



Aalto-yliopisto
Perustieteiden
korkeakoulu

Perustieteiden korkeakoulu
<http://sci.aalto.fi/>

Väitöstiedote

6.9.2017

Boreout ja sen ehkäiseminen suomalaisilla työpaikoilla

Väitöskirjan nimi	Taming the beast of boredom -Exploring boredom at work and the role of job crafting
Väitöskirjan sisältö	Väitöstutkimuksessa tarkasteltiin tylsistymistä suomalaisilla työpaikoilla, sekä työn yksilöllisen muokkaamisen, ”työn tuunaamisen”, roolia tylsistymisen ehkäisyssä. Työssä tylsistymisen havaittiin olevan yhteydessä heikompaan terveyteen ja työstäpoistumisaikomuksiin. Tutkimuksen mukaan suomalaisten valkokaulustyöntekijöiden leipääntyminen liittyi tilanteisiin, joissa yksilöt eivät päässeet tekemään työtä kykyjensä mukaan. Joko työ ei tarjonnut yksilön taitoja tai tavoitteita vastaavia tehtäviä tai erilaiset tekijät, kuten keskeytykset tai työkuorma, estivät yksilöä keskittymästä tehtäviin halutulla tavalla. Tutkimuksessa tarkasteltiin myös työntekijälähtöisen työn muokkaamisen roolia tylsistymisen ehkäisyssä. Tulokset osoittivat, että erityisesti yksilön pyrkimys lisätä mielekkäitä haasteita työhönsä vähensi työssä tylsistymistä ja lisäsi työn imua pitkällä aikavälillä. Siinä missä työn imua kokevat työntekijät myös aktiivisesti lisäsivät voimavarojaan, leipääntyneet työntekijät vähensivät työtoimintaa, joka suuntautui omien kykyjen tai työprosessien aktiiviseen kehittämiseen. Väitöstutkimus esittää, että tylsistymisen kokemus työssä voi olla nykykäsitystä monimuotoisempi psykologinen tila, joka kehittyy, kun työympäristö tai -tehtävät eivät ole linjassa yksilön kykyjen, tavoitteiden tai arvojen kanssa. Lisäämällä tietoa ja ymmärrystä tylsistymisestä sekä sen syntymekanismeista ja ehkäisystä, väitöstutkimus tarjoaa organisaatioille välineitä tunnistaa työntekijöiden psykologisen hyvinvoinnin sudenkuoppia ja ylläpitää henkilöstön motivaatiota, sitoutumista ja suoriutumista. Se esittää, että työntekijöille tulisi antaa sekä tilaa tarttua itselle sopiviin haasteisiin, että aito mahdollisuus keskittyä ydintehtäviinsä.
Väitöskirjan ala	Työpsykologia ja johtaminen, Tuotantotalous
Väittelijä	Lotta Harju, VTM
Väitöksen ajankohta	21.9.2017 klo 12
Paikka	Aalto-yliopiston perustieteiden korkeakoulun sali TU1, Maarintie 8, Espoo
Vastaväittäjä	professori Kevin Daniels, University of East Anglia, UK
Kustos	professori Esa Saarinen, Aalto-yliopiston perustieteiden korkeakoulu, tuotantotalouden laitos
Elektroninen väitöskirja	http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-60-7507-5
Väittelijän yhteystiedot	Lotta Harju, Tuotantotalouden laitos/Työterveyslaitos, 0445303669, lotta.harju@ttl.fi

Väitöskirja on julkisesti nähtävillä Aalto-yliopiston perustieteiden korkeakoulun ilmoitustaululla Konemiehentie 2, Espoo viimeistään 10 päivää ennen väitöstilaisuutta.