



Työn psykososiaaliset kuormitustekijät -kysely

Työpaikka:

Kyselyn toteuttaja:

Tietoa kyselystä

Tällä kyselyllä selvitetään työntekijöiden kokemuksia työn **haitallisista psykososiaalisista kuormitustekijöistä**. Psykososiaalisilla kuormitustekijöillä tarkoitetaan työn järjestelyihin ja sisältöön sekä työyhteisön sosiaaliseen toimivuuteen liittyviä tekijöitä. Väärin mitoitettuina, puutteellisesti hallittuina tai epäsuotuisissa olosuhteissa ne aiheuttavat haitallista työkuormitusta. Haitallista psykososiaalista kuormitusta voi ilmetä missä tahansa työpaikassa.

Kysymyksiä on yhteensä 23:

- työn järjestelyihin liittyvä kuormitus (7 kysymystä)
- työn sisältöön liittyvä kuormitus (9 kysymystä)
- työyhteisön sosiaalinen kuormitus (6 kysymystä)
- terveyttä heikentävä työkuormitus (1 kysymys)

Lopussa voit halutessasi tarkentaa, mikä sinua kuormittaa työssäsi.

Kyselyn käyttö työsuojeluvalvonnassa: Kysely on kehitetty ensisijaisesti työsuojelutarkastuksen apuvälineeksi. Vastausten perusteella työsuojelutarkastaja voi kohdentaa valvontaa asioihin, jotka kuormittavat työntekijöitä erityisen usein.

Kyselyyn vastataan nimettömänä ja vastaukset käsitellään luottamuksellisesti.

Työsuojelutarkastuksella kyselyn tulos esitetään työnantajalle ryhmätasolla niin, ettei yksittäistä vastaajaa voi tunnistaa, eikä yksittäisiä vastauksia ei anneta työnantajalle.

Kyselyn käyttö työpaikoilla, opinnäytetöissä, tutkimustoiminnassa tai muissa ei-kaupallisissa tilanteissa: Myös esimerkiksi työpaikat voivat käyttää kyselyä lähde mainiten. Jos kyselyä käytetään itsenäisesti työpaikalla tai muussa ei-kaupallisessa tarkoituksessa, on mainittava, mikä taho kyselyn toteuttaa.

Kyselylomakkeen alkutekstiä ja kysymystä 24 saa muokata siten, että tekstistä poistetaan ilmaisut, jotka kytkeytyvät kyselyn käyttöön työsuojeluvalvonnassa. Kyselyyn saa myös lisätä omia kysymyksiä kunhan käy ilmi, mitkä kysymykset ovat toteuttajan omia.

Lisätietoa Työn psykososiaaliset kuormitustekijät -kyselystä työsuojeluhallinnon verkkopalvelusta Työsuojelu.fi (Työsuojelu työpaikalla > Työolosuhdemittarit > [Työn psykososiaaliset kuormitustekijät -kysely](#)).



Työn järjestelyihin liittyvät kuormitustekijät

Työn järjestelyihin liittyvät kuormitustekijät koskevat työn ja työtehtävien suunnittelua, jakamista ja työn tekemisen edellytyksistä huolehtimista.

1. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua ovat työssäsi kuormittaneet haitallisesti **epäselvyydet tehtävänkuvissa tai vastuissa?**
 Ei lainkaan Harvoin Silloin tällöin Melko usein Erittäin usein
 Ei koske työtäni
2. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua ovat työssäsi kuormittaneet haitallisesti **epärealistiset tai kohtuuttomat tavoitteet?**
 Ei lainkaan Harvoin Silloin tällöin Melko usein Erittäin usein
 Ei koske työtäni
3. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **liiallinen työ määrä työaikaan nähden?**
 Ei lainkaan Harvoin Silloin tällöin Melko usein Erittäin usein
 Ei koske työtäni
4. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **työskentely varsinaisen työajan ulkopuolella?**
 Ei lainkaan Harvoin Silloin tällöin Melko usein Erittäin usein
 Ei koske työtäni
5. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua ovat työssäsi kuormittaneet haitallisesti **epäsäännölliset työajat, vuorotyö tai yötyö?**
 Ei lainkaan Harvoin Silloin tällöin Melko usein Erittäin usein
 Ei koske työtäni
6. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua ovat työssäsi kuormittaneet haitallisesti **työvälineisiin tai työympäristöön liittyvät epäkohdat, puutteet tai toimintahäiriöt?**
 Ei lainkaan Harvoin Silloin tällöin Melko usein Erittäin usein
 Ei koske työtäni
7. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua ovat työssäsi kuormittaneet haitallisesti **työhön keskittymistä häiritsevät tekijät, kuten melu ja häly?**
 Ei lainkaan Harvoin Silloin tällöin Melko usein Erittäin usein
 Ei koske työtäni

Työn sisältöön liittyvät kuormitustekijät

Työn sisältöön liittyvillä kuormitustekijöillä tarkoitetaan työn luonteeseen ja työtehtäviin liittyviä tekijöitä.

8. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **vaihtelun puute työssä tai työn yksitoikkoisuus?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni

9. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **toimiminen epäselvien ohjeiden tai odotusten pohjalta?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni

10. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **liiallinen tietomäärä tai hallitsematon tietotulva?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni

11. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **usean eri asian tekeminen samanaikaisesti?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni

12. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **työn tekemisen jatkuva keskeytyminen?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni

13. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **työn suuri vastuullisuus (esim. vastuu muiden turvallisuudesta ja terveydestä tai taloudellinen vastuu)?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni



14. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua ovat työssäsi kuormittaneet haitallisesti **haastavat tai vaikeat työtehtävät?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni

15. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua ovat työssäsi kuormittaneet haitallisesti **haastavat tai vaikeat tilanteet asiakastyössä?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni

16. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **työhön liittyvä väkivallan uhka?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni



Työyhteisön sosiaaliseen toimivuuteen liittyvät kuormitustekijät

Työyhteisön sosiaaliseen toimivuuteen liittyvillä kuormitustekijöillä tarkoitetaan työyhteisön yhteistyöhön ja vuorovaikutukseen liittyviä tekijöitä.

17. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua ovat työssäsi kuormittaneet haitallisesti **ongelmat työntekijöiden keskinäisessä yhteistyössä ja vuorovaikutuksessa?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni

18. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **liian vähäinen tuki työtovereilta työn tekemiseen?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni

19. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua ovat työssäsi kuormittaneet haitallisesti **ongelmat yhteistyössä ja vuorovaikutuksessa esihenkilön kanssa?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni

20. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **liian vähäinen tuki esihenkilöltä työn tekemiseen?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni

21. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **työyhteisössä ilmenevä häirintä tai muu toistuva epäasiallinen kohtelu?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni

22. Kuinka usein edeltävän kuuden kuukauden aikana sinua on työssäsi kuormittanut haitallisesti **syрjivä kohtelu iän, terveydentilan, alkuperän, mielipiteen tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella?**

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Ei koske työtäni



Terveyttä heikentävä työkuormitus

23. Aiheuttaako työsi sellaista kuormitusta, joka heikentää fyysistä tai henkistä terveyttäsi?

Ei lainkaan

Harvoin

Silloin tällöin

Melko usein

Erittäin usein

Lisätiedot työsuojelutarkastajalle

24. Tarkenna halutessasi työsuojelutarkastajalle, mikä sinua kuormittaa haitallisesti työssäsi.