



**Koronan vaikutukset työelämään  
ja työkykyyn**  
Kyselyn tulokset

VARMA

# Tausta ja tavoite

- Koronaviruspandemia on vaikuttanut monella tapaa työelämään.
- Kartoitimme pandemian vaikutuksia työn tekemiseen ja työkykyyn Varman asiakasyrityksissä.
- Kysely toteutettiin verkkokyselynä marras-joulukuussa 2020, ja siihen vastattiin nimettömänä.
- Kutsu kyselyyn osallistumiseen lähetettiin osana Varman asiakasyritysten HR-johtajille suunnattua uutiskirjettä. Kutsun saaneille tarjottiin myös mahdollisuutta jakaa kutsulinkkiä omassa organisaatiossaan. Lisäksi kyselyä markkinoitiin asiakastapaamisissa.



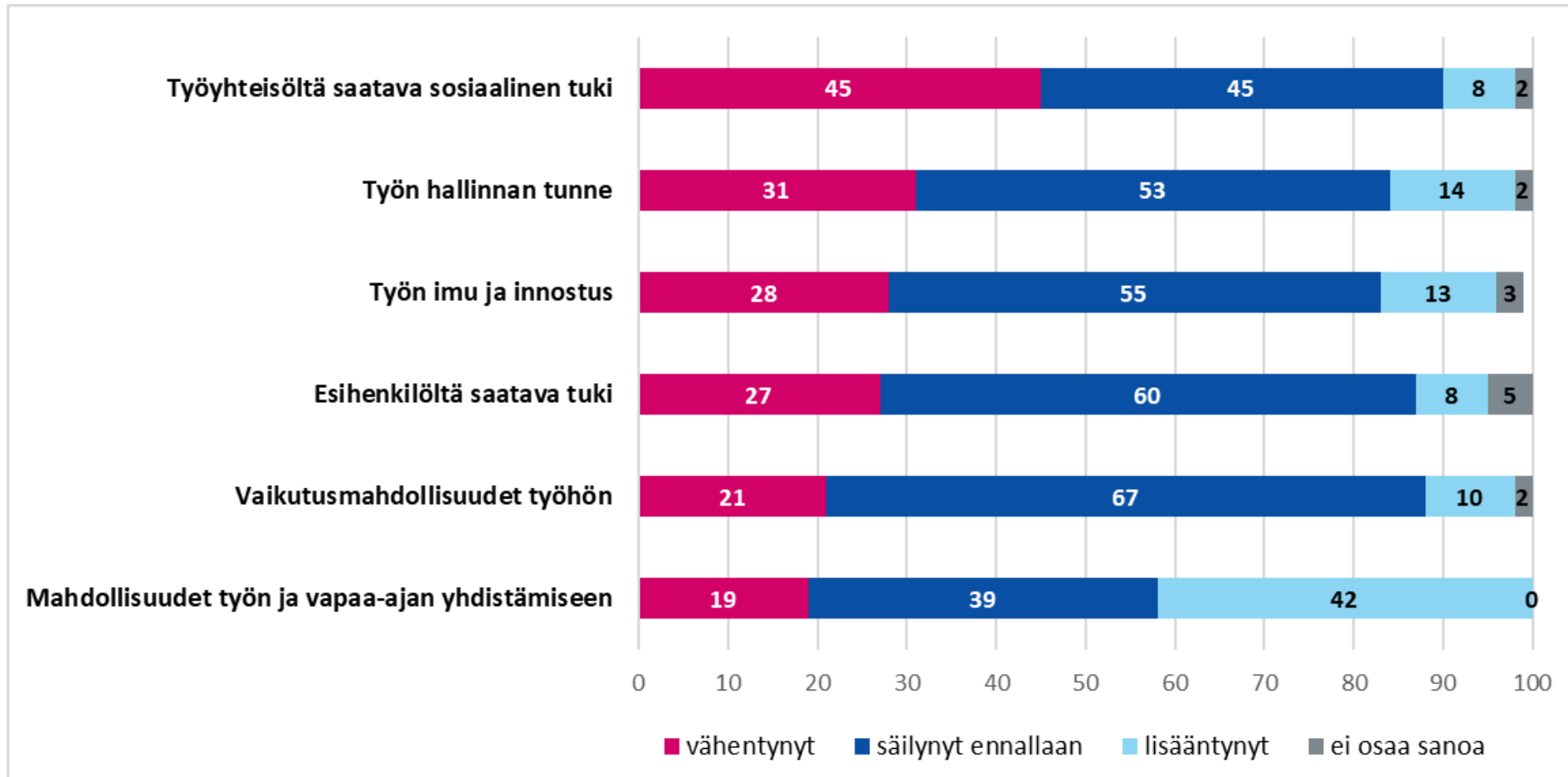
# Koronakyselyyn vastaajat

- Kyselyyn vastasi yhteensä 322 henkilöä.
