

## Miten työntekijöiden kokemukset toimistotyötiloista ovat yhteydessä itsearvioituun palautumiseen ja työkykyyn?



**Kirjoittajat:** Elina Tulenheimo-Eklund (1), Maria Hirvonen (1), Annu Haapakangas (1), Kari Reijula (1, 2).  
1 Työterveyslaitos, 2 Helsingin yliopisto

### Johdanto

Toimistotilat tietotyössä ovat murroksessa monipaikkaisen hybridityön yleistyessä. Tieto tilaratkaisujen ja erityisesti monitilatoimistojen yhteydestä työntekijöiden hyvinvointiin ja työkykyyn on puutteellista. Uutta tutkimusta tarvitaan, jotta tilapäätöksissä voidaan huomioida työntekijöiden hyvinvointi.

### Tavoite

Tavoitteena oli selvittää, ovatko työntekijöiden kokemukset työtiloista yhteydessä itsearvioituun työkykyyn ja palautumiseen.

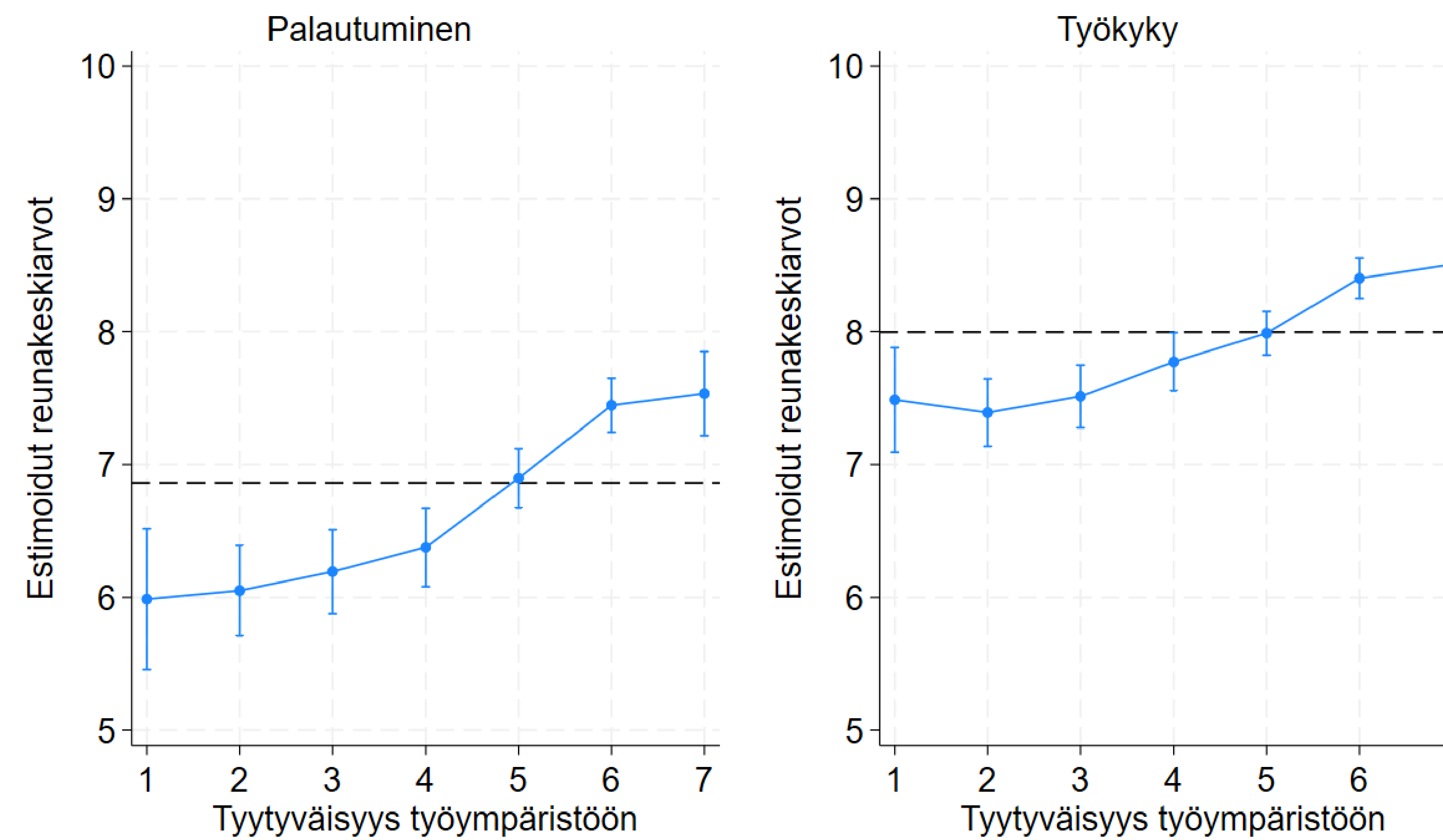
### Aineisto ja menetelmät

Sähköinen kysely toteutettiin syksyllä 2022 viidessä organisaatiossa (vastausprosentit 31-73%, N=1602 vastaajat, joilta tiedossa analyyseissä vakioitunut ikä, sukupuoli, esihenkilöasema). Yleisin toimistotyyppi oli monitilatoimisto, lisäksi oli 1-4 