

Sanna Hämäläinen

Maatalousyrityksen kehittäminen työhyvinvoinnin näkökulmasta

Case: Järvi-Suomen kotieläinyrittäjät

Maatalousyrityksen kehittäminen työhyvinvoinnin näkökulmasta

Case: Järvi-Suomen kotieläinyrittäjät

Sanna Hämäläinen
Opinnäytetyö
Kevät 2022
Maaseudun kehittämisen tutkinto-ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Agrologi YAMK, Maaseudun kehittämisen tutkinto-ohjelma

Tekijä: Sanna Hämäläinen

Opinnäytetyön nimi: Maatalousyrittäjien kehittäminen työhyvinvoinnin näkökulmasta, Case: Järvi-Suomen kotieläinyrittäjät

Työn ohjaaja: Merja O'Rourke

Työn valmistuslukuksi ja -vuosi: Kevät 2022

Sivumäärä: 85 + 11 liitettä

Opinnäytetyö tutkii Järvi-Suomen kotieläinyrittäjien työhyvinvointia sekä yritysten kehittämisen esteitä työhyvinvoinnin näkökulmasta. Lisäksi selvitettiin, millaista apua yrittäjät tarvitsevat ja ovat saaneet työhyvinvointinsa parantamiseksi Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi MTK-Etelä-Savo. Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, kuinka avun tarvisija ja avunantaja saadaan kohtaamaan sekä kehittää materiaalia yrittäjien työhyvinvoinnin tarkasteluun.

Opinnäytetyön tietoperustassa selvitettiin Järvi-Suomen erityispiirteitä, yrittäjän työhyvinvointiin liittyviä osa-alueita ja yrittäjän työhyvinvointia tukevia palveluja ja hankkeita. Tietoperustassa lähteenä käytettiin alan kirjallisuutta ja artikkeleita.

Tutkimus toteutettiin kolmessa vaiheessa niin, että eri vaiheet toteutettiin osittain samanaikaisesti. Yrittäjien hyvinvoinnin ja jaksamisen tarkastelun avuksi kehitettiin työkalu. Sen avulla yrittäjä voi tarkastella omaan hyvinvointiin liittyviä asioita yksin tai yhdessä yrittäjän sidosryhmän edustajan kanssa. Työkalun kehittämisen lisäksi toteutettiin kaksivaiheinen tutkimus Järvi-Suomen kotieläinyrittäjille. Tutkimuksen ensimmäisessä vaiheessa tehtiin määrällinen kyselytutkimus kohdealueen yrittäjille ja toisessa vaiheessa laadullinen haastattelututkimus viidelle yrittäjälle.

Kyselytutkimuksen tuloksista kävi ilmi, miten kotieläinyrittäjien kokema henkinen kuormitus vaikuttaa heidän työhyvinvointiinsa ja tilan kehittämiseen. Haastattelututkimuksesta saatiin tietoa, mistä yrittäjät olivat saaneet apua työhyvinvointinsa parantamiseksi ja miten he kokivat avun riittävyyden.

Tutkimuksen johtopäätöksenä todetaan, että henkistä kuormitusta kokevien viljelijöiden määrä on huolestuttavan suuri ja yrityksen heikko kannattavuus heikentää merkittävästi yrittäjien työhyvinvointia. Yrittäjille suunnattuja tukipalveluita on kehitettävä ja niitä on otettava myös osaksi Neuvo 2020 -tukea. Näin palveluiden saatavuus paranee ja taloudellinen kynnys tukipalveluiden käyttämiseen madaltuu. Tutkimuksen johtopäätöksenä esitetään myös, että Välitä viljelijästä -projektin jatkosta on päätettävä mahdollisimman pian, ja että palvelu on saatava pysyväksi osaksi yrittäjien tukipalveluja.

Asiasanat: Maatalous, maatalousyrittäjä, yrittäjä, työhyvinvointi, kehittäminen

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Master's Degree Programme in Rural Development

Author: Sanna Hämäläinen

Title of thesis: Development of an agricultural enterprise from the perspective of well-being at work,

Case: Livestock entrepreneurs in Finnish Lakeland

Supervisor: Merja O'Rourke

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2022

Number of pages: 85 + 11 appendices

The purpose of the thesis was to identify factors related to the well-being of agricultural entrepreneurs at work and obstacles to the development of agricultural enterprises in Finnish Lakeland. In addition, the work examined the main development targets of the company and entrepreneurs and what kind of help entrepreneurs need and received to improve their well-being at work. The main research question was how to connect the person who need help and the person who give the help.

The literature review examined the special features of Finnish Lakeland and the areas which are related to the well-being of the entrepreneur at work and service. In addition, it was found out what services and projects can be found to support the entrepreneur's well-being at work.

The research of the thesis was done in three stages. The different phases of the study were conducted in part simultaneously. In the first part of the study, a tool was created to examine the well-being of agricultural entrepreneurs. The tool was named the diamond for the welfare of the entrepreneur. In the second phase, a quantitative survey was collected and sent to livestock farmers in Finnish Lakeland. The third part was carried out as a qualitative interview survey for the livestock farmers who had already received help to improve their well-being at work.

The result of the survey provided information on the mental strain experienced by farmers and its effect on well-being at work. In addition, information was obtained on how mental strain affects the development of the farm.

The interview survey provided information on where the farmers had received help to improve their well-being at work and how they perceived the adequacy of the help.

The study concludes that there is a need to communicate more about welfare services for farmers. It is also concluded that a decision must be taken shortly on the continuation of Support the Farmer-project and that the service must be made permanent.

Keywords: agriculture, agricultural entrepreneurs, livestock farmers, wellbeing at work, development

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	7
2	JÄRVI-SUOMEN ALUEEN KOTIELÄINTUOTANTO	10
2.1	Maatalouden tulotuet ja tulot	11
2.2	Kotieläintuotanto ja investoinnit Järvi-Suomessa	12
3	MAATALOUSYRITYKSEN KEHITTÄMINEN JA MENESTYSTEKIJÄT	15
3.1	Koulutuksen ja osaamisen hankkiminen ja sen ylläpito	16
3.2	Johtaminen ja johtamisosaamisen merkitys	17
3.3	Talouden ja tuotannon kehittäminen tiedon seurannalla sekä vertaisoppimalla	18
3.4	Maatalousyrittäjän sidosryhmäverkostot ja niiden tuki yrittäjälle	19
3.5	Eläinten hyvinvoinnin merkitys yrityksen kehittämisessä	20
4	YRITYKSEN KEHITTÄMISEN ESTEET	21
5	KOTIELÄINYRITTÄJIEN TYÖHYVINVOINTIIN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT	24
5.1	Torjunta-aineille altistuminen	26
5.2	Säähän liittyvä epävarmuus	27
5.3	Talous	27
5.4	Fyysinen kunto ja elintavat	28
5.5	Työn kuormittavuus ja työstä palautuminen	29
5.6	Sosiaaliset suhteet ja eristäytyminen	31
6	TYÖHYVINVOINTIA JA OSAAMISTA TUKEVAT PALVELUT, PROJEKTIT JA HANKKEET	33
6.1	Lomituspalvelut	33
6.2	Työterveyshuolto	35
6.3	Työnohjaus maatalousyrittäjän tukena	36
6.4	Välitä viljelijästä -projekti	37
6.5	Maatalousyrittäjän työura muutoksessa -hanke	38
6.6	TEKRI – Tukea maaseutuyrittäjien elämän kriisitilanteisiin -hanke	39
6.7	Neuvo2020 -tuki	39
6.8	Tukipalveluiden ja hankkeiden hyödyntämisen esteet	40
7	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	41
7.1	Tutkimusmenetelmät	42
7.2	Tutkimusetiikka	43

8	TULOKSET.....	44
8.1	Yrittäjän hyvinvoinnin timantti.....	44
8.1.1	Timantin toteutus.....	45
8.1.2	Timantin testaus ja saatu palaute.....	47
8.2	Kyselytutkimus.....	48
8.2.1	Vastaajien taustatiedot.....	48
8.2.2	Työmäärä ja työterveyshuoltoon kuuluminen.....	50
8.2.3	Henkinen kuormitus.....	53
8.2.4	Johtamistaidot ja tilan kehittäminen.....	58
8.2.5	Maatalousyritysten tukipalvelujen käyttäminen.....	62
8.3	Haastattelut.....	63
9	JOHTOPÄÄTÖKSET.....	69
9.1	Tilan kehittäminen ja kehittämisen esteet.....	69
9.2	Työhyvinvointi ja siihen liittyvät palvelut.....	70
9.3	Työn kuormitus ja avun hankkimisen esteet.....	71
9.4	Toimenpiteet yrittäjien auttamiseksi.....	72
10	POHDINTA.....	74
	LÄHTEET.....	79
	LIITTEET.....	86

1 JOHDANTO

Järvi-Suomi kattaa lähes neljänneksen Suomessa käytössä olevasta maatalousmaasta. Alueen tuotanto on hajautettua, ja runsaista vesivarannoista johtuen alueella voidaan erikoistua kestäväan ruoantuotantoon. Hajautettu tuotanto ja peltojen rakenne sopii erityisesti kotieläintuotantoon. Alueen haasteena on kuitenkin kotieläintuotannon ja sen myötä myös tulotukien siirtyminen Länsi-Suomeen. Kehittyäkseen ja säilyttääkseen maataloustuotannon alue tarvitsee tuotannon kehittämistoimia, investointeja ja hyvinvoivia yrittäjiä

Tämä opinnäytetyö tutkii Järvi-Suomen kotieläinyrittäjien työhyvinvointia ja sen vaikutusta yritysten kehittämiseen. Opinnäytetyön toimeksiantajana on MTK-Etelä-Savo. Opinnäytetyössä tarkastellaan myös Järvi-Suomen maatalouden erityispiirteitä ja tuotannon kehittymistä. Tarkastelulla pyritään selvittämään, miten alue on kehittynyt muuhun Suomeen verrattuna ja millaisia yrityksen kehittämiseen liittyviä haasteita sen yrittäjillä on. Tutkimuksella selvitetään, millaiseksi yrittäjät kokevat työhyvinvointinsa sekä millaista apua he kaipaavat yrityksensä ja itsensä kehittämiseen. Lisäksi tutkimus pyrkii vastaamaan kysymykseen, miten avun tarvisija ja avun tarjoaja saadaan kohtaan.

Yhtenä opinnäytetyön tavoitteena on kehittää materiaalia yrittäjien työhyvinvointiin liittyen Maatalousyrittäjän työura muutoksessa -hankkeen verkkosivuille. Materiaali on tarkoitettu myös maatalousyrittäjien sekä heille suunnatun neuvonnan, työterveyshuollon ja hyvinvointihankkeiden käyttöön.

Tutkimus toteutettiin keväällä 2022 kolmiosaisena. Ensimmäiseksi kehitettiin teoriapohjaa hyödyntäen työkalu yrittäjien työhyvinvoinnin tarkastelun tueksi. Yrittäjän hyvinvoinnin timantti on tarkoitettu hyvinvointihankkeiden, edunvalvonnan ja maatalousyrittäjien sidosryhmien käyttöön. Sen avulla yrittäjä voi tarkastella omaan hyvinvointiin liittyvä osa-alueita yksin tai yrittäjän sidosryhmän edustajan kanssa. Yrittäjän hyvinvoinnin timantista kerrotaan luvussa 8.

Seuraavaksi Järvi-Suomen kotieläintuottajille suunnattiin Webropol-kysely, joka lähetettiin alueen lomatoimistojen ja maaseutuviranomaisten kautta. Kyselyssä haettiin myös vapaaehtoisia osallistumaan tutkimuksen kolmannen vaiheen haastatteluihin. Haastattelut tehtiin viidelle yrittäjälle, jotka olivat jo saaneet apua työhyvinvointinsa parantamiseksi.

Opinnäytetyön tietoperustassa tarkastellaan Järvi-Suomen erityispiirteitä, yrittäjien hyvinvointiin ja yritysten kehittämisen esteisiin liittyviä osa-alueita sekä Järvi-Suomen alueella toimivia yrittäjien hyvinvointiin liittyviä palveluja. Tietoperustan lähteenä käytetään alan sidosryhmien julkaisuja ja alaan liittyvää kirjallisuutta sekä ELY-, Luonnonvara- ja Tilastokeskuksen tilastoja.

Yrittäjän työssäjaksaminen ja työhyvinvointi ovat pohja yrityksen muulle kehittämiselle. Maatalousyrityksen kehittäminen ei tarkoita pelkästään investointia yrityksen rakennuksiin, koneisiin ja laitteisiin. Kehittäminen on myös investoimista yrittäjän oman osaamiseen ja johtamistaitojen parantamiseen. Kehittäminen voi olla myös tulevaisuuden tavoitteiden ja toimintojen selkeyttämistä tai yrityksen tuotantosuunnan muuttaminen. Yksi yrityksen tärkeimmistä kehittämisen kohteista on yrittäjän hyvinvointi sekä työssäjaksaminen, joten niiden parantaminen voidaan nähdä yrityksen tärkeimpänä investointina. Mikäli yrittäjä ei ole itse kunnossa, ei yrityskään voi voida hyvin.

Yrittäjän työhyvinvointi koostuu monesta eri osa-alueesta. Kotieläinyrittäjien työhyvinvointiin vaikuttaa muun muassa yrittäjän osaaminen ja johtamistaidot, työn henkinen ja fyysinen kuormitus, työstä palautuminen, ihmissuhteet ja elintavat. Myös tilan ulkopuolelta tulevilla vaatimuksilla ja paineilla, kuten hallinnollisella taakalla sekä yhteiskunnallisilla odotuksilla ja keskustelulla on merkitystä työhyvinvointiin. Edellä mainittujen kuormittavien tekijöiden lisäksi, työhyvinvointiin vaikuttaa myös vapaa-ajan ja levon puute. Tiloilta ei päästä irtautumaan esimerkiksi lomituksen huonon toimivuuden tai heikon taloustilanteen vuoksi ja työn rasituksesta ei palauduta. Yrittäjä ei myöskään välttämättä itse osaa irrottautua töistä eikä ymmärrä levon merkitystä. Syynä voi olla myös, että työtä ja vapaa-aikaa ei osata selvästi erottaa. Myös tiedolliset ja taidolliset puutteet, kouluttamattomuus, näköalattomuus ja ongelmat vuorovaikutuksessa sekä ihmissuhteissa heikentävät työhyvinvointia. Työn fyysisen kuormituksen keventämisellä, työmäärän ja ajankäytön hallinnalla ja johtamistaidoilla voidaan parantaa työhyvinvointia.

Yksi työhyvinvoinnin tukipilareista on yrityksen kannattavuus, jonka avulla mahdollistetaan työstä irtautuminen ja tukipalveluiden käyttö. Maatalouden kannattavuus on ollut heikko jo pitkään. Maatalouden yrittäjätulo laski vuonna 2021, ja ennusteen mukaan se jatkaa laskuaan myös vuonna 2022. Syynä edelleen alenevaan yrittäjätuloon on tuotantopanosten kallistuminen, johon vaikuttaa muun muassa vallitseva epävakaa maailmantilanne ja heikko satovuosi 2021. Vaikka tuottajahinnat ovat nousseet, nousu ei riitä kattamaan tuotantopanosten kallistumista.

Yrittäjillä voi olla monia esteitä avun hankkimiseksi ja työhyvinvoinnin parantamiseksi. Myös kynnyksien hakea apua henkiseen kuormitukseen voi olla korkea ja sitä pitäisi saada madallettua. Akuutti avun tarve painottuu jaksamiseen ja työhyvinvointiin, joiden taustalla voi olla jo pitkältä ajalta muun muassa talouteen, parisuhteeseen, terveyteen, työkykyyn ja tuotantoon liittyviä vaikeuksia. Avun hakemisen esteinä yrittäjillä on muun muassa sosiaalisen piirin suppeus eli uupunut yrittäjä eristäytyy eikä osallistu enää yhteisön toimintaan. Yrittäjät voivat hävetä omia tunteita ja avun tarvetta ja heidän kynnyksensä pyytää apua voi olla suuri. Yrittäjät voivat myös ajatella, ettei apu ole heitä varten. Terapia voidaan kokea mielisairaudeksi ja ihmisten puheita sekä leimaantumista pelätään. Apua haetaan yleensä vasta, kun yrittäjä uupuu taakan alle. Tällöin ei enää välttämättä riitä, että vain yhtä syytä hoidetaan. Yrittäjät voivat tarvita esimerkiksi terapian lisäksi apua talousongelmien hoitamiseen, sillä muuten terapiastakaan ei ole apua. Joskus myös uupumus on jo niin paha, että avun piiriin ei jakseta enää hakeutua.

Maatalousyrittäjille on suunnattu apukeinoja työssäjaksamiseen erilaisten hankkeiden ja palveluiden kautta. Hankkeiden ja neuvontapalveluiden avulla yrittäjien on mahdollista saada muun muassa keskusteluapua, terapiaa, talousneuvontaa ja työnohjausta. Yrittäjien on kuitenkin itse ymmärrettävä hakeutua toiminnan, avun ja vertaistuen piiriin. Vaikka yrittäjille on saatavilla monia tukipalveluita, ne eivät yksin riitä hyvinvoinnin ylläpitämiseen. Tilojen, tuotannon ja työmäärän kasvu sekä ajankäytön hallinta vaatii yrittäjiltä uudenlaista ajattelua sekä osaamista ja niillä on iso merkitys yrittäjien jaksamiselle. Osallistuminen koulutuksiin, tapahtumiin ja pienryhmiin on tärkeää osaamista ylläpitävää ja uupumista ennaltaehkäisevää toimintaa.

Täällä on rakastettava arkeaan

Täällä on rakastettava arkeaan
ettei menetä järkeään.
On jaksettava kääntää kivet ja kannot,
navettahaalareiden taskut ja sohvatyynyjen
päälliset.
Ommeltava uusi sauma,
toivottava sen kestävän.
Toivottava että kestä.
Jospa tästäkin viikosta, kuukaudesta, vuodesta
vielä selvittäisiin

Elisa Vainio

2 JÄRVI-SUOMEN ALUEEN KOTIELÄINTUOTANTO

Järvi-Suomen ELY-keskusten eli Etelä-Savon, Kaakkois-Suomen, Keski-Suomen, Pohjois-Karjalan ja Pohjois-Savon alue kattaa 23,6 % Suomessa käytössä olevasta maatalousmaasta. Alueen maataloustuotanto on hajautettua johtuen runsaista vesistöistä, ja maatalouden katsotaan kuuluvan alueen vahvuuksiin. Alueen peltopinta-alasta 17,38 % on luomutuotannossa, ja kolmasosa Suomen luomukotieläimistä sijoittuu Järvi-Suomen alueelle. (Etelä-Savon ELY-keskus 2019, 13, 20,21.) Runsaat vesivarat ovat myös Järvi-Suomen alueen vahvuustekijä. Ilmastonmuutoksessa vesivarantojen merkitys korostuu, sillä Järvi-Suomessa voidaan erikoistua vesi-intensiivisten ruokatuotteiden alkutuotantoon ja myös niiden jatkojalostukseen sekä vientiin. (Helenius 2021.)

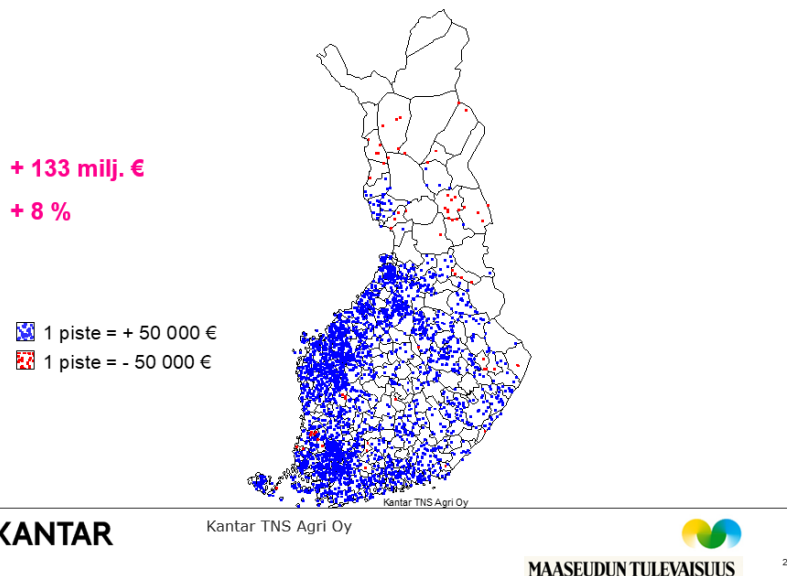
Järvi-Suomen ilmasto- ja ympäristöohjelman koordinaattori Harri Hakala toteaa, että: *”Parhaimmillaan Järvi-Suomen maa- ja elintarviketalous voi konkretisoida vastuullisuuden globaalit haasteet ja ratkaisut paikallisesti. Meillä pystytään käyttämään vettä kestävästi samaan aikaan kun vesivarojen ehtyminen vaikeuttaa tuotantoa suuressa osassa maailmaa”* (ELY-keskus, uutiskirje.) Vesistöt ja niiden kunnon ylläpito luovat haasteen, mutta myös mahdollisuuden alueen maataloustuotannolle. Järvi-Suomessa voidaan näyttää esimerkkiä siitä, miten maaseutuyrityksiä voidaan kehittää huomioimalla samalla luonnonvarojen käyttö. (Rantanen 2021.)

Järvi-Suomen alueelle valmistui Ympäristö- ja ilmasto-ohjelma vuonna 2020. Lisäksi alueen MTK-liitot ovat todenneet, että Järvi-Suomi tarvitsee oman ohjelman tuleville CAP-ohjelmakausille. CAP-tuella tarkoitetaan EU:n yhteistä maatalouspolitiikkaa ja siihen liittyviä tukia. Cap27- ohjelmassa painotetaan hajautettua ja kestävästä tuotantoa sekä ruokaturvaa ja huoltovarmuutta. Jotta Järvi-Suomi pystyy osaltaan olla turvaamassa ruoantuotantoa ja huoltovarmuutta, täytyy alueen erityispiirteet huomioida myös CAP-ohjelmassa. (Järvi-Suomen MTK-liittojen tiedote 2021.) Alueen haasteena on etenkin kotieläintuotannon siirtyminen Itä-Suomesta Länsi-Suomeen. Tilanteeseen tulisi Maa- ja metsätaloustuottajien keskusliiton mukaan kiinnittää erityistä huomiota, kun kohdennetaan pohjoista tukea ja rakennetukia. MTK:n mukaan alueellisessa kohdentamisessa pitää huomioida myös muita keinoja kuin CAP-tuet. (MTK 2021.)

2.1 Maatalouden tulotuet ja tulot

Järvi-Suomen MTK-liittojen alueella maksettiin tulotukia vuonna 2020 tilaa kohti keskimäärin 83 156 €, kun koko maan keskiarvo oli 115 198 €. Suurimmat tulotuet maksettiin Etelä-Pohjanmaan, Pohjois-Suomen ja Varsinais-Suomen alueella (liite). Tulotukien positiivinen muutos vuosina 2015–2020 on ollut vahvinta läntisissä osassa Suomea (kuvio 1. Pirttijärvi 2021). Tähän on vaikuttanut muun muassa ympäristötukien kohdentamisalue (liite 2). Kohdentamisalueella on maksettu korkeampia tukitasoja ympäristökorvauksen toimenpiteistä perustuen tukiehtojen vaativuuteen ja vaikuttavuuteen (Ruokavirasto 2021c). Tulotukia siirtyi myös eläinten mukana pois Järvi-Suomen alueelta, kun esimerkiksi vasikoita kuljetetaan Itä-Suomesta vahvoille naudanlihantuotantoalueille (liite 3). Myös keskimääräistä maan keskiarvoa alhaisempi maatalouden investointiaste vaikuttaa tulotukien muutokseen Järvi-Suomessa.

Tulotukien muutos 2015-2020



KUVIO 1 Tulotukien muutos 2015–2020 (Pirttijärvi 2021)

Maatalouden tulot olivat vuonna 2020 Järvi-Suomen ELY-keskusten alueella keskimäärin 314,54 milj. € keskimääräisen maataloustulon ollessa koko Suomen alueella 425,48 milj. €. Järvi-Suomen liittojen alueella suurimmat maatalouden tulot olivat Pohjois-Savon alueella 487,5 milj. € ja pienimmät Pohjois-Karjalassa 232,2 milj.€. Kolmen ELY-keskuksen alueella maataloustulojen muutos oli negatiivinen vuoteen 2015 verrattuna. Etelä-Savossa tulot laskivat -5,4 milj. €, Kaakkois-Suomessa -4 milj. € ja Pohjois-Karjalassa -1,6 milj. €. Suurin positiivinen muutos koko Suomen alueella oli Varsinais-Suomessa +34,6 milj. € ja Etelä-Pohjanmaalla +26,2 milj. € ja Hämeessä +24,8 milj.