- Valtaosa (61 %) vastaajista toimi johto- tai asiantuntijatehtävissä. Toimisto- tai asiakaspalvelutehtävissä työskenteli noin joka neljäs vastaaja.
- Noin 30 % vastaajista työskenteli henkilöstöjohtajana tai HR-päällikkönä, 35 % johtajana (esim. toimitusjohtaja, liiketoimintajohtaja, esihenkilö).
- Tyypillisimmin vastaajat työskentelivät 50-249 henkilöä (30 %) sekä 10-49 henkilöä (28 %) työllistävissä yrityksissä.
- Maantieteellisesti vastaajia oli eniten Helsinki-Uusimaa -alueelta (38 %) ja Länsi-Suomesta (15 %). Kansainvälisesti toimivissa yrityksissä vastaajista oli 9 %.
- 72 %:lla etätöy tekeminen oli lisääntynyt koronapandemian aikana.



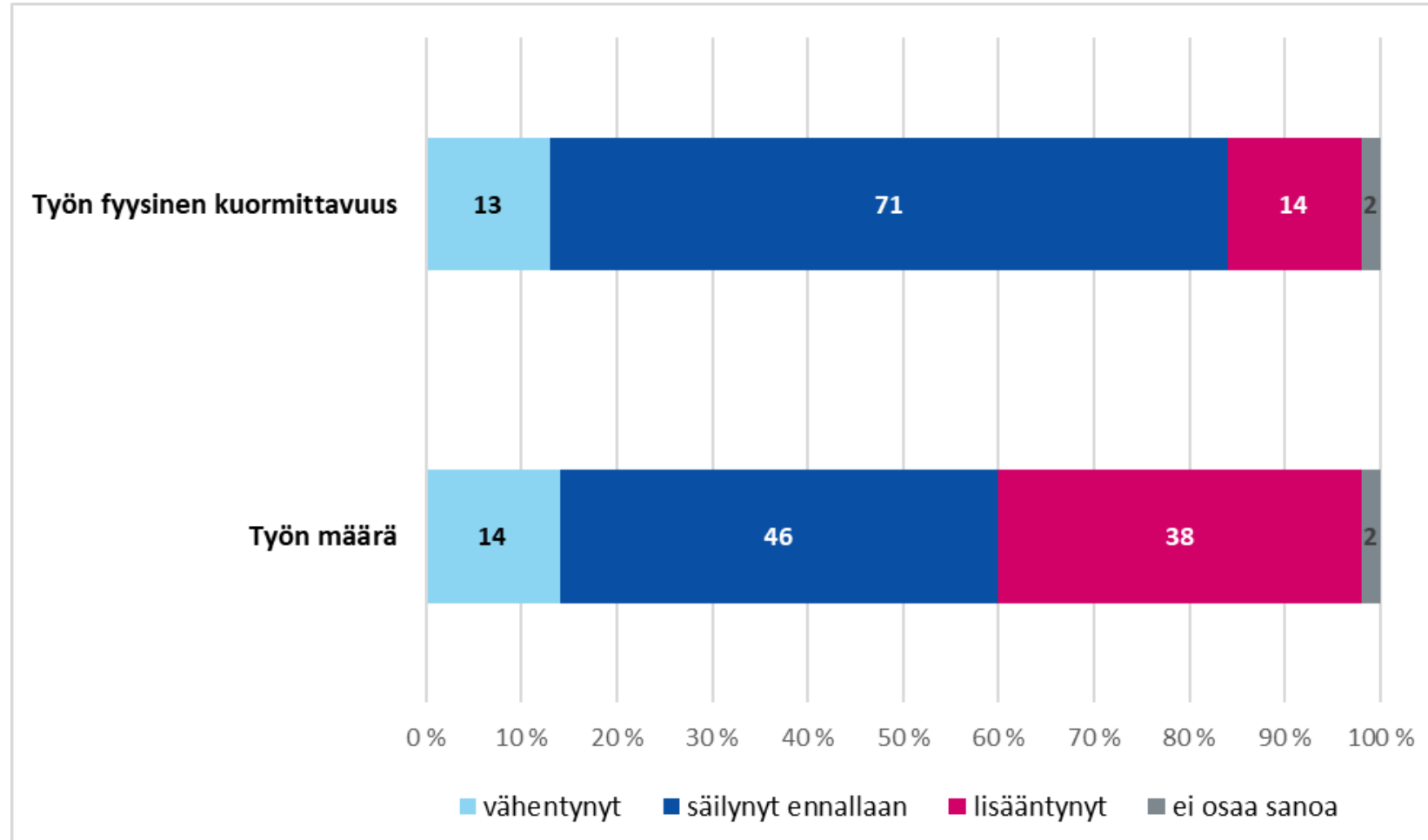
# Sosiaalisen tuen ja työn hallinnan tunteen koettiin vähentyneen eniten, mahdollisuudet työn ja vapaa-ajan yhdistämiseen kasvoivat

