



# Työaikoihin liittyvien vaikutusmahdollisuuksien lisääminen

## Tavoite

Yhdessä sovitut työajan yksilölliset joustot, jotka lisäävät vaikutusmahdollisuuksia sekä oman työajan että vapaa-ajan ajoittumiseen, [lisäävät työn ja muun elämän yhteensovittamista, työpaikan vetovoimaa ja työntekijän terveyttä](#). Pitkällä aikavälillä sairauspoissaolot ja työkyvyttömyyseläkkeet vähenevät. Työturvallisuuslaki tukee mahdollisuutta vaikuttaa omaan työaikaan.

## Askelmerkit

1. [Arvioi työaikojen kuormittavuus](#). Työterveyslaitoksen [liikennevalomalli](#) antaa hyvän kuvan työaikojen kuormittavuudesta erityisesti jaksotyössä.
2. Käynnistä [joustavien työaikamallien](#) etsiminen yhteistyössä henkilöstön kanssa. Etsi yhdessä paras työaikojen yksilöllisiä joustoja ja tuottavuutta edistävä työaikamalli tai mallit organisaatiolle.
3. Kokeilkaa uutta työaikamallia vähintään vuoden ajan. Arvioi kokeilujakson jälkeen uudet toimintatavat yhdessä henkilöstön kanssa ja tehkää päätökset jatkosta.

## Malleja voivat olla

- [liukuva työaika](#) toimisto- ja asiantuntijatyössä, sillä pitkät liukumat tukevat yksilöllistä työ- ja vapaa-ajan suunnittelua.
- säästövapaiden käyttö työstä irtautumisen edistämiseksi
- [yhteisöllisen vuorosuunnittelun](#) käynnistäminen jakso- ja vuorotyössä
- sopiminen uuden työaikalain mahdollistamasta [joustotyöajasta](#), joka soveltuu ajasta ja paikasta riippumattomaan etä- ja hybridityöhön
- [työaikapankin](#) käyttö erityisesti kausiluonteisissa töissä sekä kysynnän vaihdellessa
- opintovapaiden, osa-aikatyön ja osa-sairausvapaiden aktiivinen hyödyntäminen.

## Vaikutusten seuranta

Työaikoihin liittyvien vaikutusmahdollisuuksien paraneminen parantaa työn ja muun elämän yhteensovittamista, unta ja koettua työstä palautumista. Pidemmällä aikavälillä sairauspoissaolot ja useat eri terveysriskit yleensä vähenevät.

Työaikojen hallinnan paraneminen on helpointa arvioida kyselyllä esim. työilmapiirikyselyjen yhteydessä. Työaikojen hallinnan kysymyksiä käytetään esimerkiksi [Kunta-10 tutkimuksessa \(Ala-Mursula ym. 2002\)](#).