

Työpaikoille kaivataan enemmän inhimillisyyttä

Yli 400 työikäistä suomalaista innostui Yksi elämä -terveystalkoiden kyselyssä pohtimaan asioita, jotka toisivat lisää hyvinvointia työpäiviin. Kärkeen nousivat toimiva yhteistyö ja hyvä yhteishenki sekä se, että työkaveri nähdään ihmisenä.

Yksi elämä kutsui terveystalkoissaan mukana olevat 850 yritystä ideoimaan yhdessä tekoja, jotka edistävät hyvinvointia työssä. Trendikkäät hedelmäkorit, toimistokoirat tai työtilojen viihtyisyys eivät vedonneet vastaajiin, vaan selkeästi eniten arvostettiin toimivaa yhteistyötä ja inhimillisyyttä arjen tilanteissa.

Eräs vastaaja kiteytti asian näin: *"Yhteishenki ja työilmapiiri. Se, kun kaikki työskentelevät yhteisen tavoitteen eteen, tukevat toistensa suorittamisia ja panostavat tulokseen omalla osaamisellaan, mutta näkevät ja tukevat toisiaan myös ihmisinä."*

Kiire ja huono ilmapiiri nakertavat – hymy helpottaa

Aiemmin keväällä julkaistussa Work goes happyn ja Yksi elämä -terveystalkoiden kyselytutkimuksessa yli 800 työikäistä suomalaista arvioi työhyvinvointiaan eniten nakertaviksi tekijöiksi jatkuvan kiireen ja huonon ilmapiirin.

– Uskomme, että työpahoinvointi muutetaan hyvinvoinniksi nimenomaan pienin, positiivisin teoin työpaikkojen arjessa, ei juhlapuhein. Vastaajien kokemuksissa työhyvinvointia edistävästä tekijöistä näkyy selvästi samansuuntainen ajattelu, sanoo viestintäpäällikkö **Eija Seppänen** Yksi elämä -terveystalkoista.

Kyselyn kärkeen nousseet asiat ovat yksinkertaisia, empatiaan ja muiden ihmisten huomiointiin liittyviä asioita, joita on helppo toteuttaa. Erään vastaajan sanoin eniten työhyvinvointia edistää *"se, että huomioi toisen, eikä vain ohita."*

– Meidät jopa yllätti, kuinka moni erikseen mainitsi hymyn ja tervehtimisen työhyvinvointia lisäävinä juttuina. Hektisessä arjessa tunnelma työpaikalla pysyy myönteisenä, kun vain muistamme tällaiset vaivattomat eleet. Tämä on oivallinen vinkki myös johtamistyöhön, Seppänen jatkaa.

Oma-aloitteisuus palkitsee työhyvinvoinnissa

Lähtökohtaisesti kaikilla työntekijöillä on sekä mahdollisuuksia että vastuuta oman yhteisönsä työilmapiirin kehittämisessä, sillä esimerkiksi positiivinen asenne näkyy ja tarttuu helposti muihin. Kollegoiden ja työntekijöiden sekä näiden työpanoksen ja osaamisen arvostaminen on tärkeää, kuten seuraavista vastauksistakin käy ilmi:

"Positiivisuus. Kun työkaveri on hyvällä tuulella, se tarttuu."

"Kaikista ei tarvitse pitää, mutta kaikkia tulee kohdella arvostavasti ja kohteliaasti."

Positiivisia työhyvinvointitekoja toteutetaan porukalla 5.10. järjestettävässä Unelmien työpäivässä, josta puuhataan Suomen suurinta työhyvinvointipäivää. Yksi elämä haastaa kaikki työyhteisöt mukaan järjestämään työhyvinvoinnin pop up -päivänä jotain innostavaa ja fiilistä nostattavaa yhteistoimintaa sekä ilmoittamaan oman tapahtumansa mukaan osoitteessa www.unelmientyopaiva.fi.

Yksi elämä -terveystalkoiden verkkoavoriikkeen osallistui 414 henkilöä 7.6.–15.8.2017. Tutkimus toteutettiin yhdessä Work goes happyn kanssa Fountain Parkin verkkoavoriikkeen menetelmällä. Pääosa vastaajista työskenteli pääkaupunkiseudulla tai Etelä-Suomen alueella ja jopa kaksi kolmesta kertoi tekevänsä istumatyötä. Yleisimmin töihin kuljettiin pyörällä, ja vaikka kiirettä koettiin tasaisesti, oli tilanne kaoottinen vain kahdella prosentilla vastaajista.

Lisätietoja

Eija Seppänen, viestintäpäällikkö
Yksi elämä -terveystalkoot
040 508 3645
eija.seppanen@yksielama.fi

Yksi elämän tavoitteena on terveempi Suomi. Aivoliitto, Diabetesliitto ja Sydänliitto ovat käynnistäneet yhteiset terveystalkoot, joissa kannustamme ihmisiä pitämään parempaa huolta itsestään sekä porukalla tukemaan myös muita. Kolmen kansalaisjärjestön ainutlaatuisen yhteistyön tavoitteena on tukea terveyttä läpi elämän, ehkäistä valtimosairauksia ja edistää niiden varhaista diagnosointia sekä sisällyttää kuntoutus ja vertaistuki osaksi hyvää hoitoa. Tervetuloa talkoisiin www.yksielama.fi