

Työelämän tutkimuspäivät 2020**Abstrakti****Työryhmä:** Työpsykologia**Tekijät:** Janne Kaltiainen (janne.kaltiainen@ttl.fi); Jari Hakanen (jari.hakanen@ttl.fi)**Otsikko:** Työhyvinvointia etätöystä korona-aikana?

Työterveyslaitoksen Miten Suomi voi? -tutkimushankkeessa selvitettiin etätöihin siirtymisen merkitystä työhyvinvoinnille korona-aikana. Tutkimuksessa kerättiin suomalaista väestöä edustava pitkäaikaiskyselyaineisto kahtena ajankohtana: vuodenvaihteessa 2019-2020 ja kesäkuussa 2020. Molempiin kyselyihin vastasi 1006 työssä käyvää suomalaista. Tutkimusaineisto painotettiin edustamaan väestöä suhteessa ikään, sukupuoleen ja asuinalueeseen. Tutkimusmenetelmänä käytettiin rakenneyhtälömallinnusta. Työhyvinvoinnissa (työn imu, työuupumus ja työssä tilsistyminen) tapahtuneita muutoksia mallinnettiin latenteilla muutosmuuttujilla.

Lisääntynyt etätöyö korona-aikana oli suoraan yhteydessä työssä tilsistymisen kasvuun. Vastaavaa suoraa yhteyttä ei havaittu työn imun eikä työuupumuksen muutoksiin. Sen sijaan etätöyön yhteyttä työhyvinvoinnissa tapahtuneisiin muutoksiin välittivät useat työhön liittyvät tekijät. Etätöihin siirtyminen oli yhteydessä aiempaa itsenäisempään päätösten tekemiseen, joka puolestaan oli yhteydessä työuupumuksen ja työssä tilsistymisen vähenemiseen. Etätöihin siirtyneet raportoivat myös oppineensa aiempaa parempia työtapoja muita enemmän, mikä oli yhteydessä työn imun kasvuun ja työuupumuksen vähenemiseen. Riskinä etätöyöhön siirtyneillä näkyi kokemus vähäisemmästä työyhteisön tarjoaman tuesta, mikä oli yhteydessä työhyvinvoinnin heikkenemiseen. Lisäksi niillä etätöihin siirtyneillä, joilla oli kotona asuvia lapsia, työhyvinvointi koheni muita enemmän. Toisaalta kotona asuvat lapset olivat yhteydessä työn ja muun elämän yhteensovittamisen haasteisiin, mikä puolestaan oli yhteydessä työhyvinvoinnin heikkenemiseen.

Tutkimuksessa tarkastellut yhteydet ovat korrelatiivisia, joten havaituista yhteyksistä ei voida tehdä suoria päätelmiä syy-seuraussuhteista. Tutkimuksen vahvuutena on kuitenkin pitkäaikaisasetelma, joka mahdollistaa työhyvinvoinnissa ennen koronaa ja koronatilanteen aikana tapahtuneiden muutosten ja niihin yhteyksissä olevien tekijöiden tutkimisen. Tarkastelemalla työhyvinvointia moniulotteisena ilmiönä, tutkimuksen havainnot lisäävät ymmärrystä etätöihin siirtymisen mahdollisista työhyvinvointivaikutuksista ja tavoista, joilla työhyvinvointia voidaan edistää korona-aikana.

(221 sanaa)