



HYVINVOINTIKARTTA 2020-2022

Hyvinvointikartta-hankkeen hyvinvointikartoitus

- Toteutimme hyvinvointikartoituksen keski-suomalaisille yrittäjille 22.12.2020-17.1.2021. Kyselyssä oli 38 kysymystä hyvinvoinnin eri osa-alueista.
- Kyselyyn vastasi **228 yrittäjää**, joista **naisia 58%**, **miehiä 41%** ja **muun sukupuolisia 1%**.

Vastaajien yrityksen koko:

- **48% yksinyrittäjiä**
- **44% yrityksen koko 2-10 henkilöä**
- 5% yrityksen koko 11-25 henkilöä
- 2% yrityksen koko 26-50 henkilöä
- 1% yrityksen koko 51-75 henkilöä

Vastaajien ikä:

- Alle 25-vuotiaita 1%
- 26-30-vuotiaita 2%
- 31-40-vuotiaita 11%
- 41-50-vuotiaita 26%
- **51-60-vuotiaita 41%**
- 61-65-vuotiaita 11%
- Yli 65- vuotiaita 8%

Kuinka monta vuotta on ollut yrittäjänä?

- Alle 5 vuotta 24%
- 6-10 vuotta 21%
- 11-15 vuotta 14%
- 16-20 vuotta 7%
- 21-30 vuotta 23%
- 31-40 vuotta 10%
- Yli 41 vuotta 1%

Terveys ja toimintakyky

Arviointiasteikko 0-10.

Väittämä	Vastausten keskiarvo
Tunnen itseni fyysisesti terveeksi.	7,3
Tunnen itseni psyykkisesti hyvinvoivaksi.	7,3
Liikun säännöllisesti ja pidän huolta kunnostani.	6,6
Syön terveellisesti.	7,1
Nukun yöni hyvin.	6,5
Arvioi tämän hetken hyvinvointiasi.	6,6

Elämän tasapaino ja työn rajaaminen

Väittämä	Vastausten keskiarvo
Pystyn irrottautumaan työstä vapaa-ajallani.	6,1
Minulla on taitoja ja työkaluja nollata ajatuksiani ja rentoutua.	7,1
Pystyn pitämään lomaa työstäni.	6
Oma ajankäyttöni on suunniteltua ja sujuvaa.	6

Sosiaaliset verkostot, arvot ja asenteet

Väittäjä	Vastausten keskiarvo
Minulla on hyvät ja kattavat ammatilliset verkostot (esim. alihankkijat ja toiset yrittäjät).	7,2
Lähipiirissäni on ihmisiä joille voin purkaa sydäntäni ja ajatuksiani, kun minulla on työhön liittyviä ongelmia, vaikeita päätöksiä tehtävänä tai tarvitsen tukea.	7,1
Työni on minulle merkityksellistä ja antoisaa.	8,3
Minulla on selkeät tavoitteet yritystoiminnalleni.	7,9
Koen myönteisiä tunteita työpäivän aikana.	8
Olen innostunut työstäni ja haluan kehittyä.	8,1

Osaaminen ja omat taidot

Väittämä	Vastausten keskiarvo
Minulla on riittävästi osaamista ja koulutusta toimia työssäni.	8,5
Tunnen omat vahvuuteni ja kehittämiskohteeni.	8,4
Mielestäni taloudellinen tilanteeni on hyvä.	7,2

Kysyimme yrittäjiltä, millaiseen toimintaan haluaisit osallistua?

Toiminta	Vastausprosentti
Mielen hyvinvointi	32 %
Liikunta	32 %
Stressinhallinta	28 %
Elämän tasapainoittaminen ja työn rajaaminen	25 %
Ajanhallinta	24 %
Uni	22 %
Hyvinvointivalmennus (kesto 6kk)	21 %
Ravitsemus	20 %
Työn sujuvuuden ja tehokkuuden parantaminen	20 %
Vuorovaikutustaidot	14 %
Työnohjaus	13 %
Tunteiden säätely	11 %
Omien arvojen kirkastaminen	9 %
Motivaatio	9 %
Työkykyjohtaminen	8 %
Resilienssi	7 %
Työyhteisön ilmapiirin parantaminen	6 %
Jokin, muu mikä?	5 %

Kysyimme yrittäjiltä, mitä teemoja he haluaisivat käsitellä ryhmämuotoisessa työnohjauksessa?

