

Tiivistelmä

Tavoite

Hankkeen tavoitteena oli tutkia kolmen teollisuudessa käytetyn vuorojärjestelmän (12 tunnin nopea vuorokierto, 8 tunnin nopea ja hidas vuorokierto) yhteyksiä työntekijöiden uneen ja hyvinvointiin, terveyteen, turvallisuuteen ja sairauspoissaoloihin. Lisäksi tavoitteena oli tunnistaa työhyvinvointia tukevia käytäntöjä ja toimintamalleja 12 tunnin vuorojärjestelmissä.

Menetelmät

Hankkeeseen osallistui kolmesta suomalaisesta teollisuusyrityksestä yhdeksän tuotantoyksikköä. Poikkileikkausasetelmassa verrattiin 8 tunnin nopeaa (AIIYY----) ja hidasta (AAAA-IIII-YYYY-----) sekä 12 tunnin nopeaa (AAYY----- tai AA-YY----) vuorojärjestelmiä toisiinsa ja pitkittäisasetelmassa verrattiin muutoksia tuotantoyksiköissä, jotka joko pysyivät samassa vuorojärjestelmässä tai siirtyivät 12 tunnin järjestelmään. Tiedonkeruumenetelminä käytettiin Työterveyslaitoksen muokattua Vuorotyökyselyä, työntekijöiden ja työnantajien haastatteluja ja rekisteritutkimusta (sairauspoissaolot ja työtapaturmat) vuosilta 2008–2015. Työpaikoilla tehtyihin haastatteluihin osallistui yhteensä 8 työnantajien ja 10 työntekijöiden edustajaa neljästä tuotantoyksiköstä, jotka olivat siirtyneet vuoden 2013 tai 2014 alussa 12 tunnin vuorojärjestelmään. Haastatteluilla kerättiin tietoa ja kokemuksia 12 tunnin järjestelmän toteuttamisesta ja niissä keskityttiin tunnistamaan hyvinvointia, turvallisuutta ja työn sekä työvuorojärjestelmästä toiseen siirtymisen sujuvuutta parantavia toimintatapoja.

Tulokset

Kyselytutkimus. Alkukyselyssä (599 vastaajaa, 91 % miehiä, 59 % kutsutuista työntekijöistä) 12 tunnin nopeasti kiertävässä vuorojärjestelmässä työskentelevät olivat selvästi useammin tyytyväisempiä vuorojärjestelmäänsä kuin nopeasti tai hitaasti kiertävässä 8 tunnin vuorojärjestelmässä työskentelevät (98 vs. 75 ja 54 %). 12 tunnin vuoroissa työskentelevät ilmoittivat selvästi vähemmän työvuorojärjestelmästä johtuvia terveyteen, työhyvinvointiin ja työn sujumiseen liittyviä haittoja, nukkuivat keskimäärin ja aamuvuorojen yhteydessä pitempään ja raportoivat vähemmän univaikeuksia kuin 8 tunnin vuorojärjestelmissä työskentelevät. 12 tunnin vuoroissa työvuoron aikainen vireystila arvioitiin paremmaksi ja hyvin työstä palautuvien osuus oli suurempi kuin 8 tunnin

vuorojärjestelmissä (88 vs. 78 ja 65 %). Erot työvuorojärjestelmien välillä poikkileikkausmittauksissa olivat pääosin suuria ja tulokset toistuivat pääosin samanlaisia tarkasteltaessa vuoden kuluttua seurantakyselyssä yksiköitä, jotka vaihtoivat 8 tunnin järjestelmästä 12 tunnin vuorojärjestelmään.

Teemahaastattelut. Työhyvinvointia tukevia käytäntöjä kartoittavissa työntajien haastattelussa nousi esiin vähäisempi vuorovaihtojen määrä 12 tunnin vuoroissa ja siihen liittyvä tiedonkulun tehostuminen, mutta myös pitkistä vapaista aiheutuva tiedonkulun tehostamisen tarve ja tiedonkulkuun liittynyt työnjohdon korostunut rooli ja työmäärä. Myös työntekijöiden haastatteluissa tuli esiin tiedonkulkuun liittyviä myönteisiä seikkoja ja haasteita. Tuotannollisten poikkeamien hallinta arvioitiin sekä työnantaja- että työntekijähaastatteluissa helpommaksi 12 tunnin vuorojärjestelmässä, kuitenkin niin että pitkäkestoisissa poikkeamisissa ei 12 tunnin vuoroista arvioitu olevan merkittävää hyötyä tai haittaa. Keinoina parantaa jaksamista ja sujuvoittaa työtä 12 tunnin vuorossa nostettiin useimmin esiin työkierto ja sitä helpottava työntekijöiden moniosaamisen tukeminen sekä työntekijöiden sitouttaminen varamiesjärjestelyihin.

Sairauspoissaolot ja tapaturmat. Työntajien rekisteritietojen perusteella sairauspoissaolojen esiintyvyys nousi lievästi 8 tunnin vuorojärjestelmissä vuosina 2008–2015, sen sijaan 12 tunnin vuorojärjestelmässä pysyneillä tai siihen vaihtaneilla työntekijöillä sairauspoissaolojen esiintyvyys oli hieman muita ryhmiä matalampi. Myös sairauspoissaolojen lukumäärä vuodessa oli 12 tunnin järjestelmässä 8 tunnin järjestelmiä hieman matalampi. 8 tunnin hitaassa vuorojärjestelmässä ilmoitettiin useimmin työssä tapahtuneita läheltä piti -tilanteita (27 % työntekijöistä edeltävän 12 kk:n aikana). Itseraportoiduissa työ- tai työmatkatapaturmissa ei ollut tilastollisesti merkitseviä eroja työvuorojärjestelmien välillä.

Johtopäätökset

Tutkituista 8 tunnin ja 12 tunnin vuorojärjestelmistä 12 tunnin nopeassa työvuorojärjestelmässä työtyytyväisyys, koettu vireys, itse arvioitu uni, koettu terveys ja työssä suoriutuminen ovat korkeammalla tasolla kuin muissa järjestelmissä. Työntekijät ja esimiehet kuvasivat haastatteluissa, että 12 tunnin vuorojen sujuva toteutus edellyttää moniosaamiseen, tiedonkulkuun ja varamiesjärjestelmään paneutumista. Sairauspoissaolot olivat hieman vähäisempiä 12 tunnin työvuorojärjestelmässä kuin 8 tunnin vuorojärjestelmässä, mutta tarvitaan pidempi seuranta-aika, jotta mahdollinen yhteys sairauspoissaoloihin voidaan selvittää.