

Terveysalan opettajien työhyvinvointi ja sen edistäminen – työntekijän ja hänen työnsä näkökulma

TERHI SAARANEN

TtT, professori (ma.), th, sh
Itä-Suomen yliopisto
Hoitotieteen laitos

PÄIVI KANKKUNEN

TtT, yliopistonlehtori, dosentti, sh
Itä-Suomen yliopisto
Hoitotieteen laitos

AIJA JUNTUNEN

TtM, tth, palvelusuunnittelija
Kainuunmeren Työterveys Oy

TIIVISTELMÄ

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata terveysalan opettajien työhyvinvointia ja sen edistämiseen liittyviä tekijöitä työntekijän ja hänen työnsä näkökulmasta. Tutkimusaineisto kerättiin kolmessa ammattikorkeakoulussa ja kahdessa ammatillisessa oppilaitoksessa työskenteleviltä terveysalan opettajilta sähköisellä kyselylomakkeella. Aineisto analysoitiin tilastollisin menetelmin (kuvailevat ja monimuuttujamenetelmät) SPSS (Statistical Package Social Sciences) 24.0 for Windows tilasto-ohjelmalla.

Terveysalan opettajat kokivat työnsä psyykkisesti kuormittavaksi ja työmäärän koettiin jakautuvan epätasaisesti lukuvuoden aikana. Työterveyshuollon toimintaan työhyvinvoinnin edistäjänä ja ylläpitäjänä sekä työssäjaksamisen tukena oltiin koettuullisen tyytyväisiä, mutta kehitettävää on esimerkiksi työhyvinvoinnin tukemisessa entistä paremmaksi terveystarkastuksissa. Työhön liittyvien voimavarojen ja kuormitustekijöiden tehokkaampi tunnistaminen ja puheeksi ottaminen mahdollistaa opettajien työssä selviytymistä ja edistää heidän työhyvinvointiaan. Myös työantajan tarjoama työssä jaksamista ja psyykkisiä voimavaroja tukeva toiminta koettiin riittämättömäksi.

Jatkossa työnantajan tulee pyrkiä yhteistyössä työterveyshuollon kanssa löytämään, kehittä-

ABSTRACT

The status and promotion of the occupational well-being of health care teachers – the perspective of workers and their work

Terhi Saaranen, PhD, professor, PHN, RN

Päivi Kankkunen, PhD, docent, RN

Aija Juntunen, MNSc, service designer, PHN

The purpose of this study was to describe the occupational well-being of health care teachers and the factors related to its promotion from the perspective of workers and their work. The research data were collected from teachers in the health care sector using an electronic questionnaire. The teachers were employed by three universities of applied sciences and two vocational institutions. The data were analyzed using statistical methods (descriptive and multivariate methods) with the Statistical Package Social Sciences (SPSS) 24.0 for Windows.

The teachers felt that their work caused psychological burden and that their workload was unevenly distributed during the academic year. While the teachers were moderately satisfied with the activities by occupational health care services aiming to promote and maintain occupational well-being and support for coping with work, there was room for improvement, for example, in supporting occupational wellbeing in health examinations. More effective identification and broaching of work-related resources and workload factors will enable teachers to cope with their work and promote their well-being at work. The number of activities sup-

mään ja ylläpitämään terveysalan opettajien työstä löytyviä voimavaroja heidän työhyvinvointinsa edistämiseksi ja parantamiseksi.

Avainsanat: hyvinvointi, koulutus, opettajat, työterveyshuolto

ported by the employer in terms of work ability and mental resources were also considered inadequate.

In the future, the employer, in cooperation with occupational health care, should seek to find, develop and maintain the work-related resources of health teachers to promote and improve their occupational wellbeing.

Keywords: education, occupational health services, teachers, well-being

Mitä tutkimusaiheesta jo tiedetään?

- Opettajien työ on fyysisesti kevyttä, mutta psyykkisesti kuormittavaa.
- Opettajien työhyvinvoinnin parantamiseen voidaan pyrkiä kehittämällä ja ylläpitämällä työstä löytyviä voimavaratekijöitä.

Mitä uutta tietoa artikkeli tuo?

- Työmäärän jakautuminen epätasaisesti lukuvuoden mittaan aiheuttaa opettajille psyykkistä kuormittumista.
- Työterveyshuolto on onnistunut kohtuullisen hyvin terveysalan opettajien työhyvinvoinnin lisääjänä ja edistäjänä.
- Terveysalan opettajat pitävät työnantajan tarjoamaa työssä jaksamista ja psyykkisiä voimavaroja tukevaa toimintaa riittämättömänä.

Mikä merkitys tutkimuksella on hoitotyölle, hoitotyön koulutukselle ja johtamiselle?

- Työterveyshuollossa toimivien on erityisesti huomioitava terveysalan opettajien psyykinen kuormittuneisuus.
- Työhön liittyvien voimavarojen ja kuormitustekijöiden tehokkaampi tunnistaminen ja puheeksi ottaminen terveystarkastuksissa edesauttaa opettajien työssä selviytymistä ja lisää heidän työhyvinvointiaan.

Tutkimuksen lähtökohdat

Terveysalan opettajien työhyvinvoinnilla ja osaamisella on tärkeä tehtävä tulevien sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten kouluttajina takaamaan laadukas hoitotyö (Arian ym. 2018, Hyvärinen ym. 2018, Mikkonen ym. 2018, 2019). Lähivuosien suuri terveysalan opettajien eläkepoistuma aiheuttaa pulaa osaavista ja ammattitaitoisista työntekijöistä samalla, kun väestön ikääntyminen lisää sosiaali- ja terveyspalvelujen kysyntää. Ammattikorkeakouluissa työskentelee noin 1700 sosiaali-, terveys- ja liikunta-alan opettajaa. Vastaavasti vuonna 2016 toisen asteen

ammattikoulutuksessa työskenteli 1400 sosiaali-, terveys- ja liikunta-alan opettajaa, joista yli puolet oli iältään 50 vuotta tai sitä vanhempia. (Opetushallinnon tilastopalvelu 2019.) Terveysalan opettajien työhyvinvoinnista ja osaamisesta huolehtiminen työuran eri vaiheissa on siten tärkeää tulevaisuuden hoitajien kouluttajina ja hoitotyön kehittäjinä.