Toiminta	Vastausprosentti
Kokonaisvaltainen hyvinvointi	47 %
Työssä jaksaminen	40 %
Yrittäjän työkyky	35 %
Ajanhallinta	34 %
Itsensä johtaminen	33 %
Verkostojen rakentaminen	27 %
Tuottavuus, kilpailukyky	26 %
Työn kehittäminen	25 %
Muutostilanteet	17 %
Yrittäjän - identiteetti	17 %
Työmotivaatio	14 %
Asiakastilanteet	11 %
Työtyytyväisyys	11 %
Yhteistyö	11 %
Työnkuvan selkeyttäminen	10 %
Jokin muu mikä?	2 %

Työkykyjohtaminen

Seuraavat neljä kysymystä oli tarkoitettu pk-yrittäjille. Kysymyksissä oli kolme tasoa - aloittava, kehittyvä ja taitava. Väittämistä valittiin tämän hetken tilannetta parhaiten kuvaava määritelmä.

Kysymyksiin vastasi 120 vastaajaa.

Kysymys 1. Työpaikallamme edistetään työntekijän työhyvinvointia ja yksilöllistä työkykyä.

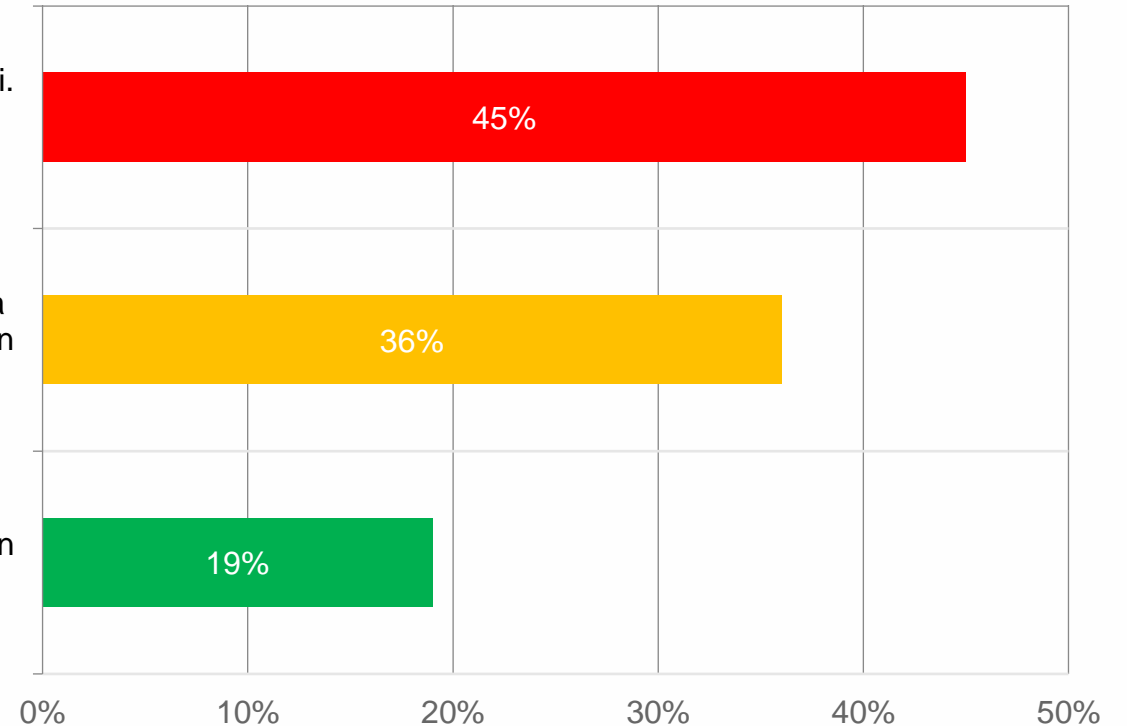
Vastaustulokset: aloittava 45%, kehittyvä 36% ja taitava 19%.

Kuvassa on kuvattu taitotasot sanallisesti sekä palkkikaaviona.

Aloittava: Työpaikalla työkyvyn alenemiseen puututaan tapauskohtaisesti. Työolojen puutteita ja työhyvinvoinnin ongelmia korjataan ja selvitetään niiden tullessa ilmi.