Miten koronapandemia on mielestäsi vaikuttanut seuraaviin tekijöihin työssäsi?



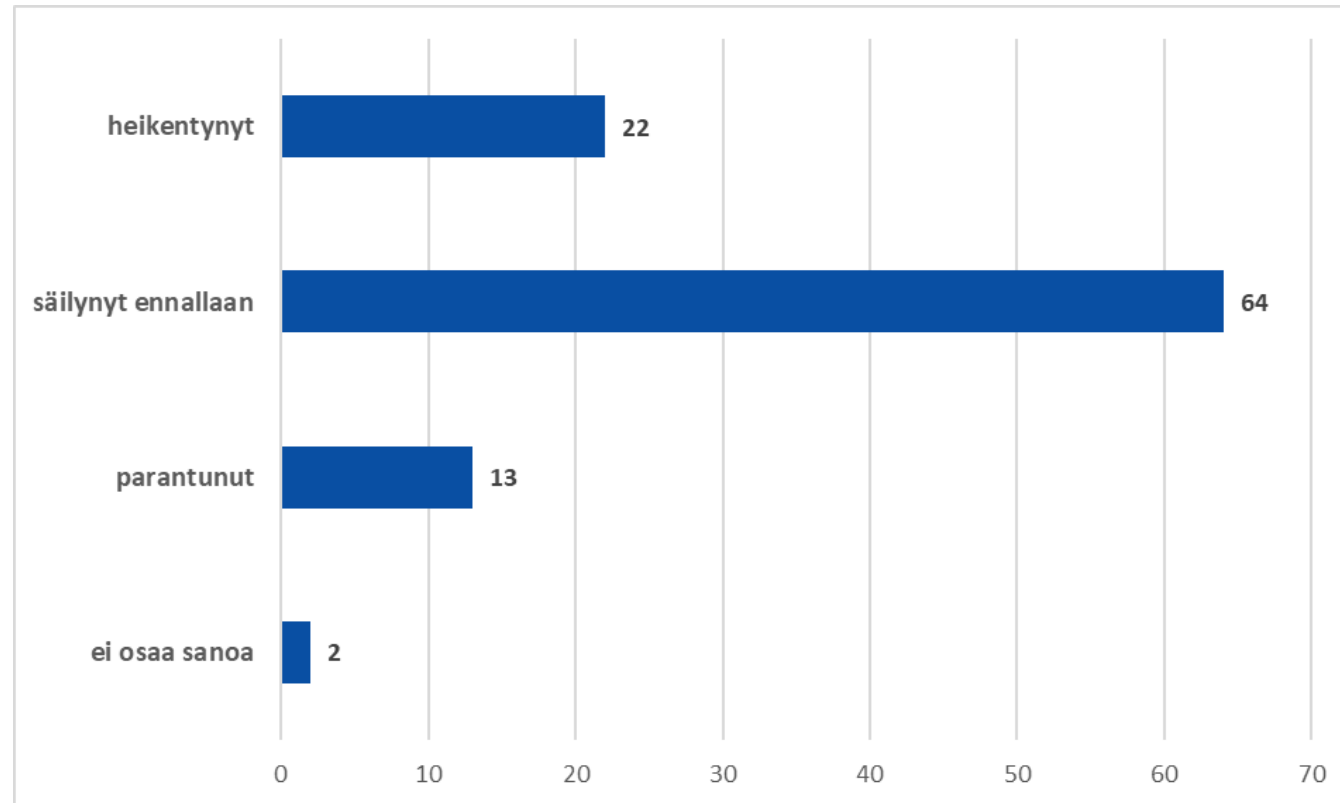
# Työn määrän koettiin kasvaneen, fyysinen kuormitus valtaosalla ennallaan

Miten koronapandemia on mielestäsi vaikuttanut seuraaviin tekijöihin työssäsi?