Terveysalan opettajien työhyvinvointia on tutkittu melko vähän kansallisesti ja kansainvälisesti (Hyvärinen ym. 2018). Lisäksi työhyvinvointitutkimukset painottuvat ongelma- ja kuormitustekijöihin, kuten työtytymättömyyteen (Corral-Mulato ym. 2010,

Wu ym. 2013), uupumiseen ja uniongelmiin (Yedidia ym. 2014), voimavarojen ja hyvinvoinnin sijaan (Mäkinieniemi ym. 2014). Opetusalan työolobarometrin (2018) mukaan opettajien työn kuormittavuustekijät ovat lisääntyneet, mikä on ilmennyt työstressin lisääntymisenä ja kokemuksena, ettei opettajien työaika riitä työtehtävien hoitamiseen (Länsikallio ym. 2018).

Opettajien työ koetaan fyysisesti kevyenä, mutta psyykkisesti kuormittavana (Perkiö-Mäkelä & Ervasti 2013). Korkean stressitason, työuupumuksen sekä uniongelmiin on havaittu liittyvän työn määrällisiin ja emotionaalisiin vaatimuksiin ja heikentävän terveyttä ja hyvinvointia (Minz-Binder & Sanders 2012, Vedovato & Monteiro 2014). Nämä heikentävät myös työn tuottavuutta ja työhön sitoutumista, lisäävät sairauspoissaoloja ja lyhentävät työurien pituutta (STM 2019).

Työhyvinvoinnin tutkimukselle asettaa haasteita työhyvinvointikäsitteen moninaisuus. Tavallisimmin työhyvinvoinnin määritelmään sisällytetään mielekäs työ, työympäristö, terveys, turvallisuus ja hyvinvointi sekä psykososiaalisia tekijöitä (European Agency for Safety and Health at Work 2013, STM 2019). Tässä artikkelissa työhyvinvoinnin määritellään koostuvan neljästä osa-alueesta: *työntekijä ja työ, työolot, ammatillinen osaaminen* ja *työyhteisö*, joilla kaikilla osa-alueilla on todettu olevan tutkimusperustaisesti yhteyttä työhyvinvointiin (Saaranen ym. 2007, Laine ym. 2018). Osa-alueiden sisällä olevia tekijöitä, kuten *työntekijä ja työ* -osa-alueella henkinen ja fyysinen työ määrä, terveys ja yksilölliset resurssit, voidaan kuvata myös voimavara- ja/tai kuormitustekijöinä (Saaranen ym. 2007, vrt. Hobfoll ym. 2018). (Kuvio 1.)

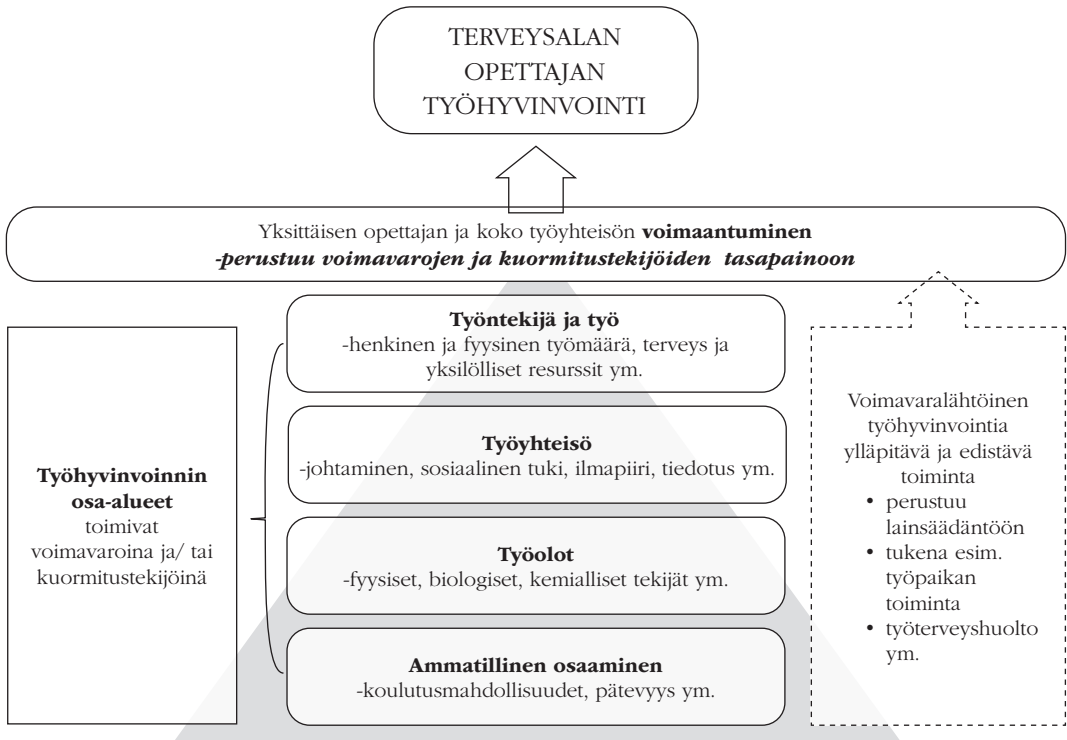
Niin yksilön kuin yhteisönkin voimaantuminen edellyttää, että työntekijöiden voimavarat ja kuormitustekijät (ks. Onnismaa 2010) ovat tasapainossa työn vaatimuksiin nähden. Tällöin työhyvinvointia voidaan pitää yksilön ja yhteisön voimaantumisprosessina (Kuvio 1), jossa opettajat selviytyvät

työn vaatimuksista mahdollistaen työhyvinvoinnin (Saaranen ym. 2007). Onnistuneessa voimaantumisprosessissa työntekijä työyhteisössään kokee pystyvänsä itse osallistumaan tai vaikuttamaan häntä koskevaan työhyvinvointikeskusteluun ja päätöksentekoon (ks. Siitonen 1999, Zimmerman 2012).