€. Tulojen muutos koko Suomen alueella oli keskimäärin +12,36 milj. € ja Järvi-Suomen alueella +3,28 milj. €. Järvi-Suomen alueen tulojen kehitys vuodesta 2015–2020 oli siis vain 2,6 % verrattuna koko Suomen maataloustulojen kehitykseen (liite 4).

2.2 Kotieläintuotanto ja investoinnit Järvi-Suomessa

Järvi-Suomen viljelijöiden keski-ikä oli vuonna 2020 51 vuotta. Keski-ikä ei ole muuttunut merkittävästi vuodesta 2016, eikä eri tuotantosuuntien tai ELY-keskusten välillä ole suurta vaihtelua (liite 5. Luke, tilastotietokanta.) Alueella oli vuonna 2020 4333 kotieläintilaa. Tiloista lypsykarjatiloja oli 1926, nautakarjatiloja 1201, vuohi-, lammas ja laidunkarjatiloja 793, sikatiloja 49 ja siipikarjatiloja 29. Sekatiloja eli niitä, joilla on useamman tuotantosuunnan eläimiä, oli 389. Kotieläintilojen määrä on laskenut viimeisen viiden vuoden aikana yli 1200 tilalla. Eniten lopettaneita on viiden vuoden aikana ollut sikataloudessa (38,18 %) ja lypsykarjataloudessa (28,6 %). (taulukko 1, Luke tilastotietokanta). Eri ELY-keskusten välillä oli pientä vaihtelua lopettaneiden määrässä. Eniten lopettaneita karjatiloja oli Pohjois-Karjalan alueella 24,7 % ja vähiten Kaakkois-Suomessa 20,8 % (liite 6).

TAULUKKO 1 Maatalousyritysten lukumäärä tuotantosuunnittain Järvi-Suomen alueella (Luke, tilastotietokanta)

Tuotantosuunta	2016	2017	2018	2019	2020
Lypsykarjatalous	2 695	2 460	2 299	2 081	1 926
Naudanlihan tuotanto	1399	1382	1324	1279	1201
Lammas-, vuohi ja laidunkarja	903	818	801	780	739
Sikatalous	78	62	58	51	49
Siipikarjatalous	37	32	33	31	29
Sekamuotoinen tuotanto	443	429	353	381	389
Yhteensä	5 555	5 183	4 868	4 603	4 333

Investointeja, joihin haettiin rahoitusta ELY-keskukselta, tehtiin vuosien 2016–2020 aikana Järvi-Suomen alueella yhteensä 920 kappaletta, kun koko maassa niitä tehtiin 4157 kappaletta. Merkittävästi eniten Järvi-Suomen alueella investointeja tehtiin Pohjois-Savossa (364), kun taas vähiten investoitiin Kaakkois-Suomessa, jossa investointeja oli vain 100 kappaletta. Eniten rahoitusta haettiin lypsy-, nauta- ja lihakarjatalouden rakennusinvestointeihin, toiseksi eniten tuotantoympäristöä ja ympäristön tilaa edistäviin koneisiin ja laitteisiin ja kolmanneksi eniten energiantuotantoon. (Etelä-Savon ELY-keskus 2021.)

TAULUKKO 2 Kohdennetut investoinnit Järvi-Suomen alueella 2016–2020 (Etelä-Savon ELY-keskus 2021)

Kohdennettu investointi	Etelä-Savo	Kaakkois-Suomi	Keski-Suomi	Pohjois-Karjala	Pohjois-Savo
Lypsy- ja nautakarjatalouden rakentamisinvestoinnit AB	0	6	1	0	0
Sikatalouden rakentamisinvestoinnit	0	2	0	0	1
Kasvihuonetuotannon rakentamisinvestoinnit	14	11	13	9	30
Energiantuotannon rakentamisinvestoinnit	22	18	30	25	56
Maataloustuotteiden myyntikunnostuksen rakentamisinvestoinnit	2	1	0	1	4
Työympäristöä ja ympäristön tilaa parantavat rakentamisinvestoinnit	16	4	12	10	31
Maataloustuotteiden myyntikunnostuksen koneet ja laitteet	6	1	1	3	3
Työympäristöä ja ympäristön tilaa edistävät koneet ja laitteet	41	31	36	20	102
Lypsy- ja nautakarjatalouden rakentamisinvestoinnit C-alue	18	6	23	24	45
Lihakarjatalouden rakentamisinvestoinnit AB-alue	0	5	1	0	0
Lihakarjatalouden rakentamisinvestoinnit C-alue	15	3	33	19	23
Lypsykarjatalouden rakentamisinvestoinnit AB-alue	0	6	0	0	0
Lypsykarjatalouden rakentamisinvestoinnit C-alue	24	5	21	13	61
Kuivaamoiden rakentamisinvestoinnit, osarahoitteinen	0	1	0	0	1
Tuotantohygieniaa ja eläinten hyvinvointia parantavat investoinnit, osarahoitteinen	1	0	1	0	4
Tuotantohygieniaa, eläinten hyvinvointia edistävät koneet ja laitteet, osarahoitteinen	0	0	0	0	3
Investoinnit yhteensä	159	100	172	125	364

Keskimäärin Järvi-Suomen alueella tehtiin viiden vuoden aikana 184 investointia ELY-keskusaluetta kohti, kun koko maan ELY-keskusten keskiarvo oli vastaavana aikana 277 investointia. Selvästi eniten investoitiin Etelä-Pohjanmaan ELY-keskuksen alueella, jossa investointeja oli vuosina 2016–2020 yhteensä 716 kappaletta. Keskimäärin avustusta myönnettiin eri ELY-keskusten alueella 41,67 milj. euroa ja korkotukilainaa 16,59 milj. euroa vuosien 2016–2020 aikana. Järvi-Suomen alueella investoitiin selvästi muuta Suomea vähemmän vertailuajankohtana. Alueella myönnettiin avustusta vastaavana aikana keskimäärin 23,82 milj. euroa ja korkotukilainaa 10,68 milj. euroa (liite 7).

Syynä alhaisempaan investointitasoon voi olla se, että Järvi-Suomen alueella rakennusten jälleenkäyttömahdollisuudet ovat heikot ja pellon hinta alhainen. Tämä heikentää tilojen vakuusarvoa ja voi vaikuttaa negatiivisesti investointirahoituksen saamiseen. Toinen mahdollinen vaikuttava tekijä on, että investointitukien saamisen ehtona on 25000 € maatalouden yrittäjätulovaatimus. Järvi-Suomessa tilojen tulot koostuvat maatalouden lisäksi usein myös metsätaloudesta ja muusta yritystoiminasta. Tämä voi johtaa siihen, että maatalouden yrittäjätulovaatimus ei täyty ja tilat eivät voi hakea investointitukea.

3 MAATALOUSYRITYKSEN KEHITTÄMINEN JA MENESTYSTEKIJÄT

Maatalousyrityksen kehittäminen mielletään helposti investoinniksi, vaikka se pitää sisällään paljon muutakin. Kehittäminen voi olla tilan tavoitteiden asettamista, sidosryhmien sekä verkostojen laajentamista, tulevaisuuden suunnan etsimistä ja muuttamista sekä omasta osaamisesta, koulutuksesta ja hyvinvoinnista huolehtimista (kuvio 2). Etenkin, jos yrityksessä suunnitellaan tuotannon kasvattamista tai tuotantosuuntien laajentamista, on kokonaisuuden oltava hallinnassa ja yrittäjän on varmistettava, että oma osaaminen ja johtamistaidot vastaavat myös muutoksen tuomiin haasteisiin. Omaa ammattitaitoa ja osaamista pystyy arvioimaan muun muassa vertailemalla tilan tunnuslukuja muihin vastaaviin tiloihin. Mikäli tilan tulokset poikkeavat suuresti vertailutiloista, yrittäjällä voi olla tarve kehittää omaa osaamistaan. (Eskola ym. 2009, 9,26,67.)



KUVIO 2 Yrityksen kehittäminen

Maatalousyritysten menestykseen vaikuttaa useat eri osa-alueet. Maatalousyritysten menestystekijöitä tutkittiin Etelä-Karjalan, Etelä-Savon ja Kymenlaakson alueella Vesa Kallion ja Jukka Kolan aluetutkimuksessa vuonna 1999. Tutkimus oli osa Maatalousyrityksen menestyksen avaimet – kokonaishanketta. (Kallio & Kola 1999, 5.) Tutkimuksen mukaan menestyvän maatilayrityksen kaksi tärkeintä osa-aluetta ovat talous ja yrityksen jatkuva kehittäminen. Tutkimukseen osallistuneet yrittäjät kokivat, että yritystä on kehitettävä määrätietoisesti ja pitkäjänteisesti. Päätöksiä tulee kyetä

tekemään nopeallakin aikataululla, ja yrittäjällä tulee olla riskinotto-kykyä. Tärkeänä pidettiin myös sitä, että investoinnit osataan mitoittaa oikein suhteessa tilan tuotantoon ja, että tulevaisuus ja tilan laajentamismahdollisuudet osataan ottaa huomioon. Tilakokonaisuuden eri osa-alueiden tulee tukea toisiaan ja resurssit pitää kohdentaa tehokkaasti. (Kallio & Kola. 1999, 115–117.)

Viljelijät, eli maatalousyrittäjät vastaavat itse yrityksensä kehittämisestä, osaamisestaan, ammattitaitonsa ylläpidosta ja omasta hyvinvoinnistaan. Yrittäjän ammattitaitoon kuuluu huolellisuus ja tarkkuus tehdyssä työssä sekä kyky ottaa vastuu ja arvioida kriittisesti omaa tekemistään. Viljelijät pitävät tärkeänä menestystekijänä eläinten hyvinvoinnista, peltojen ja koneiden kunnosta sekä tilan siisteydestä huolehtimisesta. Viljelijöiden elämän laatu eli vapaa-ajan määrä ja työn mielekkyys on tärkeää. Myös ihmissuhteilla eli perheellä ja sillä, että asiat hoidetaan yhteisymmärryksessä puolison kanssa, koetaan olevan merkitystä tilan kehittämisen kannalta. (Kallio & Kola. 1999, 116–117.) Yrittäjien on myös otettava vastuu omasta työhyvinvoinnistaan, sillä siitä ei huolehdi kukaan muu, kuten palkansaajien kohdalla tehdään. Mikäli yrittäjä ei huolehdi hyvinvoinnistaan, alkaa työn kuormittavuus näkyä nopeasti. Uupuneella ihmisellä on myös suurempi riski sairastua sydän- ja verisuonitauteihin. (Hakola 2019.)

Tilan kehittäminen ja investoinnit lähtevät liikkeelle viljelijän havaitsemista tarpeista. Kehittämisen kohde voi olla talouden parantaminen, tilan laajentaminen, työn tai tuotannon tehostaminen, työmenetelmien helpottaminen tai eläinten olosuhteiden ja hyvinvoinnin parantaminen. Lisätietoa kehittämisen kohteeseen haetaan muun muassa neuvontajärjestöiltä, alan lehdistä ja toisilta viljelijöiltä. Tutkimuksen mukaan viljelijät kokivat arvokkaimmaksi tiedon, joka perustui käytännön kokemuksiin. Tiedon hankinnassa korostuu kriittisyys tietoa kohtaan; tietoa tulee hankkia useista eri lähteistä. (Kallio & Kola 1999, 126.) Menesty Yrittäjänä -tutkimuksen mukaan yrittäjät, joiden taloudelliset tavoitteet, yrityksen voimavarat, talous-, johtamis- ketteryys- sekä myynti- ja markkinointiosaaminen olivat vahvoja, olivat myös keskimääräistä tyytyväisempiä työhönsä (Hakola 2019).

3.1 Koulutuksen ja osaamisen hankkiminen ja sen ylläpito

Viljelijän koulutus ja ammattitaidon ylläpito hankkimalla tietoa ja lisäkoulutusta ovat tärkeä osa yrityksen kehittämistä. Maatalousyrittäjien kehittämisen pohja on luonnonvaraosaamisessa, yrittäjähenkisyydessä ja yrittäjien tietotaidossa sekä korkeassa tietoteknisessä osaamisessa. Suomalaiset maatalousyrittäjät ovat keskimäärin korkeammin koulutettuja kuin EU:n maatalousyrittäjät.

(Cap-suunnitelma 2021, 1.) Vaikka maatalousyrittäjien koulutustaso on kasvanut, työn kuormittavuus ja kasvavat velvoitteet tuotantoon liittyen, sekä myös yrittäjien oma tarve osaamisen parantamiseen tuotannossa ja johtamisessa on lisääntynyt (Lahnamäki ym. 2018, 1–2). Osaamisen puutteita on etenkin johtamis-, talous- ja markkinaosaamisessa. Yritykset jakautuvat kokoluokasta sekä tuotantosuunnasta riippumatta menestyviin, hyvin johdettuihin ja kannattaviin sekä heikosti kannattaviin yrityksiin. Toimintaympäristön voimakas murros muun muassa ilmastonmuutokseen ja teknologiaan liittyen sekä alan heikko kannattavuus asettaa vaatimuksia myös koulutuksen järjestäjille, joiden on osattava ennakoida tulevaisuuden koulutustarpeita. (Cap-suunnitelma 2021,1.)

Maatalousyrittäjä voi kouluttautua ja parantaa osaamistaan monin eri tavoin. Kouluttautua voi joko neuvonta- ja edunvalvontajärjestöjen, meijereiden tai teurastamoiden järjestämissä pienryhmissä ja hankkeiden koulutuksissa. Korona-aika on siirtänyt suurelta osin koulutukset myös maatalousyrittäjillä verkkoon. Varsinkinkin kotieläinyrittäjien koulutukseen osallistumista helpottaa, jos karjatoiden välillä voi osallistua koulutukseen kotoa käsin. Viljelijöiden ajankäytön mahdollisuudet ovat muuttuneet automatisoitumisen myötä, mutta robotiikka vaatii myös jatkuvaa varalla oloa. Yrittäjät toivovatkin usein täydennyskoulutusmahdollisuutta etäyhteyksien kautta. Etäkoulutusten tallentaminen mahdollistaa kouluttautumisen myös, vaikka yrittäjä ei pystyisi osallistumaan koulutukseen reaaliajassa. (Lahnamäki ym. 2018,1–2.) Yrittäjä voi myös syventää ammattiosaamistaan tutkintoon johtavissa ammattiopinnoissa.

3.2 Johtaminen ja johtamisosaamisen merkitys

Vuonna 2014 tehdyssä Työterveys ja maatalous -tutkimuksessa maatilajohtaminen määriteltiin seuraavasti: *”Johtamisella tarkoitamme maatilajohtamisen käytännön toiminnan suunnittelua, ohjaamista ja valvontaa, talouden hallintaa, yrityksen myynti-, markkinointi- ja asiakastyötä sekä erilaisia hallinnollisia tehtäviä”* (Perkiö-Mäkelä ym. 2016, 81).

Johtamistaitojen merkitystä on selvitetty tutkimuksella. Työterveys ja maatalous -tutkimuksen mukaan korkeakoulu, ja yliopistotutkinnon suorittaneet pitivät johtamistaitoja tärkeämpänä kuin muun maataloustutkinnon suorittaneet. Johtamista piti hyvin tärkeänä 77 % niistä vastaajista, joilla oli agronomi- tai agrológikoulutus. Niillä vastaajilla, joilla oli maatalousalan perustutkinto, johtamistaitoja piti erittäin tärkeänä 62 %. Kurssimuotoisen koulutuksen tai maamieskoulun/emäntäkoulun

käyneistä 58 % koki johtamisen hyvin tärkeänä. Niistä vastaajista, joilla ei ollut koulutusta, johtamista piti hyvin tärkeänä 49 %. Vaikka johtaminen oli vastaajien mukaan mielekästä, se koettiin kuitenkin myös kuormittavana tekijänä. (Perkiö-Mäkelä ym. 2016, 83–85.)

Maatalousyrityksen tilakoon kasvaessa myös yrittäjien johtamistaitojen merkitys kasvaa. Johtamistaitoja tarvitaan sekä asioiden ja toiminnan johtamisessa että esimiestaidoissa. Maatalousyrittäjän on hallittava taloutta, osattava laatia sopimuksia ja toimia tavoitteellisesti. Johtamistaidoilla on todettu olevan yhteys työhyvinvointiin ja työtyytyväisyyteen. (Perkiö-Mäkelä ym. 2016, 12–13.) Johtamiseen kuuluu myös toiminnan kehittäminen ja siihen liittyvien muutosprosessien läpivieminen. Johtamisen tulisi olla ennakoivaa. Toimintaa pitäisi pystyä tarkastelemaan kriittisesti, ja koko työyhteisön pitäisi osallistua siihen. (Juuti 2016, 47–48.) Yrittäjän on osattava tarvittaessa tehdä ratkaisuja tuotannon tai tuotantosuunnan muutoksesta.

Maatalousyrityksissä johdetaan yrityksen lisäksi usein myös työntekijöitä. Tällöin työyhteisön pitäisi työskennellä saman päämäärän eteen, ja mukana työskentelyssä voi olla myös asiakkaita ja erisidosryhmiä. Kun yrittäjä on myös esimies, häntä kuormittaa suuren työmäärän lisäksi myös yrityksen ihmissuhteet. (Juuti 2016, 36,88.)

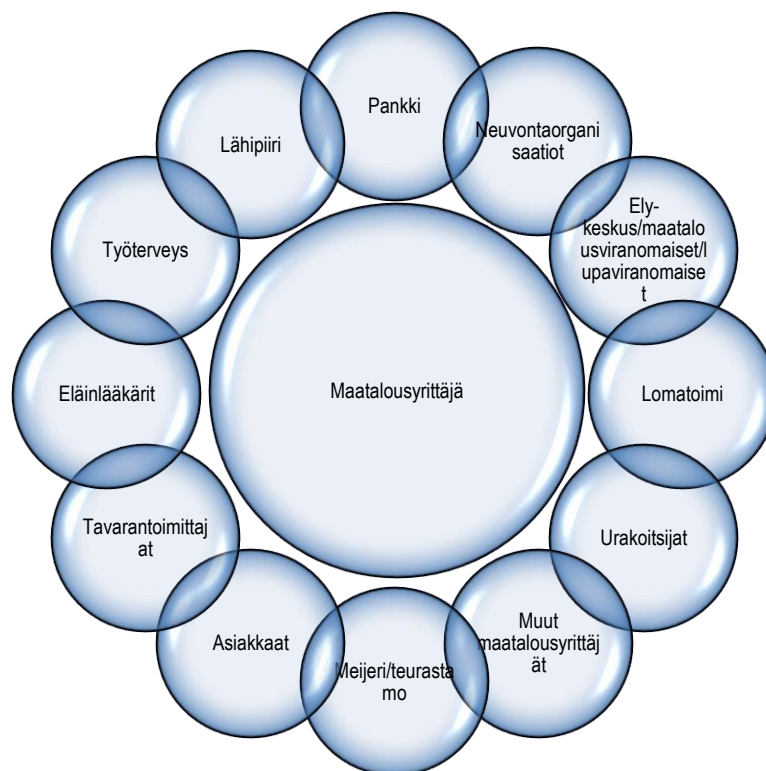
3.3 Talouden ja tuotannon kehittäminen tiedon seurannalla sekä vertaisoppimalla

Talouden ja tuotannon kehittäminen vaativat tilan tulosten seuraamista. Maitotiloilla tietoa saadaan kerättyä muun muassa tuotosseurannan ja lypsyjärjestelmien kautta. Lihantuotannossa teurastamot raportoivat tuotannon tunnusluvuista. Myös kasvintuotannon tuotantokustannuslaskennalla saadaan hyödyllistä tietoa. Kotieläinyrittäjän ei ole monia keinoja vaikuttaa tuottajahintaan, mutta tuotantokustannusten seurannalla ja tuotannon kehittämisellä pystytään vaikuttamaan kannattavuuteen. Tietoa yrityksen taloudesta on saatavilla muun muassa veroilmoitusten kautta, vaikka muuta seurantaa ei tehtäisikään.

Maatalousyrittäjillä on kuitenkin parannettavaa mitatun tiedon käytössä: vaikka tietoa on saatavilla, aina sitä ei osata hyödyntää tilan kehittämiskohteiden löytämiseksi. Yrittäjä voi vertailla oman tilan tietoja muihin saman tuotantosuunnan tiloihin. Näin yrittäjä saa tietoa siitä, missä osa-alueissa pärjätään hyvin, ja missä osa-alueissa on kehitettävää. Kun kehityskohteet on löydetty, on seuraavaksi selvitettävä, miksi näissä osa-alueissa pärjätään heikommin kuin pitäisi. (Jokipii 2006,48,52.)

Myös benchmarking, eli toisilta oppiminen on hyödyllinen keino kehittää oman yrityksen osa-alueita. Toisilta oppiessa yrittäjän kannattaa vertaisoppimiseen etsiä yritys, jossa pärjätään kehittäville osa-alueilla paremmin kuin omassa yrityksessä. Seuraamalla toisen yrityksen johtamista, tuotantoprosesseja tai strategista suunnittelua yrittäjä voi löytää uusia ideoita, joita taas voi soveltaa oman yritystoiminnan tuotannon tai talouden kehittämiseen. (Jokipii 2006, 51.)

3.4 Maatalousyrittäjän sidosryhmäverkostot ja niiden tuki yrittäjälle



KUVIO 3 Maatalousyrittäjän sidosryhmäverkosto

Maatalousyrittäjän sidosryhmäverkostoon (kuvio 3) kuuluu useita eri tahoja, joiden kanssa tehdään yhteistyötä. Puoliso, perhe, sukulaiset, naapurit ja ystävät muodostavat lähipiirin, joka tukee yrittäjän hyvinvointia ja jaksamista. Myös harrastusten kautta voi löytyä verkostoja työhyvinvointia tukemaan. (Airila & Bergbom 2017, 13.) Osa sidosryhmistä on toisia yrittäjiä, asiakkaita sekä palveluiden ja tavaroiden toimittajia. Myös rahoittajat, vakuuttajat sekä viranomaispalvelut kuuluvat yrittäjien sidosryhmäverkostoon. Yhteistyö eri sidosryhmien kanssa kuuluu osaksi yrityksen johtamista ja strategiaa, ja on osa yrityksen kilpailukykyä. (Jokipii 2006, 78.)

Verkostojen luominen on yrittäjälle erittäin tärkeää, sillä niiden avulla uusien yhteistyökumppanien ja asiakkaiden tavoittaminen on helpompaa. Verkotot tukevat yrittäjän hyvinvointia sekä liiketoimintaa ja niiden merkitys yritystoiminnassa kasvaa koko ajan. Verkostojen luominen vaatii kuitenkin aikaa ja panostusta. Verkostojen avulla ja yhteistyöllä muiden alan yrittäjien kanssa voi myös saada apua hankalissa tilanteissa, esimerkiksi yrittäjän sairastuessa. (Airila & Bergbom 2017, 6.) Verkostoitumalla muiden yrittäjien kanssa yrittäjä saa vertaistukea omaan elämäntilanteeseen ja/tai yhteistyökumppaneita konehankintoihin tai tilan töihin. Sidosryhmien yhteistyö vaatii myös yhdessä sovittuja toimintatapoja ja niistä kiinnipitämistä, jotta yhteistyöllä saavutettavat edut eivät valu hukkaan. (Jokipii 2006, 77.)

3.5 Eläinten hyvinvoinnin merkitys yrityksen kehittämisessä

Eläinten hyvinvointi on menestyvän ja kehittyvän kotieläinyrityksen edellytys. Sen lisäksi, että eläinten hyvinvointi lisää yrityksen kannattavuutta tuotostason ja paremman eläinten terveyden kautta, se on myös laadukkaan ja turvallisen ruoan edellytys. Suomalaisessa kotieläintuotannossa on korkeat vaatimukset tuotantoeläinten terveydelle ja hyvinvoinnille. Vaatimukset edesauttavat myös tuotteiden korkeaa laatua ja takaavat vastuullisen tuotannon. Vaatimukset lisäävät kuitenkin myös tuotannon kustannuksia. (Eläinten hyvinvointi 2021.) Suomalaiset kotieläinyrittäjät huolehtivat eläinten hyvinvoinnista hyvin. Mikäli tiloilta löytyy eläinten hyvinvoinnista puutteita, löytyy taustalta yleensä yrittäjän jaksamisongelmia (Kymäläinen 2011, 39).

Manner-Suomen maaseudun kehittämisohjelman eli maaseutuohjelman yhtenä tarkoituksena on saada kuluttajien kysyntä ja maatalousyritysten tarjonta kohtaamaan tuottamalla laadukasta ruokaa ja parantamalla eläinten hyvinvointia. Ohjelma tarjoaa keinoiksi muun muassa eläinten hyvinvointikorvausta niiden olosuhteiden parantamiseen sekä neuvontaa ja koulutusta maatalousinvestointeihin. Hyvinvointikorvauksella korvataan lakitasoa tiukempien vaatimusten ja olosuhteiden täyttämistä aiheuttavia kustannuksia. (Maaseutuohjelma 2014–2021.)

