

Työterveyslaitoksen tutkimuskatsaus: joulukuu 2025

Laura Salonen
Otto Pankkonen

80 VUOTTA HYVINVOINTIA TYÖSTÄ

Tähän tutkimuskatsaukseen on koottu tiiviisti Työterveyslaitoksen tutkijoiden uusimmat tutkimusjulkaisut. Toivomme, että tutkimustietoaamme hyödynnetään laajasti suomalaisen työelämän kehittämisessä. Lanseeraamme katsauksen osana 80-vuotiaan Työterveyslaitoksen juhlavuotta.

Työterveyslaitos

PL 40
00251 Helsinki

www.ttl.fi

Kirjoittajat: Laura Salonen, Otto Pankkonen
Toimittaja: Marja Sarkkinen

Julkaisupäivä 17.12.2025

© 2025 Työterveyslaitos ja kirjoittajat

Tämän teoksen osittainenkin kopiointi on tekijänoikeuslain (404/61, siihen myöhemmin tehtyine muutoksineen) mukaisesti kielletty ilman asianmukaista lupaa.

SISÄLLYS

1	Suomi tarvitsee vahvempia keinoja kestävän kehityksen edistämiseksi	4
2	Lyhytpsykoterapian toteutukset vaihtelevat paljon työterveyshuolloissa	5
3	Kaupan alalla kuormitushuippuihin pitää kiinnittää huomiota	6
4	Implementaatiotutkimuksen hyödyntäminen tukisi sote-alan kehittämishankkeita.....	7
5	Monitasoiset dynamiikat muovaavat matalasti koulutettujen koulutus- ja urapolkuja ...	8
6	Työterveyshuollon ja sote-palvelujen yhteistyön vaikuttavuutta on tutkittu vähän.....	9
7	Osasairauspäiväraha voi vähentää ennenaikaista työstä poistumista.....	10
8	Mielenterveysongelmat ovat yleistyneet, mutta eri tavoin eri ammattiryhmissä	11

1 Suomi tarvitsee vahvempia keinoja kestävän kehityksen edistämiseksi

Suomi on pitkään ollut kestävän kehityksen mallimaa kansainvälisissä vertailuissa. Kasvava ekologinen jalanjälki ja luonnon monimuotoisuuden heikkeneminen kuitenkin osoittavat, että kestävästä kehitystä edistävien toimien vaikutukset ovat jääneet vähäisiksi.

Tässä artikkelissa tarkastellaan Suomen kestävän kehityksen toimien vaikuttavuutta, niiden vahvuuksia ja heikkouksia sekä sitä, missä määrin ne pystyvät tukemaan yhteiskunnan siirtymää kohti kestävästä kehityksestä.

Tutkimuksen mukaan Suomessa on onnistuttu lisäämään tietoisuutta kestävästä kehityksestä ja luomaan vakiintuneita rakenteita ja strategioita sen edistämiseksi. Nykyiset kestävän kehityksen toimet eivät riitä käynnistämään laajaa yhteiskunnallista muutosta, jossa talous, tuotanto, kulutus ja hallintomallit siirtyvät ekologisesti ja sosiaalisesti kestäväälle pohjalle.

Nykyiset toimet nojaavat pääosin pehmeisiin keinoihin, kuten viestintään ja vapaaehtoihin sitoumuksiin, kun taas sitovat lainsäädännölliset ja taloudelliset ohjaukset puuttuvat. Ekologinen kestävyys jää talouskasvun ja turvallisuuspolitiikan varjoon, ja kansalaisten osallistuminen on edelleen pinnallista.

Kestävän siirtymän edistämiseksi Suomi tarvitsee selkeitä, tieteeseen perustuvia päätöksiä, lainsäädännön muutoksia ja entistä parempaa sektorien välistä koordinaatiota. Pelkkien strategioiden sijaan tarvitaan konkreettisia toimia ja niiden tehokasta toimeenpanoa.