Voimavaralähtöinen (ks. Siitonen 1999, Zimmerman 2012) työhyvinvointia edistävä toiminta on ensisijaisesti ennaltaehkäisevää ja työhyvinvointia ylläpitävää toimintaa, jossa työhyvinvoinnin asiantuntijatahona toimivat työterveyshuollon ammattihenkilöt ja asiantuntijat (Valtioneuvoston asetus 708/2013). Työhyvinvoinnin edistäminen on työnantajan ja työterveyshuollon yhteistyötä, jonka tavoitteena on turvata ja ylläpitää työntekijän työkykyä sekä ennaltaehkäistä työperäisiä haittoja (Työturvallisuuslaki 738/2002). Työterveyshuollossa työntekijöiden työssä selviytymistä seurataan ja edistetään toteuttamalla terveystarkastuksia, antamalla neuvontaa ja ohjausta työterveyden ylläpitämiseksi ja lisäämiseksi (Palmgren ym. 2014). Lisäksi työterveyshuollossa tunnustetaan työkyvyn palauttamiseen tähtääviä kuntoutustarpeita (Juvonen-Posti ym. 2014). Työterveyshuollon ohella työnantaja voi edistää ja ylläpitää työhyvinvointia esimerkiksi järjestämällä työntekijöilleen työhyvinvointia tukevaa koulutusta, liikunta- ja kulttuuripalveluja sekä tarjoamalla työnohjausta, jonka tavoitteena on tutkia, arvioida ja kehittää omaa työtä koulutetun työnohjaajan kanssa (Suomen Työnohjaajat ry. 2019).

Tutkimuksen tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata terveysalan opettajien työhyvinvointia ja sen edistämiseen liittyviä tekijöitä työntekijän ja hänen työnsä näkökulmasta. Tutkimuksen tavoitteena oli tuottaa tietoa terveysalan opilaitosten opettajille, henkilöstöhallinnolle ja terveyden edistämisen ammattilaisille ter-



Kuvio 1. Terveysalan opettajien työhyvinvointi voimaantumisprosessina ja siihen yhteydessä olevat tekijät.

veysalan opettajien työhyvinvoinnin edistämiseksi.

Tutkimuskysymykset:

1. Miten terveysalan opettajat arvioivat työhyvinvoinnin ja sen edistämisen *työntekijä ja työ* -osa-alueella
2. Miten taustamuuttujat ovat niihin yhteydessä?

Tutkimuksen aineisto ja menetelmät

Kohderyhmä ja aineiston keruu

Tämä tutkimus toteutettiin kolmessa ammattikorkeakoulussa ja kahdessa ammatillisessa oppilaitoksessa tammi-helmikuussa 2017. Kohderyhmänä olivat terveysalan opiskelijoita opettavat yliopettajat, lehtorit, tuntiopettajat sekä yleisten aineiden opet-

tajat. Tutkimukseen osallistui 99 terveysalan opettajaa (N=248), joista 43 ammattikorkeakouluista ja 56 ammatillisista oppilaitoksista. Vastausprosentti oli 39,9 %.

Aineisto kerättiin *Terveysalan opettajan työhyvinvointi-indeksilomakkeella*, jossa työhyvinvointiin sisältyy neljä osa-alueetta: 1) työntekijä ja työ, 2) työolot, 3) ammatillinen osaaminen ja 4) työyhteisö. Kyselylomake perustuu Saaranen (2006) laatimaan *Työhyvinvointi-indeksi -kyselymittariin*, jota on modifioitu 2011 ja 2017 terveysalan opettajien työhyvinvoinnin kartoittamiseksi. Kyselylomake sisältää 12 taustamuuttujaa ja neljältä osa-alueelta yhteensä 82 väittämää sekä 10 avointa kysymystä. Tässä artikkelissa raportoidaan 12 taustamuuttujaa ja *työntekijä ja työ* -osa-alueen muuttujat (11 muuttujaa).

Sähköinen kysely toteutettiin 1.–28.2.2017 välisenä aikana. Oppilaitosten tutkimuslupa-suostumukset ja oppilaitosten yhteyshenki-

löiden yhteystiedot saatiin tammikuussa 2017. Yhteyshenkilöiden kautta lähetettiin jokaiselle tutkittavalle sähköpostiviesti, joka sisälsi tutkimustiedotteen tutkittavalle, vastausohjeen ja linkin sähköiseen *Terveysalan opettajien työhyvinvointi-indeksilomakkeeseen*.

Aineiston analyysi

Taustamuuttujia kuvaillaan frekvensseillä ja prosenteilla (Taulukko 2) sekä terveystieteen opettajien työhyvinvointia ja sen edistämistä keskiarvosummamuuttujien keskiarvoilla ja keskihajonnoilla ja arvioita työhyvinvointiin liittyvistä tekijöistä prosentteina (Taulukko 3). *Työntekijä ja työ* -osa-alueen viisiportaiset Li-

kert-asteikot luokiteltiin uudelleen kaksipor-taisiksi (1–3=eri mieltä, 4–5=samaa mieltä).

Ennen keskiarvosummamuuttujien muodostamista muuttujia tarkasteltiin Pearsonin korrelaatiokertoimella; yksi muuttuja ei korreloinut minkään toisen muuttujan kanssa ja korrelaatiokertoimen arvo jäi alle 0,3 (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017). Tämä muuttuja jätettiin pois faktorianalysistä. Muuttujille tehtiin eksploratiivinen faktorianalyysi, jossa ilmeni, että kahden *Työntekijä ja työ* -osa-alue muuttujan kommunaliteetti (alle 0,3) ja ominaisarvo (alle 1,0) jäivät liian pieneksi. Nämä kaksi muuttujaa poistettiin uusittaessa faktorianalyysi. Uusinta-analysissä *työntekijä ja työ* -osa-alueen

Taulukko 1. Terveystieteen opettajien työhyvinvointia ja sen edistämistä yksilön ja hänen työnsä näkökulmasta kuvaavat keskiarvosummamuuttujat, faktorilataukset, selitysosuudet, Cronbachin alfa, normaalijakautuneisuus (p-arvo) ja muuttujamäärät.