Kehittyvä: Esille tulevia yksilöllisiä työkyvyn kuormitustilanteita ja uhkia selvitetään ja pyritään seuraamaan tasaisin väliajoin. Toimintaohjeita on olemassa ja esimiehiä/johtoa on koulutettu toimimaan tarvittaessa.

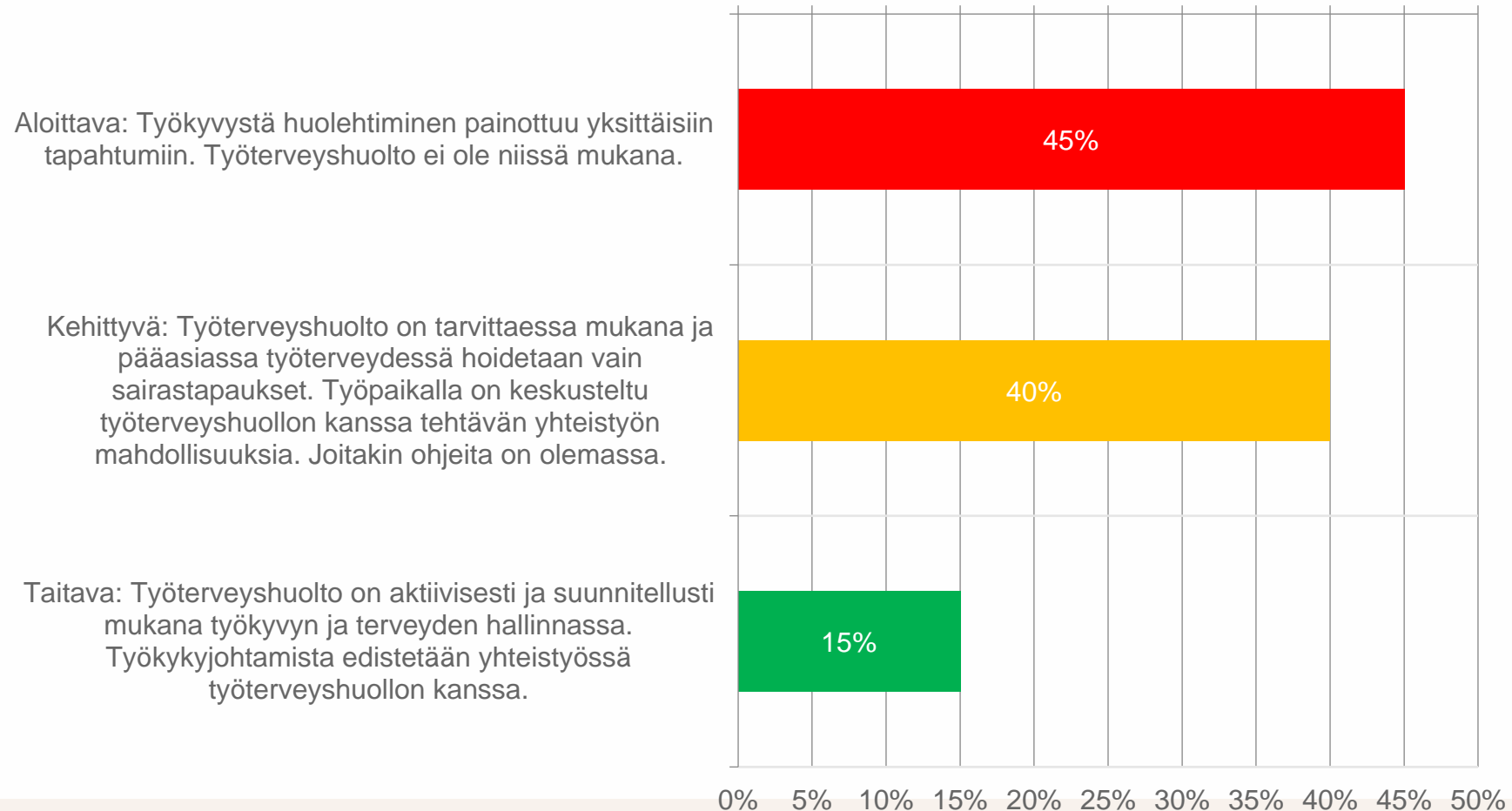
Taitava: Yksilöllisen työkyvyn havainnot ovat säännöllisiä ja työoloja seurataan jatkuvasti. Niin yksilöllisen työkyvyn kuin työolojen/hyvinvoinnin edistäminen ja ennakointi on osa työnarjen kehittämistä. Johdolla on ymmärrys mistä yksilön työkyky muodostuu



Työkykyjohtaminen

Kysymys 2. Työkyvyn ja terveyden edistämistä tehdään yhteistyössä työterveyshuollon kanssa.
Vastaustulokset: aloittava 45%, kehittyvä 40% ja taitava 15%.