hengen huonetoimistoja, avotoimistoja ja erikoistiloja. Tyytyväisyyttä työympäristöön ja koettua työrauhaa (häiriöt ja keskittyminen) työpaikalla arvioitiin asteikoilla 1-7, jossa matalat pisteet kuvaavat negatiivista kokemusta työtiloista ja korkeat myönteistä. Vastaajat arvioivat palautumistaan työpäivästä ja työkykyään asteikoilla 0-10, jossa 10 kuvaa palautumista täysin ennen seuraavaa työpäivää ja parhainta mahdollista nykyistä työkykyä elinikäiseen parhaimpaan verrattuna. Työtilakokemusten yhteyksiä palautumiseen ja työkykyasteikkoa analysoidaan yleisellä lineaarisella mallilla (glm).

### Tulokset

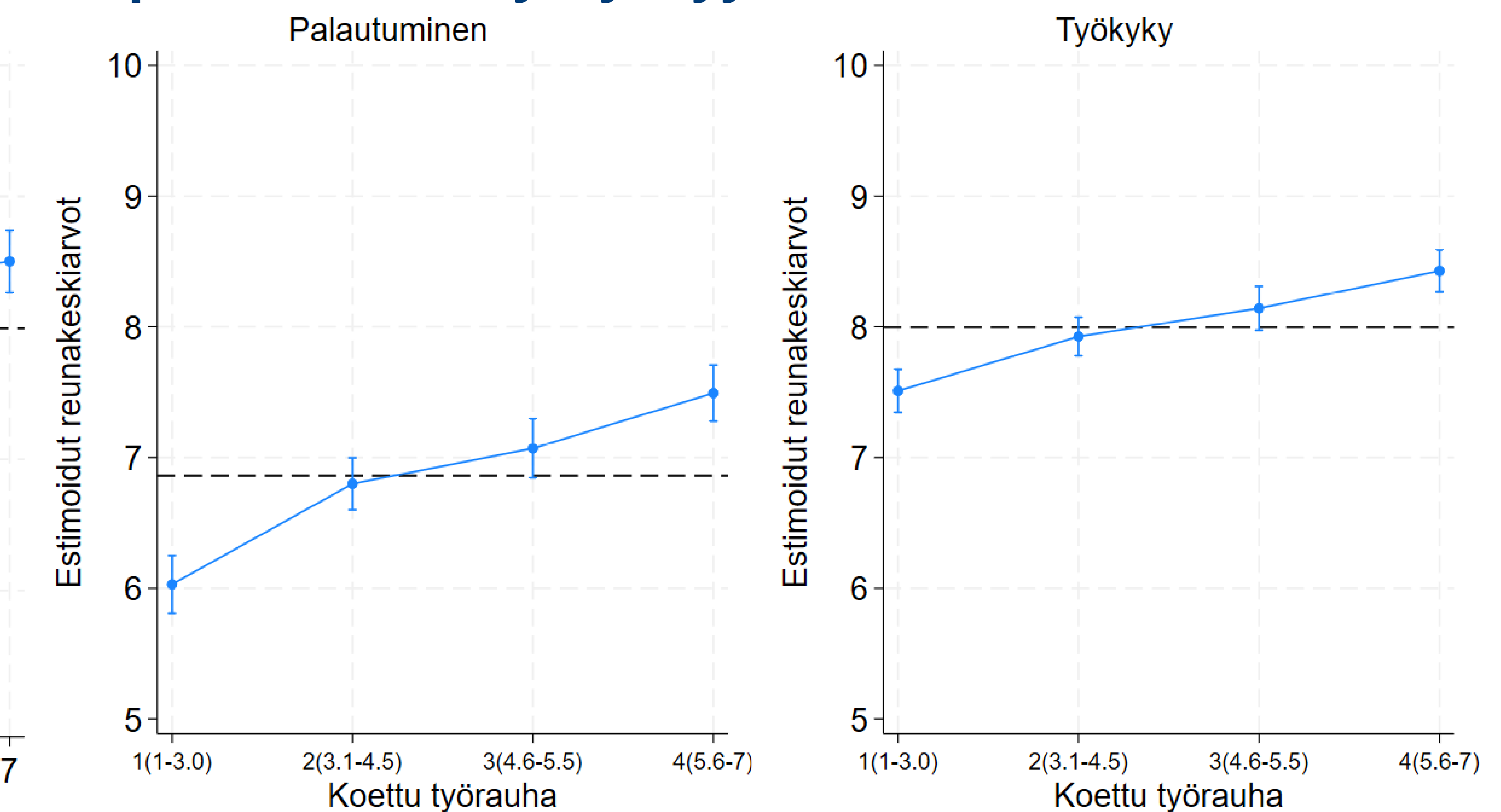
Myönteiset arviot työtiloista olivat yleisempiä kuin kielteiset, työympäristötyytyväisyyden keskiarvo oli 4,69 (SD 1,66) ja koetun työrauhan 4,31 (SD 1,50) asteikoilla 1-7. Kokemukset työtiloista olivat yhteydessä työkykyyn ja palautumiseen. Arviot palautumisesta ja työkykyasteikosta olivat myönteisempiä, kun vastaajat olivat tyytyväisiä työympäristöön (kuva 1) tai arvioivat työrauhan hyväksi (kuva 2).