Muuttujat	Faktori-lataus	Selitys-osuus %	Cronbachin alfa	*p-arvo	Muuttujamäärä
Työmäärä, työn psyykinen kuormitus ja psyykkisille voimavaroille saatu tuki		23,5	0,848	0,200	5
Olen tyytyväinen työmäärääni	,831				
Työn psyykinen kuormitus on sopiva	,795				
Ehdin pitää taukoja ja lepoa työssäni	,661				
Työssä jaksamista ja psyykkisiä voimavaroja (esim. stressin hallintaa) tukevaa toimintaa on ollut riittävästi	,644				
Työmääräni jakautuu tasaisesti siten, että työt eivät jatkuvasti ruuhkaudu	,611				
Työhyvinvoinnin edistämiseen saatu tuki ja mahdollisuus työnohjaukseen		5,0	0,481	0,005	2
Työhyvinvointini edistämiseen kannustavaa toimintaa on ollut riittävästi (esim. liikunta-/ kulttuurisetelit ja virkistystapahtumat)	,473				
Minulla on työyhteisössäni mahdollisuus työnohjaukseen	,330				
Työterveyshuollon toiminta		13,3	0,809	0,054	4
Olen saanut työterveyshuollosta tukea, neuvoja ja ohjausta työhyvinvointini ylläpitämiseksi ja edistämiseksi	,908				
Terveystarkastukset ovat tukeneet terveyttäni	,875				
Yhteistyöni työterveyshuollon kanssa sujuu hyvin	,715				
Olen päässyt kuntoutukseen työterveyshuollon arvioinnin pohjalta hyvin	,463				

*Kolmogorov-Smirnov -testi, jos $p > 0,05$, summamuuttuja on normaalijakautunut

Taulukko 2. Vastaajien taustatiedot (n, %).

TAUSTAMUUTTUJAT	n	%
Oppilaitosaste (n=99)		
ammattikorkeakoulu	43	43,4
ammattillinen 2. asteen oppilaitos	56	56,6
Sukupuoli (n=99)		
nainen	92	92,9
mies	7	7,1
Ikä (n=98)		
36-50	38	38,8
51≤	60	61,2
Siviilisääty (n=99)		
naimisissa	72	72,7
avoliitto	14	14,1
eronnut	10	10,1
sinkku/leski/muu	3	3,1
Ammattinimike (n=98)		
lehtori	66	67,3
päätoiminen tuntiopettaja	19	19,4
muu	8	8,2
yliopettaja	5	5,1
Korkein ylin koulutus (n=97)		
TtT/TtLis + pedagoginen kelpoisuus	7	7,2
TtM + pedagoginen kelpoisuus	61	62,9
ylempi AMK-tutkinto + pedagoginen kelpoisuus	6	6,2
muu	23	23,7
Terveysalan ammattitutkinto (n=94)		
vanhamuotoinen (esh tai vastaava)	32	34,0
opistoaste (sh, th, ft, kättilö tai vastaava)	30	31,9
ammattikorkeakoulututkinto	15	16,0
kouluaste (lh, ph, mth tai vastaava)	2	2,2
muu	5	5,3
ei terveysalan tutkintoa	10	10,6
Kliininen työkokemus vuosina (n=93)		
0-10	42	45,2
11-20	33	35,5
21≤	18	19,3
Kokonaistyövuosien määrä terveysalan opettajana (n=95)		
0-10	31	32,6
11-20	35	36,9
21≤	29	30,5
Työvuosien määrä nykyisessä työpaikassa (n=96)		
0-10	47	48,9
11-20	28	29,2
21≤	21	21,9
Työsuhde (n=99)		
vakituinen	92	92,9
määräaikainen	7	7,1
Henkilöstömäärä yksikössä, jossa toimin (n=97)		
≤20	14	14,4
21-40	41	42,3
41-60	14	14,4
61-80	15	15,5
81≤	13	13,4

muuttujien sisältämä tieto tiivistyi kolmeen faktoriin (Taulukko 1).

Faktorianalyysin korrelaatiomatriisissa jokainen muuttuja korreloi jonkun toisen muuttujan kanssa. Muuttujien korrelaatiot olivat 0,323–0,823. Faktorianalyysin perusteella muodostettiin keskiarvosummamuuttujat, joiden normaalijakautuneisuus testattiin Kolmogorov-Smirnovin testillä. Kaksi keskiarvosummamuuttujasta ei ollut normaalijakautuneita (Taulukko 1). Tarkasteltaessa taustamuuttujien yhteyttä keskiarvosummamuuttujiin käytettiin parametrisiä ja parametrittomia testejä (t-testi, ANOVA, Mann-Whitneyn U-testi, Kruskal-Wallis testi) (Taulukko 4). Tilastollisen merkitsevyyden rajana pidettiin $p\text{-arvo} \leq 0,05$. (Grove ym. 2013, Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017.) Aineisto analysointiin tilastollisilla menetelmillä SPSS (Statistical Package Social Sciences) 24.0 for Windows tilasto-ohjelmalla.

Tulokset

Vastaajien taustatiedot

Enemmistö (92,9 %) vastaajista oli naisia. Kolme viidennestä (61,2 %) vastaajista oli iältään 51 vuotta tai enemmän. Useammalla kuin kolmella viidestä (62,9 %) oli terveystieteiden maisterin tutkinto ja pedagoginen kelpoisuus. Vastaajien kokonaistyövuodet terveysalan opettajana vaihtelivat siten, että kolmasosa (32,6 %) oli toiminut opettajana 0–10 vuotta, reilu kolmasosa (35,5 %) 11–20 vuotta ja vajaa viidesosa (19,3 %) yli 21 vuotta. Valtaosalla (92,9 %) vastaajista oli vakituinen työsuhte (Taulukko 2).

