

Varhaiskasvatuksen työpaikoille keinoja mielenterveyteen kytkeytyvien sairauspoissaolojen vähentämiseen

Nuorten työntekijöiden mielenterveyden häiriöihin liittyvät sairauspoissaolot kunta-alan naisvaltaisissa töissä ovat kasvaneet. Ilmiöön tartuttiin tuoreessa hankkeessa kehittämällä varhaiseen tukeen nojaava toimintatapa varhaiskasvatuksen toimialalla. Tunnistan ajoissa, toimin aktiivisesti -toimintatavalla pyrittiin lisäämään esihenkilöiden ja työyhteisöjen valmiuksia tukea mielenterveyttä työssä. Tavoitteena oli ottaa mielenterveyteen liittyvät ongelmat ajoissa puheeksi ja löytää yhdessä ratkaisuja työpaikalla.



Pauliina Mattila-Holappa

johtava asiantuntija



Pirjo Juvonen-Posti

johtava asiantuntija

Työterveyslaitoksen mediatiedote 13.6.2023

Varhaiskasvatustyö on keskellä muutosta. Työ on laajentunut perheiden tukemiseen yhä monimutkaisemmissa ongelmissa, työ vaatii aikaisempaa enemmän kognitiivisia ja digitaalisia taitoja ja suunnittelutyötä tehdään myös vapaa-ajalla. Työn todellisuus ei aina vastaa vastavalmistuneiden odotuksia, mikä selittää osaltaan nuorten kuormittumista.

Hankkeeseen osallistuneet kuvasivat mielenterveyden ongelmia varhaiskasvatustyön ja persoonallisten ominaisuuksien yhteensopimattomuutena. Työntekijöihin kohdistuu aiempaa monipuolisempia vaatimuksia.

Puheeksi ottaminen on tärkeää, mutta vaikeaa – esihenkilötyö avainasemassa

Esihenkilöt arvioivat mielenterveyden tuen vaativan heiltä erityisesti ihmissuhdetaitoja. Mielenterveyttä tukevassa esihenkilötyössä keskeiseksi havaittiin esihenkilöiden keskinäinen keskusteluyhteys ja mahdollisuus konsultoida työterveyshuoltoa joustavasti. Työntekijät taas toivoivat esihenkilöiltä empaattisuutta ja helposti lähestyttävyyttä.

Hankkeen myötä varhaiskasvatuksen työpaikoilla mielenterveydestä keskustelun nähtiin arkipäiväistyneen.

– Työyhteisöissä on olennaista löytää puhumisen tapoja, joissa mielenterveyttä ja työtä voidaan käsitellä työyhteisössä ilman, että se vaatii yksittäisten mielenterveyden ongelmia kokeneiden työntekijöiden ulostuloa, sanoo projektipäällikkö **Pauliina Mattila-Holappa** Työterveyslaitoksesta.

Työn muokkauksella voidaan puuttua liialliseen kuormittumiseen

Työtä muokkaamalla pyrittiin reagoimaan liialliseen kuormitukseen varhaisessa vaiheessa, kun havaittiin ensimmäisiä merkkejä työntekijän työkyvyn heikkenemisestä. Varhaiskasvatustyön arjessa osoittautui haastavaksi tunnistaa kynnyksien, jolloin työn muokkaus on tarpeen.

– Työn määrästä ja laajentumisesta, fyysisistä ja psykososiaalisista kuormitustekijöistä ja esimerkiksi elämäntilanteesta johtuvat tekijät kietoutuvat helposti kokonaisuudeksi, johon voi olla vaikea reagoida ja ottaa puheeksi, kertoo Mattila-Holappa.

Työn muokkaus osoittautui kuitenkin toimivaksi keinoksi sairauspoissaololta palatessa.

– Keskeistä onnistumisessa oli sijaisen palkkaaminen kevennetyn työn ajaksi. Näin ehkäistiin tiimin muiden työntekijöiden kuormittumista, sanoo Työterveyslaitoksen johtava asiantuntija **Pirjo Juvonen-Posti**.

Mielenterveyteen kytkeytyvät sairauspoissaolot vähenivät hankevuonna 2020 muokattua työtä aktiivisesti toteuttaneessa kaupungissa. Samansuuntainen kehitys havaittiin kuitenkin tuolloin, ensimmäisenä koronavuotena, myös laajemmin. Tilastollisten analyysien perusteella palkitsevuuden lisääminen näyttäisi olevan keskeistä vähennettäessä nuorten työntekijöiden pitkiä sairauspoissaoloja, kun taas vanhemmilla työntekijöillä korostuu työn vaatimusten vähentäminen ja työn hallinta.

Hankkeessa luotiin diasarja mielenterveyttä tukevan esihenkilövalmennuksen toteuttamiseen työpaikalla. Materiaalin voi tallentaa oman työyhteisön käyttöön Mielenterveyden työkalupakki -sivustolta: **Hyvän mielen työpaikka: Työpaikkakouluttajan materiaali (ttl.fi)** (<https://hyvatyo.ttl.fi/mielityo/tyokalut/hyvan-mielen-tyopaikka-materiaali/tyopaikkakouluttajan-materiaali>).

Tunnistan ajoissa, toimin aktiivisesti -toimintamallin arviointi

- Hankkeessa selvitettiin nuorten työntekijöiden kasvavien mielenterveysperusteisten sairauspoissaolojen taustaa ja kehitystä kunta-alan naisvaltaisissa töissä.
- Tavoitteena oli myös arvioida Tunnistan ajoissa, toimin aktiivisesti -toimintamalli ja sen toimivuutta edistävät ja estävät tekijät.
- Aineistoina hyödynnettiin esihenkilö- ja työyhteisötyöpajoja, haastatteluja, Kunta10 -varhaiskasvatuksen työntekijöiden kyselyaineistoa vuosilta 2018–2021 sekä siihen yhdistettyjä sairauspoissaolotietoja.
- Hanketta rahoittivat Työsuojelurahasto ja Työterveyslaitos.

Lisätiedot

- Pauliina Mattila-Holappa, projektipäällikkö, johtava asiantuntija, Työterveyslaitos, 043 824 4041, **pauliina.mattila-holappa@ttl.fi** (<mailto:pauliina.mattila-holappa@ttl.fi>)

- Pirjo Juvonen-Posti, johtava asiantuntija, Työterveyslaitos, 043 824 3568, pirjo.juvonen-posti@ttl.fi
(<mailto:pirjo.juvonen-posti@ttl.fi>)