### Tyytyväisyys työympäristöön työpaikalla ja yhteys palautumiseen ja työkykyyn



Kuva 1. Palautumisen ja työkyvyn reunakeskiarvot ja 95% luottamusvälit työympäristötyytyväisyyteen nähden. Korkeat pisteet kuvaavat tyytyväisyyttä työympäristöön työpaikalla, 1=erittäin tyytymätön, 7=erittäin tyytyväinen. Molempien vastemuuttujien (palautuminen ja työkyky) tulokset olivat tilastollisesti merkitseviä ( $p < 0,05$ ) työympäristötyytyväisyyden luokissa 5-7 (matalin luokka 1 vertailuarvona). Vastemuuttujien yleiskeskisarvot näkyvät kuvassa katkoviivalla.

### Koettu työrauha työpaikalla ja yhteys palautumiseen ja työkykyyn



Kuva 2. Palautumisen ja työkyvyn reunakeskiarvot ja 95% luottamusvälit koettuun työrauhaan nähden. Työrauhaan liittyvä muuttuja luokiteltiin jakauman neljänneksiin. Korkeat pisteet kuvaavat hyväksi koettua työrauhaa ja keskittymistä työpaikalla ja matalat huonoa. Molempien vastemuuttujien (palautuminen ja työkyky) tulokset olivat tilastollisesti merkitseviä ( $p < 0,05$ ) luokissa 2-4 (matalin luokka 1 vertailuarvona). Vastemuuttujien yleiskeskisarvot näkyvät kuvassa katkoviivalla.

**Johtopäätökset:** Tilankäyttäjien myönteiset kokemukset työtiloista ovat yhteydessä hyvään itsearvioituun työkykyyn ja palautumiseen. Poikkileikkaavan aineiston perusteella ei voida päätellä syy-seuraussuhdetta. Koetut ongelmat työtiloissa saattavat heikentää työkykyä ja palautumista. Toisaalta työkyvyn haasteet tai palautumisen ongelmat saattavat vaikeuttaa työskentelyä esimerkiksi avoimissa toimistoratkaisuissa. Koettuja haittoja, kuten työskentelyä haittaavia häiriöitä, voidaan ehkäistä hyvällä tilasuunnittelulla työn ja työntekijöiden tarpeet huomioiden (esimerkiksi huolehtimalla hiljaisten tilojen riittävästä saatavuudesta). Työterveyden asiantuntijuus organisaation tukena on tärkeää tilamuutoksissa työntekijöiden työkyvyn tukemiseksi ja terveydellisen merkityksen arvioimiseksi.