Tekijät: Jari Lyytimäki^{1*}, Johanna Kentala-Lehtonen², Minna Halme³, Lassi Linnanen⁴, Mikko Mönkkönen⁵, Ilkka Ratinen⁶, Arto O. Salonen⁷, Katriina Soini⁸, Niko Soininen⁷, Anna-Maria Teperi⁹ and Reetta Toivanen¹⁰

¹Suomen ympäristökeskus; ²Valtioneuvosto; ³Aalto yliopisto; ⁴LUT yliopisto; ⁵Jyväskylän yliopisto; ⁶Lapin yliopisto; ⁷Itä-Suomen yliopisto; ⁸Luonnonvarakeskus; ⁹Työterveyslaitos; ¹⁰Helsingin yliopisto

Julkaisu: Lyytimäki, J., Kentala-Lehtonen, J., Halme, L., Linnanen, L., Mönkkönen, M., Ratinen, I., Salonen, A.O., Soini, K., Soininen, N., Teperi, A-M. & Toivanen, R. (2025). Assessing the effectiveness of Finland's sustainable development policy to facilitate a sustainability transition. *Discover Sustainability* 6, 751. <https://doi.org/10.1007/s43621-025-01658-z>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

2 Lyhytpsykoterapian toteutukset vaihtelevat paljon työterveys- huolloissa

Mielenterveyden häiriöt ovat merkittävin työkyvyttömyyden syy Suomessa. Psykoterapia on havaittu hyvin toimivaksi hoitomuodoksi yleisimpien mielenterveyden häiriöiden oireiden lievittämisessä. Tietoa siitä, miten työterveyshuolloissa tarjotaan lyhytpsykoterapiaa ja muuta keskusteluhoitoa mielen-
terveyttä uhkaaviin ongelmiin, on saatavilla heikosti.

Tässä tutkimuksessa selvitettiin lyhytpsykoterapian sekä muun keskusteluhoidon nykytilaa työterveyshuolloissa sähköisen kyselyn avulla. Vastauksia kyselyyn saatiin 47:ltä työterveyshuollon palveluntuottajalta eri hyvinvointialueilta, pääosin johtavassa asemassa olevilta lääkäreiltä.

Tulosten mukaan työterveyshuoltojen palveluvalikoimassa olevan lyhytpsykoterapian ja muun keskusteluhoidon tarjonta oli monimuotoista. Palveluiden tarjonnassa ja toteutuksessa oli kuitenkin paljon vaihtelevuutta työnantajittain ja palvelumuodon mukaan.

Lyhytpsykoterapia oli yleisempää isoissa työterveyshuolloissa, ja suurimmalla osalla työterveyshuolloista oli käytössään hoitoonohjauksen kriteerit. Kolmannes työterveyshuolloista seurasi tuloksellisuutta säännöllisesti ja puolet epäsäännöllisesti. Työterveyshuolloissa toteutettavien keskusteluhoitojen tuloksellisuutta työkyvyn tuessa tulisi edelleen selvittää.

Tekijät: Mari Immonen¹, Aki Vuokko¹, Kia Gluschkoff¹, Erkki Heinonen^{2,3}, Heli Järnefelt¹, Pauliina Mattila-Holappa¹, Ari Väänänen¹, Sanna Selinheimo¹

¹Työterveyslaitos; ²Terveyden ja hyvinvoinnin laitos; ³Oslon yliopisto

Julkaisu: Immonen, M., Vuokko, A., Gluschkoff, K., Heinonen, E., Järnefelt, H., Mattila-Holappa, P., Väänänen, A., & Selinheimo, S. (2025). Lyhytpsykoterapia ja muu keskusteluhoito toteutuu vaihtelevasti työterveyshuolloissa. Lääketieteellinen Aikakausikirja Duodecim 141(22):1931–1939.

<https://www.duodecimlehti.fi/duo19058>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

3 Kaupan alalla kuormitushuippuihin pitää kiinnittää huomiota

Työterveyslaitoksen tutkimus pureutui kaupan alan työn kuormittavuuteen ennennäkemättömällä laajuudella. Tutkimuksen tavoitteena oli muodostaa kokonaiskuva kaupan alan työkuormituksesta ja palautumisesta sekä selvittää, mitkä tekijät vaikuttavat kuormitushuippuihin.

Tutkimuksessa tarkasteltiin viiden alueosuuskaupan työnantajan rekisteritietoja työajoista, työtapa-turmista ja läheltä piti -tilanteista. Lisäksi tutkimuksessa tehtiin syke-, sykevälivaihtelu- ja TuleFix-mit-tauksia, kyselyitä ja haastatteluja.

Tulosten mukaan kaupan alan kuormitus on kohtuullista kaikilla mittareilla. Työssä esiintyy kuitenkin kuormitushuippuja, joihin myös työtapaturmat ja läheltä piti -tilanteet usein liittyvät. Tyypillisiä kuor-mitushuippuja ovat hyllytys, kuormien purku, kiire, yksin työskentely ja hankalat tai uhkaavat asiakas-tilanteet, työajan venyminen ja ilta- tai yötyö.