Kuvassa on kuvattu taitotasot sanallisesti sekä palkkikaaviona.

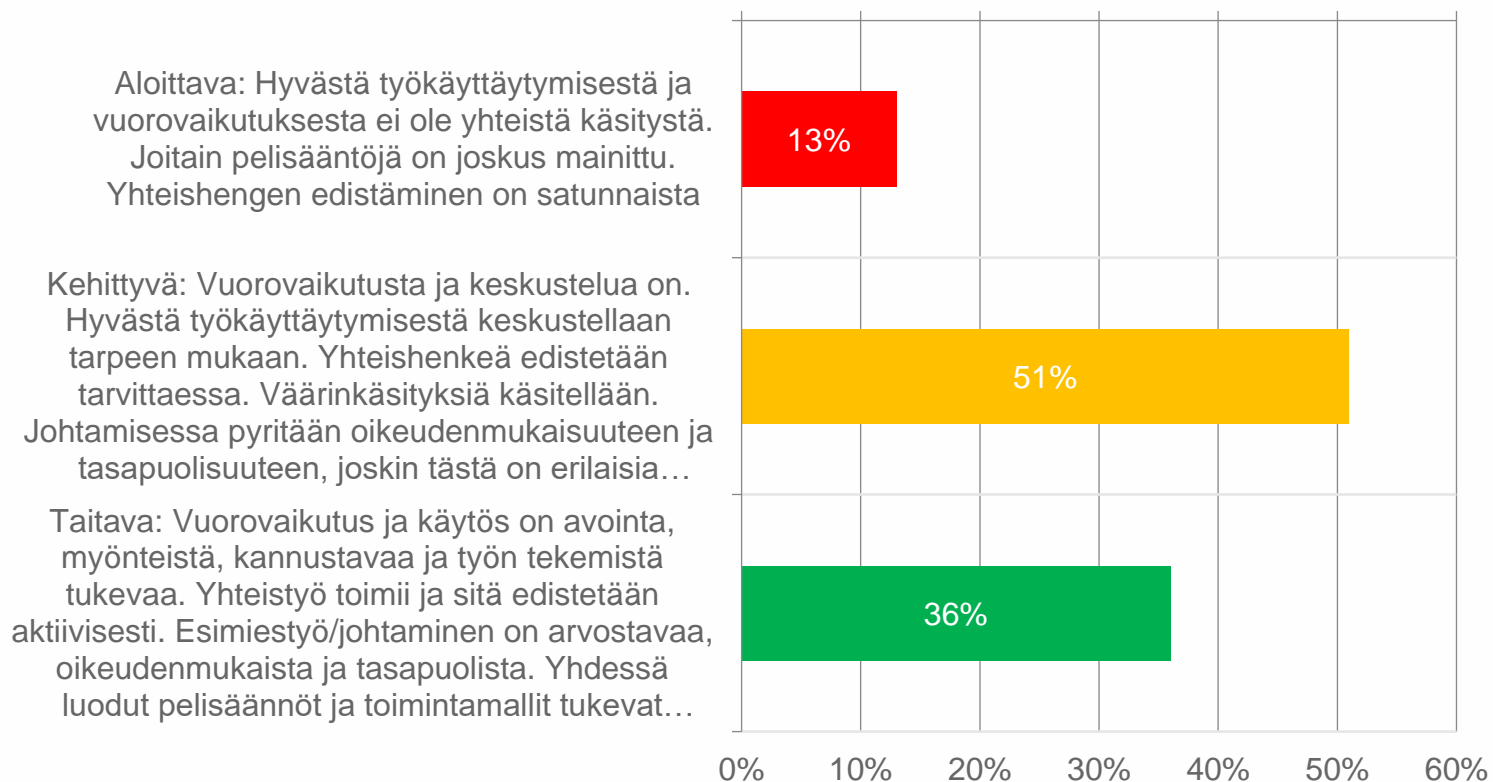


Työkykyjohtaminen

Kysymys 3.

