

Työelämän laadun ulottuvuudet

Pohjoisen yhteiset voimat 9.10.2025.

Työelämän laatu kertoo muustakin kuin sinusta

Työelämän laatu kuvaa työn ja työympäristön kokonaisuutta.

Kokonaisuuteen kuuluu työntekijän kokema työn mielekkyys, hyvinvointi ja työolosuhteet.

Laatu kuvaa kuinka turvallista, motivoivaa ja tasapainoista työ on, sekä miten hyvin työ tukee työntekijän ammatillista ja henkilökohtaista elämää.

Hyvä työelämän laatu edistää työn sujuvuutta, jaksamista ja työssä viihtymistä.

Työhyvinvointi keskittyy sinuun

Työhyvinvointi tarkoittaa työntekijän **kokonaisvaltaista hyvinvointia työssä** – eli fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista jaksamista sekä tyytyväisyyttä työhön ja työympäristöön.

Työhyvinvointi kuvaa siis työntekijän henkilökohtaista kokemusta siitä miten hän voi työssään – jaksamisen, motivaation, terveyden ja työssä viihtymisen kannalta.

Työelämän laadulla voidaan vaikuttaa tuottavuuteen

Ero näiden välillä on siis siinä, että työelämän laatu liittyy enemmän työn ja organisaation rakenteisiin, kun taas työhyvinvointi kertoo yksilön voinnista työssä.

Hyvä työelämän laatu luo pohjan työhyvinvoinnille, mutta työntekijän hyvinvointiin vaikuttavat myös henkilökohtaiset tekijät, kuten elämäntilanne ja terveydentila.

***Tänään me puhumme työelämän
laadun ulottuvuuksista***



Työelämän laadun seitsemän ulottuvuutta

"Liikuntaseteleillä ei ratkota työn sujuvuutta", työterveyslääkäri sanoo

Työelämä | Yritykset uskovat
työhyvinvoinnin paranevan liikunnalla,
mutta Eira Roos on eri mieltä. Jumppa ei
auta, jos työpaikalla hommat eivät toimi.

💎 Tilaaajille



Suomalaiset työnantajat hassaavat miljoonia euroja erilaisiin toimenpiteisiin, joiden kuvittelevat parantavan työntekijöidensä työhyvinvointia. Oikeasti rahat valuvat isolta osin hukkaan.

"Liikuntaseteleillä ja työsuhdepyörillä ei voi ratkoa työn sujuvuuden ongelmia", sanoo työterveyshuollon kehitysililääkäri ja tutkija Eira Roos lääkärikeskus Aavasta.

Yksittäiset työkykypäivät, jumpat, joogat ja mietiskelyt eivät auta.

Roos muistuttaa, että harva ratkoo kotonakaan parisuhdeongelmia tai siivousvuoroja jumppaamalla tai meditoimalla aiempaa enemmän.

1. Työn sisältö ja mielekkyys

- työn vaihtelevuus ja monipuolisuus
- mahdollisuus oppia ja kehittyä
- työn merkityksellisyys
- vaikuttamismahdollisuudet omaan työhön



Cloud2:n työntekijät Heidi Eronen, Iiro Purola, Anton Floor, Tuomo Tomperi ja Isabella Pikkarainen vaihtavat kuulumisia ja tekevät töitä työpaikan kahvila-lounge -tilassa.

Kuva: Kimmo Penttinen

Toimistolle viihtymään

Yritykset satsaavat nyt aiempaa parempiin toimistotiloihin houkutellakseen työntekijöitä etätöistä takaisin työpaikalle. HS selvitti, millaisia toimistotilojen pitää nyt olla.



Pitääkö tarjolla olla hyvien työtilojen lisäksi viihdykkeitä?

