



Oy Yritys Ab
Voimavararaportti

motivire 

kemira

SKANSKA

 **SATAKUNTA**
Satakunnan Osuuskauppa

smile

DESTIA

 **Raumaster**

UUTECHNIC
Mixing Technology


lännenpalveluyhtiöt

POP Pankki
Suupohjan Osuuspankki


NORDISK FILM TV


Saarioinen

**VAINION
LIIKENNE**



Hyvinvointiosaaminen

- Motivire on valmentanut työyhteisöjen työkykyä ja henkilökunnan hyvinvointiosaamista yli 200 organisaatiossa
- Pitkäkestoisissa valmennuksissa on ollut mukana yli 30 000 työntekijää ja näissä on toteutunut yli 70 000 henkilökohtaista valmentajatapaamista
- Olemme päässeet todentamaan, että kun henkilöstön hyvinvointiosaamisen kehittyä, niin jaksaminen lisääntyy ja samalla saamme ennaltaehkäistä tulevia terveys- ja työkykyhaasteita suunnitelmallisesti ja tarveperusteisesti.



HYVINVOINTIOSAAMINEN

=

TOTEUTUVAT TAVAT ARJESSA (24/7)

Voimavarat, jaksaminen ja hyvinvointiosaaminen

Asteikko 1-5

- Yleinen terveys
- Motivaatio
- Ravinto
- Liikunta
- Palautuminen

3,4

3,5

YLEINEN TERVEYS

- Työkyky

MOTIVAATIO

- Muutoksenhalu
- Resurssit
- Halu kehittyä
- Kiitos läheisiltä

4,4

3,5

RAVINTO

- Ateriarytmi
- Kasvikset
- Laatu
- Terveellisyys

3,3

3,5

Näin kartoitusta luetaan

- Monipuolisuus
- Teho
- Hyvä fiilis

2,8

3,5

PALAUTUMINEN

- Energian määrä
- Tauotus työpäivän aikana
- Unen laatu
- Stressi

3,5

3,5

Voimavarat, jaksaminen ja hyvinvointiosaaminen

Asteikko 1-5

- Yleinen terveys
- Motivaatio
- Ravinto
- Liikunta
- Palautuminen

YLEINEN TERVEYS

- Työkyky
- Yleinen terveys
- Fyysiset rajoitteet
- Mielestäni voin hyvin

Yleinen terveys ka.

3,9

MOTIVAATIO

- Muutoksenhalu
- Resurssit
- Halu kehittyä
- Tuki läheisiltä

4,4

RAVINTO

- Ateriarytmi
- Kasvikset
- Laatu
- Terveellisyys

3,3

LIIKUNTA

- Määrä
- Monipuolisuus
- Teho
- Hyvä fiilis

2,8

PALAUTUMINEN

- Energian määrä
- Tauotus työpäivän aikana
- Unen laatu
- Stressi

3,5

Voimavarat, jaksaminen ja hyvinvointiosaaminen

Asteikko 1-5

- Yleinen terveys
- Motivaatio
- Ravinto
- Liikunta
- Palautuminen

Voimavarat yhteensä ka.

3,4

YLEINEN TERVEYS

- Työkyky
- Yleinen terveys
- Fyysiset rajoitteet
- Mielestäni voin hyvin

3,9

MOTIVAATIO

- Muutoksenhalu
- Resurssit
- Halu kehittyä
- Tuki läheisiltä

4,4

RAVINTO

- Ateriarytmi
- Kasvikset
- Laatu
- Terveellisyys

3,3

LIKUNTA

- Määrä
- Monipuolisuus
- Teho
- Hyvä fiilis

2,8

PALAUTUMINEN

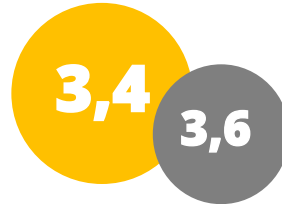
- Energian määrä
- Tauotus työpäivän aikana
- Unen laatu
- Stressi

3,5

Voimavarat, jaksaminen ja hyvinvointiosaaminen

Asteikko 1-5

- Yleinen terveys
- Motivaatio
- Ravinto
- Liikunta
- Palautuminen



YLEINEN TERVEYS

- Työkyky
- Yleinen terveys
- Fyysiset rajoitteet
- Mielestäni voin hyvin



MOTIVAATIO

- Muutoksenhalu
- Resurssit
- Halu kehittyä
- Tuki läheisiltä



RAVINTO

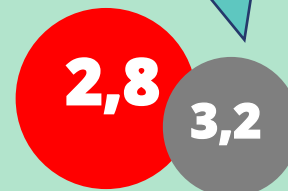
- Ateriarytmi
- Kasvikset
- Laatu
- Terveellisyys



