



Vastuulliset ja kestävät hevosenpidon mallit 2024-2026



Webinaari Työn kuormitus/työhyvinvointi 3.10.2024 TE

Työn kuormittavuus

- Työhyvinvointi on osa sosiaalista kestävyyttä
- Työ luo hyvinvointia, mutta joskus myös pahoinvointia
- Työ pitäisi sovittaa ihmiselle, ihmisen ominaisuuksien mukaan, eikä päinvastoin - > yli- ja alikuormitus
- Haitallinen kuormitus – työuupumus lisääntyy
- Haitallisen stressin kokemus on työuupumusta yleisempää
- Työväsytys lähtee levolla, työuupumus ei

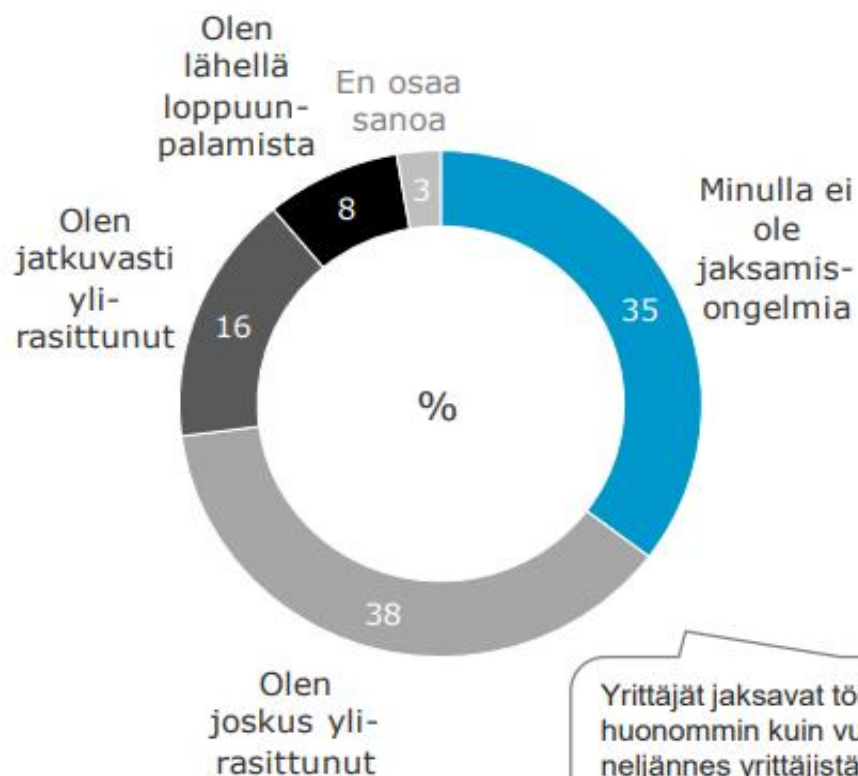


- Työuupumus ei johdu iästä eikä alasta, kuitenkin sukupuoli ja koulutustaso ennustavat työuupumuksen todennäköisyyttä
- Palkansaajaväestössä
- noin 8 prosenttia naisista ja 5 miehistä kokee työuupumusta
- Korkeammin koulutetut kokevat työuupumusta useammin kuin matalammin koulutetut (TTL)
- Työuupumus aiheutuu usein
 - pitkäaikaisesta ylikuormituksesta
 - liiallisesta työmäärästä tai
 - työn tavoitteiden tai organisoinnin epäselvyydestä

Työuupumuksen oireita:

- merkittävin oire on voimakas ja pitkäkestoinen uupumusasteinen väsymys, joka leviää myös muille elämän alueille, (ei palaudu levolla)
- Toinen ominaispiirre on kyyninen asennoituminen työhön, jolloin työn merkitys kyseenalaistetaan ja työn mielekkyyden koetaan kadonneen
- Kolmas piirre on ammattillisen itsetunnon heikkeneminen, mikä saattaa olla koettua pelkoa työssä pärjäämisestä, huonommuuden tunteita ja myös työhön sitoutumisen heikentymistä (Maslach ym. 1996)

- Hevosala on yrittäjävetoinen palveluala
- On väitetty, että yrittäjäyys on yksi stressaavimpia ammatteja
- Suomen Yrittäjät kysyi v. 2022 yrittäjiltä kokemuksia jaksamisesta



Yrittäjät jaksavat töissä selvästi huonommin kuin vuonna 2017. Lähes neljännes yrittäjistä (24%) kokee olevansa lähellä loppuunpalamista tai yllirasittunut.

Yrittäjyydestä stressaavaa tekee

- resurssien puute
- yksintyöskentely
- kollegoiden tuen puute
- virheistä maksaminen yksin
- monenlaisten roolien täyttäminen, joita ovat esimerkiksi: tiedottaja, myyjä, johtaja, eläintenhoitaja, kirjanpitäjä, jne.
- Yrittäjien stressi ei johdu välttämättä siitä, että he tekisivät enemmän töitä kuin muut, mutta se liittyy usein heidän velvollisuuteen päätöksenteosta ja vastuuseen näistä, tehtävien luonteeseen ja jatkuvasti vaihtuviin erilaisiin toimintakonteksteihin (Buttner, 1992).

Hevosyrittäjien hyvinvointi verrattuna muihin ammattiryhmiin (Hakanen 2004)

	Uupumus (ka)	Kyynistyminen (ka)	Heikentynyt ammatillinen itsetunto (ka)
Hevosyrittäjät	1,83	1,43	0,88
Maanviljelijät (N=15)	1,21	1,99	1,68
Muut yrittäjät (N=75)	1,39	1,16	1,09
Ylemmät toimihenkilöt (N=185)	1,41	1,02	1,39
Alemmat toimihenkilöt (N=141)	1,72	1,37	1,58
Työntekijät (N=116)	1,43	1,25	1,62
Kaikki (N=532)	1,49	1,21	1,46

Hevosyrittäjät

- Ovat huomattavan uupuneita työssään, myös kyynistyminen on korkealla tasolla
- Työn merkittävyys koetaan kuitenkin erittäin korkeaksi, sekä kyky tehdä työtä tehokkaasti ja oikein
- Alan taloudelliset haasteet kuormittavat yrittäjiä enemmän kuin työmäärä (T. Brandt 2022)
- Yhteiskunnan ja ulkopuolisten tahojen vaatimukset koetaan usein kohtuuttomina, some kärjistää usein keskusteluja
- Asiakaspalveluammatti/eläinten hoito
- Hevoset auttavat jaksamaan työssä, mutta väsymisen oireet on tunnistettava ajoissa, että niihin voi reagoida



Kiitos!

Koulutusvinkki: TTS- johtamisen ja
yritysjohtamisen Eat hevosalalle
[https://www.tts.fi/uutiset/johtamiskoulutus-
hevosalan-yrityksille/](https://www.tts.fi/uutiset/johtamiskoulutus-hevosalan-yrityksille/)