

Äänihäiriöt ja stressi ovat yhteydessä opettajien työkyvyn laskuun

Hanna Vertanen-Greis

Äänihäiriöiden, kuten käheyden tai äänen väsymisen, on arvioitu olevan 2–3 kertaa yleisempiä opettajilla kuin väestössä keskimäärin. Ne ovat myös lisääntymään päin. Runsaan puhumisen lisäksi ääniongelmia liittyvät stressiin, ja niillä on myös yhteyttä alentuneeseen työkykyyn.

Väitöstutkimukseen liittyvässä kyselytutkimuksessa (n = 1198) arvioitiin äänihäiriöiden yhteyttä opettajien työkykyyn sekä näiden tekijöiden yhteisvaikutusta työkykyyn. Äänihäiriöitä tutkittiin lyhyellä äänioirekyselyllä, stressiä viisiportaisella kysymyksellä ja työkykyä Työkykypistemäärän avulla.

Noin puolella (54 %) tutkituista opettajista esiintyi äänihäiriöitä, ja stressi oli niiden merkittävin selittäjä (OR 3.6). Äänihäiriöiden ja työhön liittyvän stressin yhteys oli vahvempi kuin astman (OR 2.7) tai naissukupuolen (OR 1.5) yhteys äänihäiriöihin.

Äänihäiriöt ja stressi olivat selkeästi yhteydessä opettajien työkyvyn laskuun. Paras työkyky oli niillä opettajilla, joilla ei ollut äänihäiriöitä tai stressiä, ja heillä oli myös vähiten sairauslomia. Stressi ja äänihäiriöt olivat vahvemmin yhteydessä heikentyneeseen työkykyyn yhdessä kuin erikseen arvioituina. Ääni, samoin kuin stressi, vaikuttaakin olevan hyvä työkyvyn indikaattori.

Tulokset herättävät kysymyksen siitä, muodostavatko äänihäiriöt ja työhön liittyvä stressi suhteessa työkykyyn vyyhdin, joka on enemmän kuin osiensa summa. Seurantatutkimukset ovat tarpeen syy-yhteyden selvittämiseksi. Varhaisen tuen merkitys on oleellista työkyvyn ylläpitämiseksi ja ongelmien kasautumisen välttämiseksi. Äänihäiriöissä on hyvä ottaa huomioon myös muiden tekijöiden, kuten stressin, yhteys, ja opettajien ääniergonomian parantamiseen tulisi myös jatkossa kiinnittää entistä enemmän huomiota.