Kuormituksen hallinnassa yksi merkittävä tekijä on hyvä perehdytys, sillä työntekijöiden vaihtuvuus on suuri ja nuoria työntekijöitä on paljon.

Tekijät: Eija Haukka, Joonas Poutanen, Pihla Säynäjäkangas, Ilkka Asikainen, Maria Hirvonen, Ari-Pekka Rauttola ja Annina Ropponen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Haukka, E., Poutanen, J., Säynäjäkangas, P., Asikainen, I., Hirvonen, M., Rauttola, A-P. & Ropponen, A. (2025). Kaupan alan työkuormitus - kuormitushuipuista sujuvampaan työhön. Tutki-mushankkeen loppuraportti. <https://www.julkari.fi/handle/10024/152523>

Julkaisutyyppi: Hankkeen loppuraportti

4 Implementaatiotutkimuksen hyödyntäminen tukisi sote-alan kehittämishankkeita

Monissa sosiaali- ja terveysalan kehittämishankkeissa syntyy uusia innovaatioita, menetelmiä ja toimintatapoja. Usein näissä kehittämishankkeissa resurssit keskittyvät kuitenkin varsinaiseen kehittämistyöhön eikä tulosten ja tuotosten levittämiseen kiinnitetä yhtä paljon huomiota.

Jotta merkittävämpiä vaikutuksia voitaisiin saada aikaan, tulisi toimintatapojen ja menetelmien tehokkaampaan implementaatioon kiinnittää lisää huomiota. Implementoinnilla tarkoitetaan systemaattista lähestymistapaa, jolla esimerkiksi hoitosuosituksiin perustuvia menetelmiä otetaan käyttöön ja integroidaan osaksi arjen toimintatapoja työssä.

Perinteisen vaikuttavuustutkimuksen rinnalla implementaatiotutkimuksella pyritään selvittämään muun muassa, millä tavoin menetelmiä on toteutettu, miten ne ovat saavuttaneet kohdeyleisönsä ja miten menetelmiä on sovellettu eri konteksteihin. Implementaatiotutkimuksella pyritään myös tunnistamaan erilaisia käyttöönottoa edistäviä ja estäviä tekijöitä.

Kehittämishankkeissa vielä onnistuneempia tuloksia ja vahvempaa käyttöönottoa tukisi se, että käyttöönoton eri ympäristöjä huomioitaisiin ennakoivasti ja implementaatiotutkimusta hyödynnettäisiin aiempaa enemmän.

Artikkelissa todetaan, että erilaiset uudet toimintatavat ja menetelmät eivät leviä ja juurru käyttöön itsestään, vaan käyttöönotto vaatii eri toimijatahojen aktiivista ja suunnitelmallista yhteistyötä.

Tekijät: Mikko Henriksson¹ ja Maija Paukkunen²

¹Työterveyslaitos; ²Linköpingin yliopisto

Julkaisu: Henriksson, M. & Paukkunen, M. (2025). Implementaatiotutkimusta pitäisi hyödyntää nykyistä enemmän kehittämistyössä. *Kasvun tuki -aikakauslehti*, 5(2), 31–35.

<https://doi.org/10.61259/kt.163586>

Julkaisutyyppi: Artikkel

5 Monitasoiset dynamiikat muovaavat matalasti koulutettujen koulutus- ja urapolkuja

Tässä artikkelissa tarkasteltiin matalasti koulutettujen työssäkäyvien osallistumista formaaliin aikuiskoulutukseen. Artikkelissa keskityttiin erityisesti siihen, mitkä tekijät ja toimijat vaikuttivat palveluntuottajien toimintamallien muodostumiseen Hakevan toiminnan pilotissa, millaisia viranomaislinjausten mukaisia malleja he kehittivät ja kuinka nämä mallit vaikuttivat matalasti koulutettujen työ- ja urapolkuihin.

Aikuiskoulutukseen osallistumista tarkasteltiin moniulotteisena ja dynaamisena ilmiönä urien kaaosteorian näkökulmasta. Tutkimusaineisto kerättiin yksilö- ja ryhmähaastatteluiden avulla työntekijöiltä, työnantajilta, palveluntuottajilta ja viranomaistahon edustajilta.

Havaittiin, että palveluntuottajien tarjoamien mallien muodostumiseen vaikutti eri toimijoiden dynaaminen vuorovaikutus eri tasoilla, esimerkiksi palveluntarjoajien omat kiinnostuksen kohteet ja työpaikkojen asenteet kouluttautumista kohtaan. Tutkimuksessa tunnistettiin kolme erilaista palveluntarjoajien mallia: työntekijän itseohjautuvuutta korostava malli, työnantajan määrittelemä malli sekä työntekijän ja työnantajan yhdessä neuvoteltu toiminta.