4 YRITYKSEN KEHITTÄMISEN ESTEET

Maatalousyrittäjien kehittämisen esteinä ovat käänteisenä monet samat asiat, jotka esiteltiin kehittämisen osa-alueina luvussa kolme. Yrityksen heikko talustilanne, ongelmat työhyvinvoinnissa tai jaksamisessa sekä osaamisen ja koulutuksen puute estävät yrityksen kehittämistä. Näiden lisäksi esimerkiksi edellisen sukupolven odotukset, tiloihin kohdistuva alan ulkopuolinen paine ja hallinnollinen taakka sekä kiristyvät vaatimukset tilan tuotantotapoihin liittyen, voivat estää tilan kehittämistä.

Sukupolvenvaihdoksessa kohtaavat kaksi sukupolvea ja kaikki vaihdokseen osallistuvien osapuolten odotukset, kokemukset ja toiveet. Luopuja voi kokea surua ja menettämisen tunteita, vaikka tilanne voikin olla hänelle helpottava ratkaisu. Jatkaja voi tuntea myös epävarmuutta, vaikka hän olisi innostunut ja täynnä uusia ideoita ja näkemyksiä. (Latvanen 2017.) Onnistuneessa sukupolvenvaihdoksessa luopuja siirtää johtajuuden, auktoriteetin ja päätöksentekovallan jatkajalle. Luopujan on oltava valmis siirtämään vastuu, ja hänen sekä jatkajan välillä on vallittava luottamus. Luopuja joutuu luopumaan asemansa ja yrityksensä vuoksi myös usein kodistaan ja tämä vaikeuttaa luopumista. (Oikarinen 2011, 21,30.) Luopuja voi myös jatkaa tilalla työskentelyä jatkajan apuna. Tilanteen jatkuessa pitkään luopuja vaikuttaa yleensä tilan johtamiseen ja päätöksentekoon. Tilanne voi synnyttää ristiriitoja tilan kehittämiseen ja toimintatapoihin liittyen. Tilanne voi olla haastava, sillä maatalouden heikon kannattavuuden vuoksi ulkopuolisen työvoiman palkkaaminen voi olla mahdotonta, ja jatkajan työpanosta voidaan tarvita. Luopujan tulisikin pystyä asettautumaan konsultin rooliin ja antaa päätösvalta jatkajalle. (Oikarinen 2011, 75,77,78.) Luopujan tunteet hallinnan menetyksestä voivat tulla ilmi epäilemällä ja arvostelemalla jatkajan kyvystä hoitaa tilaa. Kommunikaatio ja yhteisymmärrys edellisen sukupolven ja jatkavien yrittäjien välillä voi olla vaikeaa, ja jatkajat eivät pysty jakamaan visioitaan ja tavoitteitaan. Jos sukupolvien väliltä puuttuu avoin ja turvallinen yhteys, tilanne voi muodostua sietämättömäksi. Sukupolvien pitäisikin antaa toisilleen tilaa ja aikaa. Asioiden tulkinnan sijasta niistä pitäisi kysyä ja keskustella suoraan. (Latvanen 2017.)

Yrityksen kehittämisen esteenä voi olla väsyminen alan ulkopuolelta tulevaan keskusteluun ja vaatimuksiin. DIAK-ammattikorkeakoulun hallinnoiman Maatalousyrittäjän työelämä muutoksessa hankkeen -projektipäällikkö Merja Nykänen toteaa Radio Suomen haastattelussa, että monet viljelijät kokevat ruoka- ja ilmastokeskusteluun liittyvät ulkopuoliset paineet henkisesti raskaana (Radio

Suomi 2021). Julkinen keskustelu voi tuntua tuottajista syyllistävältä. Viljelijät voivat kokea myös, että heidät leimataan ympäristörikollisiksi ja saastuttajiksi huolimatta siitä, mitä toimenpiteitä he tekevät ympäristön eteen. Viljelijät kokevat, että ympäristöstä huolehtiminen kuuluu osaksi ammattitaitoa ja he tekevät konkreettista työtä ympäristön eteen. Yrittäjistä tuntuu kuitenkin, että ympäristön eteen jo tehdyt asiat eivät nouse riittävästi keskusteluun. (Kinnunen-Mohr, Ala-Kurikka & Hokkanen 2019, 3, 21,37.) Negatiivinen keskustelu alan ympärillä aiheuttaa yrittäjille henkistä painetta, eikä se auta työssäjaksamisessa tai tilan kehittämisessä.

Kotieläintuotannosta ja sen tuotantotavoista käydään paljon keskustelua kuluttajien ja tuottajien välillä. Kiinnostus eläinten hyvinvointia ja elintarvikkeiden turvallisuutta kohtaan on kasvanut julkisessa keskustelussa ja poliittisessa päätöksenteossa. Useat kotieläinyrittäjät kertovat avoimesti tilan toiminnasta kotisivuillaan sekä sosiaalisessa mediassa ja tuovat näin tuotantoa lähemmäksi kuluttajaa. (Kymäläinen 2011, 39). Tilojen avaaminen kuluttajien näkyville ei kuitenkaan aina riitä ja keskustelu voi aiheuttaa tuottajissa ahdistusta. Helsingin yliopiston sosiaalipsykologian dosentti Hanna Konttisen mukaan ruoka herättää vahvoja tunteita, koska se ei tyydytä enää pelkästään nälkää, vaan se on osa ihmisen identiteettiä, kulutuskulttuuria ja elämäntapaa. Ruoan lisäksi myös eläinoikeusasiat, ilmasto ja kestävä kehitys aiheuttaa tunteita herättävää keskustelua. Sosiaalisen median algoritmien vuoksi kärkkäät mielipiteet nousevat helposti pinnalle ja tämä ruokkii keskustelun kärjistymistä. (Mustonen 2021.) Kuluttajien ja järjestöjen lisäksi myös vahvasti yhteiskunnassa vaikuttavat tahot voivat osallistua keskusteluun. Eräs esimerkki keskustelun kärjistyisestä on Kirkko ja Kaupunki lehdessä julkaistu kolumni, jossa kotieläintuotantoa verrattiin keskitysleireihin (Heinimäki. 2021). Kirjoitus ja siinä ollut vertaus aiheuttivat mielipahaa kotieläinyrittäjille. Kirjoituksen johdosta käytiin runsasta keskustelua puolesta ja vastaan sosiaalisessa mediassa kuluttajien sekä tuottajien toimesta. Sekä kirjoittaja että lehden päätoimittaja pysyivät asiaa anteeksi, ja juttu poistettiin verkkolehdestä. (Heinimäki. 2021). Useat kirkon toimijat sanoutuvat irti kolumnissa esitetystä näkemyksestä. Jatkuva negatiivinen keskustelu voi aiheuttaa yrittäjille paineita ja stressiä, joka heikentää yrittäjien työhyvinvointia.

Viljelijät kohtaavat työssään hallinnollista taakkaa. Luonnonvarakeskus määrittelee hallinnollisen taakan julkaisussaan Esiselvitys viljelijöiden hallinnollisesta taakasta seuraavasti: *”Hallinnollisella taakalla tarkoitetaan maatilayrittäjien toimia, jotka ovat välttämättömiä vain lainsäädännön vuoksi ja muiden velvoitteiden täyttämiseksi, mutta eivät olisi muuten tarpeellisia tai niitä ei välttämättä vaadittaisi muissa EU-maissa.”* (Karhula ym.2015, 7).

Viljelijät kokevat hallinnollista taakkaa, sillä maataloutta säädellään usean eri tahon toimesta, ja viljelijöille voi olla hankalaa pysyä selvillä muuttuvista vaatimuksista. Viljelyyn kohdistuu myös paljon eri tahojen päällekkäisiä vaatimuksia. Vaatimukset aiheuttavat viljelijöissä runsaasti epätietoisuutta, ja säädökset koetaan usein tulkinnanvaraisiksi. Hallinnollinen taakka voi lisätä viljelijöiden jo muutenkin kokemaa henkistä raskautta ja sitä kautta kustannuksia, jotka johtuvat taakan seurannaisvaikutuksista. (Karhula ym. 2015, 17,25.)

Kotieläinyrittäjiin kohdistuu muita viljelijöitä enemmän hallinnollista taakkaa muun muassa tuotantoeläimistä, rakennuksista ja lannan käyttöön liittyvistä vaatimuksista johtuen. Kotieläintuotannolle asetetut kansalliset vaatimukset aiheuttavat lisäkustannuksia ja kilpailuhaittaa eurooppalaiseen tuotantoon verrattuna. Erot EU:n sisäpuolella johtuvat muun muassa erilaisista säädösten tulkinnasta ja niiden toimeenpanosta. Esimerkkinä kotieläinyrittäjien kokemasta hallinnollisesta taakasta on kotieläinrekisterin ylläpito. Rekisteriin on tehtävä kotieläimiin liittyvät ilmoitukset 7 päivän kuluessa tapahtumasta, jotta he välttyvät rekisteröintiviiveistä ja virheistä johtuvilta sanktioilta. Viljelijät kokevat sanktiot kohtuuttomina ja niiden tiukat raamit stressaavina. Eläimille kiinnitettävien korvausmerkkien tarkkailu koetaan työllistävänä ja korvausmerkkien tilaaminen kalliina. Viljelijät kokevat myös epätietoisuutta eri dokumenttien säilyttämismäärästä ja säilytysajan pituudesta. (Karhula ym. 2015, 8, 11, 12, 13, 17, 25.)

Ennalta ilmoittamattomat tarkastukset ja luvattomat tilavierailut lisäävät yrittäjien henkistä kuormitusta ja heikentävät tätä kautta yrittämisen kehittämisen mahdollisuuksia. Eläinten hyvinvointiin liittyvät ennalta ilmoittamattomat tarkastukset ja luvattomat tilakäynnit voidaan kokea ahdistavina, sillä yritys on yleensä yrittäjän kodin pihapiirissä. Vaikka yrittäjät haluavat, että tuotanto on läpinäkyvää, voi navetoiden muuttuminen yksityisestä tilasta julkiseksi olla haastavaa. Maitotilan hyvä voimintutkimuksen mukaan maitotilayrittäjät kokivat ennalta ilmoittamattomat tarkastustilanteet haastavaksi. Yrittäjät kokivat avoimuuden olevan ainut keino kertoa eläinten hyvinvoinnista mutta toisaalta sitä, että tarkastajat voivat tulla ilmoittamatta tilalle, ei pidetty hyväksyttävänä. Ilmoittamattomat tilakäynnit voivat tuntua yrittäjistä siltä, että tarkastaja tulee kodin turvavyöhykkeen sisään ja että kodin rauhaa rikotaan. Tutkimuksessa kävi ilmi, että myös luvattomat tiloille tehdyt vierailut aiheuttivat turvattomuuden tunnetta. Ilkivallan sekä yöllisten luvattomien vierailujen vuoksi tiloilla jouduttiin miettimään tilan turvallisuutta ja tiloille on hankittu muun muassa kameravalvontaa ja murtohälyttimiä. (Kymäläinen 2011, 40.)

5 KOTIELÄINYRITTÄJIEN TYÖHYVINVOINTIIN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT

Työterveyslaitos määrittelee työhyvinvoinnin seuraavasti: *”Työhyvinvointi tarkoittaa turvallista, terveellistä ja tuottavaa työtä, jota ammattitaitoiset työntekijät ja työyhteisöt tekevät hyvin johdetussa organisaatiossa”* (Työterveyslaitos 2021). Työhyvinvointiin vaikuttaa muun muassa työyhteisön avoimuus, keskinäinen luottamus, palautteenantokyky ja työmäärä. Työhyvinvoinnilla on iso merkitys yrityksen sairaspöissaoloihin, työtaturmiin, talouteen, kilpailukykyyn ja maineeseen ja siitä huolehtiminen on osa yrityksen johtamista. (Työterveyslaitos 2021.)

Kotieläintilalla työskentelevällä yrittäjällä on monta eri roolia ja lisäksi hänen kestävä työn tuomaa henkistä painetta. Työ- ja yksityiselämä kulkevat yrittäjällä rinnakkain ja samaan aikaan on osattava olla niin puoliso, vanhempi, johtaja, yhteistyökumppani, esimies, kuin tuotantotyöntekijä. Lisäksi yrittäjän pitää osata myydä, ostaa ja sijoittaa. Yrittäjän on kestävä henkiset paineet päätöksistään ja ratkaisuistaan, vaikka usein niiden seuraukset voivat olla epävarmoja. Työhyvinvoinnin ylläpitämiseksi työn on oltava myös mielekästä ja vastattava sille asetettuihin odotuksiin. Perheen sisäiset ihmissuhteet ja etenkin parisuhteen toimivuus vaikuttavat vahvasti myös työssäjaksamiseen. Jos perheen tai parisuhteen sisällä on käsittelemättömiä asioita, eikä ristiriitoja selvitetä ajoissa, ne jäävät kuormittamaan ja voivat johtaa uupumukseen. (Eskola ym. 2009, 8,9,20,25.)

Kynnysten yli

Muistatko
kun sinut kannettiin korkokengissäsi
kynnysten yli.
Elämä kimalsi kuin hääpövun paljetit.
Jalkojesi viimein tavoittaessa maata
huomasit kulkevasi kumisaappaissa,
navetan ja tuvan väliä.
Ja samalla polulla
sama kynnyksien yli nostaja
kuin silloin
eräänä suunnattoman kauniina päivänä.
Elisa Vainio.

Systemaattisessa tutkimuskatsauksessa ”Key Risk Factors Affecting Farmers’ Mental Health” käsiteltiin 167 viljelijöiden mielenterveyteen liittyvää tutkimusta. Katsauksessa oli mukana tutkimuksia 34 eri maasta ja niiden painopiste oli kehittyneissä maissa. Pohjoismaisia tutkimuksia oli mukana yhdeksän, joista viisi oli Norjasta ja kaksi Suomesta sekä kaksi Ruotsista. Eniten tutkimuksia oli Yhdysvalloista (45), Australiasta (29) ja Englannista (13). Tutkimuksista suurin osa oli määrällisiä tutkimuksia viimeisen kymmenen vuoden ajalta. Useissa tutkimuksissa todettiin, että viljelijöiden mielenterveysongelmat ovat lisääntyneet. Mielenterveysongelmat voivat johtaa mm. itsetunnon menetykseen, sosiaaliseen vetäytymiseen, perhesuhteiden rikkoutumiseen, väsymykseen ja päihitteiden käyttöön. Tutkimustuloksista ei voitu kuitenkaan kiistattomasti päätellä, että viljelijät kärsivät mielenterveysongelmista muita ammattiryhmiä enemmän. (Yazd, Wheeler & Zuo. 2019, 1,4,7,13.)

TAULUKKO 3 Yleisimmät mielenterveysongelmia lisäävät riskitekijät, tutkimusten määrä ja prosenttia tutkimuksista. (Muokattu taulukosta Yazd, Wheeler & Zuo. Table 3. Key farmer mental health risk factors 2019,8 liite 9)

Riskitekijä	Tutkimusten määrä	Kehittyneet maat	Kehitysmaat
Torjunta-aineille altistuminen	43 (19 %)	25 (15 %)	18 (34 %)
Talousongelmat	39 (18 %)	31 (18 %)	8 (18 %)
Sään epävarmuus (kuivuus, ilmastomuutos)	25 (11 %)	22 (13 %)	2 (5 %)
Huono fyysinen kunto/aikaisemmat vammat	23 (10 %)	18 (10 %)	5 (7 %)
Työn raskaus, stressi	17 (8 %)	12 (7 %)	5 (11 %)
Hallinnolliset vaatimukset/ paperityöt	14 (6 %)	11 (7 %)	3 (7 %)
Eristäytyminen, yksinäisyys, sosiaalisten suhteiden puute	14 (6 %)	11 (7 %)	3 (7 %)
Huoli tulevaisuudesta	12 (5 %)	12 (7 %)	0 (0 %)
Työskentely perheen kanssa (rooliristiriidat)	12 (5 %)	11 (7 %)	3 (7 %)
Kiire (paineet ajasta)	9 (4 %)	7 (4 %)	2 (5 %)
muut syyt	14 (6 %)	10 (5 %)	5 (9 %)

Suurimmat mielenterveysongelmiin liittyvät riskitekijät olivat päivittäinen torjunta-aineille altistuminen, talousongelmat, sään epävarmuus ja viljelijöiden huono fyysinen kunto tai fyysiset vammat. Muita riskitekijöitä olivat muun muassa työn kuormittavuus ja stressi, hallinnolliset vaatimukset, sosiaalinen eristäytyminen, huoli tulevaisuudesta ja perheen sisäiset ristiriidat. Koneiden rikkoutuminen, melu, paine ajan riittävydestä ja byrokratia tunnistettiin myös riskitekijöiksi. (Yazd ym. 2019, 8–11, taulukko 3.)

Seuraavissa kappaleissa tutustutaan tarkemmin osaan tutkimuskatsauksen tuloksista ja peilataan niitä tämän hetken tilanteeseen Suomessa.

5.1 Torjunta-aineille altistuminen

43 tutkimuksessa nostettiin esiin torjunta-aineille altistumisen ja viljelijöiden mielenterveyshäiriöiden yhteys. Torjunta-aineiden, jotka sisältävät hermojärjestelmiin vaikuttavia hermostomyrkyjä sanottiin aiheuttavan mielenterveysongelmia. Osassa tutkimuksista tutkittiin torjunta-aineiden vaikutusta mielenterveyshäiriöihin yleisesti, osassa taas tarkasteltiin tiettyjen yhdisteiden, kuten organofosfaattien vaikutusta. Niille voi altistua joko hengitysteiden tai ihoaltistuksen kautta, ja altistuksesta voi seurata sekä fyysisiä, että fysiologisia oireita, kuten ripulia, oksentelua, huimausta, keskittymisvaikeuksia, heikotusta, ärsytystä. Torjunta-aineiden yhteyttä mielenterveyshäiriöihin on tutkittu enemmän kehitysmaissa, kuin kehittyneissä maissa. (Yazd ym. 2019, 9.)

Työterveyslaitoksen selvityksen mukaan Suomessa maatalousyrittäjien myrkytystapaukset ja akuutteina koetut kasvinsuojeluaineista johtuvat oireet ovat vähentyneet. (Tukes 2018, 10–11.) Terveys ja maatalous Suomessa 2014 – tutkimuksessa kävi ilmi, että 18 % kasvinsuojeluaineita käyttäneistä päätoimisista viljelijöistä oli kokenut saavansa oireita vuorokauden sisällä kasvinsuojeluaineiden käytöstä. Oireita saaneista viljelijöistä päänsärkyä koki 43 %, väsymystä ja huimausta 34 %, iho- ja limakalvoärsytystä 33 %, hengitystieoireita 19 % ja pahoinvointia 12 %. Oireet olivat kuitenkin lieviä ja tutkimukseen vastanneiden mukaan oireet saattoivat johtua myös muusta syystä, kuin kasvinsuojeluaineille altistumisesta. Muina syinä mainittiin muun muassa työskentely väsyneenä ja hengityssuojaimen käyttö. (Perkiö-Mäkelä ym. 2016, 70,72,73.) Maria Kallioniemen väitöskirja tutkimuksen mukaan yli kaksi viikkoa jatkunut altistuminen torjunta-aineille vaikuttaa työhyvinvointiin ja on yhteydessä stressin oireisiin. (Kallioniemi 2013.)

5.2 Säähän liittyvä epävarmuus

Säähän liittyvän epävarmuuden, kuten kuivuuden ja ilmastonmuutoksen vaikutus nousi esiin 25 tutkimuksessa. Ennustusten mukaan kuivuus tulee lisääntymään tulevaisuudessa, ja se luokitellaan hitaasti leviäväksi katastrofiksi, jolla voi olla merkittäviä vaikutuksia niin fyysiseen kuin psyykkiseen terveyteen. Kuivuus aiheuttaa tuotannon laskua, satotappioita ja vaikeuttaa karjankasvatusta ja näin ollen sen vaikutus maatalouteen on suuri. Ilmaston vaikutus oli mukana 25 tutkimuksessa. Erityisesti ilmastoon keskittyviä tutkimuksia oli kahdeksan ja suurin osa niistä tutkimuksista sijoittui Australiaan. (Yazd ym. 2019, 9–10.) Maria Kallioniemen mukaan ilmastonmuutoksen tuomat riskit ja säähän liittyvä epävarmuus ovat yleisimpien viljelijöiden kuormitustekijöiden joukossa (Kallioniemi 2013).

5.3 Talous

Taloushuolien vaikutus tuli esiin Yazd ym. kokoelmatutkimuksen 39 tutkimuksessa vuonna 2019. Niitä aiheuttaa tuottajahintojen alhaisuus, tuotantopanosten hinnan nousu, epävaka kassatilanne, velkaisuus ja veroista selviäminen. Talousvaikeuksien takia voidaan joutua muuttamaan tai luopumaan tuotantosuunnasta sekä irtisanomaan työntekijöitä, joka johtaa yrittäjien työmäärän lisääntymiseen. (Yazd ym. 2019, 9.)

Suomen maatalousyritykset ovat kamppailleet jo pitkään kannattavuuskriisissä, joka paheni kesän 2021 kuivuuden ja syksyllä 2021 nousuun lähteneiden tuotantopanosten hintojen vuoksi. Maatalouden tuotantotarvikkeet ja palvelut kallistuivat vuonna 2021 28 % ja maatalouden investointeihin käytettävät tavarat ja palvelut 7,9 % edelliseen vuoteen verrattuna. Rajuinta hinnannousu oli lannoitteissa, joissa nousu oli jopa 144 %. Kotieläintuottajille kustannukset nousivat myös rehuviljoissa, joiden hinnat nousivat 61 % ja rehuseoksissa, joissa hinnat nousivat viidenneksellä. Myös polttoaineiden ja sähkön kallistuminen aiheuttivat lisäkustannuksia. (Tilastokeskus 2021)

Pellervon taloustutkimus julkaisi syksyllä 2021 tiedotteen, jonka ennusteen mukaan maatalouden yrittäjätulo jatkaa laskuaan vuonna 2022 (Aalto-Setälä ym. 2022.). Tilastokeskus julkaisi 16.3.22 ensimmäisen vuosineljänneksen ostohintaindeksi tiedotteen. Sen mukaan tuotantovälineiden ostohinnat nousivat tammikuussa 22.4 %. Tiedotteen mukaan Venäjän hyökkäys Ukrainaan aiheuttaa lisää korotuspaineita tuotantopanosten hintoihin. (Tilastokeskus 2022.)

Kustannusten nousua ei ole saatu ohjattua eteenpäin, eikä tuottajahintoihin ole tullut riittäviä koroituksia. MTK tiedotti huhtikuussa 2022, että kauppa ja elintarviketeollisuus avaavat sopimukset poikkeuksellisesti kesken sopimuskauden ja neuvottelevat hinnoista, jotta alkutuotannon tilanteeseen saadaan helpotusta. (MTV3 2022.)

Maaseudun Tulevaisuus lehden mukaan pitkään jatkunut huono taloudellinen tilanne uuvuttaa ja ahdistaa viljelijöitä. (Ala-Siurua 2022). Tuotantokustannusten nousu, alhaiset tuottajahinnat ja huono satovuosi voivat olla viljelijälle kestämaton yhdistelmä (Radio Suomi 2021). Heikko taloustilanne vaikuttaa myös kotieläinyrittäjien mahdollisuuksiin tehdä eläintenhyvinvointi-investointeja. Maa- ja metsätalousministeriön tuotantoeläinten hyvinvoinnin neuvottelulautakunnan kannanotossa todetaan, että eläinten hoito ja hyvinvointi voivat heikentyä yrittäjän uupuessa (Kiviranta. 2015). Eläinten hyvinvoinnin parantaminen vaikuttaa kannattavuuteen ja sen pitäisi näkyä myös tuotteiden kysynnässä ja esimerkiksi julkisten hankintojen laatuvaatimuksissa. Myös teollisuuden, kaupan ja elinkeinon tulisi kehittää tuotteita, joissa eläinten hyvinvointi pystytään todentamaan. Tällöin kuluttajilla olisi mahdollisuus vaikuttaa tällaisten tuotteiden ostamisen kautta, ja ne lisäisivät myös hyvinvointipanostusten kannattavuutta ja toisivat siten lisäarvoa tuottajalle. (Kiviranta. 2015.)