LIIKUNTA

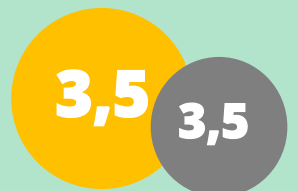
- Määrä
- Monipuolisuus
- Teho
- Hyvä fiilis

Vertailuluku
kaikki vastanneet



PALAUTUMINEN

- Energian määrä
- Tauotus työpäivän aikana
- Unen laatu
- Stressi



Voimavarat, jaksaminen ja hyvinvointiosaaminen

Asteikko 1-5

- Yleinen terveys
- Motivaatio
- Ravinto
- Liikunta
- Palautuminen

100%

Painotus %

3,4

3,6

YLEINEN TERVEYS

- Työkyky
- Yleinen terveys
- Fyysiset rajoitteet
- Mielestäni voin hyvin

15%

Painotus %

3,9

4

MOTIVAATIO

- Muutoksenhalu
- Resurssit
- Halu kehittyä
- Tuki läheisiltä

10%

Painotus %

4,4

4,4

RAVINTO

- Ateriarytmi
- Kasvikset
- Laatu
- Terveellisyys

25%

Painotus %

3,3

3,6

LIIKUNTA

- Määrä
- Monipuolisuus
- Teho
- Hyvä fiilis

25%

Painotus %

2,8

3,2

PALAUTUMINEN

- Energian määrä
- Tauotus työpäivän aikana
- Unen laatu
- Stressi

25%

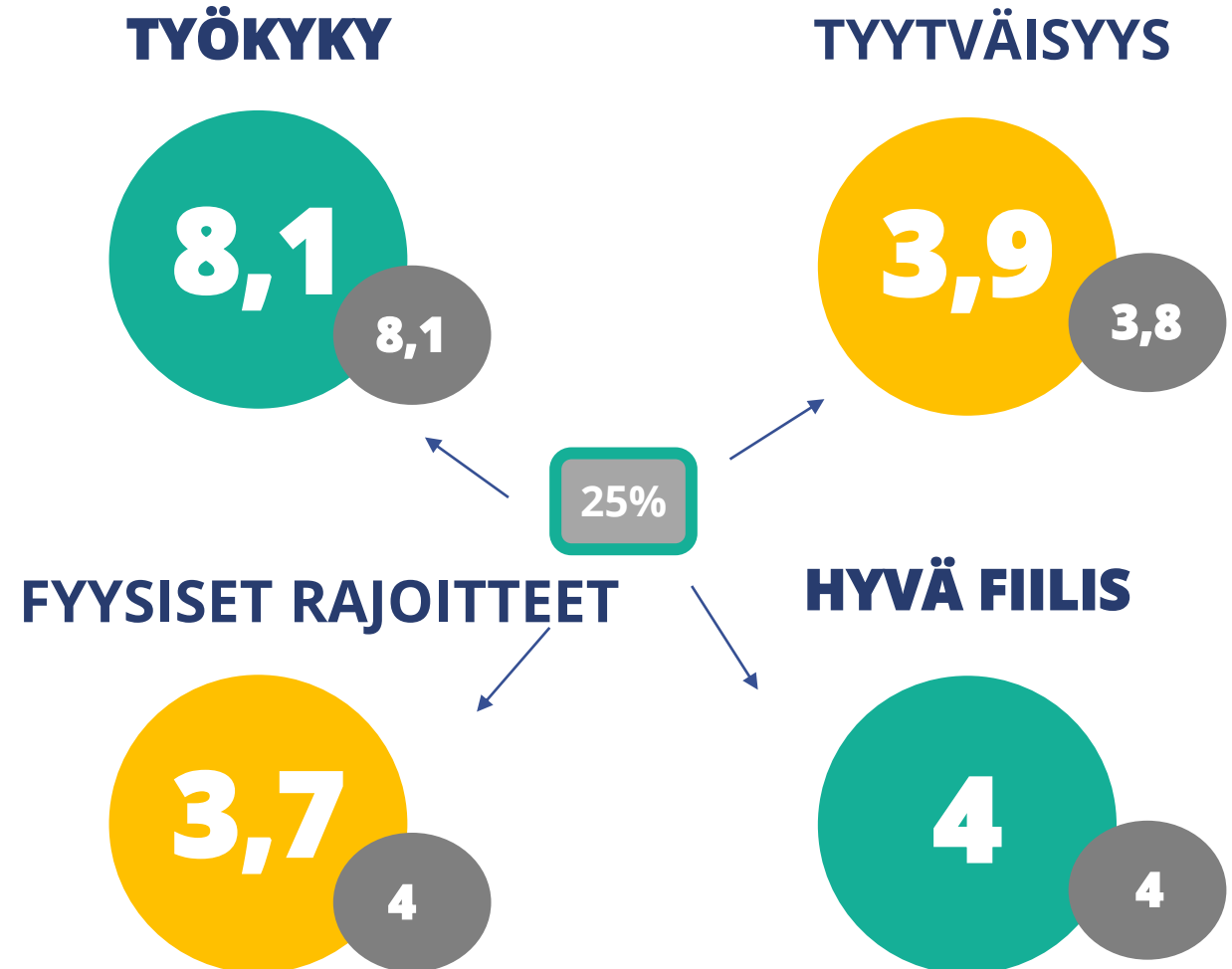