# Valtaosa koki työkykynsä säilyneen ennallaan tai parantuneen, 22 % arvioi työkykynsä heikentyneen

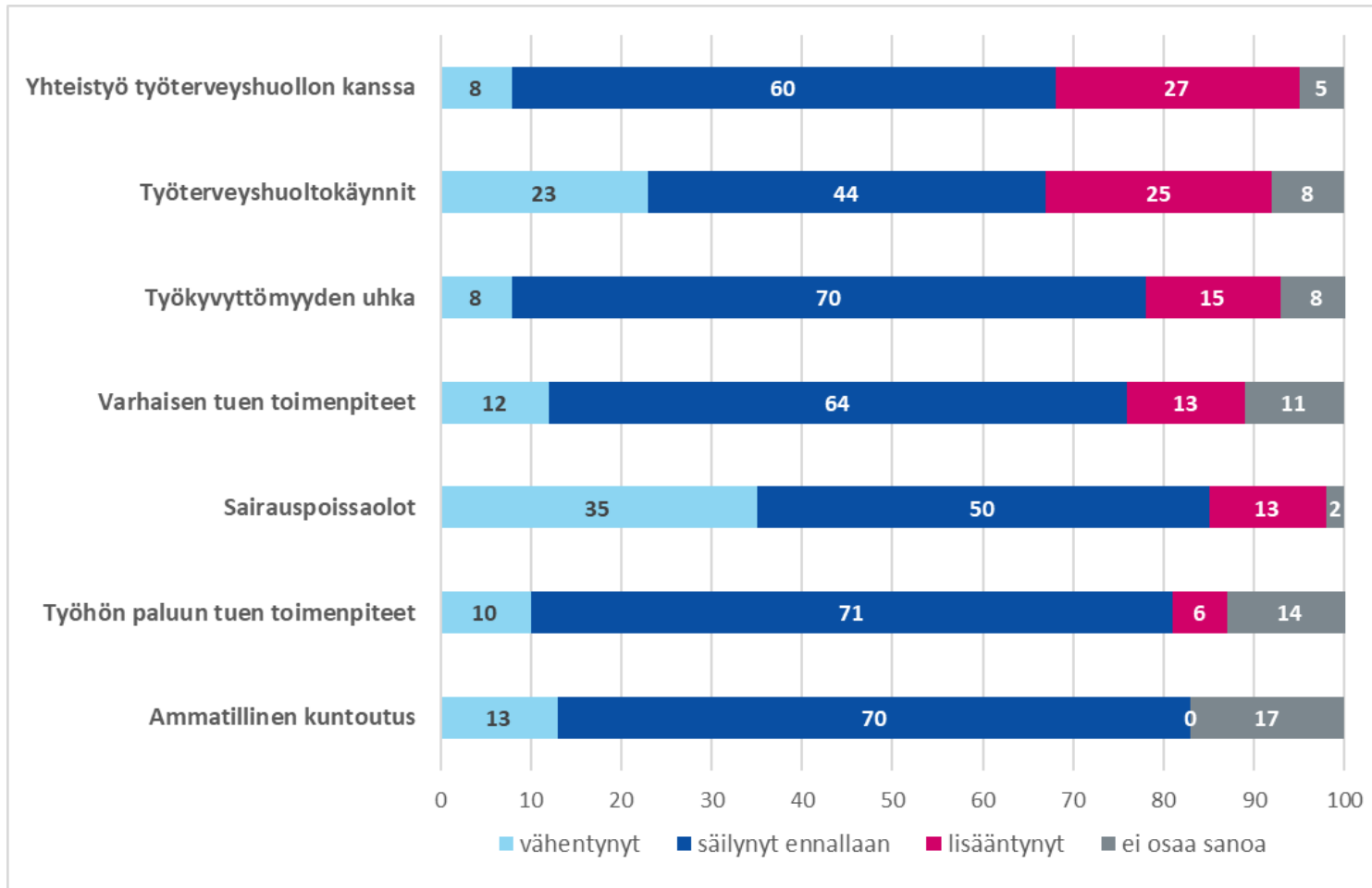
Miten koronapandemia on mielestäsi vaikuttanut työkykyysi?