5.4 Fyysinen kunto ja elintavat

Yazd ym. kokoelmatutkimuksen mukaan viljelijöiden huono fyysinen kunto, loukkaantumiset ja työkyvyttömyys altistavat mielenterveysongelmille. Maatalous todettiin olevan yksi riskialtteimmista aloista työtapaturmille ja työperäisille sairauksille. Niissä tapauksissa, joissa maatalousyrittäjä jää työkyvyttömyyseläkkeelle, se tapahtuu yleensä muita yrittäjiä myöhemmin. (Yazd ym. 2019, 10–11.)

Tutkimuksen mukaan maatalousyrittäjät harrastavat kuntoliikuntaa vähemmän kuin muut suomalaiset työssäkäyvät ihmiset. Maatalousyrittäjät voivat ajatella, että lisäliikunta ei ole heille tarpeellista työn fyysisyyden vuoksi. Vapaa-ajan liikunta auttaa kuitenkin kehittämään fyysistä työtä tehokkaammin lihaskuntaa sekä sydän- ja verenkiertoelimistöä. Oikeanlaisen ravinnon lisäksi riittävä lepo on tärkeää. Nautintoaineita tulisi käyttää vain harkiten. Tutkimusten mukaan maatalousyrittäjät käyttävät alkoholia ja polttavat tupakkaa harvemmin kuin muut suomalaiset työssäkäyvät keskimäärin (Eskola ym. 2009, 35,45,49,51.)

Elintavoilla on suuri vaikutus ihmisten työkykyyn. Kun työn kuormitus lisääntyy, se alkaa näkyä myös elintapojen heikkenemisenä, kuten päihteiden käytön lisääntymisenä, unen laadun huonon-
tumisena, liikunnan vähentymisenä ja ruokavalion muuttumisena epäterveellisemmäksi. Ihmiset reagoivat stressiin eri tavoilla ja jokaisen tulisikin tunnistaa omat tapansa sekä kiinnittää huomiota elintapoihinsa. (Hakola 2019.)

5.5 Työn kuormittavuus ja työstä palautuminen

Yazd ym. mukaan raskaan työn ja univaikeuksien (nukahtamisongelmat ja uni aika) on todettu olevan maatalousyrittäjien riskitekijöitä. Niillä on todettu olevan yhteys myös mielenterveysongelmiin. Työn kuormittavuus lisää myös viljelijöiden riskiä työperäiseen sairastumiseen tai vammautumiseen. Myös se, että viljelijät asuvat tiloilla, jossa työvahingot sattuvat, vaikuttaa heidän hyvinvointiinsa. Kuormittavuutta lisäsi myös riski puolison sairastumiseen ja lasten loukkaantumiseen. (Yazd ym. 2019, 10–11.)

Kotieläinyrittäjät kokevat usein työn henkisesti ja fyysisesti kuormittavaksi. Koska työ on sitovaa, tilalta voi olla vaikea irrottautua ja työstä palautuminen voi olla haastavaa. Työn kuormitus voi oireilla niin fyysisillä, kuin psyykkisillä tavoilla. Henkinen hyvinvointi on iso osa työssäjaksamista ja työn mielekkyyttä. Yrittäjien sosiaalinen verkosto voi olla kapea, eikä väsymyksestä ja tyytymättömyydestä haluta puhua. Joskus ongelmana voi olla, vaikeuksia ei osata sanoittaa. Tyytymättömyyden lisääntyessä lepo ja irtautuminen tilalta eivät enää tuo helpotusta oloon. Jos yrittäjä pystyy palautumaan työstään hän jaksaa myös elämän ristiriitoja, kestää kielteisiä tunteita ja hän kykenee ratkaisemaan ongelmia. (Härkki-Santala 2001, 8.)

Työterveys ja maatalous 2014 – tutkimuksessa todettiin, että byrokratia ja hallinnollinen työ aiheuttivat maatalousyrittäjille henkistä kuormitusta, ja että huolta aiheuttivat etenkin taloudellinen epävarmuus ja jatkuva kiire. Henkistä rasitusta koettiin enemmän suurilla kuin pienemmillä tiloilla. Päätoimisesti viljelevistä vastaajista 40 % piti työtään melko tai hyvin rasittavana. Kotieläintiloista sika- ja lypsykarjatililla työ koettiin henkisesti rasittavammaksi kuin muilla kotieläintiloilla. 91 % vastaajista koki, että he palautuvat hyvin tai vähintään kohtalaisesti työpäivän fyysisestä ja henkisestä rasituksesta. Tutkimukseen vastanneista kotieläintuottajista 35–39 % oli tuotantosunnasta riip-

puen ollut pitkäaikaista tai toistuvaa voimattomuutta tai väsymystä, 15–21 % unettomuutta tai nukahtamisvaikeuksia, 10–17 % masentuneisuutta tai alakuloisuutta ja 11–15 % muistin tai keskittymiskyvyn heikkenemistä. Apua psyykkisiin oireisiin oli kuitenkin hakenut vain 3–5 % vastaajista. (Perkiö-Mäkelä ym.2016, 93,94,96,97,98,99.)

Tilojen työmäärään vaikuttaa yrittäjän henkilökohtaisten ominaisuuksien ja tilakoon lisäksi sen tuotantosuunta, työmenetelmät sekä työhön käytettävät panokset (Karhula ym. 2015, 25). Tilastokeskuksen vuonna 2017 tekemän tutkimuksen mukaan puolet maatalousyrittäjistä tekee säännöllisesti vähintään 50 tunnin työviikkoa. Keskimääräinen työviikko työnantajana toimivilla maatalousyrittäjillä on 45 tuntia. (Hakola 2019). Säännöllisen työviikon ei tulisi ylittää 45–48 h, tai muuten tapaturmien ja työperäisten sairastumisien riski kasvaa. Työpäivän pituus tulisi olla enimmillään 8–9 tuntia taukoineen. Sesonkiaikana ja tilapäisissä työruuhkissa työmäärän ei tulisi ylittää yli 12 tuntia. Etenkin karjatilastoilla, jossa työskentely on päätoimista ja töitä joudutaan tekemään viikon jokaisena päivänä, työn sitovuus ja korkea kuormittavuus heikentävät yrittäjän voimavaroja. Kun tuotantoon suunnitellaan laajennusta, pitäisi yrittäjien muistaa myös miettiä käytettävissä olevia resursseja ja sitä, riittääkö ne lisääntyvään työmäärään. (Karttunen ym. 2012, 2–3.)

Maitotilan hyvä vointi -tutkimushankkeen loppuraportissa todetaan, että koneellistumisen ja automatisoitumisen myötä fyysinen työmäärä on vähentynyt ja työ on keventynyt. Sen sijaan koneiden ja eläinten tarkkailuun kuluu enemmän aikaa. Koneiden ja automaation lisääntymisen kokivat helpottavammaksi ne maitotilayrittäjät, jotka osasivat korjata koneita itse. Sen sijaan, jos koneita ei pystytä korjaamaan itse koettiin, että tilanne voi olla hyvin kuormittava. (Kymäläinen 2011, 37.)

Työssäjaksamisen edellytys on, että työkuormituksesta pystyy palautumaan lepäämällä riittävästi. Tutkimuksen mukaan vain kolmannes maatalousyrittäjistä pystyy pitämään yhtäjaksoisesti vähintään kahden viikon loman (Hakola 2019.) Jotta ihminen palautuisi henkisestä ja fyysisestä kuormituksesta, hänen täytyy saada riittävästi unta. Riittävä ja hyvälaatuinen uni on yhtä tärkeää, kuin oikeanlainen ravinto ja liikunta. Lisäksi liian vähäinen unen määrä altistaa tapaturmille. Palautumisen kannalta on myös tärkeää, että työssä on riittävästi taukoja (Karttunen, Lähti & Puttonen 2012, 3.)

Yazd ym. tutkimuskatsauksessa vuonna 2019 nousi esiin myös naisten rooli maatalousyrittäjissä ja heidän kokema kuormitus. Naisten todettiin kokevan muutamaa tutkimusta lukuun ottamatta tiloilla enemmän psyykkistä ahdistusta kuin miesten. Naiset ovat maatiloilla useissa rooleissa ja

osallistuvat niin työnjohtoon, kotitalouden hoitoon kuin lastenhoitoon. Riskitekijöitä naisten mielen-terveyshäiriöille olivat muun muassa ristiriidat naisten ja miesten rooleista tiloilla ja kotitaloudessa, miesten isot työtuntimäärät, taloushuolet sekä naisten kokema aviomiesten tuen puute. Sen lisäksi, että puolison työmäärä kuormitti naisia, myös heidän oma työmääränsä todettiin olevan vaikuttava tekijä mielenterveyshäiriöille. Naiset jättivät usein oman terveydentilansa huomioimatta ja puhuivat useimmin miestensä terveydestä. (Yazd ym. 2019, 10–11.)

Kallioniemen mukaan naisilla on suuri rooli maatalouden rakentajina ja eläinten hyvinvoinnin vaa-lijana, eikä heidän panostaan maatalouteen tulisi väheksyä tai aliarvioida. Kallioniemen tutkimuk- sessa todettiin naisten osallistuvan tiloilla moniin eri työtehtäviin ja tekevän pitkiä työpäiviä. (Kallio- niemi 2013.) Työterveys ja maatalous 2014 – tutkimuksessa todettiin, että alle 35-vuotiaat maata- lousyrittäjänä työskentelevät naiset kokivat työnsä henkisesti kuormittavammaksi ja itsensä ma- sentuneemmaksi kuin ikäluokan työssäkäyvät naiset yleensä. (Perkiö-Mäkelä ym.2016, 14.)

5.6 Sosiaaliset suhteet ja eristäytyminen

Yazd ym. tutkimuskatsauksessa todetaan, että perheen tuen puutteella on merkitystä yrittäjien hy- vinvointiin, ja että henkinen kuormitus sekä mielenterveysongelmat aiheuttavat viljelijöille sosiaa- lista eristäytymistä. Tutkimuskatsauksen johtopäätöksissä esitetään, että viljelijöiden mielen- terveysongelmat ovat seurausta sosiaalisten, ympäristöllisten ja taloudellisten tekijöiden monimutkai- sesta vuorovaikutuksesta. (Yazd ym. 2019, 12–13.)

Maatilayrityksen menestykseen ja elämänlaatuun vaikuttaa yrittäjien ihmissuhteet (Kallio & Kola 1999, 116). Maatalousyrityksessä puoliso on usein myös työtoveri. Ristiriidat parisuhteessa heijas- tuvat siis myös suoraan työhyvinvointiin. Työn sidonnaisuuden vuoksi aikaa ihmissuhteiden ylläpi- toon voi olla vaikeaa löytää. Ihmissuhteiden ylläpito viljelijäperheessä voi olla suuremmassa mer- kityksessä kuin muissa yrityksissä: hankalatkin tilanteet on pystyttävä ratkaisemaan, etteivät ne haittaa arkea. (Eskola ym. 2009, 9).

Menestyksen kannalta myös sosiaalisilla verkostoilla on merkitystä. Myös sillä, että välit ovat kun- nossa maatalouskauppoihin ja muihin yhteistyökumppaneihin on merkitystä esimerkiksi yhteis- työstä tai rahoituksesta sopiessa. (Kallio & Kola. 1999, 117.) Tilamäärän vähentyessä lähialueella

ei välttämättä ole enää muita kotieläintiloja. Lisäksi kaupat, koulut ja harrastukset keskittyvät kaupunkikeskuksiin ja sosiaaliset kontaktit vähentyvät asiointikäyntien harventuessa ja tämä voi lisätä yrittäjien eristäytymistä ja yksinäisyyttä. Sosiaalinen kanssakäyminen onkin siirtynyt osittain erilaisiin keskusteluryhmiin internetin sosiaaliseen mediaan. (Kymäläinen 2011, 39.)

6 TYÖHYVINVOINTIA JA OSAAMISTA TUKEVAT PALVELUT, PROJEKTIT JA HANKKEET

Maa- ja metsätalousministeriön tuotantoeläinten hyvinvoinnin neuvottelulautakunnan mukaan tuottajille tulisi olla laajasti ja nopeasti saatavaa apua tarjolla. Matalan kynnyksen avun saatavuuden lisäksi myös yrittäjien tulisi itse hakea vaikeuksiin apua ajoissa, jolloin ongelmat olisivat helpommin ratkaistavissa. (Kiviranta. 2015.)

Maatalousyrittäjille on tarjolla työhyvinvoinnin ja työssäjaksamisen tueksi useita eri palveluja. Osaan työhyvinvointipalveluista, kuten lomituspalveluihin ja maatalousyrittäjän työterveyshuoltoon vaaditaan MYEL-vakuutus. Pakollinen maatalousyrittäjien MYEL-vakuutus on tarkoitettu päätoimisille yrittäjille. Jos maatalousyrittäminen on sivutoimista, vakuutuksen voi ottaa myös vapaaehtoisena. MYEL-vakuutuksen voi ottaa myös tilalla työskentelevälle puolisolalle tai perheenjäsenelle. Pakollisen vakuutuksen edellytyksenä on 18–67 vuoden ikä, ja yrittäjällä on oltava vähintään 5 ha peltoa. Lisäksi yrittäjän vuotuinen MYEL-työtulo on oltava vähintään 4032 euroa, tilan toiminnan on kuuluttava maatalousverotuksen piiriin ja toiminnan on kestävä vähintään neljä kuukautta. MYEL-vakuutukseen kuuluu myös pakolliset MATA-työtaturma ja ammattitautivakuutukset. Vakuutuksia voi täydentää vapaaehtoisilla vakuutuksilla. (Mela 2021c.)

Palveluiden lisäksi maatalousyrittäjillä on mahdollisuus osallistua valtakunnallisiin ja alueellisiin hyvinvointihankkeisiin. Väliä Viljelijästä - projekti toimii koko maassa 12 projektityöntekijän voimin. Järvi-Suomen alueella heistä työskentelee viisi. (Mela 2021d.) Lisäksi Järvi-Suomen alueella on käynnissä vuoden 2022 loppuun Maatalousyrittäjän työura muutoksessa ja TEKRI- tukea maaseutyrittäjien elämän kriisitilanteisiin -hankkeet.

6.1 Lomituspalvelut

Lomituspalveluita järjestävät paikallisyksiköt eli kunnat, joilla on lomituspalvelusopimus Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen kanssa. Jos kotieläinyrittäjä on oikeutettu lomituspalveluihin, hän voi valita joko paikallisyksion järjestämän tai itsejärjestetyn lomituksen. Mahdollisuudella irrottautua tilan töistä on suuri merkitys yrittäjän työhyvinvointiin. Vuosilomaan oikeutetuilla yrittäjillä on käytettävissään 26 vuosilomapäivää vuodessa. Vuosilomaan on oikeutettu yrittäjä, jolla on pakollinen MYEL-

vakuutus ja joka työskentelee päivittäin pakollisissa karjanhoitotöissä. Lisäksi yrittäjän kotieläintuotannon on oltava maatilatalouden tuloverolain mukaan verotettua. Yrittäjällä pitää olla lisäksi vähintään 6 kotieläinyksikköä, hän ei saa saada ns. estävää eläkettä. Tila ei saa myöskään olla EU:n maatalousalan valtioneuvoston mukana vaikeuksissa oleva yritys. Tuettua maksullista lomitusta voi käyttää 120 h vuodessa. Yrittäjällä on mahdollisuus käyttää myös täysin maksullista lomitusta. Täysin maksullisessa lomituksessa kaikki lomitukseen liittyvät kulut, mukaan lukien hallinnolliset, peritään täysimääräisenä yrittäjältä. Yrittäjällä on mahdollista saada sijaisapua sairauden tai tapaturman aiheuttamaan työkyvyttömyyteen, lapsen syntymään ja hoitoon, yritystoiminnan järjestykseen ja varusmiespalvelukseen. (Mela 2021b.)

Järvi-Suomen alueella vuosilomat toteutuivat lähes täysimääräisenä koko alueella vuonna 2020. Suurin osa lomaoikeutetuista valitsi paikallisyksikön järjestämän lomituksen. Vähiten itsejärjestettyä lomitusta käytettiin Etelä-Savossa (3,5 %) ja Pohjois-Savossa (4 %) ja eniten Keski-Suomessa (11,6 %) Tuettua maksullista lomitusta käytettiin vähiten Kaakkois-Suomessa (48 %) ja eniten Pohjois-Karjalassa (61 %). Sijaisapua saaneiden yrittäjien määrä oli pienin Etelä-Savossa (29 %) ja suurin Pohjois-Karjalassa (36 %) (taulukko 4, Mela 2021a).

TAULUKKO 4 Lomaoikeutetut yrittäjät 31.12.2020 (Mela 2021a)

	Etelä-Savo	Kaakkois-Suomi	Keski-Suomi	Pohjois-Karjala	Pohjois-Savo
Vuosilomaan oikeutetut	622	793	721	778	1723
Paikallisyksikön järjestämä lomitus	581	717	617	711	1617
Itsejärjestetty lomitus	22	50	84	47	70
Päiviä/käyttäjää	26	26	25,2	25,6	25,3
Tuettu maksullinen lomitus					
Käyttäjät	321	381	402	481	879
Täysin maksullinen lomitus					
käyttäjät	5	11	17	35	33
Sijaisapu					
Käyttäjät	184	213	229	284	601
Päiviä/käyttäjää	30	40	39	41	53

6.2 Työterveyshuolto

Työterveyshuolto on ennen kaikkea ennaltaehkäisevä palvelu, jossa maatalousyrittäjä saa apua työkyvyn ylläpitoon ja työssäjaksamiseen. Työterveyshuoltoon kuulumisen on maatalousyrittäjille vapaaehtoista. Työterveyshuoltoon voi liittyä 18–67 – vuotias MYEL-vakuutettu viljelijä sekä metsä-, kala- tai porotalousyrittäjät. Terveystarkastusten lisäksi työterveyspalveluihin kuuluu tiläkäynneillä tehty työolosuhdeselvitys. Tiläkäynneillä on mukana yrittäjien toivomusten mukaan tilan työterveyshoitaja, työfysioterapeutti, työterveyslääkäri ja/tai maatalouden asiantuntija. Kela korvaa MYEL-vakuutetun maatalousyrittäjän työterveystilakäyntien kuluista 100 % ja muista ennaltaehkäisevistä työterveyskustannuksista 60 %. Työterveyspalveluita voidaan ostaa yksityisiltä palveluntarjoajilta tai julkisesta terveydenhuollosta. Halutessaan yrittäjä voi ostaa palvelun tarjoajalta myös sairaanhoidon palveluja. MYEL-vakuutettu maatalousyrittäjä voi saada kelakorvausta yleislääkärin tasoisista sairaanhoitokuluista 50 %. Työterveyshuoltoon kuuluva maatalousyrittäjä voi myös päästä työterveyshuollon kautta kuntoutukseen ja saada kuntoutuksen ajalta kuntoutusrahaa. (Mela 2022.)

Järvi-Suomen alueella oli 31.12.2020 14974 MYEL-vakuutettua viljelijää. Heistä naisia oli 4443 ja miehiä 8772 (taulukko 5). Luvuissa on mukana myös MYEL-vakuutetut kasvinviljelijät. (Mela 2021a.)

TAULUKKO 5 MYEL-vakuutetut 31.12.2020 (Mela 2021a)

	Etelä-Savo	Kaakkois-Suomi	Keski-Suomi	Pohjois-Karjala	Pohjois-Savo
Miehet	1860	2291	1949	1521	2831
Naiset	801	854	864	667	1236
Kaikki vakuutetut	2661	3155	2813	2188	4157
Tilojen lukumäärä	2069	2428	2149	1659	2934
Työterveyshuoltoon liittyneet	747	881	878	927	1569
Osuus	28 %	28 %	31 %	42 %	38 %

Työterveys ja maatalous Suomessa 2004-tutkimuksen mukaan tilakoko vaikuttaa työterveyshuoltoon liittymiseen niin, että suuremmilta tiloilta kuulutaan työterveyshuoltoon enemmän kuin pienemmillä. Työterveyshuoltoon liittyneistä 81 % oli melko tyytyväisiä tai erittäin tyytyväisiä saamaansa työterveyspalveluun. (Perkiö-Mäkelä ym. 2016, 20). Vuonna 2020 työterveyshuoltoon liittyneitä yrittäjiä oli 1569.

täjiä Järvi-Suomen alueella oli eniten Pohjois-Karjalassa (42 %) Vähiten työterveyshuoltoon liittyneitä maatalousyrittäjiä oli Etelä-Savossa ja Kaakkois-Suomessa (28 %) Keskimääräinen työterveyshuoltoon liittyneiden määrä Järvi-Suomen alueella oli 33,4 %. Valtakunnallisesti MYEL-vakuutetuista työterveyshuoltoon oli liittynyt 31 %. (Mela 2021a.) Työterveyshuoltoon liittyneiden määrä on laskenut vuodesta 2013, jolloin valtakunnallisesti MYEL- vakuutetuista 39 % kuului työterveyshuollon piiriin (Perkiö-Mäkelä ym.2016, 20).

6.3 Työnohjaus maatalousyrittäjän tukena

Työnohjaus on omien toimintatapojen ja tunteiden läpi käymistä ja itsensä kehittämistä ammattitaitoisen ohjaajan kanssa. Työnohjaus on ollut Suomessa käytössä 1950-luvulta asti. Työnohjauksessa voidaan painottaa esimerkiksi ihmissuhteita, sosiaalisia tai työsuojelullisia näkökulmia, riippuen siitä, mitä tarpeita kullakin ammattialalla on. Työnohjaus ei ole terapiaa, vaan siinä tarkastellaan erilaisia työhön liittyviä odotuksia, työrooleja, työssä selviytymistä ja siinä kehittymistä. (Juuti 2016, 89.) Työnohjauksen perusta on asiakkaan tarve ja halu kehittyä työssä ja parantaa työn laatua. Työnohjaus on kirjattu työsuojelulakiin vuonna 1989. (Punkanen 2009,7.) Yrittäjillä ei ole samaa lakisääteistä oikeutta päästä työnohjaukseen, kuin työntekijällä. Yrittäjät voivat hakeutua itsenäisesti työnohjaukseen, mutta ongelmana on, että viljelijöille suunnattua työnohjausta on harvoin tarjolla ja alalla on työnohjauksesta vain vähän tietoa. Hakeutuminen yksityisen palveluntarjoajan työnohjaukseen voi tuntua yrittäjästä myös liian kalliilta. (Härkki-Santala 2001,16.)

Työnohjauksen tarkoituksena on myös ennaltaehkäistä työuupumusta ja tarjota työntekijälle tai yrittäjille paikka, jossa hän voi käsitellä työhön liittyviä asioita ennen kuin ne kärjistyvät kriisiksi. Työnohjaus voi kestää enimmillään kolme vuotta. Työnohjauksesta laaditaan kirjallinen suunnitelma, jossa sovitaan ohjauksen kestosta ja arvioinneista. Myös poissaoloperusteista on hyvä sopia etukäteen etenkin, jos kyseessä on ryhmämuotoinen työnohjaus. (Härkki-Santala. 2001, 10,11,13.) Mikäli yrittäjä hakeutuu työnohjaukseen, on tärkeää, että hän on sitoutunut työnohjaukseen ja valmis kehittämään itseään. Työnohjauksella on selkeä tavoite ja se tapahtuu ohjattavan ja ohjaajan aktiivisessa vuorovaikutuksessa. (Punkanen 2009, 7.)

Työnohjauksessa käsitellään yleensä vain ammatillisia asioita. Maataloudessa työ- ja vapaa-aika muodostavat kokonaisuuden, joten niitä on vaikea erotella toisistaan, kuten muissa yrityksissä. Tästä syystä tilalla asuva perhe on pakko ottaa huomioon myös työelämässä. Vuorottelumallisessa

työnohjauksessa voidaan etukäteen tehdyn suunnitelman pohjalta käsitellä myös henkilökohtaisia asioita yrityksen asioiden rinnalla. Maria Härkki-Santalalan vuosien 1995–1997 työnohjausryhmien kokemuksista käy ilmi, että työnohjausasiakkaat halusivat käsitellä jaksamista, henkilökohtaisia asioita ja työtä rinnakkain. (Härkki-Santala 2001,10,23,24.) Ammatti-identiteetin vahvistamisella sekä töitä ja perustehtäviä selkeyttämällä pyritään auttamaan ohjattavaa huomaamaan vaihtoehtoja omille työtavoille. Ohjaukseen tulevan on kuitenkin haluttava muutosta. Mikäli työnohjaus tapahtuu ryhmämuotoisena koko työyhteisölle, tulee kaikkien osallistujien olla halukkaita ja sitoutuneita ohjaukseen ja ohjattavien persoonallisuuksien tulee sopia yhteen. (Punkanen 2019, 8–9.)