Painotus %

3,5

3,5

YHTEENVETO

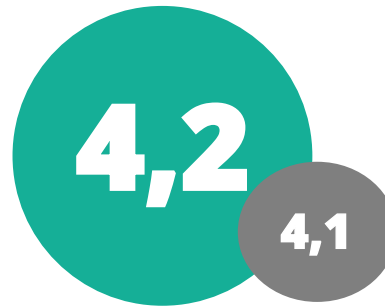
- Yleinen terveys on hyvällä tasolla
- Suurimmat haasteet ovat tuki- ja liikuntaelinsairauksissa, missä olivat myös suurin vaihteluväli vastauksissa. Etenkin selkä sekä niska- tai hartiasetu nousivat suurimmaksi tekijöiksi, jotka rajoittavat tekemistä.
- Työntekijät kokevat kokonaisuudessaan voivansa hyvin tällä hetkellä



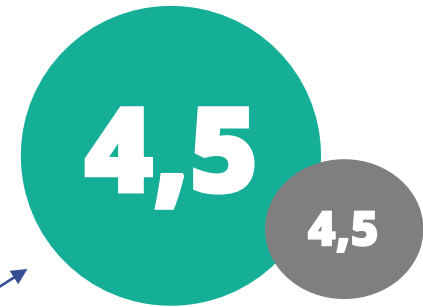
YHTEENVETO

- Osallistujat kokivat tärkeänä hyvinvointiosaamisen parantamisen. Muutoshalukkuutta löytyy osallistujista hyvin paljon.
- Osa oli lähtenyt viemään muutoksia arkeen jo starttiluennon jälkeen
- Oli myös hienoa huomata että lähes jokaisen koki oman terveyden ja siihen liittyvät asiat olevan täysin omissa käsissä. Vaikka aina ulkopuoliset muuttajat vaikuttavat (kuten korona), mutta omat päätökset tehdään itse.