Samanlaiset viranomaistaholta (makrotaso) tulevat ohjeistukset voivat vaikuttaa palveluntuottajien (mesotaso) tarjoamiin erilaisiin palveluihin, mikä taas voi heijastua työntekijöihin (mikrotaso) siten, että koulutustasoltaan yhtäläisessä tilanteessa olevat työntekijät siirtyvät erilaisille koulutus- ja urapoluille.

Kun tavoitteena on edistää matalasti koulutettujen työntekijöiden osallistumista aikuiskoulutukseen, heitä voitaisiin pyrkiä työpaikkojen lisäksi tavoittamaan esimerkiksi ammattiliittojen tai järjestöjen kautta.

Tekijät: Anu Järvensivu, Pinja Ryky ja Mirkka Vuorento

Työterveyslaitos

Julkaisu: Järvensivu, A., Ryky, P., & Vuorento, M. (2025). Navigating layers: enhancing participation in adult education for employed individuals. *International Journal of Lifelong Education*, 1–20.

<https://doi.org/10.1080/02601370.2025.2597196>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

6 Työterveyshuollon ja sote-palvelujen yhteistyön vaikuttavuutta on tutkittu vähän

Työterveyspalveluilla on tärkeä rooli työntekijöiden työkyvyn tukemisessa ja kuntoutusprosessien koordinoinnissa. Tässä kartoittavassa katsauksessa pyrittiin selvittämään, kuinka yhteistyö työterveyshuollon ja muiden sosiaali- ja terveyspalvelujen kanssa toteutuu eri maissa. Katsaukseen valittiin mukaan 33 eri tutkimusasetelmilla toteutettua tutkimusta.

Havaittiin, että tutkimus yhteistyön toteutumisesta on ollut pääasiassa kuvailevaa ja hajautunutta eikä yhteistyön toimintamallien vaikutuksia ole juurikaan selvitetty.

Yhteistyötä oli eniten työterveyslääkäreiden ja yleislääkäreiden välillä, mutta myös esimerkiksi muiden työterveyshuollon ammattilaisten, vakuutusyhtiöiden ja työnantajan edustajien rooli oli olennainen. Sen sijaan potilaan roolia tiedon tuottajana ja aktiivisena osallistujana ei ole juurikaan otettu huomioon.

Monien tekijöiden tunnistettiin estävän työterveyshuollon ja muiden terveydenhuollon palvelujen yhteistyötä. Tällaisia olivat muun muassa rooliepäselvyydet, tiedon puute eri ammattilaisten osaamisesta, tiedonkulun ongelmat ja ammattilaisten vaihtuvuus. Toisaalta kirjallisen tiedonvaihdon, erityisesti sähköisen, sekä toimintaohjeiden ja koulutusten todettiin helpottavan yhteistyötä.

Tutkimusta rakenteellisen tason yhteistyöstä on olemassa vain vähän. Myöskään useista toimijoista koostuvaa kattavaa yhteistyötä ei ole tutkittu. Vaikka monissa maissa on tehty terveydenhuollon uudistuksia, ei niiden toimintaa ole juuri arvioitu eikä yhteistyön vaikuttavuudesta näissä uudistuksissa ole tutkimusnäyttöä.

Tekijät: Tuulia Varanka-Ruuska^{1,2}, Mari Immonen¹, Jari Lundmark^{1,3}, Hanna Hakulinen¹ ja Pauliina Kangas¹

¹Työterveyslaitos; ²Oulun yliopisto; ³Helsingin yliopisto

Julkaisu: Varanka-Ruuska, T., Immonen, M., Lundmark, J., Hakulinen, H., & Kangas, P. (2025). Collaboration between occupational health services and other health care: a scoping review. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology*, 20(43). <https://doi.org/10.1186/s12995-025-00489-y>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

7 Osasairauspäiväraha voi vähentää ennenaikaista työstä poistumista

Tässä väitöskirjassa tarkasteltiin osasairauspäivärahan käyttöä osittaisen sairauspoissaolon aikana. Väitöskirjan tavoitteena oli selvittää, miten erilaiset työympäristön fyysiset ja psykososiaaliset tekijät ja työnantajasektori ovat yhteydessä osasairauspäivärahan käyttöön sekä miten osittaiset sairauspoissaolot vaikuttavat myöhempään työmarkkina-asemaan ja työuran keston.