6.4 Välitä viljelijästä -projekti

MTK järjesti maaliskuussa 2016 järjestöllisenä toimenpiteenä traktorimarssin Helsingin Senaattorille tuodakseen esiin viljelijöiden taloudellisen ahdingon ja viivästyneet tukimaksatukset. Tapahtumassa esitettiin noin 100 milj. euron kriisipaketti maa- ja metsätalous-, valtiovarain- ja pääministerille (MTK 2017, 26.) Tapahtuman seurauksena neuvoteltiin 50 milj. euron kriisipaketti, josta miljoona euroa osoitettiin viljelijöiden jaksamisen tukemiseksi Maatalousyrittäjien eläkelaitokselle. Rahoituksen turvin perustettiin Välitä viljelijästä -projekti vuodelle 2017. Projekti on todettu tarpeelliseksi ja sen rahoitus on saanut jatkoa vuosittain. Marinin hallitus (2019-) kirjasi hallitusohjelmaan tavoitteen turvata projektin rahoituksen vaalikauden loppuun. (Mela 2021d.)

Projekti tarjoaa viljelijöille mahdollisuutta selvittää heillä olevia haasteita, kuten jaksamis- ja talousongelmia tai ristiriitatilanteita perhesuhteissa. Projektityöntekijällä on mahdollisuus ohjata asiakas myös asiantuntijapalveluiden piiriin, joihin viljelijällä on mahdollista hakea 500 euron arvoista ostopalvelusitoumusta. Projektin avulla kootaan yhteen myös maaseutuyrittäjien sidosryhmiä Välitä viljelijästä -verkostoon. Sen tarkoituksena on, että maatalousyrittäjien kanssa toimivat sidosryhmien edustajat pystyisivät puuttumaan mahdollisimman ajoissa ja matalalla kynnyksellä havaitsemiinsa ongelmiin ja ottamaan puheeksi tilaa tai viljelijää kuormittavat asiat. Verkoston jäsenet sitoutuvat ehdottomaan luottamuksellisuuteen, ja avun piiriin ohjaaminen vaatii aina viljelijän suostumuksen. (Välitä viljelijästä verkkosivut.)

Välitä viljelijästä -projektityöntekijät tarjoavat myös työkykyä ylläpitävää neuvontaa. Palvelu on pilotoitu vuonna 2021 ja siitä saatu palaute on ollut myönteistä. Työkykyneuvontaa on pilottivaiheessa ollut saatavilla Etelä-Savon, Kaakkois-Suomen, Kanta-Hämeen, Keski-Suomen, Pohjois-

Karjalan ja Päijät-Hämeen alueella. Työkykykoordinaattorit etsivät yrittäjien kanssa ratkaisuja tilanteeseen, jossa yrittäjän työkyky ei enää vastaa työn haasteisiin. Esimerkiksi pitkissä sairauslomatilanteissa yrittäjä voi saada apua kuntoutusvaihtoehtojen tai työn jatkovaihtoehtojen kartoittamiseen. Palvelu on yrittäjälle maksutonta. (Mela tänään 2021,4.)

Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen toimitusjohtaja Päivi Huotarin mukaan maatalousyrittäjien avun tarve on suurempi kuin koskaan ja Väliä viljelijästä -projektille olisi tärkeää saada turvattua jatkuvuus (Sirkiä 2022).

6.5 Maatalousyrittäjän työura muutoksessa -hanke

Maatalousyrittäjän työura muutoksessa hanke toteutetaan vuosina 2020–2022 Etelä-Savon alueella. Hankkeen toteuttajana on Diakonia- ammattikorkeakoulu Oy ja osatoteuttajana ProAgria Etelä-Savo. Hankkeella on useita eri yhteistyökumppaneita muun muassa MTK-Etelä-Savo, Mela, Väliä- Viljelijästä – hanke, alueen kuntia ja työterveyshuollon toimijoita sekä seurakuntia. Hankkeen osarahoittajana on LähiTapiola Savo-Karjala. Hankkeen tavoitteena on tunnistaa muutostilanteita ja niissä tarvittavia voimavaroja maatalousyrittäjän arjessa sekä parantaa maatalousyrittäjän työssäjaksamista ja hyvinvointia muutostilanteissa. Hanke pyrkii myös löytämään keinoja muutostilanteiden käsittelyyn ja testaamaan erilaisia palvelumalleja ja palveluohjausta, jotka tukevat maatalousyrittäjää muutoksessa. Toimintamallit ja palvelupolut on tarkoitus juurruttaa Etelä-Savon alueelle yhteistyötahojen ja sidosryhmien toimintaan. Hankkeen kohderyhmänä on työiässä olevat maatalousyrittäjät ja maaseutuyrittäjyyteen liittyvät sidosryhmät. (Maatalousyrittäjän työura muutoksessa -hanke, hankekuvaus.)

Hanke on tarjonnut työnohjauspalveluja hankkeeseen osallistuneille asiakkaalle syyskuusta 2021 alkaen. Työnohjaukseen voi osallistua joko toinen tai molemmat yrittäjät sekä heidän työntekijänsä. Tapaamiskertoja on vähintään kolme ja ne järjestetään vähintään kolmen viikon välillä. Keskustelua käydään työhön liittyvistä haasteista ja ne tähtäävät voimavarojen ja oivallusten löytymiseen. (Pro Agria 2022)

6.6 TEKRI – Tukea maaseutuyrittäjien elämän kriisitilanteisiin -hanke

TEKRI – hanke toteutetaan 1.10.2020-30.9.2022 välisenä aikana Keski-Suomessa. Hankkeen toteuttajana on Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Hankkeessa tavoitellaan mikro- ja maaseutuyrittäjien elämänhallinnan taitojen ja -menetelmien kehittämistä ja menestyksellisen yrittäjyyden valmiuksia. Hankkeessa jatketaan YKSISSÄ-hankkeesta aloitettuja Tilakäynnit työparina -toimintamallia. Niissä keskitytään kriisitilanteiden varhaiseen tunnistamiseen, akuutteihin kriisitilanteisiin, pitkittyneisiin kriiseihin ja tuen saamiseen mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Hankkeessa järjestään myös maaseutuyrittäjien sidostyhmiille varhaisen tuen mallin koulutusta. (Tekri 2021.)

TEKRI -hankkeessa luodaan mentorimalli maaseutuyrittäjien tukemiseksi. Mentoroinnissa aloitteleva tai kokenut maaseutuyrittäjä (aktori) saa apua kokeneelta maaseutuyrittäjältä (mentori). Mentoroinnin tarkoituksena on hyvien käytäntöjen ja osaamisen siirtämistä mentoroijalta aktorille. Hankkeessa järjestetään myös työnohjauksellista ryhmäkonsultaatiota viidellä eri paikkakunnalla. Konsultaatiot sisältävät työnohjauksellisia metodeja, sparrausta ja elämäntapaohjausta ja niiden tarkoituksena on vahvistaa maaseutuyrittäjien ammatillisuutta ja ammattimaisuutta. Tavoitteena on myös juurruttaa työnohjaukselliset konsultaatiot osaksi maaseutuyrittäjien työhyvinvointia. Molemmista malleista luodaan opaskirja. (Tekri 2021.)

6.7 Neuvo2020 -tuki

Neuvo2020 tuki on tarkoitettu maatalojen kehittämiseen ja kilpailukykyyn parantamiseen tai tulevaisuuden suunnan etsimiseen. Sen avulla yritys voi saada neuvontaa enintään 15 000 € vuosien 2015–2022 aikana. Viljelijän maksettavaksi jää neuvonnasta ainoastaan arvonlisävero. Neuvoja hakee tuen viljelijän puolesta. Tukea voi käyttää seuraaviin toimenpiteisiin:

- Viljelijätukien ehtojen neuvontaan (täydentävät-, ympäristökorvaus-, eläintenhyvinvointikorvaus-, luonnonmukaisen tuotannon ja viherryttämisen, ehdot)
- Tilan tulevaisuuden suunnitteluun (investoinnit, sukupolvenvaihdokset, tilan kehittäminen, kannattavuuslaskelmat, tuotantokustannuslaskelmat)
- Tuotantoeläinten terveydenhuoltosuunnitelma
- Energianeuvonta
- Bioenergiantuotannon mahdollisuuksiin
- Kasvinsuojelun ja integroidun torjunnan neuvonta

(Ruokavirasto 2021b,)

Vaikka Neuvo 2020 -tuki on suunnattu tilojen kehittämiseen ja kilpailukyvyn parantamiseen, se ei huomioi yrittäjiä itseään kehittämisen kohteena. Tuen avulla ei voi kouluttautua, eikä sitä voi käyttää esimerkiksi työhajaukseen tai muihin hyvinvointipalveluihin.

6.8 Tukipalveluiden ja hankkeiden hyödyntämisen esteet

Vaikka maatalousyrittäjillä on useita eri palveluja ja hankkeita työhyvinvoinnin tueksi, avun hankkiminen voi olla joskus vaikeaa. Yazd ym. 2019 julkaisemassa systemaattisessa tutkimuskatsauksessa oli 9 tutkimusta, jotka käsittelivät viljelijöiden avun etsimisen esteitä. Avun etsimisellä tarkoitetaan parannuskeinon tai helpotuksen etsimistä huonoon oloon. Avun etsimistä mielenterveyshäiriöihin hidasti usein se, että viljelijät salaavat kokemansa stressin ja uupumuksen. Varsinkin mielenterveysongelmallisille se voi olla liian vaikea prosessi, sillä monesti avun hankintaa vaikeuttaa tiedon puute tai uskomus siitä, että ihmisten tulisi hoitaa mielenterveysongelmansa itse. Maaseudulla voi myös olla vaikeaa tavoittaa mielenterveyspalveluja niiden vähäisyyden vuoksi. Myös sosiaalinen imagon menetyksen pelko, kielteiset käsitykset terveydenhuollosta ja kalliit hoitomaksut voivat estää avun hankkimista. Jotta mielenterveysongelmista kärsivät osaisivat hakea apua ongelmiinsa, heidän pitäisi ensin tunnustaa ja tunnistaa niiden olemassaolo. Lisäksi avun hakijan pitäisi uskoa, että avun pyytäminen auttaa ratkaisemaan hänen ongelmiaan. Tutkimuksessa havaittiin viljelijöiden katsovan parhaimmaksi pärjätä itse, kuin hakea apua fyysisiin tai psyykkisiin ongelmiin ja, että tulevaisuudessa tarvitaan lisää tutkimusta siitä, miten esteet avun etsimiselle poistetaan. (Yazd ym. 2019, 12–14.)

DIAK-ammattikorkeakoulun hankkeen projektipäällikkö Merja Nykänen toteaa Radio Suomi Mikkelin haastattelussa, että avun tarvitsijan ja apua tarjoavien tahojen välissä on hyvä olla välittävä taho, vaikka apua antavien tahojen yhteystiedot löytyisivätkin esimerkiksi Internetistä. Yrittäjien voimavarat eivät välttämättä riitä avun etsimiseen, eivätkä he välttämättä tiedä palvelujen olemassaolosta (Radio Suomi 2021.)

7 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytetyön tutkimus käsittää kolme vaihetta. Ensimmäisessä vaiheessa suunniteltiin ja toteutettiin työkalu työhyvinvoinnin arvioinnin avuksi. Toisessa vaiheessa toteutettiin kyselytutkimus Järvi-Suomen kotieläinyrittäjille ja kolmannessa vaiheessa haastattelu kyselytutkimuksen kautta valituille yrittäjille, jotka ovat saaneet apua työhyvinvointinsa parantamiseen. Tutkimuksen vaiheet eivät edenneet lineaarisesti, vaan ne limittyivät toisiinsa tutkimuksen edetessä.

Timantti-työkalun idea ja kehittäminen tehtiin tietoperustaa kootessa. Siinä hyödynnettiin Michael Porterin timanttimalia, josta muokattiin hyvinvoinnin arviointiin soveltuva työkalu (Porter 1990). Timantin kehittelyn pohjana on tietoperustassa esitetyt hyvinvointiin liittyvät tekijät. Työkalun ominaisuuksia muotoiltiin kevään 2022 aikana ja sen toimivuutta testattiin ensin opinnäytetyön toimeksiantajalla, maatalousyrittäjällä, sekä Maatalousyrittäjän työura muutoksessa -hankkeen ja Välitä Viljelijästä -projektin työntekijöillä. Sen jälkeen lähes valmista Yrittäjän hyvinvoinnin timanttia testattiin vielä tutkimuksen haastatteluihin osallistuneilla yrittäjillä. Timantin viimeistely tehtiin haastatteluiden jälkeen.

Kyselytutkimus toteutettiin Järvi-Suomen alueen loma-omikeutetuille kotieläinyrittäjille maaliskuussa 2022. Kysely jaettiin yrittäjille sekä alueen lomitusyksiköiden, että maaseutuhallinnon kautta. Kyselyllä haluttiin selvittää, millaiseksi yrittäjät kokevat työhyvinvointinsa ja millaisia kehittämisen esteitä yrityksillä on. Siinä kysyttiin myös yrittäjiltä halukkuutta osallistua haastattelututkimukseen (liite 9).

Haastattelututkimus toteutettiin huhtikuussa 2022 ja siihen osallistui 5 yrittäjää. Haastateltavat valittiin niiden yrittäjien joukosta, jotka jättivät yhteystietonsa haastattelua varten ja jotka olivat saaneet apua eri työhyvinvointia tukevia palveluita tarjoavilta tahoilta. Haastattelujen tarkoituksena oli selvittää, millaista apua yrittäjät ovat saaneet ja onko se ollut riittävä heidän työhyvinvointinsa kannalta. Haastatteluilla pyrittiin selvittämään myös, miten yrittäjät olivat saaneet tietoa apua tarjoavasta tahosta sekä miten avun tarjoaja ja avun tarvitsija saataisiin parhaiten kohtaamaan. Haastattelukysymykset ovat liitteessä 10. Lisäksi haastateltavat osallistuivat Yrittäjän hyvinvoinnin timantin testaukseen ja saivat antaa siitä palautetta.

7.1 Tutkimusmenetelmät

Kyselytutkimuksessa tutkimusmenetelmänä käytettiin kvantitatiivista eli määrällistä tutkimusta. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa vastaajien määrä on yleensä suuri ja siinä käytetään yleisesti lomakekyselyä. Kysely-, eli survey-tutkimusta sopii käytettäväksi silloin, kun määrällisesti isolta joukosta kysytään samaa asiaa (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2015, 40,105.) Kyselytutkimus toteutettiin kokonaistutkimuksena kaikille Järvi-Suomen alueen loma-aikeutetuille, joilla on sähköpostiosoite alueen lomitusyksikön tiedossa. Niille yrittäjille, joiden sähköpostiosoitteita ei ollut lomitusyksiköiden tiedossa, lähetettiin lomake alueen maaseutuviranomaisten kautta. Kokonaistutkimuksessa on mukana koko tutkittava populaatio (Heikkilä 2014,31). Kysely laadittiin Webropol-kyselyynä.

Kyselyn kysymykset olivat pääasiassa suljettuja monivalintakysymyksiä ja sekamuotoisia kysymyksiä. Suljetuissa, eli strukturoiduissa kysymyksissä vastausvaihtoehdot on rajattu. Niiden käsittely on helpompaa ja virheiden mahdollisuus on pienempi. Sekamuotoisissa kysymyksissä on rajattujen vastausvaihtoehtojen lisäksi yksi avoin vaihtoehto. Sitä käytetään silloin, jos rajatuissa vastausvaihtoehtoisissa ei pystytä välttämättä huomioimaan kaikkia mahdollisia vastauksia. Lisäksi yksi kysymys oli avoin. Avoimessa kysymyksessä vastauksia ei rajoiteta ja niissä voidaan saada vastauksia, joita ei olisi osattu suljetulla kysymyksellä kysyä (Heikkilä 2014, 47–50). Tuloksia käsiteltäessä avoimet vastaukset jaoteltiin teemoittain.

Haastattelututkimus tehtiin kvalitatiivisena- eli laadullisena tutkimuksena. Haastattelukysymykset olivat avoimia. Kvalitatiivista tutkimusta käytetään yleensä silloin, kun vastaajamäärä on pieni, aineisto ei ole yhtä strukturoitua kuin kvantitatiivisessa tutkimuksessa ja tutkimusaineisto on tekstimuotoista (Heikkilä 2014,15). Analysoitavaa aineistoa on myös yleensä runsaasti. Aineisto voi olla esimerkiksi litteroitua, eli haastatteluissa saatua auki kirjoitettua materiaalia. Haastatteluilla pyritään saamaan tarkempaa tietoa ja uusia näkökulmia aiheesta (Ojasalo ym. 2015, 105–106.) Haastattelut toteutettiin verkossa Teams-ohjelman välityksellä ja ne litteroitiin auki haastatteluiden jälkeen. Tuloksissa eroteltiin, millaista apua haastateltavat olivat saaneet eri palvelun tarjoajilta ja mitä seikkoja haastateltavat pitivät tärkeänä avun saannin kannalta.

7.2 Tutkimusetiikka

Tutkimusaiheen valinnan lähtökohtana on tutkia työhyvinvoinnin näkökulmasta, millaisia kehittämisen esteitä maatalousyrittäjillä on ja millaista apua yrittäjät tarvitsevat muuttuvassa yhteiskunnassa. Opinnäytetyön tutkimusmenetelminä käytettiin Webropol-lomakekyselyä ja haastatteluja. Kyselytutkimukseen vastattiin nimettömästi ja haastattelututkimuksen tulokset julkaistiin niin, että tuloksista ei pystytä päättämään vastaajien henkilöllisyyttä. Tutkimustuloksia on käsitelty rehellisesti ja huolellisesti niitä kerätessä, tallentaessa ja esittäessä.

Tutkimuksessa on noudatettu Tutkimuseettisen neuvottelukunnan Hyvä tieteellinen käytäntö –ohjeistusta. Tutkimuksen tietoperustassa käytetyt lähdemateriaalit on luetteloitu ja tekstissä lähdemateriaaleja käytettäessä on merkitty lähdeviitteet. Valmis työ on tarkastettu Urkund -plagioinnin esto-ohjelman avulla.

8 TULOKSET

Tutkimus koostuu kolmesta eri vaiheesta, jotka ovat maatalousyrittäjän hyvinvoinnin tarkasteluun tarkoitetun työkalun kehittäminen sekä kyselytutkimuksen ja haastattelututkimuksen toteutus. Tutkimuksen eri vaiheet toteutettiin osittain samanaikaisesti.

8.1 Yrittäjän hyvinvoinnin timantti

Kyselytutkimuksen ja haastatteluiden lisäksi yhtenä opinnäytetyön tavoitteena oli koota materiaalia Maatalousyrittäjän työura muutoksessa -hankkeen verkkosivuille sekä maatalousyrittäjien ja heidän sidosryhmien, kuten Melan, neuvonnan ja työterveyshuollon käyttöön. Materiaalista toivottiin olevan hyötyä yrittäjille ja heidän hyvinvoinnilleen. Materiaalista ei ollut tarkkaa toivetta, vaan sitä alettiin työstämään yhdessä opinnäytetyön tietoperustan kokoamisen yhteydessä.



YRITTÄJÄN HYVINVOINNIN TIMANTTI MAATALOUSYRITTÄJÄN KEHITTÄMISEN ESTEET TYÖHYVINVOINNIN NÄKÖKULMASTA

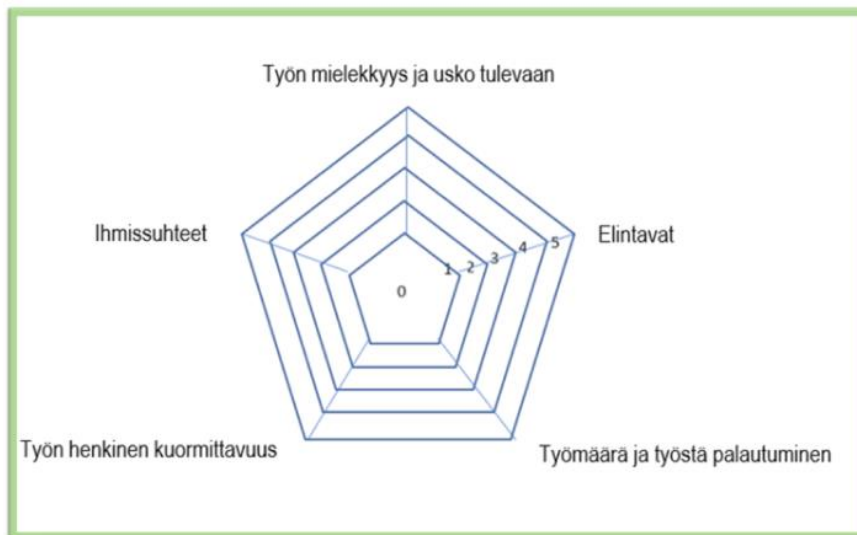
SANNA HÄMÄLÄINEN
LUONNONVARA-ALA OAMK
Maaseudun kehittämisen tutkinto-ohjelma

KUVIO 4 Yrittäjän hyvinvoinnin timantti, kansilehti

Hyvinvoinnin tueksi kehitettiin ”Yrittäjän hyvinvoinnin timantti” (kuvio 4), jonka avulla yrittäjä voi yksin tai yhdessä sidosryhmän edustajan kanssa arvioida hyvinvointiin liittyviä osa-alueita. Sen kehitysvaiheessa opinnäytetyön toimeksiantaja sekä Välitä viljelijästä – projektin ja Maatalousyrittäjän työura muutoksessa -hankkeen työntekijät kommentoivat työkalua, sen ominaisuuksia ja toimivuutta. Kehitystyötä jatkettiin kommentoinnin perusteella. Myöhemmin haastattelutilanteessa yrittäjät testasivat timantin toimivuutta vastaamalla väittämiin. Yrittäjät saivat myös antaa palautetta timantista, jonka jälkeen se viimeisteltiin.

8.1.1 Timantin toteutus

Timantin pohjana on Michael Porterin timanttimalli. Alkuperäinen timanttimalli on kehitetty yritysten kilpailukykyyn liittyvien osatekijöiden arviointiin. Siinä käytetään neljää osatekijää, jotka muodostavat timantin kulmat. Porterin mallissa oletetaan, että osatekijöiden on oltava vahvoja, jotta yrityksen kilpailukyky säilyisi. Mikäli jossain osa-alueessa on heikkoutta, sitä voidaan paikata jonkin toisen osa-alueen vahvuudella. (Ojala 2007, 77–78.) Malli on visuaalinen ja pisteyttämällä eri osa-alueisiin liittyvät väittämät ja viemällä väittämien keskiarvot timanttiin voidaan nähdä, mitkä yrityksen osa-alueet ovat vahvoja ja onko joissain alueissa heikkoutta. Porterin timanttimalia muokattiin soveltuvaksi työhyvinvoinnin arvioimiseen ja siihen lisättiin viides sakara (KUVIO 5).



Valmiista timantista näet, miten koet hyvinvointiasi eri osa-alueilla. Mikäli sait joillain osa-alueilla tulokseksi alle 3, pohdi miten niitä voisi vahvistaa ja tarvitsisitko siihen apua. Voit myös uusia timantin jonkin ajan kuluttua ja katsoa, onko tilanne kehittynyt oikeaan suuntaan.

©Sanna Hämäläinen 2022

7



KUVIO 5 Hyvinvoinnin timantti

Timantin sakaroiden osa-alueet perustuvat yrittäjän työhyvinvointiin vaikuttaviin tekijöihin, joita on käsitelty opinnäytetyössä. Osa-alueet ovat: ihmissuhteet, työmäärä ja työstä palautuminen, elintavat, työn henkinen kuormittavuus sekä työn mielekkyys ja usko tulevaan. Ihmissuhteilla on iso merkitys niin yrittäjän elämän laatuun kuin yrityksen menestykseen. Mahdolliset ristiriidat perheessä ja parisuhteessa vaikuttavat yrityksen toimintaan, mutta myös yritykseen liittyvät ihmishuonokkeet vaikuttavat puolestaan perheeseen. Työmäärällä ja työstä palautumisella pyritään tarkastelemaan yrittäjän työmäärää sekä mahdollisuuksia keventää ja tauottaa työtä. Osa-alueessa kiinnitetään myös huomiota mahdollisuuksiin irtautua töistä. Jos yrittäjän työn kuormittavuus lisääntyy, se voi näkyä elintapojen heikkenemisenä. Elintavat osa-alueessa käsitellään yrittäjän ruokailutottumuksia, päihteiden käyttöä sekä nukkumiseen ja liikuntaan liittyviä asioita. Yrittäjän henkinen hyvinvointi on iso osa työssäjaksamista ja työn mielekkyyttä. Työn henkinen kuormittavuus osa-alueessa tarkastellaan muun muassa stressiin, keskittymiskykyyn ja avun hankkimiseen liittyviä asioita. Työn mielekkyyteen ja uskoon tulevaisuudesta vaikuttavat niin yrittäjän hyvinvointi, työn ja vapaa-ajan tasapaino kuin taloudelliset asiat. Näitä asioita on nostettu esiin viidennessä osa-alueessa, jossa pohditaan muun muassa miten yrittäjä kokee työn merkittävyyden sekä, yrittäjän halua kehittää yritystä ja omaa osaamistaan.