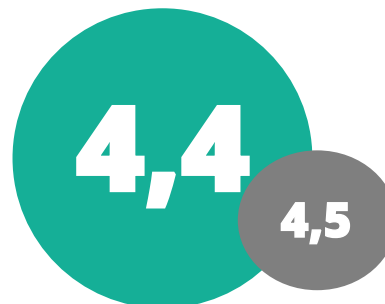
MUUTOKSENHALU



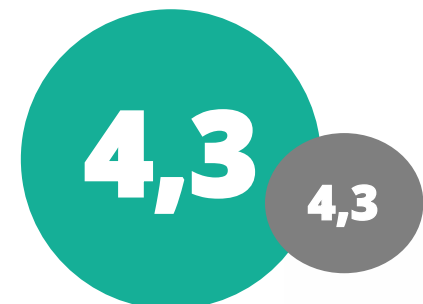
RESURSSIT



HALU KEHITTYÄ



TUKI LÄHEISILTÄ

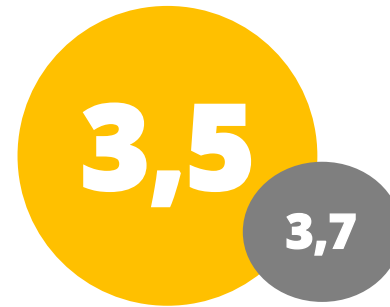


25%

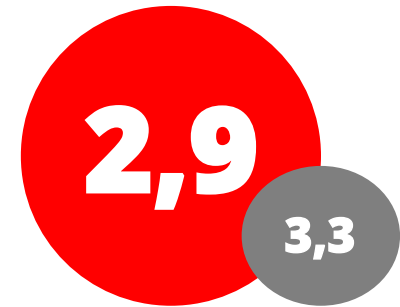
YHTEENVETO

- Suurimmat haasteet ravinnon laadussa. Kasvisten osuutta ruokavaliossa pitäisi lisätä
- Ateriarytmi kohtalaisella tasolla, mutta parannettavaa löytyy etenkin aamiaisesta sekä välipalan lisäämisestä arkeen.
- Hallinta on osallistujien kesken hyvällä tasolla, eli syöminen pysyy kokonaisuudessaan hallinnassa. Suuria repsahduksia esim. iltaisin ei tule

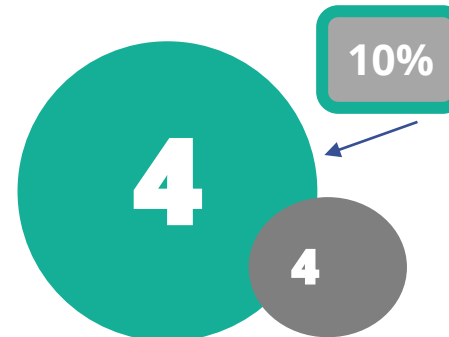
ATERIARYTMI



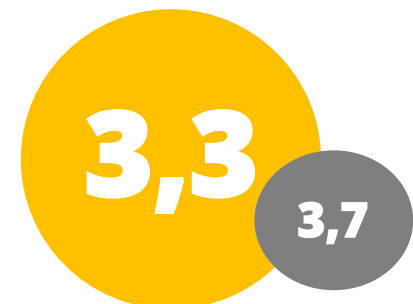
KASVIKSET



HALLINTA



TERVEELLISYYS



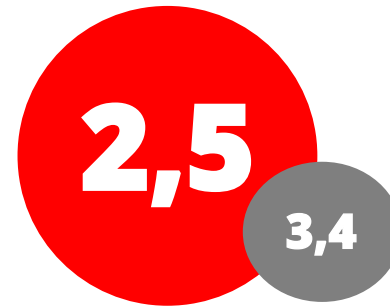
30%

10%

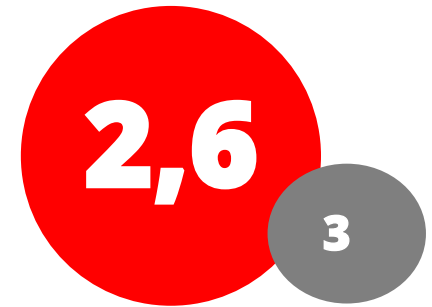
YHTEENVETO

- Liikunnasta löytyi osallistujien suurimmat haasteet sekä myös mahdollisuudet
- Määrä pitäisi lisätä lähemmäs yleisiä suosituksia sekä saada liikuntaa monipuolisemmaksi. Etenkin lihaskuntoharjoituksia ja lihashuoltoa pitäisi lisätä arkeen. Tästä olisi merkittävää hyötyä myös tuki- ja liikuntaelin haasteisiin
- Liikunnan teho on ok tasolla, kun liikuntaa harrastetaan.
- Positiivista on että liikunnasta nautitaan ja siitä tulee hyvä fiilis sekä osallistujat ymmärtävät sen merkityksen.