Terveysalan opettajien työhyvinvointiin ja sen edistämiseen liittyvät tekijät yksilön ja hänen työnsä näkökulmasta

Terveysalan opettajien työtä kuvaavan kolmen summamuuttujan keskiarvojen vertailussa havaittiin, että eniten tyytymättömyy-

tä aiheutti työmäärä, työn psyykkinen kuormitus ja psyykkisille voimavaroille saadun tuen riittävyys työpaikalla (ka 2,75). Tyytyväisempiä oltiin työhyvinvoinnin edistämiseen saatuun tukeen ja työnohjausmahdollisuuksiin (ka 2,81) sekä työterveyshuollon toimintaan (ka 3,2) työhyvinvoinnin ja terveyden edistäjänä ja ylläpitäjänä. (Taulukko 3.)

Työmäärään oli tyytyväisiä noin puolet (53%) vastaajista, mutta sen jakautumiseen lukuvoiton mittaan oli tyytymättömiä noin yhdeksän kymmenestä (88%). Työn psyykkistä kuormitusta piti sopivana hieman alle puolet (48%). Tauotus ja lepoaika työssä toteutuivat noin joka toisella (52%). Työnantajan tarjoamaan työssä jaksamista ja psyykkisiä voimavaroja tukevan toiminnan määrään, kuten stressinhallintaan, oltiin tyytymättömiä. Sitä koki saaneensa riittävästi hieman yli kymmenesosa (13%) vastaajista. (Taulukko 3.)

Hieman yli puolet terveysalan opettajista (53%) koki saaneensa työnantajan taholta riittävästi työhyvinvoinnin edistämiseen kannustavaa toimintaa, kuten virkistystapahtumia tai kulttuuriseteleitä. Noin neljäsosalle (22%) oli mahdollistunut työyhteisön työnohjaus. Yhteistyön työterveyshuollon kanssa oli kokenut sujuvaksi yli puolet terveysalan opettajista (60%). Vajaa puolet (46%) heistä koki saaneensa työterveyshuollosta neuvoja ja ohjausta työhyvinvoinnin ylläpitämiseen ja edistämiseen. Alle puolet vastaajista (45%) oli kokenut työterveyshuollon tekemät tarkastukset terveyttä tukevana, kun taas työterveyshuollon arvion pohjalta kuntoutukseen pääsy oli mahdollistunut hieman yli neljännekselle vastaajista (28%). (Taulukko 3.)

Taustamuuttujien yhteys terveysalan opettajien työhyvinvointiin ja sen edistämiseen liittyviin tekijöihin yksilön ja työn näkökulmasta

Tutkimuksessa tarkasteltiin taustamuuttujien (sukupuoli, ikä, siviilisääty, kokonaistyövuosien määrä terveysalan opettajana, työvouo-

Taulukko 3. Terveysalan opettajien työhyvinvointia ja sen edistämistä kuvaavien keskiarvosummamuuttujien keskiarvot ja keskihajonnat (ka, SD) sekä arvio työhyvinvointiin liittyvistä tekijöistä (%).

Keskiarvosummamuuttujat ja niiden sisältämät muuttujat	ka	SD	Samaa mieltä %	Eri mieltä %
Työmäärä, työn psyykinen kuormitus ja psyykkisille voimavaroille saatu tuki	2,75	0,897		
Olen tyytyväinen työmäärääni			53	47
Työn psyykinen kuormitus on sopiva			48	52
Ehdin pitää taukoja ja lepoa hetkiä työssäni			52	48
Työssä jaksamista ja psyykkisiä voimavaroja (esim. stressin hallintaa) tukevaa toimintaa on ollut riittävästi			13	87
Työmääräni jakautuu tasaisesti siten, että työt eivät jatkuvasti ruuhkaudu			12	88
Työhyvinvoinnin edistämiseen saatu tuki ja mahdollisuus työnohjaukseen	2,81	1,054		
Työhyvinvointini edistämiseen kannustavaa toimintaa on ollut riittävästi (esim. liikunta-/kulttuurisetelit ja virkistystapahtumat)			53	47
Minulla on työyhteisössäni mahdollisuus työnohjaukseen			22	78
Työterveyshuollon toiminta	3,20	1,065		
Yhteistyöni työterveyshuollon kanssa sujuu hyvin			60	40
Olen saanut työterveyshuollosta tukea, neuvoja ja ohjausta työhyvinvointini ylläpitämiseksi ja edistämiseksi			46	52
Terveystarkastukset ovat tukeneet terveyttäni			45	55
Olen päässyt kuntoutukseen työterveyshuollon arvioinnin pohjalta hyvin			28	62

Asteikko 1–3 eri mieltä... 4–5 samaa mieltä, ka=keskiarvo, SD=keskihajonta

sien määrä nykyisessä työpaikassa, henkilöstömäärä yksikössä, jossa toimii) yhteyttä terveysalan opettajien työhyvinvointiin ja sen edistämiseen liittyviin tekijöihin yksilön ja työn näkökulmasta. Ikä oli ainoa taustamuuttujista, jolla oli tilastollisesti merkitsevä yhteys työmäärän tyytyväisyyteen, työn psyykkiseen kuormittavuuteen sekä psyykkisille voimavaroille saatuun tukeen ($p=0,021$). Terveysalan opettajista iältään 36–50-vuotiaat olivat tyytyväisimpiä työmääräänsä, kokivat työnsä kuormituksen sopivimpana ja olivat tyytyväisimpiä psyykkisiä voimavaroja tukevaan toimintaan (ka 3,01) (Taulukko 4.)

Pohdinta

Työmäärä, työn psyykinen kuormitus ja psyykkisille voimavaroille saatu tuki

Tämän tutkimuksen tulosten mukaan terveysalan opettajat kokivat työnsä psyykkisesti kuormittavaksi. Tulosta tukee Perkiö-Mäkelä ja Ervastin (2013) tutkimus, jossa todettiin koulutusallalla työn olevan psyykkisesti raskaampaa, mutta fyysisesti kevyempää verrattuna muihin toimialoihin. Lisäksi tämän tutkimuksen tuloksista ilmeni, että terveysalan opettajista puolet oli tyytyväisiä työmääräänsä, mutta suurimmalla osalla tyy-

Taulukko 4. Taustamuuttujien yhteydet terveysalan opettajien työhyvinvointiin ja sen edistämiseen yksilön ja työn näkökulmasta (keskiarvosummamuuttujat 1–3, ka, SD, p-arvo).