Elintavat

Työn kuormittavuuden lisääntyminen voi vaikuttaa elintapoihin heikentävästi. Päihteiden käyttö voi lisääntyä, unen laatu voi huonontua ja ruokavalio voi muuttua epäterveellisemmäksi. Myös liikkuminen voi vähentyä. Fyysisen työn rasitus ei yksin niitä terveysvaikutteiseksi, vaan lihaskuntoa sekä sydän- ja verenkiertoelimistöä tulisi harjoittaa myös vapaa-ajalla. Liikuntasuosituksista voit lukea lisää UKK-instituutin sivuilta: <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/aikuisten-liikkumisen-suositus/>

Päihteitä tulisi käyttää vain harkiten. Omaa päihteiden käytön määrää voi arvioida tekemällä AUDIT- testin [Paihdelinkki sivuilla](https://paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/alkoholi/alkoholin-kayton-riskit-audit): <https://paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/alkoholi/alkoholin-kayton-riskit-audit> tai nikotiiniriippuvuustestin <https://paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/nikotiini>.

Ruokavalio tulisi olla monipuolinen. Terveellisen ruokavalion voi koostaa ruokapyramidin ja lautasmallin avulla. Tietoa näistä löytyy ruokatiedon sivuilta: <https://www.ruokatieto.fi/ruokakasvatus/ruokaketju-ruuan-matka-pelloilta-poytaan/ravitsemus-ja-ruuan-valinta/miten-syoda/syo-monipuolisesti>

Pisteytys:

- 1 = Olen eri mieltä, tilanteessa on tältä osin paljon parannettavaa.
- 2 = Olen jonkin verran eri mieltä, tilanne voisi olla tältä osin parempikin.
- 3 = Oikeaan suuntaan ollaan menossa, mutta vielä on parannettavaa.
- 4 = Olen lähes samaa mieltä, tilanne on jo lähes kunnossa mutta pientä parantamista löytyy vielä.
- 5 = Olen samaa mieltä, eli tilanne on tältä osin erinomainen.

4

©Sanna Hämäläinen 2022

Pisteet	Elintavat
	Säännölliseen ruokarytmiin kuuluu aamiainen, lounas, välipala, illallinen iltapala. Pyrin pitämään ruokarytmini säännöllisenä.
	Ruokailutottumukseni ovat pääsääntöisesti terveelliset ja syön monipuoliset lautasmallin mukaan.
	Liikun myös vapaa-ajalla monipuolisesti.
	Muistan huoltaa kehoani.
	En tupakoi tai käytä nuuskaa.
	Nautin alkoholia vain kohtuudella.
	Lähipiirini ei ole ilmaissut huolta elintavoistani.
	Nukun riittävästi, eli vähintään 6–9 h yössä.
	Minulla ei ole nukahtamisongelmia.
	En heräile öisin niin, että minun olisi vaikea nukahtaa uudestaan.
Pisteiden keskiarvo	

KUVIO 6 Osa-alue 3: Elintavat

Jokaisen osa-alueen yhteydessä kerrotaan sen sisällön merkityksestä työhyvinvoinnille. Elintavat osa-alueeseen (kuvio 6) on koottu myös linkkejä, joiden kautta saa lisää tietoa esimerkiksi liikunta- ja ruokavaliosuosituksista sekä voi arvioida omaa päihteiden käyttöä. Jokaisessa osa-alueessa on kymmenen sen aiheeseen liittyvää väittämää. Väittämille annetaan pisteet pisteytysohjeen mukaan. Jokaisessa osa-alueessa käytetään samaa pisteytystä:

- 1= Olen eri mieltä. tilanteessa on tältä osin paljon parannettavaa.
- 2= Olen jonkin verran eri mieltä, tilanne voisi olla tältä osin parempikin.
- 3= Oikeaan suuntaan ollaan menossa, mutta vielä on parannettavaa.
- 4= Olen lähes samaa mieltä, tilanne on tältä osin jo lähes kunnossa mutta pientä parantamista löytyy vielä.
- 5= Olen samaa mieltä, eli tilanne on tältä osin erinomainen.

Kun väittämät on pisteytetty, niille lasketaan keskiarvo, joka merkitään työhyvinvoinnin timanttiin osa-alueita kuvaavaan sakaraan. Muodostuvasta yrittäjän hyvinvoinnin timantista näkee, missä osa-alueissa yrittäjällä on eniten parannettavaa ja mitkä osa-alueet ovat jo mahdollisesti hyvällä mallilla. Mikäli yrittäjä saa joissain osa-alueilla tulokseksi alle 3, häntä ohjeistetaan miettimään, miten niitä osa-alueita voisi vahvistaa ja tarvitseeko hän siihen apua.

8.1.2 Timantin testaus ja saatu palaute

Haastattelun osallistuneet yrittäjät testasivat Yrittäjän hyvinvoinnin timanttia. He pitivät timanttia hyvänä työkaluna niin yrittäjille itselleen kuin neuvonnan tai työterveyshuollon käytettäväksi. Siitä koettiin olevan apua yrittäjän oman tilanteen läpi käymiseen.

”Monesti se on tavallaan niin, että tämmösen testin tekemisessä pysähtyy miettimään miltä tässä hetkessä se tilanne tuntuu ja pysäyttää, että sitä ei vaan paina menemään. Ja niin kun joskus vois olla hyvä, jos niin kun tekee tuollaisen testin ja siinä jää joku mieltä kaivamaan, niin olisi hyvä tehdä se jonkin ajan päästä uudelleen, että onko tilanne muuttunut”

”Jos testin tekisi työterveyshuollossa, niin hoitaja näkisi jo kysymättä, että jaksamisasioista pitää keskustella, eikä tarvitse odottaa, että asiakas ottaa puheeksi, ettei enää jaksa”

Haastateltavat kokivat myös hyvänä sen, että timantista näkee tulokset sekä numeraalisesti että visuaalisesti. Näin erilaiset ihmiset pystyvät hahmottamaan tilanteensa paremmin.

”Tuo on oikeastaan aika käytännönläheinen, tuo on ihan kätevä sillä tavalla, että osaa vähän jaotella”

”Jos on visuaalinen ihminen niin näkee paremmin tästä timantista ja sitten taas toinen voi ymmärtää kuulemansa perusteella paremmin. Tässä tulee asiat kahta kautta”

Timanttia muokattiin haastattelussa esiin tulleiden asioiden perusteella. Väittämiä tarkennettiin ja timantin kuvion yhteyteen lisättiin kehoitus miettiä heikompien osa-alueiden vahvistamiskeinoja sekä tarvittaessa myös avun pyytämistä.

Yrittäjän hyvinvoinnin timantti on kokonaisuudessaan liitteenä 11.

8.2 Kyselytutkimus

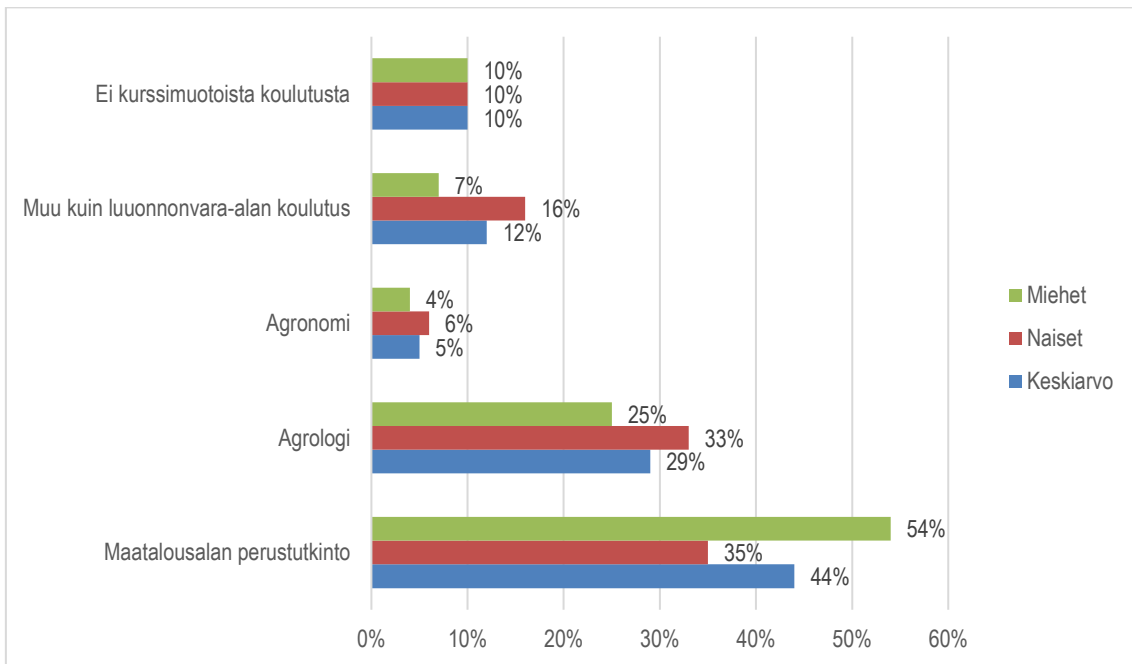
Kyselytutkimus lähetettiin sähköisenä kyselylomakkeena maaliskuussa 2022 3339 Järvi-Suomen kotieläinyrittäjälle ja siihen vastasi 375 yrittäjää. Vastausprosentiksi muodostui 11,2. Etelä-Savosta vastaajia oli 57 (15,2 %), Kaakkois-Suomesta 25 (6,6 %), Keski-Suomesta 89 (23,7 %), Pohjois-Karjalasta 69 (18,4 %) ja Pohjois-Savosta 135 (35,9 %).

Tutkimuksen tuloksista esitetään ensin vastaajien taustatiedot, jonka jälkeen esitetään varsinaiset tulokset. Tuloksia vertaillaan ei alueiden kesken, tuotantosuunnittain sekä koulutuksen ja/tai sukupuolijakauman perusteella.

8.2.1 Vastaajien taustatiedot

Vastaajista naisia oli 201 (53,4 %) ja miehiä 174 (46,3 %). Yksi vastaajista vastasi kohtaan muu/en halua vastata. Vastaajista 255 (68 %) oli lypsykarjatilallisia, 76 (20,3 %) nautakarjatilallisia, 32 (8,5 %) sekatilallisia, 7 (1,9 %) lammas/vuohitilallisia, 3 sikatilallisia (0,8 %) ja 2 (0,5 %) siipikarjatilallisia. Koska sika- ja siipikarjatilallisia on vastaajissa vähäinen määrä, näiden tuotantosuuntien tulokset on yhdistetty. Yhteensä vastaajista oli sika- ja siipikarjatilallisia 5 (1,3 %). Vastaajien ikä painottui

yli 41-vuotiaisiin (64,6 %). Vastaajista 33,5 % oli 51–60-vuotiaita, 27,7 % 31–40-vuotiaita, 23,7 % 41–50-vuotiaita, 7,7 % alle 30-vuotiaita ja 7,4 % yli 60-vuotiaita.



KUVIO 7 Vastaajien koulutus

Kyselyyn vastanneista 78,4 % oli luonnonvara-alan koulutus. Vastaajista 164 oli maatalousalan perustutkinto, 111 oli agrologeja ja 19 agronomeja. Vastaajista 36 ilmoitti, ettei heillä ole kurssimuotoista koulutusta ja 35, että heillä on muu kuin luonnonvara-alan koulutus. Kyselyyn vastanneilla naisilla oli yleisimmin maatalousalan perustutkinto (35 %). Agrologitutkinto oli 33 %, muu kuin luonnonvara-alan tutkinto 16 %, ei kurssimuotoista koulutusta 10 % ja agronomitutkinto 6 % vastanneista naisista. Kyselyyn vastanneista miehistä 54 % oli maatalousalan perustutkinto, 25 % agrologitutkinto, 10 % ei kurssimuotoista koulutusta, 7 % muu kuin luonnonvara-alan koulutus ja 1 % agronomitutkinto (kuvi 7).

Vastaajista 44 % oli ollut maatalousyrittäjänä yli 20 vuotta, 21,3 %, 6–10 vuotta, 13 % 11–15 vuotta, 12,5 % 16–20 vuotta ja 8,8 % alle viisi vuotta. Yleisin yritysmuoto oli maatalouden harjoittaja (85,4 %). Yhtymiä oli 10,9 % ja osakeyhtiöitä 2,9 %. Vastaajista 50,7 % ilmoitti, että tilalla työskentelee yrittäjäpariskunta ja 22,9 % vastaajista oli yksinyrittäjiä. Ympäri vuoden palkattua työvoimaa oli 20,5 % tiloista ja kausityövoimaa 5,9 % tiloista.

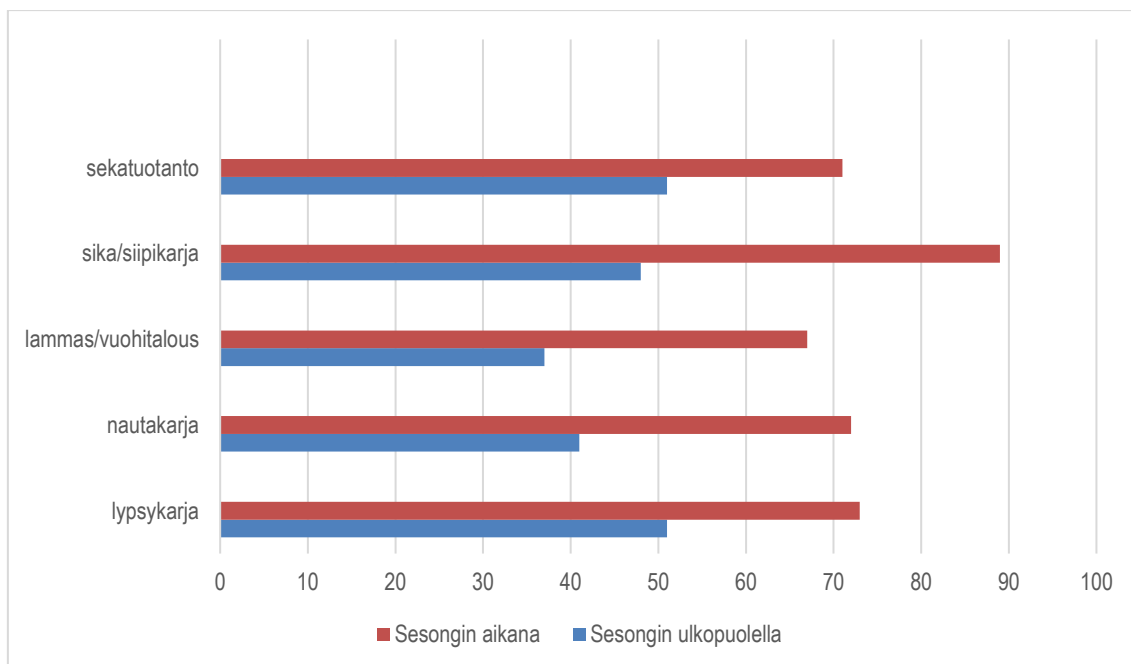
Tiloista 73 % oli investoinut viimeksi alle 5 vuotta sitten. Investoinnista oli aikaa 6–10 vuotta 17 % tiloista, 5 % oli investoinut 11–15 vuotta sitten ja 5 % investoinnista oli yli 15 vuotta. Yleisin investointikohde eläinten hyvinvointia lisäävät olosuhteet (57 %) ja tuotannon laajentamiseen/tuotantoa tehostavat peltokoneet (53 %) Työhyvinvointia lisääviin laitteisiin oli investoinut 43 % ja eläinten hyvinvointia lisääviin koneisiin/laitteisiin 37 %. Digitaalisiin laitteisiin ja ohjelmistoihin oli investoinut 17 % vastaajista. Avoimeen vastauskohtaan vastanneista koneisiin/traktoreihin oli investoinut 10, aurinkovoimalaan 8 ja rakennuksiin/kuivureihin 8 vastaajaa. Muita investointikohteita olivat pellon osto/raivaus, salaojitus, metsä, lietesäiliö, ja tuotannon monipuolistaminen (taulukko 6). Vastaajilla oli mahdollisuus valita useampi vaihtoehto vastatessa.

TAULUKKO 6 Investointikohteet ELY-keskusalueilla

	Etelä-Savo	Kaakkois-Suomi	Keski-Suomi	Pohjois-Karjala	Pohjois-Savo	Keskiarvo
Eläinten hyvinvointia lisääviin koneisiin/laitteisiin	42,1%	44,0%	31,5%	34,8%	37,8%	36,8%
Eläinten hyvinvointia lisääviin olosuhteisiin	66,7%	56,0%	47,2%	59,4%	58,5%	57,1%
Työhyvinvointia lisääviin koneisiin/laitteisiin	43,9%	40,0%	42,7%	44,9%	43,0%	43,2%
Tuotannon laajentamiseen/tuotantoa tehostaviin pelto-työkoneisiin	57,9%	40,0%	47,2%	63,8%	51,1%	52,8%
Digitaalisiin laitteisiin/ohjelmistoihin	15,8%	20,0%	14,6%	20,3%	17,0%	17,1%
Muuhun, mihin?	12,3%	8,0%	9,0%	8,7%	11,1%	10,1%

8.2.2 Työmäärä ja työterveyshuoltoon kuuluminen

Vastaajien keskimääräinen viikkotyöaika sesongin ulkopuolella oli 49 h. Pisintä työviikkoa tehtiin seka- ja lypsykarjatililla, joiden työaika oli työaika 51 h. Sika- ja siipikarjatililla keskimääräinen työaika oli 48 h, nautakarjatililla 41 h ja lammas/vuohitiloilla 37 h. Sesongin aikana keskimääräinen viikkotyöaika oli 73 h. Sika- ja siipikarjatilalliset arvioivat tekevänsä viikossa töitä keskimäärin 89 h, lypsykarjatilalliset 73 h, nautakarjatilat 72 h, sekatilat 71 h ja lammas/vuohitilat 67 h (kuvio 10).



KUVIO 8 Keskimääräinen viikkotyöaika

Työterveyshuoltoon kuului 74 % vastaajista. Vuonna 2021 työterveyshuoltoon oli liittynyt 31,5 % kaikista MYEL- vakuutetuista viljelijöistä, joten kyselyyn vastanneet kuuluivat selvästi maan keskiarvoa enemmän työterveyshuoltoon. Eniten työterveyshuoltoon kuuluvia oli lypsykarjayrittäjissä (81,2 %). Nautakarjayrittäjistä työterveyshuoltoon kuului 63,2 %, sekatilayrittäjistä 62,5 %, lammas/vuohiyrittäjistä 28,6 % ja sika/siipikarjayrittäjistä 20 % (taulukko 7).

TAULUKKO 7 Työterveyshuoltoon kuuluminen tuotantosuunnittain

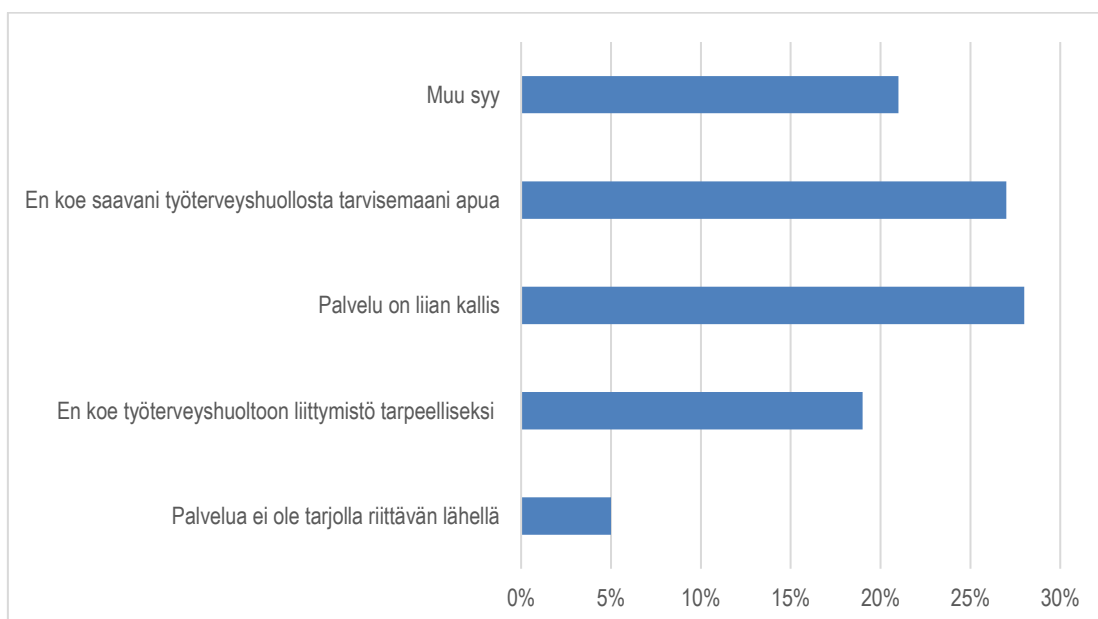
	Lypsykarja-tilat	Nautakarja-tilat	Lammas/vuohi-tilat	Sika/siipikarjatilat	Sekatilat
Kyllä	81,2 %	63,2 %	28,6 %	20 %	62,5
En	18,8 %	36,8 %	71,4 %	80 %	37,5
Vastaajia	255	76	7	5	32

ELY-keskusalueista eniten työterveyshuoltoon kuuluneita yrittäjiä oli Keski-Suomessa 79,8 %. Pohjois-Karjalassa vastanneista tiloista työterveyshuoltoon kuului 78,3 %, Etelä-Savosta 75,4 %, Pohjois-Savosta 70,4 % ja Kaakkois-Suomesta 60 %. Jakauma ja työterveyshuoltoon kuuluvien osuus poikkeaa Melan kuntatilastosta 31.12.2020, jossa työterveyshuoltoon liittyneitä oli Pohjois-

Karjalassa 42 %, Pohjois-Savossa 38 %, Keski-Suomessa 31 % sekä Etelä-Savossa ja Kaakkois-Suomessa 28 %.

Koulutustaustan kautta vertailtuna agrologin tai agronomin koulutuksen saaneet yrittäjät kuuluivat keskiarvoa enemmän työterveyshuoltoon (80 %). Muun kuin luonnonvara-alan koulutuksen käyneistä vastaajista 73 % ja maatalousalan perustutkinnon opiskelleista 71 % kuului työterveyshuoltoon. Niistä vastaajista, jotka eivät olleet käyneet kurssimuotoista koulutusta työterveyshuoltoon kuului 69 %.

Syyksi siihen, että yrittäjä ei kuulu työterveyshuoltoon 28 % vastaajista ilmoitti, että palvelu on liian kallis. Vastaajista 27 % ilmoitti syyksi, että ei koe saavansa työterveyshuollosta tarvitsemaansa apua, 19 % ilmoitti, että ei koe työterveyshuoltoon liittymistä tarpeelliseksi ja 5 %, että palvelua ei ole tarjolla riittävän lähellä (kuvio 9). Avoimissa vastauksissa muina syinä mainittiin muun muassa, että tila ei ole liittynyt yksityisen sektorin järjestämään työterveyshuoltoon, kun julkinen sektori on lopettanut palvelun tarjoamisen. Osa yrittäjistä selvitti parhaillaan eri vaihtoehtoja palvelun tarjoajista ja osalla ei ollut erityistä syytä olla liittymättä, mutta se on vaan jäänyt tekemättä.

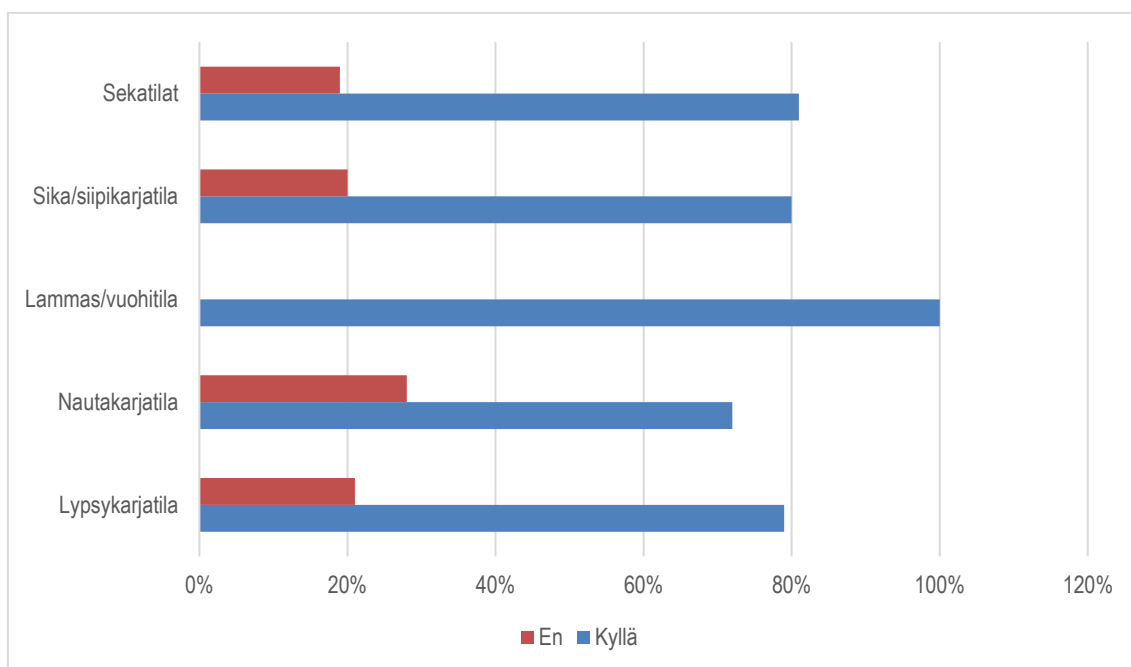


KUVIO 9 Miksi tila ei kuulu työterveyshuoltoon?