MÄÄRÄ

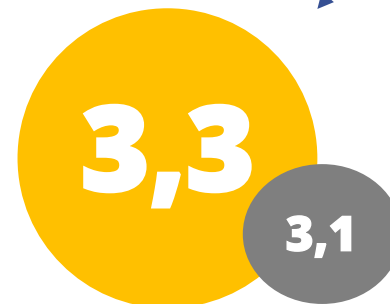


MONIPUOLISUUS

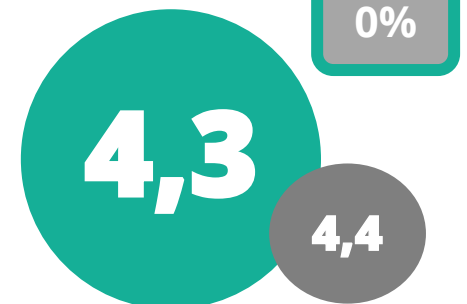


33%

TEHO

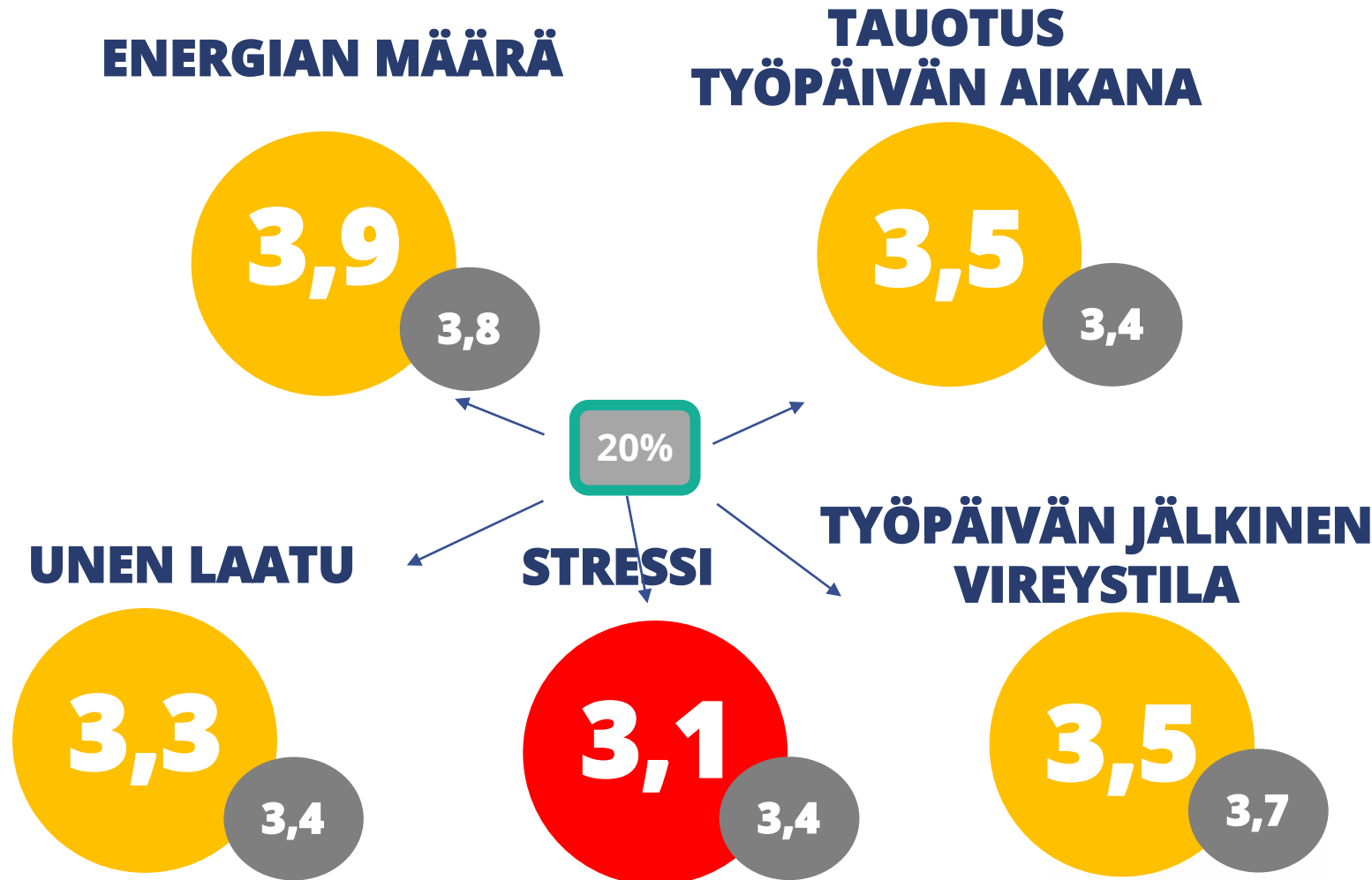


HYVÄ FIILIS



YHTEENVETO

- Lepo ja palautuminen on kohtalaisella tasolla.
- Suurin haaste mikä nousi esiin oli stressin määrä. Stressisistä huolimatta energiaa riittää kohtalaisesti työpäivän jälkeenkin. Parannettavaa toki löytyy
- Uneen valmistautumisessa monella olisi pienellä vaivalla selkeää parannettavaa.
- Suunnitelmallista tauotusta työpäivien aikana tulisi lisätä. Etenkin etätöissä tauot unohtuvat helposti, kun mennään etätapaamisesta toiseen.



