

Tämä on rinnakkaistallennettu versio alkuperäisestä julkaisusta.

Tämä on julkaisun kustantajan pdf.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Sederholm, S. & Salakari, M. 2020. Toimintalähtöinen työvuorosuunnittelu – uhka vai mahdollisuus? Talk-verkkolehti, HYVE 2.7.2020.

URL: <https://talk.turkuamk.fi/hyve/toimintalahtoinen-tyovuorosuunnittelu-%e2%88%92-uhka-vai-mahdollisuus/>

Kaikki julkaisut Turun AMK:n rinnakkaistallennettujen julkaisujen kokoelmassa Theseuksessa ovat tekijänoikeussäännösten alaisia. Kokoelman tai sen osien käyttö on sallittu sähköisessä muodossa tai tulosteena vain henkilökohtaiseen, ei-kaupalliseen tutkimus- ja opetuskäyttöön. Muuhun käyttöön on hankittava tekijänoikeuden haltijan lupa.

This is a self-archived version of the original publication.

The self-archived version is a publisher's pdf of the original publication.

To cite this, use the original publication:

Sederholm, S. & Salakari, M. 2020. Toimintalähtöinen työvuorosuunnittelu – uhka vai mahdollisuus? Online Magazine Talk, Health and Well-being 2.7.2020.

URL: <https://talk.turkuamk.fi/hyve/toimintalahtoinen-tyovuorosuunnittelu-%e2%88%92-uhka-vai-mahdollisuus/>

All material supplied via TUAS self-archived publications collection in Theseus repository is protected by copyright laws. Use of all or part of any of the repository collections is permitted only for personal non-commercial, research or educational purposes in digital and print form. You must obtain permission for any other use.

Sanna Sederholm

Sosiaali- ja terveysalan YAMK-tutkinto-opiskelija, sairaanhoitaja, Turun ammattikorkeakoulu

Minna Salakari

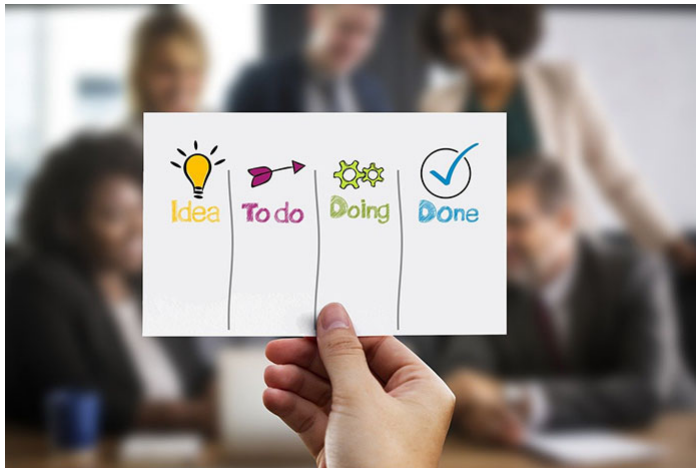
FT, pt. tuntiopettaja, projektipäällikkö, Turun ammattikorkeakoulu

Toimintalähtöinen työvuorosuunnittelu – uhka vai mahdollisuus?

Avainsanat: [kehittäminen](#), [projekti](#), [työelämä](#)

Master Schoolin kehittämisprojektissa luotiin uuteen lasten päivystysyksikköön henkilöstösuunnitelma, joka sisälsi toimintalähtöisen työvuorosuunnitelmaehdotuksen. Toimivan työvuorosuunnittelun tueksi laadittiin hoitohenkilöstölle työvuoron tehtäväkuvat. Nämä määriteltiin yhdessä henkilöstön kanssa

Hoitohenkilökunnasta on jatkuva puute sosiaali- ja terveysalalla, ja riittävän miehityksen saaminen osastoille on haastavaa. Terveydenhuollossa työvuorojen suunnittelu on edelleen hyvin konservatiivista: aamuvuoro alkaa kaikilla kello 7 ja päättyy kello 15, iltavuoro on klo 14 – 21:30. Työpaikoilla huomioidaan vain vähän sitä, miten toiminnan kannalta olisi järkevää suunnitella henkilökunnan työvuoroja.