Taustamuuttujat	Työmäärä, työn psyykinen kuormitus ja psyykkisille voimavaroille saatu tuki (1)		Työterveyshuollon toiminta (2)		Työhyvinvoinnin edistämiseen saatu tuki ja mahdollisuus työnohjaukseen (3)	
	Ka	SD	Ka	SD	Ka	SD
Sukupuoli						
nainen	2,70	0,891	3,20	1,073	2,77	1,020
mies	3,37	0,778	3,29	1,025	3,21	1,468
p-arvo	*0,057		*0,834		*0,486	
Ikä						
36–50	3,01	0,751	3,21	1,076	2,84	1,100
51≤	2,58	0,948	3,20	1,075	2,78	1,043
p-arvo	***0,021		***0,967		**0,764	
Siviilisäätty						
naimisissa	2,78	0,892	3,10	1,074	2,76	1,028
avoliitto	2,38	0,789	3,33	1,028	2,54	1,030
eronnut	2,74	0,919	3,70	1,110	3,30	1,111
sinkku/leski/muu	3,67	1,026	3,50	0,500	3,33	1,528
p-arvo	***0,145		***0,358		**0,233	
Kokonaistyövuosien määrä terveysalan opettajana						
0–10	2,76	0,787	3,05	1,126	2,87	1,066
11–20	2,87	1,035	3,05	1,023	2,67	1,156
21≤	2,61	0,852	3,48	0,998	2,95	0,967
p-arvo	***0,522		***0,188		**0,530	
Työvuosien määrä nykyisessä työpaikassani						
0–10	2,91	0,842	2,99	1,141	2,90	1,063
11–20	2,78	1,007	3,16	0,948	2,57	1,192
21≤	2,49	0,813	3,60	0,947	2,98	0,858
p-arvo	***0,197		***0,098		**0,313	
Henkilöstömäärä yksikössä, jossa toimin						
≤20	2,87	0,969	3,23	0,948	2,75	1,088
21–40	2,90	0,850	2,98	1,143	3,13	1,096
41–60	2,66	0,916	3,88	0,881	2,61	0,789
61–80	2,53	0,910	3,16	0,944	2,61	0,944
81≤	2,77	0,774	3,35	1,086	2,50	1,041
p-arvo	***0,677		***0,103		**0,114	

Asteikko 1=täysin eri mieltä... 5=täysin samaa mieltä, Ka=keskiarvo, SD=keskihajonta

*t-testi, **Mann-Whitneyn U -testi, ***ANOVA, **** Kruskal-Wallis -testi

työntätymättömyyttä aiheutti sen jakautuminen lukuvuoden eri vaiheissa. Vedovaton ja Monteiron (2014) tutkimuksessa havaittiin, että työkyky heikkenee, mikäli työmäärä ylittää

opettajien suorituskäyvyn. Liiallisen työmäärän on havaittu voivan aiheuttaa myös työtätymättömyyttä (Corral-Mulato ym. 2010, Wu ym. 2013), työstressiä, työssä uupumis-

ta (Yedida ym. 2014) ja uniongelmia (Minz-Binder & Sanders 2012), joten opettajien työmäärän tulisi pysyä mahdollisimman kohtuullisena.

Työhyvinvoinnin edistämiseen saatu tuki ja mahdollisuus työnohjaukseen

Noin neljäsnes terveysalan opettajista koki saaneensa työnohjausmahdollisuuksia. Pelkkä numeraalinen tulos ei kerro, olisiko työnohjaukselle ollut enemmän tarvetta. Työnohjauksen voi kuitenkin huomioida yhdeksi työn kehittämismahdollisuudeksi, sillä tutkimusten mukaan opettajat ovat yleensä kokeneet työnohjauksen myönteisenä, ja se mahdollistaa opettajan työn kehittämisen (Onnismaa 2010).

Työterveyshuollon toiminta

Tässä tutkimuksessa terveysalan opettajat olivat kohtuullisen tyytyväisiä työterveyshuollon toimintaan työhyvinvoinnin ylläpitäjänä ja edistäjänä. Työterveyshuollossa on kehitettävää, esimerkiksi kuinka antaa tukea, neuvoa ja ohjausta entistä paremmin työhyvinvoinnin ylläpitämiseksi ja edistämiseksi, sillä vastaajista vajaa puolet oli tyytyväisiä terveystarkastuksiin. Työterveyshuoltolaki (1383/2001) määrittää työterveyshuollon tärkeimmiksi tehtäviksi työstä johtuvien terveysvaarojen ja haittojen ennaltaehkäisyyn sekä työntekijän turvallisuuden, työkyvyn ja terveyden suojelemisen ja edistämisen. Terveysalan opettajille tämä tarkoittaa työterveyshuollon tekemiä terveystarkastuksia sekä neuvontaa ja ohjausta työterveyden ylläpitämiseksi ja lisäämiseksi (Palmgren ym. 2014). Tarkastuksissa, neuvonnassa ja ohjauksessa on tärkeää huomioida työn huomattava psyykinen kuormitus. Lisäksi terveysalan opettajista yhä useampi on yli 50-vuotias, mikä näkyi myös tämän tutkimuksen vastaajien

ikärakenteessa. Heidistä 61% oli 51 vuotta tai sitä vanhempi. Heidän pitämisekseen työelämässä eläkeikään saakka työterveyshuollon ja työnantajan välinen yhteistyö työhyvinvoinnin ylläpitämisessä tulee olemaan merkittävässä roolissa (Juvonen-Posti ym. 2014).

Tutkimuksen eettisyys

Kerättyä aineistoa käsiteltiin luottamuksellisesti eikä aineistoa luovutettu tai näytetty kenellekään ulkopuoliselle, joten tutkittavien anonymiteetti säilyi (Grove ym. 2013). Aineisto säilytettiin salasanalla varustetulla tietokoneella. Osallistujien anonymiteetin suojaamiseksi tuloksia ei raportoida oppilaitoksittain (GDPR 2018, Tietosuojalaki 1050/2018). Aineistoa säilytetään 10 vuotta Itä-Suomen yliopistossa, jonka jälkeen se hävitetään. Näin ollen tutkimuksessa käytettyjä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä voidaan pitää eettisesti kestävinä, sekä viittaukset muiden tutkijoiden tekemiin julkaisuihin tehtiin asianmukaisella tavalla. (TENK 2019).

