



ESIMIEHENÄ  
KAUPAN ALALLA

# Esimiestyön vaatimukset ja voimavarat

Jokaisessa työssä on omat vaatimustekijänsä ja voimavaransa, niin myös esimiestyössä. Useissa työhyvinvointitutkimuksissa on todettu, että esimiehet arvioivat työn voimavaransa ja työhyvinvointinsa myönteisemmin kuin työntekijät, niin myös kaupan alalla. Toisaalta heidän työssään kokemat vaatimukset ovat myös korkeammalla tasolla. Se, kuinka paljon tai kuinka vähän työssä on vaatimuksia ja voimavaroja, määrittää myös esimiehen työhyvinvointia.

## Esimiesasema

Tässä esitetyt tulokset koskevat esimiesasemassa työskenteleviä henkilöitä vähittäiskaupan myymälätyössä.

11 % tutkimukseen osallistuneista henkilöistä oli esimiesasemassa.

Esimiesasema ei määrittynyt sukupuolen tai iän mukaan.

## Esimiestyön vaatimuksia ja voimavaroja

- Esimiestyön voimavaroja ovat mm. hyvät vaikutusmahdollisuudet omaan työhön ja omalta esimieheltä saatu tuki: keskustelu työn tuloksellisuudesta ja yhteinen työn arviointi.
- Esimiestyön vaatimuksia ovat kiire, ristiriitaiset odotukset työtä kohtaan ja tarve joustaa työajoissa.
- Esimiehet työskentelevät keskimäärin 37,6 tuntia viikossa. Esimiestyöhön kuuluu useammin yksin työskentelyä kuin työntekijöiden työhön.
- Esimiehet kohtaavat työntekijöitä enemmän asiakkaiden taholta tulevaa epäasiallista käyttäytymistä, kuten sanallista uhkailua, mutta myös fyysistä väkivaltaa. Lisäksi esimiehet joutuvat työssään puuttumaan useammin asiakkaiden varkausyrityksiin.

## Tuloksena hyvinvointia ja sitoutumista

- Esimiesten hyvinvointi on hyvällä tasolla. Sitä kuvaa viikoittainen työn imun kokeminen, vähäinen työhön leipääntyminen ja korkea organisaatioon sitoutuminen.
- Esimiehet kokevat työnsä stressaavampana kuin työntekijät.

### Esimiehenä kaupan alalla (Esika)

Esimiehenä kaupan alalla (Esika) on Työterveyslaitoksen vuosina 2013–2014 toteuttama tutkimushanke. Työterveyslaitoksen yhteistyökumppaneina ovat Palvelualojen ammattiliitto PAM ja Kaupan liitto. Tutkimusta rahoittaa Työsuojelurahasto

Tutkimusaineistona on kysely PAMin vähittäiskaupan myymälätyötä tekeville jäsenille (n=992). Lisäksi kysely- ja haastatteluaineistoa on kerätty seitsemästä kohdemyymälästä.

Irja Kandolin & Sara Lindström  
etunimi.sukunimi@ttl.fi  
030 4741

[www.ttl.fi/esika](http://www.ttl.fi/esika)



ESIMIEHENÄ  
KAUPAN ALALLA

## Esimiestyön kehittäminen kannattaa

Aikaisempi Työterveyslaitoksen kaupan alaa koskeva tutkimus vuodelta 2008 nosti johtamistavat alan keskeisemmäksi kehittämiskohteeksi. Esimiestyö vaikuttaa viidessä vuodessa kehittyneen myönteiseen suuntaan: vuonna 2008 kaupan alan työntekijöistä 51 % koki esimiehensä toimivan aina tai lähes aina oikeudenmukaisesti, ja vuonna 2013 62 % koki samoin.

Esimies,

### 1. Omiin esimiestaitoihin kannattaa panostaa

- Hyvä esimiestyö on keskeinen voimavara myymälätyöntekijöiden hyvinvoinnin näkökulmasta. Erityisesti esimiehen tuki ja kannustus tasapainottavat työn vaatimuksia.
- Esimiehenä voit tukea työntekijöitä antamalla heille tietoa työhön liittyvistä odotuksista ja rohkaisemalla heitä itsenäiseen ja oma-aloitteiseen työskentelyyn.
- Luomalla mahdollisuuksia vaikuttaa omaan työhön, voit lisätä myymälätyöntekijöiden työn imua ja vähentää työhön leipääntymistä. Tämä näkyy toiminnan tuloksellisuutena.

### 2. Huolehdi omasta hyvinvoinnistasi

- Esimiesten kokema työstä johtuva stressi on yleistä, joten huolehdi että ehdit palautumaan työn kuormittavuudesta. Ilman riittävää palautumista työn rasituksesta ei hyvinvointikaan säily pitkällä aikavälillä.

### 3. Pohdi mitä itse voit tehdä työsi voimavarojen tukemiseksi

- Pysähdy välillä ja mieti omaa tapaasi työskennellä. Hyödynnätkö omia mahdollisuuksiasi "tuunata" työtäsi eli hyödynnätkö tietojasi ja taitojasi, pyydätkö muilta palautetta omasta työstäsi tai ideoita työtehtävien toteuttamiseen?

### Lisätietoja

Hakanen J ym. (2012) Kohti innostuksen spiraaleja. Helsinki: Työterveyslaitos.

Kandolin I ym. (2009) Työhyvinvoinnilla tulosta kaupassa. Helsinki: Työterveyslaitos.

TEKSTI: Krista Pahkin (2014)



Työsuojelurahasto  
Arbetskyddsfronden  
The Finnish Work Environment Fund