Väitöskirjan osatutkimusten aineistona hyödynnettiin laajoja ja pitkäaikaisia rekisteriaineistoja, joiden avulla tarkasteltiin suomalaista työikäistä väestöä.

Tutkimuksissa havaittiin, että osasairauspoissaolojen ja kokoaikaisten sairauspoissaolojen taustalla on erilaiset mekanismit. Osasairauspoissaolojen käyttö selittyi vain osittain työhön liittyvillä tekijöillä. Osasairauspäivärahan käytön havaittiin myös olevan yleisempää yksityisellä sektorilla ja fyysisesti vähemmän kuormittavissa tehtävissä.

Suurin osa osasairauspäivärahaa käyttäneistä pysyi ainakin osittain mukana työelämässä, mitä selitti erityisesti koulutus- ja tulotaso. Verrattuna kokoaikaiseen sairauspäivärahaan, osasairauspäivärahan käyttö liittyi pidempään työssäolon odotteeseen ja vähäisempään työvuosien menetykseen.

Osasairauspäivärahan käytön tukeminen on tärkeää, kun edistetään kestävästä työhön osallistumista ja vähennetään työelämästä poistumista. Työpaikan muodollisten ja arkipäiväisten käytäntöjen sekä organisaatiokulttuurin kehittäminen ovat olennaisia keinoja edistää osasairauspäivärahan hyödyntämistä.

Tekijät: Elli Hartikainen

Työterveyslaitos

Julkaisu: Hartikainen, E. (2025). The use of part-time sickness absence: work related factors and labour market outcomes. Itä-Suomen yliopisto. <https://erepo.uef.fi/items/17f3c80b-e7c9-45a6-bc4b-daf3aa6a2ad9>

Julkaisutyyppi: Väitöskirja

8 Mielenterveysongelmat ovat yleistyneet, mutta eri tavoin eri ammattiryhmissä

Mielenterveysongelmat ovat merkittäviä työkykyyn ja työhön osallistumiseen kielteisesti vaikuttavia tekijöitä, ja ne ovat yleistyneet merkittävästi viime vuosikymmenen aikana. Mielenterveysongelmien yleisyydessä tiedetään olevan ammattiryhmittäisiä eroja, mutta erot näyttäytyvät erilaisina eri indikaattoreilla mitattuna. Tutkimuksissa harvemmin tarkastellaan yhtäaikaisesti useita indikaattoreita.

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin, miten mielenterveysdiagnoosin yleisyys on muuttunut vuosina 2010–2021 sosiaali- ja terveysalan sekä taide-, kulttuuri- ja tapahtuma-alojen ammateissa verrattuna muihin ammatteihin. Tarkastelun kohteena oli kolme erilaista mittaria: erikoissairaanhoidokäynneillä, sairauspäivärahalla ja työkyvyttömyyseläkkeellä.

Yleisesti kasvua havaittiin mielenterveysperusteisissa erikoissairaanhoidon käynneissä ja sairauspäivärahoissa, mutta ei työkyvyttömyyseläkkeissä. Erikoissairaanhoidokäynnit olivat yleisempiä taide-, kulttuuri- ja tapahtuma-alojen ammateissa kuin muissa ryhmissä. Sairauspäivärahapäivät ja myönnetty työkyvyttömyyseläkkeet olivat yleisempiä sosiaali- ja terveysalalla kuin muissa tarkastelluissa ryhmissä.

Kun eri ammattiryhmille kehitetään mielenterveysongelmien ennalta ehkäiseviä ja mielenterveyden tukitoimia, on huomioitava, mitkä mielenterveysongelmien mittarit ovat keskeisimpiä.

Tekijät: Annina Ropponen, Elina Ahola, Olli Haavisto ja Pekka Varje

Työterveyslaitos

Julkaisu: Ropponen, A., Ahola, E., Haavisto, O., & Varje, P. (2025). Mielenterveysdiagnoosiperusteisten erikoissairaanhoidokäyntien ja sairauspoissaolojen yleisyys sosiaali- ja terveysalan sekä taide-, kulttuuri- ja tapahtuma-alojen ammateissa vuosina 2010–2021. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti*, 62(4). <https://doi.org/10.23990/sa.176055>

Julkaisutyyppi: Vertaisarvioitu artikkeli

Seuraava Työterveyslaitoksen tutkimuskatsaus ilmestyy tammikuussa 2026.