Osallistujien valinnassa käytettiin tarkoituksenmukaista otantaa. Tutkimusluvut saatiin kunkin organisaation käytännön mukaisesti. Kaikilla tutkimusluvan myöntäneiden oppilaitosten terveysalan opettajilla oli mahdollisuus osallistua tutkimukseen.

Tutkimuksen aineiston hankkimiseen käytettiin sähköistä kyselylomaketta. Linkki sähköiseen kyselylomakkeeseen lähetettiin yhteysenkilön kautta, joten vastaajien anonymiteetti säilyi koko tutkimuksen ajan. Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista ja tutkimuksesta voi kieltäytyä tutkimuksen missä vaiheessa tahansa. Suostumuksena tutkimukseen osallistumisesta pidettiin kyselyyn vastaamista, kun osallistuja oli lukenut sähköisen kyselylomakkeen mukana olleen tutkimustiedotteen. (GDPR 2018, Tietosuojalaki 1050/2018.)

Tutkimuksen luotettavuus

Aineiston keruuseen käytettiin sähköistä *Terveysalan opettajan työhyvinvointi-indeksilomaketta*. *Terveysalan opettajien työhyvinvointi-indeksilomake* perustuu Saaranen (2006) väitöskirjassa kehitettyyn *Työhyvinvointi-indeksi -kyselymittaristoon*. Tätä tutkimusta varten mittari modifioitiin ja esiteltiin neljällä terveystieteiden opettajaopiskelijalla. Mittari todettiin luotettavaksi, toimivaksi ja käyttökelpoiseksi. Mittarin sisäistä johdonmukaisuutta arvioivat Cronbachin alfat vaihtelivat faktoreiden välillä 0,481–0,848, joten näitä arvoja voidaan pitää tyydyttävinä – hyvinä (Grove ym. 2013).

Tutkimukseen osallistujat valittiin tarkoituksenmukaisella otannalla ottamalla mukaan osallistujat viidestä terveystieteiden oppilaitoksesta. Tutkimuksen vastausprosentti (39,9%) jäi matalahkoksi. Kuitenkin esimerkiksi otoksen ikäjakauma vastaa perusjoukkoa, joten ulkoisen validiteetin näkökulmasta tuloksia voidaan hyödyntää suuntaa antavina. (Grove ym. 2013, Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017.)

LÄHTEET

Arian M., Soleimani M. & Oghazian M. (2018) Job satisfaction and the factors affecting satisfaction in nurse educators: a systematic review. *Journal of Professional Nursing* **34**(5), 389–399.

Corral-Mulato S., Bueno S.M.V. & de Mello Franco D. (2010) Teaching in nursing: dissatisfaction and unfavorable indicators. *Acta Paulista de Enfermagem* **23**(6), 769–774.

European Agency for Safety and Health at Work. (2013) *E-fact 76: well-being at work: creating a positive work environment*. PDF-julkaisu. <https://osha.europa.eu/en/tools-and-publications/publications/e-facts/e-fact-76-wellbeing-at-work/view> (21.12.2019)

GDPR (General Data Protection Regulation) (2018) <https://gdpr-info.eu/> (21.12.2019)

Grove S.K., Burns N. & Gray J.R. (2013) *The practice of nursing research. Appraisal, synthesis and generation of evidence*. 7th edition. Philadelphia: W.B. Saunders Comp.

Johtopäätökset ja jatkotutkimusaiheet

Tämän tutkimuksen tulosten pohjalta voidaan todeta:

- Erityisesti ikääntyvien terveystieteiden opettajien psyykkiseen työmäärään ja kuormitukseen sekä niiden epätasaiseen jakautumiseen on kiinnitettävä huomiota työntekijän, työnantajan ja työterveyshuollon näkökulmista.
- Voimavarojen ja kuormitustekijöiden tehokkaampi tunnistaminen työssä ja puheeksi ottaminen terveystarkastuksissa mahdollistaa opettajien työssä selviytymistä ja lisää heidän työhyvinvointiaan.
- Jatkotutkimuksena tarvitaan kartoitettavaa ja interventiotutkimusta terveystarkastusten sisällöistä terveystieteiden opettajien työhyvinvoinnin kehittämiseksi.

VASTUUALUEET

Tutkimuksen suunnittelu: TS, PK, AJ, Aineistonkeruu: AJ, Aineiston analyysi: AJ, Käsitteellöityksen kirjoittaminen: TS, AJ, PK, Käsitteellöityksen kommentointi: TS, PK, AJ

Hobfoll S.E., Halesleben J., Neveu J.P. & Westman M. (2018) Conservation of resources in the organizational context: the reality of resources and their consequences. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior* **5**, 103–128.

Hyvärinen K., Saaranen T. & Tossavainen K. (2017) Ammatillinen osaaminen työhyvinvoinnin osana – kyselytutkimus terveystieteiden opettajille. *Hoitotiede* **29**(4), 252–263.

Juvonen-Posti P., Viljamaa M., Uitti J., Kurppa K., & Martimo K-P. (2014) Työkyvyn tuki –tavoitteena työssä jatkaminen. Teoksessa Uitti J. (toim.) *Hyvä työterveyshuoltokäytäntö*. 3. painos. Työterveyslaitos. Saarijärvi: Saarijärven offset Oy, 211–233.

Kankkunen P. & Vehviläinen-Julkunen K. (2017) *Tutkimus hoitotieteessä*. 3.–5. painos. SanomaPro Oy, Helsinki.

Laine S., Tossavainen K., Pertel T., Leppä K., Isoaho H. & Saaranen T. (2018) Occupational well-being: a structural equation model of Finnish and Estonian school. *Global Journal of Health Science* **10**(8), 79–90.