Newsecin toimitusjohtaja Ville Inkerin mukaan monissa yrityksissä mietitään nyt, mitä pientä ekstrapia työntekijöille voitaisiin tarjota, jotta toimistolle tulo olisi houkuttelevaa ja arki helpottuisi. Tärkeitä tällöin voivat olla esimerkiksi parkkipaikat. Entistä useampaa työntekijää houkuttavat myös hyvät ja turvalliset pyöräparkit ja pyöräilijöille peseytymistilat.

Inkerin omalla työpaikalla kiinteistön omistaja tarjoaa jopa uima-altaan ja spa-osaston.

Hän kuitenkin muistuttaa, että hyvätkään työtilat eivät ole mikään ihmelääke houkuttelemaan työntekijöitä kotoa toimistolle. ”Tärkeintä lopultakin on yrityksen organisaatiokulttuuri ja johtaminen. Työympäristö on vain mahdollistaja”, Inkeri painottaa.

parempi
työ
elämä!

2. Työolot ja fyysinen työympäristö

- turvallinen ja terveellinen työympäristö
- ergonomiset työvälineet ja fyysisen kuormituksen hallinta
- riittävä työrauha ja viihtyisä työtila

Mistä kaikesta jään paitsi?

Yhä useampi saksalaisnuori unelmoi sapattivapaista jo uransa alkuvuosina, ja yhä useampi myös toteuttaa haaveensa. ”Tunne siitä, että työelämää täytyy paeta, on nykyään yleisempi kuin ennen”, sanoo nuorisotutkija.

💎 Tilaaajille



Nuorisotutkija Simon Schnetzer tutkii sitä, miksi nuoret kaipaavat uratauolle.

Schnetzer sanoo, että monet parikymppiset ovat jo saavuttaneet paljon.

Silloin herää kysymys: olenko tyytyväinen siihen, mitä teen?

”Tuossa ikävaiheessa yhdistyvät elämäkokemus ja vapaus, jollaista ei enää koskaan myöhemmin tule”, Schnetzer kuvaa.

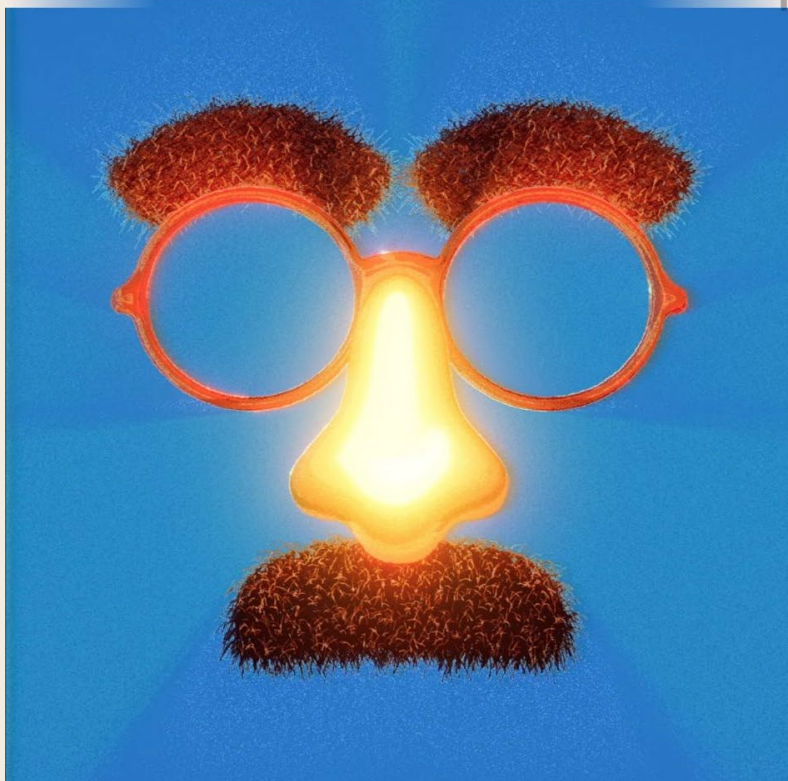
Hän selittää yhä nuorempien kasvavaa tarvetta uratauoille sillä, että Z-sukupolvi on keskeisellä tavalla erilainen kuin vanhemmat sukupolvet: tulevaisuus pelottaa yhä enemmän ja henkiset paineet kasvavat.