Etelä-Savossa, Kaakkois-Suomessa, Keski-Suomessa ja Pohjois-Karjalassa yleisin syy olla kuulumatta työterveyshuoltoon oli se, että yrittäjät eivät kokeneet saavansa sieltä tarvitsemaansa apua ja Pohjois-Savossa yleisin syy oli, että palvelu koettiin liian kalliiksi.

8.2.3 Henkinen kuormitus

Henkistä kuormitusta viimeisen puolen vuoden aikana oli kokenut 78 % vastaajista. Naisista henkistä kuormitusta oli kokenut 80 % ja miehistä 76 %. Lammas/vuohitilojen yrittäjistä (n=7) kaikki vastasivat kokeneensa henkistä kuormitusta. Sekatilojen yrittäjistä henkistä kuormitusta vastasi kokeneensa 81 % (n=26), sika/siipikarjatilojen yrittäjistä 80 % (n=5), lypsykarjatilojen yrittäjistä 79 % (n=202) ja nautakarjatilojen yrittäjistä 72 % (n=55) (kuvio 10).



KUVIO 10 Oletteko kokeneet viimeisen puolen vuoden aikana henkistä kuormitusta?

Tarkasteltaessa tuloksia koulutustaustan kautta voidaan huomata, että se ei vaikuttanut suuresti henkisen kuormituksen kokemukseen. Henkistä kuormitusta oli kokenut 80 % niistä vastaajista, joilla oli muu kuin luonnonvara-alan koulutus ja 79 % niistä vastaajista, joilla oli agroligin, tai agrominin koulutus. Niistä vastaajista, joilla ei ollut kurssimuotoista koulutusta 78 % ja maatalousalan perustutkinnon suorittaneista 77 % koki henkistä kuormitusta.

Vastaajilta tiedusteltiin henkisen kuormituksen suuruutta asteikolla 1–10. Vastausten keskiarvo oli 7,5. Tuotantosuuntien välillä keskiarvo vaihteli välillä 6,1–8 lammas/vuohitilojen yrittäjien koki vähiten henkistä kuormitusta ja sika/siipikarja- ja sekakarjatilojen yrittäjien koki eniten henkistä kuormitusta.

Yrittäjistä 44,2 % ilmoitti kuormituksen lisääntyneen. 32,7 % ilmoitti sen pysyneen samana ja 23,1 % ilmoitti sen vähentyneen. Naisista 44 % henkinen kuormitus oli lisääntynyt, 26 % vähentynyt ja 30 % pysynyt ennallaan. Miehistä 45 % henkinen kuormitus oli lisääntynyt, 20 % vähentynyt ja 35 % henkinen kuormitus oli pysynyt ennallaan. Alueittain tarkasteltuna Kaakkois-Suomessa oli eniten yrittäjiä, jotka kokivat kuormituksen lisääntyneen (60 %). Etelä-Savossa kuormitus oli lisääntynyt 45,8 %, Pohjois-Karjalassa 43,1 %, Keski-Suomessa 42,8 ja Pohjois-Savossa 41,9 % yrittäjistä. Henkinen kuormitus oli lisääntynyt keskimääräistä enemmän niillä vastaajilla, joilla oli muu kuin luonnonvara-alan koulutus (53 %) ja vähentynyt eniten niillä, joilla ei ollut kurssimuotoista koulutusta (36 %).

Henkistä kuormitusta kokeneista vastaajista 77 % ei ollut hakenut apua siihen. Miehistä apua oli jättänyt hakematta 83 % ja naisista 72 %. Koulutustaustan kautta tarkasteltuna vastaajista ne, joilla oli muu kuin luonnonvara-alan koulutus, olivat hakeneet vähiten apua henkiseen kuormitukseen (83 %). Eniten apua oli hakenut ne vastaajat, joilla ei ollut kurssimuotoista koulutusta (29 %).

Kysyttäessä apua hakeneilta yrittäjiltä oliko siitä ollut apua vastaajista 13 % oli kokenut, että se auttoi vähentämään kuormitusta. Vastaajista 10 % ilmoitti, ettei kokenut apua riittäväksi. Apua hakeneista naisista 16 % koki avun auttaneen ja 12 %, että se ei ollut riittävää. Apua hakeneista miehistä 9 % koki, että apu auttoi ja 8 % ettei se ollut riittävää.

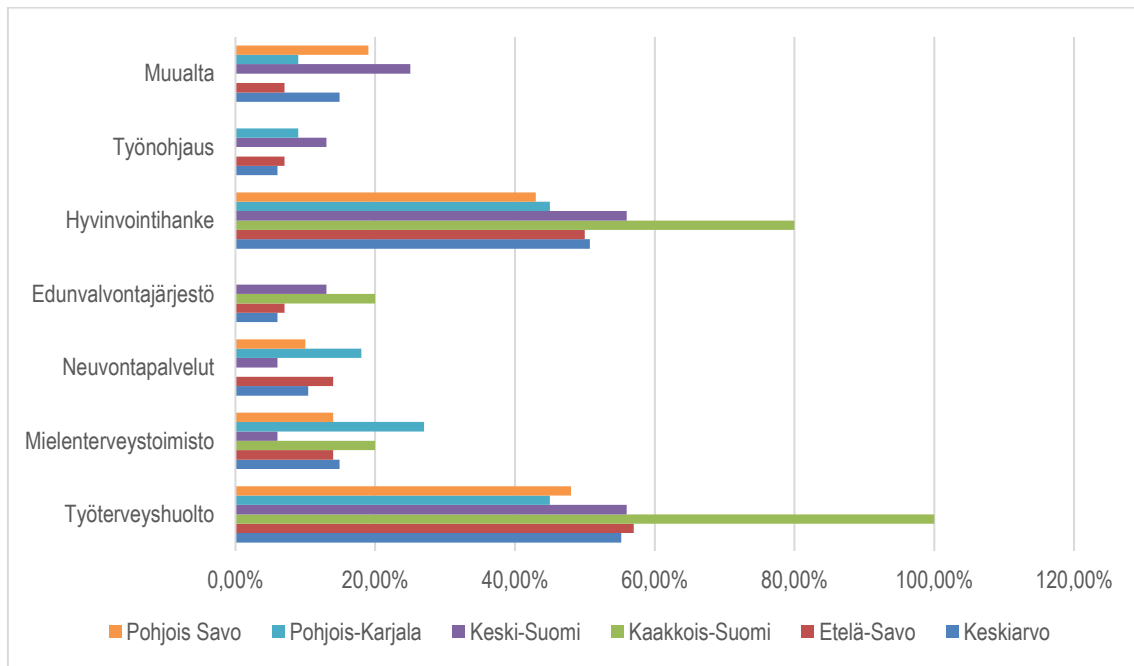
”Varsinaiseen henkiseen kuormitukseen en ole hakenut apua vaan yrittänyt järjestellä tilaa ja tilan töitä neuvojen avulla vähemmän kuormittaviksi”

”Kun koen avun hakemisen jotenkin vaikeaksi, ja toisaalta omat voimavarat on kuitenkin riittäneet.”

Kysyttäessä miksi yrittäjät eivät olleet hakeneet apua 42 % ilmoitti syyksi, että perheen ja läheisten apu riittää. 29 % ilmoitti, että koki pärjäävänsä ilman apua. 9 % vastaajista ei uskonut, että heitä osataan auttaa ja 8 % ilmoitti, että ei jaksaa etsiä apua. 3,5 % vastaajista ilmoitti, ettei uskalla tai osaa hakea apua tai häntä hävettää avun hakeminen.

Apua hakeneista yrittäjistä 55 % oli hakenut apua henkiseen kuormittumiseen työterveyshuollosta ja 51 % hyvinvointihankkeesta. Yrittäjistä 15 % oli hakenut apua mielenterveystoimistosta, 10 %

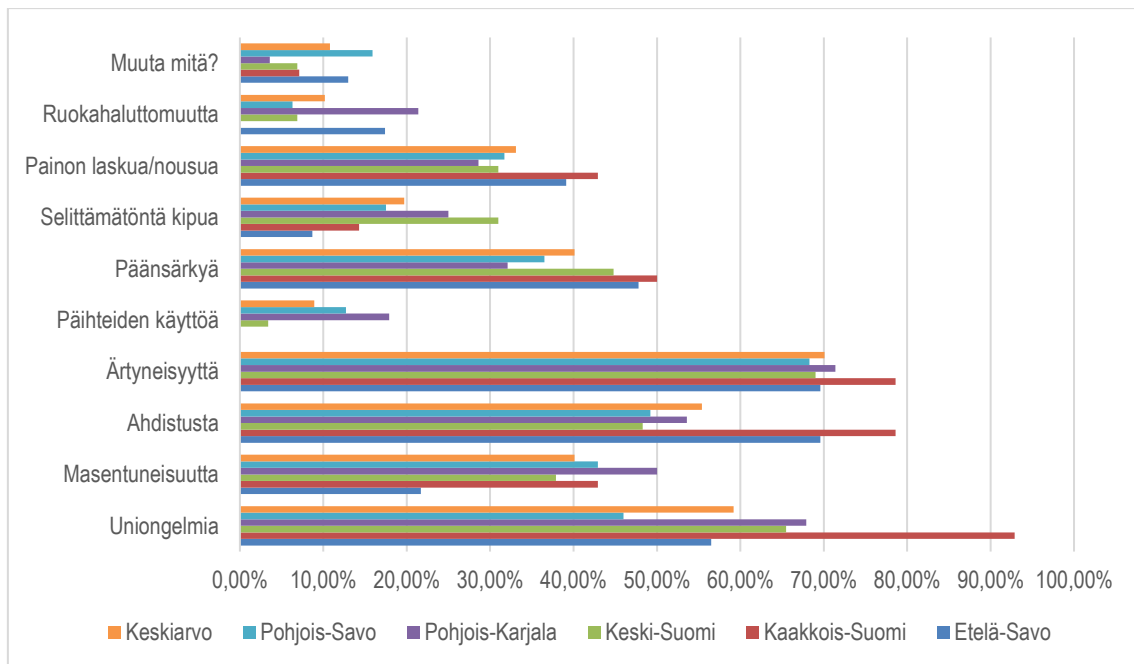
neuvontapalveluista, 6 % edunvalvontajärjestöstä ja 6 % työnohjauksesta. Vastaajat pystyivät valitsemaan useamman vastausvaihtoehdon (kuvio 11). Kaakkois-Suomessa yrittäjät olivat hakeneet muita alueita enemmän apua hyvinvointihankkeista ja työterveyshuollosta. Muita paikkoja, joista yrittäjät olivat hakeneet apua, oli muun muassa neuvola, seurakunta, omalääkäri ja meijeri.



KUVIO 11 Mistä olette hakeneet apua henkiseen kuormitukseen?

Vastaajista 42 % ilmoitti, että heillä on ollut fyysisiä tai psyykkisiä oireita henkisen kuormituksen tai työuupumuksen vuoksi. Eniten fyysisiä tai psyykkisiä oireita oli ollut naisilla (49 %). Miehistä 33 % oli kokenut fyysisiä tai psyykkisiä oireita. Alueellisesti tarkasteltuna Kaakkois-Suomessa 56 % vastaajista ilmoitti, että heillä on ollut oireita. Pohjois-Savossa oireita oli ollut 47 %, Pohjois-Karjalassa 41 %, Etelä-Savossa 40 % ja Keski-Suomessa 34 % vastaajista. Tuotantosuunnittain tarkasteltuna sekatilojen yrittäjillä oli ilmennyt eniten oireita (62 %). Myös siipikarjatilojen yrittäjillä oli ilmennyt selkeästi keskiarvoa enemmän oireita (50 %).

Yleisimmät oireet vastanneilla yrittäjillä olivat ärtyneisyys (70 %), uniongelmat 59 % ja ahdistus 55 %. Päänsärkyä ja masentuneisuutta oli ollut 40 % yrittäjistä ja painon laskua tai nousua 33,1 %. Selittämätöntä kipua oli ollut 20 % yrittäjistä, ruokahaluttomuutta 10 % ja pähteiden käyttöä 9 % yrittäjistä. Vastaajista 11 % mainitsi myös kokevansa muita kuin edellä mainittuja oireita (kuvio 12). Vastaajat pystyivät valitsemaan vastatessaan useamman vaihtoehdon.



KUVIO 12 Henkisestä kuormituksesta aiheutuvat psyykkiset ja fyysiset oireet

Vastaajista 37 % ilmoitti, että oireet ovat olleet esteenä tilan kehittämislle. Naisista 48 % ja miehistä 31 % koki oireet esteenä tilan kehittämislle.

Kolme yleisintä ulkoista syytä henkiselle kuormittumislle olivat epävarmuus tulevasta (64,8 %), viljelijöiden kokema byrokratia/hallinnollinen taakka (41,9 %) ja julkinen keskustelu maatalouden vaikutuksesta ilmastonmuutokseen (41,6 %). Julkinen keskustelu sekä sen tyylil ruokaan liittyen vaikutti henkiseen kuormittumislle 38,4 % vastaajista, julkinen keskustelu eläinten hyvinvointiin liittyen 20,3 % vastaajista, tukipolitiikan muutokset 23,7 % vastaajista ja sään muutoksiin liittyvät vaikeudet viljelyssä 16 % vastaajista. Avoimissa vastauksissa muina syinä mainittiin kannattavuus, Ukrainan sodan vaikutus kustannusten nousuun, pankin joustamattomuus, meijerin tuotantorajoitteet, toimimaton lomitus ja työmäärä.

”Ihmiset eivät ymmärrä työmääräämme, vaan ihmettelevät, kuinka olen vaan kotona, enkä käy töissä.”

Kolme yleisintä tilan sisäistä syytä henkiselle kuormittumislle olivat kannattavuus (67 %), vapaaajan puute (55 %) ja kiire (40 %). Vastaajista 20 % kokivat, että ristiriidat parisuhteessa ja 13 %, että yksinäisyys aiheuttivat henkistä kuormitusta. Vastaajista 11 % epäili oman osaamisen riittämistä ja 10 % koki edellisen sukupolven paineiden/odotusten aiheuttavan henkistä kuormitusta.

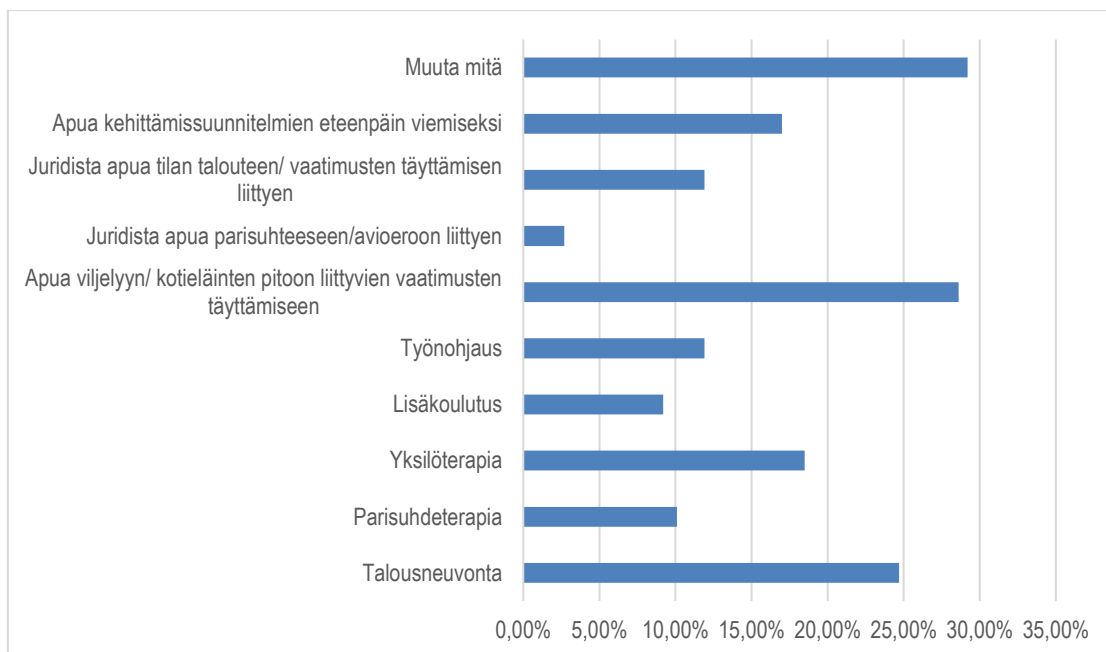
Viisi vastaajaa (1,3 %) vastasi päihteiden olevan syy henkisellet kuormitukselle. Muina tilan sisäisissä syinä avoimissa vastauksissa mainittiin muun muassa eläinten terveyteen ja hyvinvointiin liittyvät syyt, yrittäjän oma tai heidän lastensa terveys, pelko tukiehtojen rikkomisesta, työyhteisön ristiriidat ja työn sitovuus.

”Aina ei vaan jaksa. Joskus tuntuu, ettei jaksa tehdä töitä loppuun asti.”

Naisten ja miesten kolme yleisintä syytä olivat samat (kannattavuus, vapaa-ajan puute ja kiire). Miehet (71 %) kokivat kuitenkin kannattavuuden suuremmaksi kuormitustekijäksi kuin naiset (63 %). Naiset kokivat ristiriidat parisuhteessa/perheessä (26 %) ja yksinäisyyden (16 %) isommaksi henkiseksi kuormittavuudeksi kuin miehet. Miehillä ristiriitoja parisuhteessa/perheessä koki 14 % ja yksinäisyyttä 10 %.

Vastaajista 59 % toivoi, että jaksamiseen liittyvät asiat nostettaisiin esiin ja vointia kysyttäisiin suoraan useammin esimerkiksi työterveyshuollossa, lääkärin/hoitajan, tuotantoneuvojan/neuvonnan ym. sidosryhmien toimesta. Vastaajista 15 % ei toivonut tätä ja 26 % ei osannut sanoa. Naisista 60 % toivoi, että asiaa kysyttäisiin useammin, 19 % että sitä ei kysyttäisi ja 21 % ei osannut sanoa. Miehistä 57 % toivoi, että asiaa kysyttäisiin useammin, 11 % että ei kysyttäisi ja 32 % ei osannut sanoa.

Työhyvinvoinnin parantamiseksi vastaajat kokivat tarvitsevansa eniten apua viljelyyn/kotieläintenpitoon liittyvien vaatimusten täyttämiseksi (29 %). Talousneuvontaa koki tarvitsevansa 25 % ja yksilöterapiaa 18 % vastaajista. Apua kehittämissuunnitelmien eteenpäin viemiseksi tarvitsi 17 % vastaajista. Juridista apua tilan talouteen/vaatimusten täyttymiseen ja työnohjausta kaipasi 12 % vastaajista. Parisuhdeterapiaa tarvitsi 10 % ja lisäkoulutusta 9 % vastaajista. Juridista apua parisuhteeseen/avioeroon liittyen tarvitsi 3 % vastaajista (kuvio 13).



KUVIO 13 Millainen apu olisi tarpeen työhyvinvoinnin parantamiseksi?

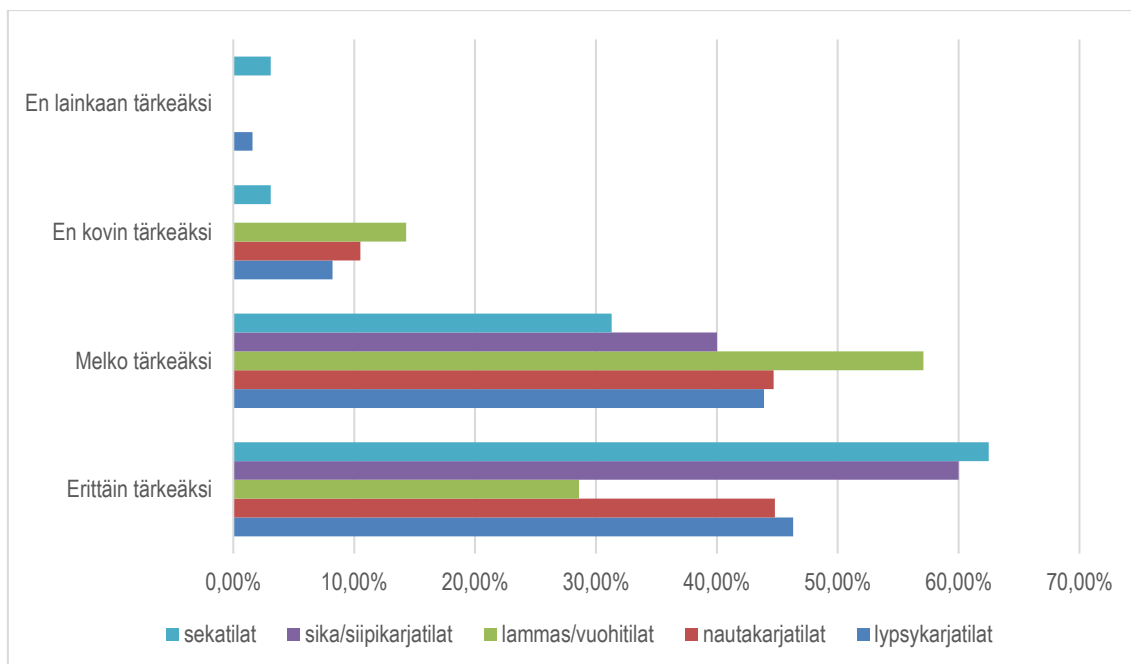
Avoimissa vastauksissa muita yleisimpiä apukeinoja olivat kannattavuuden parantaminen ja mahdollisuus pitää lomaa. Nämä apukeinot myös nivoutuivat vastauksissa toisiinsa.

”Lisää vuosilomapäiviä. Tämänhetkinen mahdollisuus lomaan ei ole riittävä. Toki lomalle lähtö vaatii myös rahaa, joten parempi kannattavuus tuo työhyvinvointia.”

Avoimissa vastauksissa kävi ilmi myös, että lomituspalveluilta toivottiin parempaa toimivuutta ja MTK:lta puolestaan toivottiin napakampaa otetta maataloudesta tiedottamiseen. Lisäksi toivottiin yleistä asennemuutosta, yhteiskunnan hyväksyntää ja arvostuksen nousua maatalouteen sekä ruoantuotantoon liittyen.

8.2.4 Johtamistaidot ja tilan kehittäminen

Tutkimukseen osallistuneilta kysyttiin, kuinka tärkeäksi he kokevat johtamistaitojen merkityksen työhyvinvoinnin kannalta. Vastaajista 47 % koki johtamistaitojen merkityksen työhyvinvoinnille erittäin tärkeäksi ja 43 % melko tärkeäksi. Vastaajista 8 % ei pitänyt johtamistaitoja kovinkaan tärkeänä (kuvio 14). Tuotantosuunnittain vertailtuna sekatilojen yrittäjistä 62,5 %, sika/siipikarjatilojen yrittäjistä 60 %, lypsykarjatilojen yrittäjistä 46,3 %, nautakarjatilojen yrittäjistä 44,8 % ja lammas/vuohitilojen yrittäjistä 28,6 % piti johtamistaitojen merkitystä erittäin tärkeinä.



