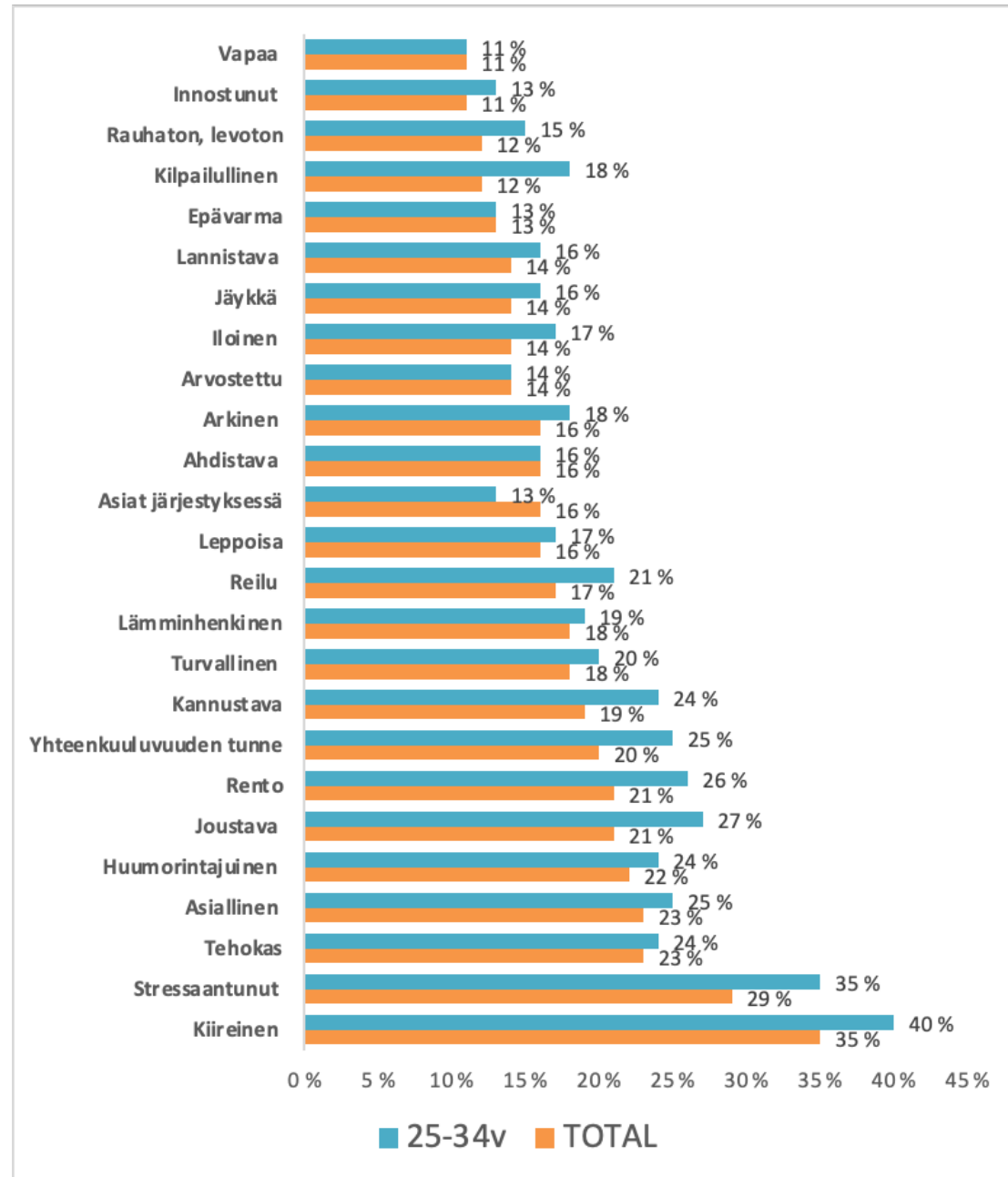
Nuoret aikuiset kokivat keskimääräistä enemmän yhteenkuuluvuuden tunnetta, kannustavaa, reilua, rentoa ja huumorintajuista sekä iloa työssään. Nuoremmat kokivat kuitenkin myös enemmän stressiä ja kiirettä, rauhatonta/levotonta tunnetta sekä kilpailullisuutta.

Nuorempien toiveissa ideaaliselta työilmapiiriltä korostuivat nykyistäkin rennompi ja lisäksi hiukan vapaa / vapautunut tunne, toisaalta myös turvallinen tunne.

55-65-vuotiaille korostuivat työstä asiallinen kokemus sekä epävarma tunne. He kokivat keskimääräistä vähemmän reilua tunnetta, kaipasivat muita useammin lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta ja kannustavaa kokemusta sekä ”asiat järjestyksessä” -tunnetta.

Onnistumisen kokemuksissa työssä oli vain vähän eroa ikäryhmittäin. Nuorilla mm. aktiivisempi liikunta tuottaa työhön heijastuvia onnistumisen kokemuksia, vanhemmilla puolestaan pidempi työura ja parempi asema työelämässä aikaansaavat enemmän onnistumisen kokemuksia.

Nuoret aikuiset 25-34v ja tunnekokemus työssä 02/2021



Yhteystiedot:

Hanna Lehto, viestintä- ja markkinointijohtaja, Eezy Oyj: 044 0696983
hanna.lehto@eezy.fi

Isa Merikallio, vastaava tutkija: 040 7173532
isa.merikallio@valuescout.fi