Työn fyysisen kuormituksen lisääntyminen ja työn hallinnan tunteen heikentyminen olivat yhteydessä heikentyneeseen työkykyyn. Ne vastaajat, jotka kokivat työn imunsa tai vaikutusmahdollisuutensa työssä parantuneen, arvioivat muita useammin työkykynsä parantuneen.

# Noin neljännes koki työterveyskäyntien ja työterveysyhteistyön kasvaneen

Millaisia vaikutuksia koronapandemialla on ollut seuraaviin tekijöihin työpaikallanne?\*



# Koronapandemian moninaiset vaikutukset - avovastaukset

Vastaajat näkivät koronapandemialla monenlaisia vaikutuksia työn tekemiseen ja työkykyyn.

Lisääntyneen etätyön koettiin helpottavan mm. työn ja muun elämän yhteensovittamista.

Muuttunut tilanne on myös luonut uudenlaisia käytäntöjä ja työn tekemisen tapoja.

Toisaalta etätyön nähtiin merkittävästi heikentäneen yhteisöllisyyttä ja vuorovaikutusta, lisänneen työergonomian haasteita sekä tuoneen uudenlaisia vaatimuksia esihenkilötyöhön.

Myös taloudelliset vaikutukset ja yleinen epävarmuus heijastuvat monen työhön ja työhyvinvointiin.

"Etätyömahdollisuus on parantanut työn ja vapaa-ajan yhteensovittamista tuomalla työaikaan ja -paikkaa kaivattua joustoa."

"Moni prosesseista on muokkautunut uudelleen vastaamaan paremmin tarpeitamme."

"Kokouskäytännöt muuttuvat pysyvästi, samoin koulutuksien järjestäminen."

"Työn joustot ovat lisääntyneet, esim. mahdollisuudet tehdä etätyötä, hyödyntää työajan liukumia, tauottaa työtä. Näitä on tarkoitus hyödyntää jatkossakin ja sillä on osalle henkilöstöstä positiivisia vaikutuksia työkykyyn."

"Pelkään, että mielenterveysperusteiset poissaolot tulevat kasvamaan entisestään ja myös mahdolliset työkyvyttömyydet."

"Sosiaaliset kontaktit vähentyneet työkavereiden kesken. Yhteisöllisyys kärsinyt."

"Ergonomia ja psyykinen kuormitus heikentävät jollain aikavälillä takuulla työkykyä."

"Uusi tilanne haastaa esimiestyötä ja johtamista, vanhat opit eivät enää päde."

"Korona aiheuttaa epävarmuutta ja lomautusuhkaa."



# Johtopäätökset

- Koronapandemialla nähtiin sekä myönteisiä että kielteisiä vaikutuksia työn tekemiseen ja työkykyyn.
- Työpaikoilla on hyvät mahdollisuudet vaikuttaa monin tavoin työntekijöiden työolosuhteisiin sekä työkykyyn.
- Työyhteisöltä saatavan sosiaalisen tuen ja työn hallinnan tunteen koettiin vähentyneen eniten. Etätyön jatkuessa on työyhteisöissä hyvä pohtia uudenlaisia keinoja palautteen ja tuen antamiseen sekä vuorovaikutuksen ylläpitoon. Työpaikoilla on myös tärkeää tunnistaa työn hallintaan vaikuttavat tekijät ja rakentaa yhdessä toimivia käytäntöjä, jotka tukevat hallinnan tunteen vahvistumista.
- Työn määrän koettiin kasvaneen. Valtaosa arvioi työn fyysisen kuormituksen säilyneen ennallaan. Ratkaisujen hakeminen yhdessä työn organisoinnin haasteisiin, työnjakoon ja vastuisiin auttaa työntekijöitä hallitsemaan työkuormansa.
- Valtaosa koki työkykynsä säilyneen ennallaan tai parantuneen, kuitenkin joka viides arvioi työkykynsä heikentyneen. Työn voimavarojen vahvistaminen - kuten hyvät vaikutusmahdollisuudet sekä työn hallinnan tunne - tukee työntekijöiden työkykyä.

VISIO

---

**Me tuemme  
sinua maailmassa,  
jossa on käynnissä  
mieletön muutos.**