”Ennen ajateltiin, että kun puurtaa nyt, saa nauttia eläkkeellä. Tämä luottamus rapistuu kriisien ja taloudellisen epävarmuuden takia”, Schnetzer sanoo.

parempi
työ
elämä!

3. Työn kuormitus ja hallittavuus

- työn määrä ja vaativuus ovat sopusuhdassa työntekijän voimavarojen kanssa
- työntekijällä on vaikutusmahdollisuuksia omaan työhönsä
- riittävä palautuminen ja työn ja vapaa-ajan tasapaino



Kuva: Boris Stefanov / HS

Huumori on valtaa

Huumori voi olla johtajalle yllättävä supervoima, joka rakentaa työpaikalla psykologista turvallisuutta ja tiimihenkeä. HS Visio etsii nyt Suomen hauskinda johtajaa.

💎 Tilaaajille

Suomessa on perinteisesti vaalittu vakavan ja asiallisen johtajan ideaalia.

Organisaatio- ja strategiatutkija Eero Vaaran mielestä työpaikkojen kommunikaatiosta tulee kuitenkin helposti köyhää, jos johtajat pitäytyvät riisutun faktapohjaisessa viestinnässä.

Kun omiin tunteisiin ja tilanteen nyansseihin liittyvät havainnot eliminoidaan, tuloksena on harmaata, elotonta puhetta, joka ei innosta saati johda mihinkään uuteen.

Seurauksena voi olla organisaatio, joka tekee kaavamaisia ja varovaisia päätöksiä. Työntekijät eivät kyseenalaista eivätkä sitoudu työnantajaan, ja myös johto tyytyy valjuun kompromissiin ilman todellista draivia.

”Huumori tarkoittaa sitä, että ihminen voi olla oma itsensä. Ja juuri se tekee johtajasta uskottavan ja lähestyttävän.”

parempi
työ
elämä!

4. Johtaminen ja esihenkilötyö

- reilu ja kannustava johtaminen
- esihenkilö on helposti lähestyttävä, tukee ja antaa palautetta
- johtaminen perustuu luottamukseen ja avoimuuteen



Vielä muutama vuosi sitten postia jaettiin postityöntekijä Juhani Paakkarisen (vas.) mukaan "kauheilla" autoilla. Hän kokeili tuotantoesihenkilö Jukka Moilasen kanssa uutta jakelumopoa Postin pääkonttorin pihalla Ilmalassa.
Kuva: Petteri Tuohinen / HS

Työn ilo palasi

Postissa työhyvinvointi oli pohjamudissa, kun yhtiö päätti mullistaa johtamistapansa. Voisiko muutoksesta ottaa oppia muilla työpaikoilla?

parempi
työ
elämä!

Paakkarinen oli aloittanut postinjakajana Lappeenrannassa vuonna 1982 ja nähnyt, miten työolot vähitellen heikkenivät.

Pahinta oli kuitenkin tunne, että työntekijöiden tekemää työtä ei arvostettu.

He eivät pystyneet tekemään työtään niin hyvin kuin olisivat halunneet.

Omasta työstä oli kadonnut ilo ja ammattitilpeys.

5. Palkitseminen ja urakehitys

- kohtuullinen ja oikeudenmukainen palkka
- mahdollisuus kehittyä, kouluttautua ja edetä uralla
- tunnustusta ja arvostusta tehdystä työstä

Raision 38-vuotias kaupunginjohtaja menetti molemmat vanhempansa ja jakoi surunsa avoimesti

Työelämä | "Kuolemasta pitäisi puhua töissä enemmän", sanoo Raision kaupunginjohtaja Eero Vainio.