Työvuorosuunnittelu herättää keskustelua

Julkisuudessa on puhuttu paljon toimintalähtöisestä työvuorosuunnittelusta. Keskustelua on sekä puolesta että vastaan.

Työnantajapuolta syytetään henkilökunnan suunnitteluvapauden riistämisestä, henkilökunta taas kokee suunniteltujen työvuorojen olevan rankempia kuin aiemmin. Työnantajan mukaan hoitohenkilöstö suunnittelee itse itselleen kuormittavia vuoroja, jotka eivät noudata työvuoroergonomiaa eivätkä ole tasapuolisia kaikille.

Samanaikaisesti puhutaan keskitetystä työvuorosuunnittelusta ja toimintalähtöisestä työvuorosuunnittelusta. Nämä ovat kaksi eri asiaa, jotka voidaan myös yhdistää.

Paljon parjattu henkilökunnan työvuorosuunnittelun vaikeuttaminen ei välttämättä johdu aina toimintalähtöisestä työvuorosuunnittelusta, vaan automatisoidusta tai keskitetystä suunnittelusta. Niissä ei henkilökohtaisia toiveita oteta huomioon loputtomasti.

”Toimintalähtöisessä työvuorosuunnittelussa on kyse siitä, että työpaikoilla ohjataan oikea osaaminen oikeaan aikaan ja paikkaan.”

Nykyään potilasvirtojen data on helposti saatavilla, ja toimintaa pystytään analysoimaan hyvinkin tarkasti erilaisia parametreja apuna käyttäen. Oman yksikön toimintaa voidaan tarkastella ilman parametrejakin. Työyhteisön kanssa on mahdollista miettiä, milloin on työpäivän kiireisin ja rauhällisin ajankohta.

Tällaista ajatteluprosessia hyödyntämällä suunnitellaan enemmän osaston toiminnasta lähtöisin olevaa työvuorosuunnitelmaa. Yhteisesti pohditaan muun muassa, onko kaikkien hoitajien pakko tulla töihin kello 7, jos toiminta osastolla alkaa myöhemmin. Voisiko joku iltavuorolaisista tulla myöhemmin, jos yövuorolaisten alkuyö koetaan kiireiseksi?



Päivystysyksikkö sai toimintälähtöisen työvuorosuunnitelman

Kehittämisprojektissa suunniteltiin uuteen päivystysyksikköön henkilöstösuunnitelma, joka sisälsi toimintälähtöisen työvuorosuunnitelman ehdotuksen. Ennen työvuorojen suunnittelua oli tärkeää tutustua potilasvirta-analyysiin, sillä kyseessä oli kahden erilaisen päivystysyksikön yhdistyminen.

Työssä selvitettiin päivystyksen toiminnallinen huippu ja hiljaisimmat hetket. Toimivaa työvuorosuunnittelua tukee myös se, että hoitohenkilöstöllä on tiedossaan työvuoron tehtäväkuvat. Nämä määriteltiin yhdessä hoitohenkilökunnan kanssa.

Tuotoksena laadittiin päivystyksen henkilökunnalle seitsemän erilaista tehtäväkuvaa, jotka otettiin mukaan työvuorosuunnitteluun. Aamuvuorolaiset tulevat töihin porrastetusti klo 7 ja 10 välillä. Iltavuoro alkaa klo 14-16 välillä ja näiden välillä lisäksi välivuoro klo 12-20.

Työvuorojen pituus on 8 tuntia, yövuorot ovat 11 tuntisia. Viikonloppuihin suunniteltiin enemmän aamu- ja iltavuorolaisia töihin, koska päivystyksen luonne on iltaja- viikonloppupainotteista.