- Länsikallio R., Kinnunen K. & Ilves V. (2018) *Opetusalan työolobarometri 2017*. OAJ:n julkaisusarja 5:2018. PDF-julkaisu. <https://www.oaj.fi/ajankohtaista/julkaisut/2018/opetusalan-tyoolobarometri/> (21.12.2019)
- Mikkonen K., Ojala T., Sjögren T., Piirainen A., Koskinen C., Koskinen M., Koivula M., Sormunen M., Saaranen T., Salminen L., Koskimäki M., Ruotsalainen H., Lähteenmäki M.L., Wallin O., Mäki-Hakola H. & Kääriäinen M. (2018) Competence areas of health science teachers – a systematic review of quantitative studies. *Nurse Education Today* **70**, 77–86.
- Mikkonen K., Koskinen M., Koskinen C., Koivula M., Koskimäki M., Lähteenmäki M.L., Mäki-Hakola H., Wallin O., Salminen L., Sormunen M., Saaranen T., Kuivila H.M. & Kääriäinen M. (2019) Qualitative study of social and health care educators' perceptions of competence in education. *Health and Social Care in the Community* **27**(6), 1555–1563.
- Mintz-Binder R.D. & Sanders D.L. (2012) Workload demand: a significant factor in the overall well-being of directors of associate degree nursing programs. *Teaching and Learning in Nursing* **7**(1), 10–16.
- Mäkinen J.-P., Bordini L., Heikkilä-Tammi K., Seppänen S. & Laine N. (2014) *Psykososiaalisiin kuormitus- ja voimavaratekijöihin liittyvä työhyvinvointitutkimus Suomessa 2010–2013*. Sosiaali- ja terveysministeriö, raportteja ja muistioita 2014:18. PDF-julkaisu. http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70266/RAP2014_18_Tyohyvinvointitutkimus-Suomessa.pdf?sequence=1&isAllowed=y (21.12.2019).
- Onnismaa J. (2010) *Opettajien työhyvinvointi. Katsaus opettajien työhyvinvointitutkimuksiin 2004–2009*. Opetushallitus. Raportit ja selvitykset 2010:1. PDF-julkaisu. https://www.researchgate.net/publication/314259763_Opettajien_tyohyvinvointi_Opetushallitus (21.12.2019)
- Opetushallinnon tilastopalvelu. (2019) *Vipunen*. <https://vipunen.fi/fi-fi> (21.12.2019)
- Palmgren H., Ahola M., Kauppinen U., Kauhanen T., Koroma J. & Ylä-Outinen A. (2014) Tietojen antaminen, neuvonta ja ohjaus työterveyshuollossa. Teoksessa J. Uitti (toim.) *Hyvä työterveyshuoltokäytäntö*. 3. painos. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy, 238–251.
- Perkiö-Mäkelä M. & Ervasti J. (2013) Tilanne eri toimialoilla. Koulutus. Teoksessa T. Kauppinen, P. Mattila-Holappa, M. Perkiö-Mäkelä, A. Saalo, J. Toikkanen, S. Tuomivaara, S. Uuskulainen, M. Viluksela & S. Virtanen (toim.) *Työ ja terveys Suomessa 2012. Seurantatietoa työoloista ja työhyvinvoinnista*. Työterveyslaitos. Tampere: Tammerprint Oy, 197–201.
- Saaranen T. (2006) *Promotion of school community staff's occupational well-being in co-operation with occupational health nurses. Participatory action research in Eastern Finland in 2001–2004*. Itä-Suomen yliopisto. Terveystieteiden tiedekunta. Väitöskirja. PDF-julkaisu. http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_951-27-0505-2/urn_isbn_951-27-0505-2.pdf (21.12.2019)
- Saaranen T., Tossavainen K., Turunen H., Kiviniemi V. & Vertio H. (2007) Occupational wellbeing of school staff members: a structural equation model. *Health Education Research* **22**(2), 248–260.
- Siitonen J. (1999) *Voimaantumisteorian perusteiden habmottelua*. Oulun opettajankoulutuslaitos. Oulu: Oulun yliopisto.
- STM. (2019) *Työhyvinvointi*. <https://stm.fi/tyohyvinvointi> (21.12.2019)
- Suomen Työnohjaajat ry. (2019) *Työohjaus*. <https://www.suomentyönohjaajat.fi/tyonohjaus> (21.12.2019)
- TENK. (2019) *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsittely Suomessa*. PDF-julkaisu. <https://www.tenk.fi/fi/hyva-tieteellinen-kaytanta> (21.12.2019)
- Tietosuoja laki 1050/2018*. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20181050> (21.12.2019)
- Työterveyshuoltolaki 1383/2001*. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20011383> (21.12.2019)
- Työturvallisuuslaki 738/2002*. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2002/20020738> (21.12.2019)
- Valtioneuvoston asetus 708/2013*. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2013/20130708> (21.12.2019)
- Vedovato M.T. & Monteiro I. (2014) Health conditions and factors related to the work ability of teachers. *Industrial Health* **52**(2), 121–128.
- Wu Y., Liu H. & He H. (2013) Stressors of dual-qualification nursing teachers in the ChengDu-ChongQing economic zone of China – a qualitative study. *Nurse Education Today* **33**(12), 1496–1500.
- Yedidia M.J., Chou J., Brownlee S., Flynn L. & Tanner C.A. (2014) Association of faculty perceptions of work-life with emotional exhaustion and intent to leave academic nursing: report on a national survey of nurse faculty. *Journal of Nursing Education* **53**(10), 569–584.
- Zimmerman M.A. (2012) Empowerment theory. Psychological, organizational and community levels of analysis. In J. Rappaport & E. Seidman (Eds.) *Handbook of Community Psychology*. Boston: Springer, 43–63.

Terbi Saaranen, TtT, professori (ma.), Itä-Suomen yliopisto, Hoitotieteen laitos, PL 1627, 70211 Kuopio, terbi.saaranen@uef.fi

Päivi Kankkunen, TtT, yliopistonlehtori, dosentti, Itä-Suomen yliopisto, Hoitotieteen laitos, PL 1627, 70211 Kuopio, paivi.kankkunen@uef.fi

Aija Juntunen, TtM, palvelusuunnittelija, Kainuunmeren Työterveys Oy, Tehdaskatu 11, 87100 Kajaani, aija.juntunen@kainuu.fi