Raision kaupunginjohtaja Eero Vainio sanoo, että vaikka läheisen luonnollinen kuolema on maailman luonnollisin asia, se on silti suuri henkilökohtainen tragedia. Kuva: Ville-Veikko Kaakinen / HS

Vielä samana iltana Eero Vainio iltana tarttui luuriin ja soitti töihin.

Kaupunginhallituksen puheenjohtajalle Jari Saloselle hän kertoi, ettei ole välttämättä seuraavana päivänä työkykyinen.

Aamulla Vainio koki kuitenkin vointinsa sellaiseksi, että hän kykeni osallistumaan syyskauden ensimmäiseen kaupungin johtoryhmän kokoukseen.

"Kaikki tulivat halaamaan minua jo ennen kuin ehdin itse kertoa mitään. Sitten istuimme ja puhuimme kuolemasta pitkään. Jokainen jakoi omia kokemuksiaan. Se oli hyvin koskettavaa."

6. Työyhteisö ja sosiaaliset suhteet

- hyvä yhteishenki ja toimiva yhteistyö
- työntekijä tuntee kuuluvansa joukkoon ja tulee hyväksytyksi
- konfliktitilanteiden hallinta ja avoin vuorovaikutus

parempi
työ
elämä!

Suomalaiset yhdistävät taitavasti työn ja lapsiperhearjen, sanoo tuore tutkimus – näillä tutkijan vinkeillä saat työn ja perheen tasapainoon

Perhe- ja työ | Korkeakoulutetut vanhemmat saavat työelämän joustoja yhä paremmin. Silti useiden mielestä vaativa tai uuvuttava työ haittaa perhe-elämää, kertoo Väestöliiton tuore perhebarometri.



Työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisen vaikeuksia aiheuttavat muun muassa pitkät työpäivät ja ennustamattomat työajat. Kuva: Emilia Kangasluoma

Jopa 90 prosenttia työssä käyvistä lapsiperheiden vanhemmista kokee, että työn ja perheen yhteensovitus onnistuu heiltä erittäin tai melko hyvin.

Onnistuminen työn ja perheen yhteensovittamisessa saattaakin liittyä siihen, että suomalaisvanhemmat osaavat luovia työstä johtuvista vaikeuksista huolimatta, sanoo tutkija Tiia Sorsa Väestöliitosta.

”Se, että onnistutaan, ei välttämättä kerro siitä, että työpaikka on sellainen, joka mahdollista työn ja perheen yhteensovittamisen hyvin. Monilla vanhemmilla on puoliso tai läheisiä ihmisiä, jotka auttavat.”

7. Työn ja muun elämän yhteensovittaminen

- mahdollisuus joustaviin työaikoihin ja etätyöhön
- työ ei kuormita liikaa vapaa-aikaa tai perhe-elämää
- työnantajan tuki elämän eri vaiheissa (esim. perhetilanteet)

parempi
työ
elämä!



Jokainen aamu, kun aukaiset työpaikan oven tai
tietokoneen, olet
osa omaa ja muiden työelämän laatua

Kiitos!

Viittaukset

Työhyvinvointi vaatii kokonaisvaltaista otetta, työterveyslääkäri Eira Roos sanoo | HS.fi

Kahvilanomainen toimisto houkuttelee työntekijöitä: Viihtyisät tilat, hiljaisia työtiloja ja kohtaamispaikkoja | HS.fi

Yhä useampi nuori tahtoo paeta työelämää, ja se kertoo sukupolvien kuilusta | HS.fi

Posti päätti johtaa työntekijöitään inhimillisellä tavalla, ja työhyvinvointi alkoi parantua | HS.fi

Hauska pomo johtaa paremmin, ja siksi huumorintajuaan kannattaa kehittää | HS.fi

Raision kaupunginjohtaja Eero Vainion vanhemmat kuolivat – haluaa nyt lisää myötätuntoa suomalaisille työpaikoille | HS.fi

Suomalaiset yhdistävät taitavasti työn ja lapsiperhearjen, sanoo tuore tutkimus – näillä tutkijan vinkeillä saat työn ja perheen tasapainoon | HS.fi