



<input checked="" type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

Oppiaine	Johtaminen ja organisointi	Päivämäärä	10.10.2008
Tekijä(t)	Elisa Hansalahti	Matrikkelinumero	
		Sivumäärä	153
Otsikko	Työn psyykinen kuormittavuus pankin konttoreissa		
Ohjaaja(t)	KTT Jouko Toivonen		

#### Tiivistelmä

Työelämän muutossuunnat osoittavat monella tapaa, että psyykinen hyvinvointi työssä on ajan-kohtainen ja tärkeä aihe. Palvelualojen kasvu ja tietotyön lisääntyminen ovat lisänneet työn henkistä kuormittavuutta fyysisen kuormittavuuden vähentyessä. Työsuojelun psykososiaalista näkökulmaa onkin alettu korostaa aiempaa enemmän ja työhyvinvoinnista on tullut entistä tärkeämpi menestystekijä.

Tutkielmassa selvitetään työn psyykkiseen kuormittavuuteen vaikuttavia tekijöitä ja tarkastellaan psyykkisen kuormittumisen vaikutuksia yksilön näkökulmasta. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää kohdepankin konttoreissa työskentelevien kokemaa työn psyykkistä kuormittavuutta ja siihen vaikuttavia tekijöitä.

Tutkimus on luonteeltaan kvantitatiivinen survey-tutkimus, jossa aineisto kerättiin käyttämällä sähköistä kyselylomaketta. Kysely lähetettiin kaikille kohderyhmään kuuluville, jolloin kyseessä on kokonaistutkimus. Tutkimuksessa työn kuormittavuuden arviointi koostuu sekä työn kuormitustekijöiden että työntekijöiden kuormittuneisuuden arvioinnista. Analyysimenetelminä on käytetty pääasiassa varianssi- ja regressioanalyysiä.

Tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että määrällinen ylikuormitus on vahvasti pankkitoimihenkilöiden työtä määrittävä tekijä. Kohderyhmän työssä määrällinen ylikuormitus esiintyy ennen kaikkea tarpeena työskennellä nopeasti. Kiireen ohella kuormittuneisuutta pankkitoimihenkilöiden työssä aiheuttava erilaiset rooliristiriidat, jotka viittaavat epäselvyyteen työn tavoitteista tai yksilön roolista organisaatiossa. Näiden tekijöiden lisäksi hyvä työilmapiiri toimii niin sanottuna puskurina ehkäisten haitallisen kuormittuneisuuden syntymistä. Hyvät suhteet työtovereihin sekä työyhteisöön kuulumisen tunne lisäävät niin ikään myönteisen kuormittuneisuuden kokemista.

Keskimäärin pankkitoimihenkilöt eivät koe merkittävässä määrin haitallista psyykkistä kuormittuneisuutta. Sen sijaan myönteistä kuormittuneisuutta, kuten työtyytyväisyyttä sekä flow:n ja työn imun tuntemuksia kohderyhmä kokee verrattain usein. Kuormitustekijöiden ja kuormittuneisuuden kokemiseen vaikuttavat myös yksilölliset tekijät, kuten ikä, sukupuoli, toimenkuva sekä erilaiset henkilökohtaiset ominaisuudet.

Asiasanat	psyykinen kuormittavuus, kuormitus, kuormittuneisuus, työhyvinvointi
Muita tietoja	