Henkilöstötuottavuusindeksi, HTI

Lähde:Aura Ossi, Ahonen Guy ja Hussi Tomi (2015). Henkilöstötuottavuus ja eurot - case rakennusala. Etera, Helsinki.	Yritys Oy Ab keskiarvo	heikko	välttävä	keskitaso	hyvä	erinomainen
Henkilöstötuottavuusindeksi, HTI	51,2	27,46 - 35,98	35,98 - 44,51	44,51 - 53,03	53,03 - 61,56	61,56 - 100
MOTIVAATIO	7,88	5,45 - 6,24	6,24 - 7,02	7,02 - 7,8	7,8 - 8,58	8,58 - 10
Työni on innostavaa ja mukaansa tempavaa	3,81	2,78 - 3,15	3,15 - 3,53	3,53 - 3,91	3,91 - 4,29	4,29 - 5
Olen sitoutunut työnantajaani	4,07	2,27 - 2,84	2,84 - 3,4	3,4 - 3,97	3,97 - 4,54	4,54 - 5
OSAAMINEN	8,07	6,09 - 6,66	6,66 - 7,22	7,22 - 7,79	7,79 - 8,36	8,36 - 10
Osaamiseni ja ammattitaitoni vastaavat työtehtäviäni	3,86	3,41 - 3,68	3,68 - 3,95	3,95 - 4,22	4,22 - 4,49	4,49 - 5
Minulla on mahdollisuus vaikuttaa oman työni tekemiseen	4,21	2,36 - 2,79	2,79 - 3,23	3,23 - 3,66	3,66 - 4,09	4,09 - 5
TYÖKYKY	8,11	7,32 - 7,68	7,68 - 8,05	8,05 - 8,42	8,42 - 8,79	8,79 - 10

YHTEENVETO:

Henkilöstötuottavuusindeksi **51,2** on keskitasoa (0-100). Indeksillä on yhteys kannattavuuteen ja indeksin kasvulla yhteys kannattavuuden kasvun potentiaaliin. Työkykyä voidaan ja kannattaa edelleen kehittää, mutta erityistä huomioita tulisi kiinnittää ihmisten osaamisen kokemuksen pistemäärän (*Osaamiseni ja ammattitaitoni vastaavat työtehtäviäni* 3,86) syihin ja sen jälkeen määritellä tavoitteet ja tehdä toimenpidesuunnitelma.

Henkilöstötuotavuusindeksi, HTI

	Yritys Oy Ab keskiarvo	heikko	välttävä	keskitaso	hyvä	erinomainen
ESIMIESINDEKSI	7,38	5,62 - 6,22	6,22 - 6,82	6,82 - 7,42	7,42 - 8,02	8,02 - 10
Lähin esimieheni on kannustava ja uusia ideoita tukeva	3,91	1,96 - 2,66	2,66 - 3,36	3,36 - 4,06	4,06 - 4,76	4,76 - 5
Lähin esimieheni on hyvä organisoimaan työyhteisöni toimintaa	3,47	2,36 - 2,78	2,78 - 3,2	3,2 - 3,61	3,61 - 4,03	4,03 - 5
TYÖYHTEISÖINDEKSI	7,58	5,62 - 6,27	6,27 - 6,92	6,92 - 7,57	7,57 - 8,22	8,22 - 10
Työyhteisössämme on hyvä yhteishenki ja ilmapiiri	3,72	2,56 - 3,03	3,03 - 3,51	3,51 - 3,99	3,99 - 4,47	4,47 - 5
Työyhteisössäni annetaan tukea ja apua tarvittaessa	3,86	2,48 - 2,88	2,88 - 3,29	3,29 - 3,69	3,69 - 4,1	4,1 - 5

YHTEENVETO

Henkilöstötuottavuuteen vaikuttavat organisaatiotason ilmiöt, kuten johtajuus, ilmapiiri ja organisaation kulttuuri (Aura, Ahonen 2016).

Lähijohtajatyön ja yhteisöllisyyden kehittämisessä on potentiaalia. Suosittelemme asiaa lisätarkasteltavaksi. Näihin olisi hyvä tehdä tavoitteita ja rakentaa suunnitelmat niihin pääsemiseksi.



Oy Yritys Ab
Voimavararaportti

motivire 