TYÖVUOROT/ARKI		titania	tehtävä		titania	tehtävä
vastuuhoitaja/Taho1	07-15	A	VASTU A	14-22	a	VASTU I
trige	08-16	B	TRIAGE A	15-23	b	TRIAGE I
puhelin	07-15	C	PUH A	14-22	c	PUH I
Taho2	10-18	D	TAHO2 A	15-23	d	TAHO2 I
nop/not	12-20	E	NOPNOT A	16-24	e	NOPNOT I

TYÖVUORO/VKL						
vastuuhoitaja/Taho1	07-15	F	VH vkl A	13-21	f	VHvkl I
trige	08-16	B	TR vkl A	15-23	b	TRvkl I
puhelin	07-15	C	PUH A	14-22	c	PUH I
Taho2	09-17	J	Tahovkl A	14-22	j	Tahovkl I
nop	10-18	P	NOPvkl A	16-24	p	NOPvkl I
not	09-17	R	NOTvkl A	14-22	r	NOTvkl I

yö1	20:15-07:15	Y	YÖ1
yö2	20:15-07:15	y	YÖ2

Toimintälähtöisessä toimintasuunnitelmassa otettiin tehtäväkuvat huomioon.

Työterveyslaitos on mukana tukemassa työssäjaksamista

Työterveyslaitos tutkii vuorotyöläisten työssäjaksamista ja vuorotöiden vaikutusta fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen. Tutkimusten perusteella työterveyslaitos antaa suosituksia työvuorosuunnitteluun.

Työvuorosuunnittelussa on tärkeää ottaa huomioon päivittäiset palauttavat jaksot ja työvuorojen väliseksi ajaksi suositellaankin vähintään 11 tuntia, mieluiten 12-16 tuntia. Työpäivinä on huolehdittava riittävästä tauotuksesta. Riittävän pitkä lepo viikoittain tai viikonloppuvapaat takaavat hyvän palautumisen työstä.

Työterveyslaitoksen määrittelemät hyvän työvuorosuunnittelun piirteet:

- Työntekijä voi vaikuttaa työaikoihin ja työvuoroluettelo tehdään yhteistyönä.
- Säännöllisyys ja ennakoitavuus on suotavaa: työvuoroluettelo mahdollisimman pitkälle ajalle.
- Vapaaajaksot ovat yhtenäisiä, myös viikonloppuisin.
- Työvuorojen väli on vähintään 11 tuntia, mieluiten 12-16 tuntia.
- Peräkkäisiä yövuoroja on vain muutamia, ei ainakaan yli 4 peräkkäin.
- 8-10 tunnin vuorot ovat turvallisuuden kannalta suotavia.
- Säännöllisissä kolmivuorokierroissa on mieluiten nopea, myötä päivään kiertävä vuorojärjestelmä.

Toiminnallinen työvuorosuunnittelu on mahdollisuus

Työpaikkaa tukeva toiminnallinen työvuorosuunnittelu voi olla mahdollistaja. Sen avulla mahdollistetaan ergonominen työvuorosuunnittelu, jossa sopivat työvuorojen välit auttavat työntekijää töistä palautumisessa. Sillä voidaan mahdollistaa myös oikea määrä henkilökuntaa oikeaan aikaan oikeaan paikkaan töihin sekä antaa työyhteisön yhteiselle työvuorosuunnittelulle raamit.

"Työntekijöiden mukaanotto, kuunteleminen ja osallistaminen ovat avaintekijöitä, mitkä mahdollistavat kaikkia palvelevan toimintälähtöisen työvuorosuunnittelun."

Toiminnallinen työvuorosuunnittelu takaa lisäksi työyhteisön yhteisen toiminnan ja antaa perustan sille, miten yksikössä toimitaan. Työvuorosuunnittelun avulla voidaan laatia yhteisiä pelisääntöjä ja mitoittaa henkilöstömäärä yhteisöllisesti tai keskitetysti. Työntekijöiden mukaanotto, kuunteleminen ja osallistaminen ovat avaintekijöitä, mitkä mahdollistavat kaikkia palvelevan toimintälähtöisen työvuorosuunnittelun.

Tutustu **Master Schooliin** ja **sosiaali-, terveys- ja liikunta-alan YAMK-koulutuksiin**.

Artikkelin yläkuva: Susanne Plank Pixabay

02.07.2020