Työpaikan johtaminen, vuorovaikutus ja käyttäytyminen on myönteistä, työn tekemistä tukevaa ja työhyvinvointia edistävää. Vastaustulokset: aloittava 13%, kehittyvä 51% ja taitava 36%.

Kuvassa on kuvattu taitotasot sanallisesti sekä palkkikaaviona.



Työkykyjohtaminen

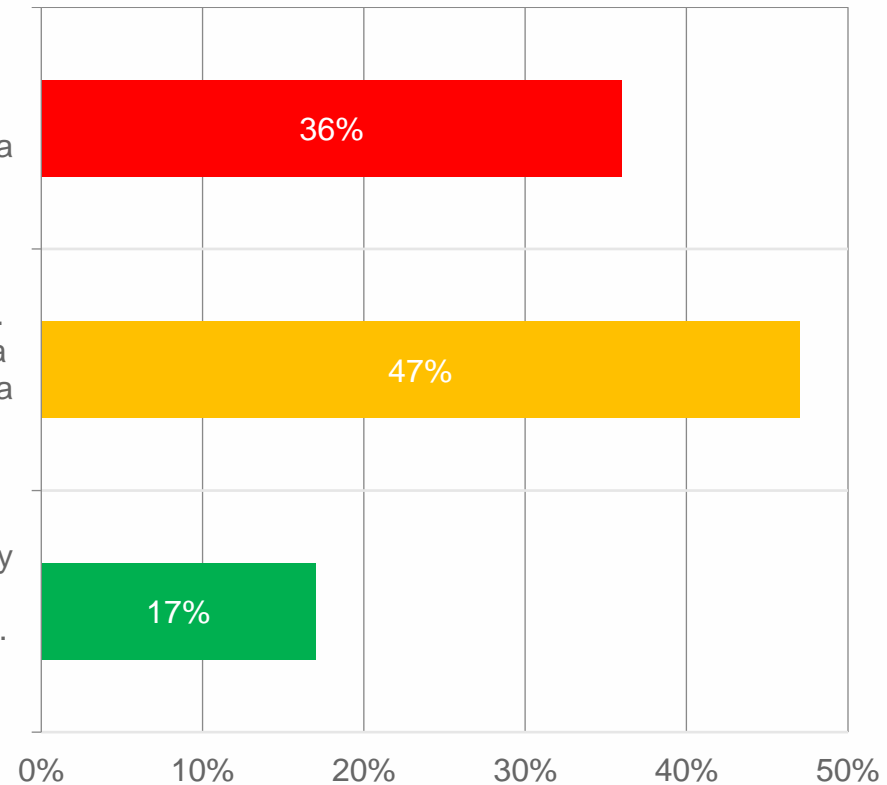
Kysymys 4. Työpaikallamme työhyvinvointia ja työkykyä edistetään ja kehitetään yhdessä työntekijöiden kanssa. Vastaukset: aloittava 36%, kehittyvä 47% ja taitava 17%.

Kuvassa on kuvattu taitotasot sanallisesti sekä palkkikaaviona.

Aloittava: Työhyvinvointi nähdään yksilön asiana. Työsuojeluvaltuutettua ei ole valittu, mutta työsuojelupäällikkö on nimetty. Työsuojeluyhteistyötä ja yhteistoiminnallisuutta ei työpaikalla juuri ole.

Kehittyvä: Työhyvinvoinnista ja työnsuojelusta keskustellaan, mikä edistää koko työyhteisön toimintaa. Työsuojeluvaltuutetut on valittu. Satunnaisia kyselyjä ja arvioiteja on käytössä. Aloitteita on satunnaisesti, mutta ne harvoin johtavat toimenpiteisiin. Työhyvinvoinnista viestitään tarpeen mukaan.

Taitava: Työkyvyn ja työhyvinvoinnin edistäminen on monisisältöistä, tavoitteet on asetettu ja suunnitelma tehty yhteistoiminnassa. Työpaikallamme suunnitellaan toimenpiteitä työntekijöiden kanssa ja niihin panostetaan. Osallistuminen ja aloitteiden tekeminen on aktiivista. Aloitteista syntyneet parannukset toteutetaan....





Kiitos kaikille
hyvinvointikartoitukseen
vastanneille ja tervetuloa
mukaan tapahtumiin!