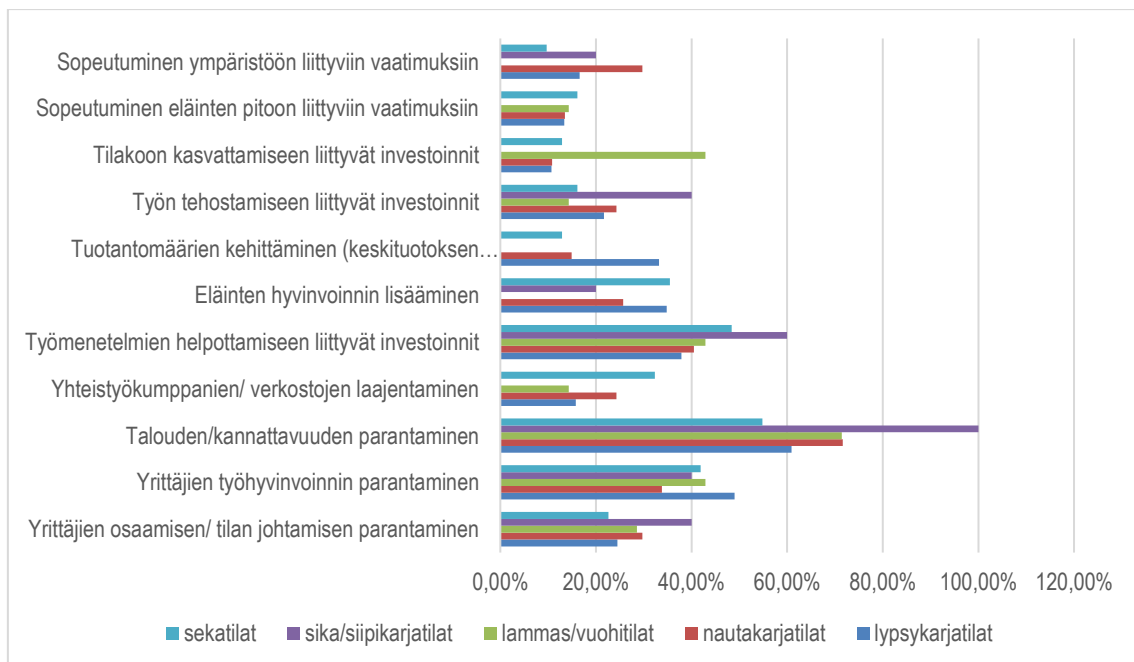
KUVIO 14 Kuinka tärkeäksi koette johtamistaitojen merkityksen työhyvinvointiin?

Agronomi- tai agrologikoulutuksen saaneista 54 % ja 49 % muun kuin luonnonvara-alan koulutuksen saaneista koki johtamistaitojen merkityksen työhyvinvoinnille erittäin tärkeiksi. Maatalousalan perustutkinnon suorittaneista 44 % ja niistä vastaajista, joilla ei ole kurssimuotoista koulutusta 36 % koki johtamistaidot erittäin tärkeiksi.

Kysyttäessä pystyvätkö yrittäjät suunnittelemaan yrityksen tulevaisuutta, 70 % vastaajista koki pystyvänsä siihen. Vastaajista 14 % koki, että ei pysty suunnittelemaan tulevaisuutta ja 16 % ei osannut sanoa. Eniten (75 %) yrityksen tulevaisuutta pystyi suunnittelemaan agronomi- tai agrologikoulutuksen saaneet vastaajat. Maatalousalan perustutkinnon suorittaneista 71 %, niistä, joilla ei ole kurssimuotoista tutkintoa 64 % ja muun kuin luonnonvara-alan tutkinnon suorittaneista 62 % pystyi suunnittelemaan yrityksen tulevaisuutta. Miehet (79 %) kokivat pystyvänsä suunnittelemaan yrityksen tulevaisuutta enemmän kuin naiset (63 %).

Tärkeintä yrityksen kehittämiskohdetta kysyttäessä tilat saivat valita 1–5 tärkeintä kehityskohdetta. Tärkein kehittämiskohde oli tuotantosunnasta riippumatta kannattavuuden parantaminen. Lypsykarjatiltoista koki kannattavuuden parantamisen tärkeimmäksi kehityskohteeksi 60,9 %, nautakarjatiltoista 71,6 %, lammas/vuohitiloista 71,4 %, sika/siipikarjatiltoista 100 % ja sekataloista 54,8 %. Lypsykarjataloilla seuraavaksi tärkeimmät kehityskohteet olivat yrittäjien työhyvinvoinnin parantaminen, työmenetelmien helpottaminen, eläinten hyvinvoinnin parantaminen ja tuotantomäärien ke-

hittäminen. Nautakarjatililla seuraavaksi tärkeimmät kehityskohteet olivat työmenetelmien helpottaminen, yrittäjien työhyvinvoinnin parantaminen, sopeutuminen ympäristöön liittyviin vaatimuksiin ja yrittäjien osaamisen/ tilan johtamisen parantaminen. Sekatiloilla tärkeimmät kehittämiskohteet kannattavuuden lisäksi olivat työmenetelmien helpottaminen, yrittäjien työhyvinvoinnin parantaminen, eläinten hyvinvoinnin lisääminen ja yhteistyökumppanien/verkostojen laajentaminen. Vuohi/lammastiloilla seuraavaksi tärkeimmät kehityskohteet olivat yrittäjien työhyvinvoinnin parantaminen, työmenetelmien helpottaminen, tilakoon kasvattaminen ja yrittäjien osaamisen/ johtamisen parantaminen. Sika/siipikarjatililla seuraavaksi tärkeimmät kehityskohteet olivat työmenetelmien helpottaminen, yrittäjien osaamisen/ johtamisen parantaminen, yrittäjien työhyvinvoinnin parantaminen ja työn tehostaminen (kuvio 15).



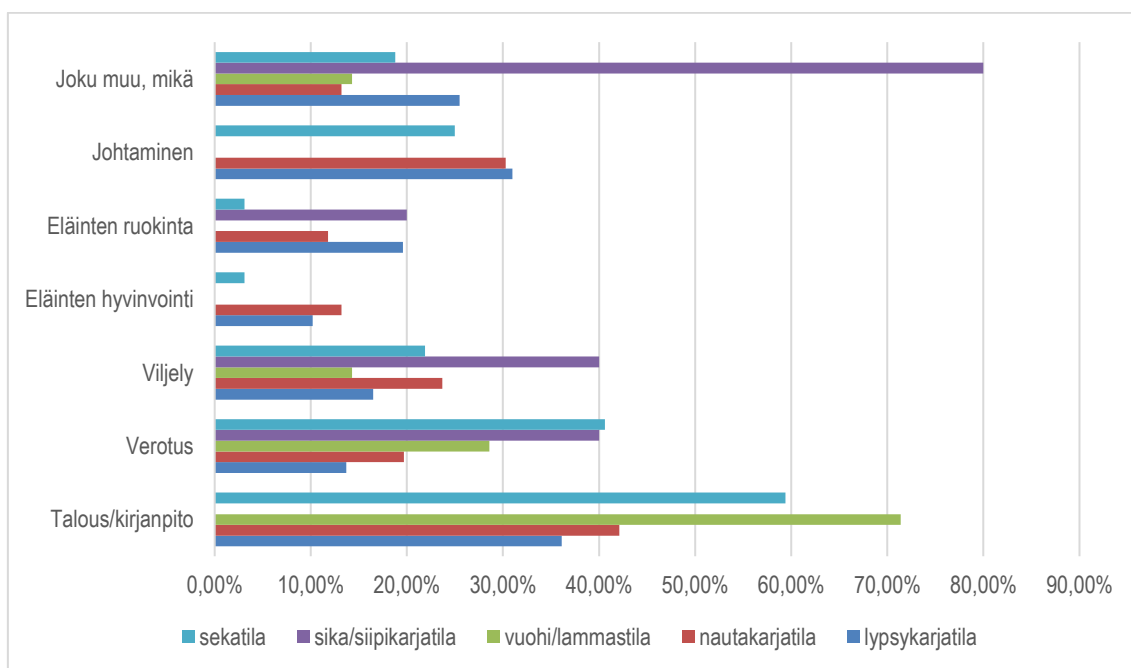
KUVIO 15 Yrityksen tärkeimmät kehityskohteet

Kysyttäessä suurimpia esteitä tilan kehittämiseksi työhyvinvoinnin näkökulmasta suurimmaksi syyksi nousi epävarmuus alan tulevaisuudesta (75 %) ja toiseksi suurimmaksi syyksi yrittäjän jakaminen (44 %). Ristiriidat työyhteisössä ja yhteistyöverkostojen puuttuminen oli esteenä 9 % vastaajista. 6 % koki, että edellisten sukupolvien paine/ odotukset ja 3,5 % että koulutuksen puute/ osaaminen oli esteenä tilan kehittämiseksi. Vastaajat saivat valita 1–3 vaihtoehtoa. Muina syinä avoimissa vastauksissa mainittiin muun muassa heikko kannattavuus, terveys ja jatkajan puuttuminen.

Kyselyyn vastanneilta kysyttiin, kuinka helpoksi he kokivat avun löytämisen tilan kehittämiseksi. Vastaajista 9 % koki, että se on helppoa, 40 % koki sen olevan melko helppoa. 35 % koki, että avun hankkiminen ei ole helppoa eikä vaikeaa, 12 % se oli melko vaikeaa ja 4 % koki sen vaikeaksi.

Yrittäjiltä kysyttiin, mitä koulutusta he kokevat tarvitsevansa eniten. Vastaajat saivat valita 1–3 tärkeintä koulutusta. Lypsykarjatililla yrittäjät kaipasivat eniten koulutusta talouteen/kirjanpitoon, johtamiseen ja eläinten ruokintaan. Nautakarjatilojen yrittäjät kaipasivat koulutusta eniten johtamiseen, viljelyyn ja verotukseen. Sekatilojen yrittäjät kaipasivat koulutusta talouteen/kirjanpitoon, verotukseen ja johtamiseen liittyen. Vuohi/ lammastilojen yrittäjät kaipasivat koulutusta talouteen/ kirjanpitoon, verotukseen ja viljelyyn liittyen. Sika/siipikarjatilojen yrittäjät kaipasivat koulutusta verotukseen, sekä viljelyyn liittyen (kuvio 18). Agronomi- tai agrologitutkinnon suorittaneet vastasivat tarvitsevansa eniten johtamiseen liittyvää koulutusta (37 %). Maatalouden perustutkinnon suorittaneet (53 %), ne, joilla ei ollut kurssimuotoista koulutusta (50 %) ja ne, joilla oli muu kuin luonnonvara-alan koulutus (42 %) kaipasivat eniten talouteen ja kirjanpitoon liittyvää koulutusta.

”Alati muuttuvan byrokratian mukana pysyminen ja kirjallisten töiden ajantasaisena pito”



KUVIO 18 Mitä koulutusta koette tarvitsevanne eniten?

Avoimissa vastauksissa muina koulutuksen tarpeina mainittiin muun muassa hiilijalanjälki, eläinten terveys ja tuotannon hallittu alasajo. Naiset kaipasivat eniten koulutusta talouteen ja kirjanpitoon

(45 %), johtamiseen (28 %) ja verotukseen (23 %). Miehet kaipasivat eniten koulutusta johtamiseen (34 %), johtamiseen (31 %) ja viljelyyn (18 %).

Kyselyyn vastanneilta kysyttiin, mitä koulutuspalveluita he käyttävät. Vastaajista 49 % osallistui meijerin/ teurastamon järjestämiin koulutuksiin ja 40 % hankkeiden pienryhmäkoulutukseen. Vastaajista 27 % osallistui neuvontaorganisaatioiden pienryhmäkoulutukseen, 10 % ammatilliseen tutkintoon johtavaan koulutukseen ja 31 % ilmoitti, ettei käytä koulutuspalveluja. Miehistä koulutuspalveluja ei käyttänyt 37 % ja naisista 26 %. Muita kuin edellä mainittuja koulutuksia, johon yrittäjät osallistuivat, oli tukikoulutukset, tilasiemennyskoulutus sekä ympäristön tilaan ja tutkimukseen liittyvät koulutukset.

8.2.5 Maatalousyrittysten tukipalvelujen käyttäminen

Maatalousyrittäjien tukipalveluista vastaajista 96,3 % oli käyttänyt lomituspalveluja, 77,9 % neuvontapalveluja, 32,5 % koulutuspalveluja, 17,9 % hyvinvointihankkeiden palveluja, 15,5 % kuntoutuspalveluja. Viisi vastaajaa (1,3 %) ilmoitti, ettei ole käyttänyt mitään edellä mainittuja palveluja. Agronomi- ja agrologikoulutuksen (83 %) ja maatalouden perustutkinnon (80 %) suorittaneet käyttivät huomattavasti enemmän neuvontapalveluja kuin ne vastaajat, joilla oli muu kuin luonnonvaranalan koulutus tai ei kurssimuotoista koulutusta (64 %).

Lomituspalveluja käyttävistä 90,4 % käytti kunnallista lomitusta ja 8 % itsejärjestettyä lomitusta. 1,6 % vastaajista ilmoitti, ettei käytä lomituspalveluja. Lomituspalveluja käyttävistä 99,2 % käytti vuosilomalomitusta, 63 % tuettua maksullista lomitusta ja 6 % täysin maksullista lomitusta. 57 % oli käyttänyt sijaisapulomitusta.

Eri neuvontapalvelujen käyttö jakaantui melko tasaisesti. Vastaajista 93,1 % käytti neuvontapalveluja ja 6,9 % ilmoitti, että ei käytä neuvontapalveluja lainkaan. Eniten palveluista käytettiin viljelysuunnittelua ja ruokinnanohjausta (58 %) ja tukihakupalveluja (55 %). Tili ja talousneuvontaa käytti 50 % vastaajista ja eläinten hyvinvointiin/ terveyteen liittyvää neuvontaa 44 % vastaajista.

Neuvo2020-palveluja oli käyttänyt 88 % vastaajista. Eniten vastaajat olivat käyttäneet tuotantoeläimiin liittyvää palvelua (66 %). Nykyaikaistamiseen ja kilpailukykyyn liittyvää palvelua oli käyt-

tänyt 27 %, kasvinsuojeluun ja luomuun liittyviä 16 %, ympäristöön liittyviä palveluita 14 % ja energiaan liittyviä palveluja 11 % vastaajista. Eniten Neuvo2020-palveluja (95 %) oli käyttänyt agromi- ja agrologikoulutuksen käyneet vastaajat. Muun kuin luonnonvara-alan tutkinnon suorittaneista 87 %, maatalouden perustutkinnon suorittaneista 84 %, ja niistä, joilla ei ollut kurssimuotoista koulutusta 78 % käytti Neuvo2020-palveluja

Työnohjauspalvelu oli tuttu 50 % vastaajista. Heistä 6 % oli käyttänyt palvelua. Vastaajista 50 % ei ollut kuullut työnohjauspalvelusta. Työnohjauspalveluja oli käyttäneet eniten ne vastaajat, joilla oli muu kuin luonnonvara-alan koulutus (83 %). Maatalouden perustutkinnon suorittaneista 56 %, agromi- ja agrologikoulutuksen suorittaneista 37 % oli käyttänyt työnohjauspalveluja. Niistä vastaajista, joilla ei ollut kurssimuotoista koulutusta kukaan ei ollut käyttänyt työnohjauspalveluja.

”Tilannekuva avautui selkeämmin itselle, jolloin oli mahdollista ryhtyä korjaaviin toimenpiteisiin.”

Työnohjauspalveluista käyttäneistä vastaajista 54 % koki, että siitä oli ollut hyötyä. Naisista hyötyä oli kokenut saavansa 59 % ja miehistä 43 %. Vastaajat kokivat muun muassa, että työnohjaus parantaa keskusteluyhteyttä yrittäjien välillä, tilannekuva selkeytyi ja se mahdollisti korjaavien toimenpiteiden tekemisen. Vastaajista 13 % koki, ettei työnohjauksesta ollut hyötyä, koska se ei ollut sopinut tilan ongelmien ratkaisuun. Vastaajista 33 % ei osannut sanoa, oliko työnohjauksesta apua. Vastaajista 54 % koki, että jos työnohjaukseen olisi käytettävissä Neuvo2020 -korvausta, he olisivat halukkaita käyttämään palvelua. Naisista 62 % vastasi ja miehistä 45 % vastasi, että he olisivat halukkaita käyttämään työnohjausta, mikäli siihen saisi Neuvo2020 -korvausta

8.3 Haastattelut

Haastatteluihin osallistui 5 yrittäjää, jotka valikoituivat haastatteluun kyselytutkimuksen kautta. Haastattelututkimus tehtiin kvalitatiivisena ja puolistrukturoituna. Haastateltaville esitettiin 7 kysymystä, joiden avulla selvitettiin, mistä tai millaista apua yrittäjät olivat saaneet ja oliko apua helppo löytää. Lisäksi kysyttiin, oliko apu riittävää ja jos se ei ollut sitä, millaista lisäapua he olisivat tarvinneet. Haastateltavilta kysyttiin lopuksi, mikä olisi paras tapa saada avun tarvisija ja avun antaja kohtaamaan.

Haastateltavilta kysyttiin, mistä he olivat saaneet apua työhyvinvointinsa parantamiseen ja kokivatko he sen riittäväksi. Haastateltavat yrittäjät olivat saaneet apua työterveyshuollosta, kuntoutuksesta, Välitä Viljelijästä -projektista, työnohjauksesta ja/tai julkisen terveyden huollon mielenterveystoimistosta. Yrittäjien keinot avun saamiseksi olivat erilaisia. Osa oli saanut riittävän avun suoraan ensimmäisestä paikasta, esimerkiksi työterveyshuollosta tai Välitä Viljelijästä -projektista. Osa yrittäjistä oli ohjattu työterveyshuollon kautta eteenpäin Välitä Viljelijästä -projektin piiriin tai kuntoutukseen. Eräs haastateltava ei ollut kokenut saavansa apua työterveyshuollon palveluntarjoajalta, mutta häntä ei ollut kuitenkaan ohjattu sieltä eteenpäin, vaan yrittäjän oli hakeuduttava itse julkisen terveydenhuollon puolelle. Haastateltavat olivat hakeneet apua myös maaseudun tukihenkilöverkoston kautta. Tukihenkilö koettiin hyvänä huolien purkamiseen, mutta haasteena koettiin se, että sitä kautta ei ole muuta konkreettista apua saatavilla. Myös omat läheisistä ja ystävistä koostuvat turvaverkot koettiin tärkeinä.

Haastateltavilta kysyttiin, miten he löysivät apua tarjoavan tahon ja kokivatko avun löytämisen helppoksi. Haastateltavat olivat löytäneet avun tarjoajan tiedon joko ohjatusti, tai etsimällä yhteystiedot internetistä. Osa haastatelluista koki, että avun etsiminen oli helppoa ja osa, että se oli vaikeaa. Osa oli etsinyt itsenäisesti esimerkiksi Välitä Viljelijästä -projektin projektityöntekijän yhteystiedot ja ottanut yhteyttä suoraan projektityöntekijään. Osa haastateltavista koki helpottavana tekijänä sen, että esimerkiksi Välitä Viljelijästä -projektista oli paljon tietoa lehdissä ja internetissä. Projektin kautta yrittäjät olivat päässeet muun muassa työnohjaukseen ja saaneet apua myös talouslaskelmiin ja asioiden eteenpäin viemiseksi.

Avun hankinta koettiin hankalaksi, jos sitä piti etsiä monesta paikasta. Jos yrittäjä ei ollut saanut riittävästi apua ensimmäisestä paikasta, josta hän oli sitä hakenut eikä häntä ohjata sieltä eteenpäin, kynnys lähteä etsimään apua uudestaan on todella korkea. Haastatteluissa tuli ilmi myös, että mielenterveyden asiantuntijoille tulisi päästä helpommin.

"Sittenhän se oli valtava työ ja kun se oli jo valtava työ ottaa ensimmäistä kertaa jonkin yhteyttä" - - "niin sitten kun se tyssäs se homma, niin sitten meni tosi pitkään ennen kuin tota otin yhteyttä uudestaan"

Eräs haastateltava koki, että nuoremman sukupolven viljelijöillä voisi olla matalampi kynnys hakea apua.

*”nuoremman sukupolven edustajilla on varmaan myös matalampi kynnys lähteä hake-
maan apua. Ei ole semmoinen pärjäämisen kulttuuri, että kyllä täällä pitää hampaat irvessä
ite pärjätä”*

Haastateltavilta kysyttiin, millaista apua he saivat työhyvinvoinnin parantamiseksi, ja kokivatko he sen riittäväksi. Apua oli saatu työnohjauksesta, työterveyshuollosta, kuntoutuksesta, Välitä Viljelijästä -projektista ja julkisesta terveydenhuollosta.

Työnohjauksesta haastateltavilla oli sekä hyviä että huonoja kokemuksia. Osa koki, ettei kemiat kohdanneet työnohjaajan kanssa ja palvelusta ei saanut riittävästi irti. Osa oli tyytyväinen palvelus-
taan saamaan apuun. Työnohjauksesta oli muun muassa tullut ymmärrys siihen, miksi haastatel-
tava oli uupunut.

Työterveyshuollon kautta avun saaneet kokivat etenkin työterveyskäyntien lisäksi tehtävät tilakäyn-
nit hyvinä. Yrittäjät kokivat, että heidät oli otettu tosissaan ja, että haasteista on helpompi puhua
omassa työympäristössä kuin hoitajan pöydän ääressä. Haastateltavat pitivät tärkeänä, että avun-
tarjoaja ymmärtäisi maaseutuelinkeinojen erityispiirteitä ja, että avun tarvitsija saisi vertaistukea.
Avun pitäisi olla myös kohtuuhintaista, jotta avun pyytäminen ei jäisi taloudellisista syistä väliin.

Eräs haastateltava oli ohjattu työterveyshuollosta kuntoutusjaksolle. Kuntoutuksen kautta saatu
apu oli kuitenkin jäänyt kevyeksi ja apua oli pitänyt hakea muuta kautta kuntoutuksen loppumisen
jälkeen. Haastateltava toivoi myös, että kun kuntoutusjaksot loppuvat, kuntoutujalle tehtäisiin sel-
keä jatkosuunnitelma.

*” niin vois se olla se tuki jäməkämpä sen kuntoutuksen jälkeen, että et et ainakin miule se
ensimmäinen puhelu oli sellainen et miten menee ja heippa”*

Haastateltava koki myös, että kuntoutukseen osallistuva ryhmä olisi pitänyt tutustuttaa toisiinsa
paremmin, jotta ryhmä olisi toiminut vertaistukena kuntoutuksen aikana ja sen jälkeen. Kuntoutus-
palvelun tarjoajan ohjaajat haastateltava oli kokenut muutoin ammattitaitoisiksi.

Eräs haastateltavista oli saanut apua Välitä Viljelijästä -projektista. Yrittäjänä piti hyvänä, että apua
sai nopeasti, keskusteluun otettiin myös puoliso mukaan ja asiat niin sanotusti nostettiin pöydälle.

” Ei pystynyt ehkä just silloin vastaamaan mutta soitti sitten niin kun takasin ja siinä tilanteessa jo varattiin niin ku aika” - - ” Sittenhän sanoi, että hän toivoo, että sun puoliso on myös siinä paikalla, että tavallaan sitä semmonen yhteinen ruotiminen siitä, että missä mennään”

Välitä viljelijästä projektityöntekijän kanssa oli käsitelty asioita monesta eri näkökulmasta, ja jo ensimmäisellä kerralla oli tehty selkeä jatkosuunnitelma ja haettu maksusitoumusta. Projektityöntekijä oli koettu olevan kuin majakka, joka ohjaa asioita konkreettisesti eteenpäin. Erittäin hyvänä pidettiin myös sitä, että projektityöntekijä piti yhteyttä myös sen jälkeen, kun hän oli ohjannut asiakkaan työnohjaukseen.

”Hän on edelleen laittaa välillä sähköpostia, että miten menee ja missä mennään ja kuinka voit ja niin kun senkin aikana, kun siellä työnohjauksessa kävin, niin sitten aina välillä laitto sähköpostia, että miten voit onko ollut apua”

Eräällä Välitä Viljelijästä -projektista apua hakeneella haastateltavalla haastetta oli tuonut projektityöntekijän vaihtuminen kesken prosessin. Haastateltava koki, että asiat oli jääneet ehkä tästä syystä hieman kesken.

”Eka kerralla, kun olin Välitä viljelijästä henkilöön yhteydessä, niin se jäi vähän niinku kesken ehkä se homma sitten siinä” -- ”Siinä oli just vaihtunut sitten täällä se tekijä, siinä tais tulla sitten sitäkin katkosta”

Julkisen terveydenhuollon kautta avun saanut haastateltava koki tärkeäksi, että keskustelukertoja on riittävän paljon ja, että avulle oli tehty jatkosuunnitelmat valmiiksi. Haastateltava piti myös tärkeänä, että vaikka asiakas jäisi jo pois palvelun piiristä, häneen otettaisiin vielä myöhemmin yhteyttä ja kysyttäisiin vointia.

Haastateltavilta kysyttiin, mikä heistä olisi paras tapa saada avun tarvitsija ja avun tarjoaja kohtaan. Vaikka yhteystiedot ovat verkossa saatavilla, useat haastateltavat totesivat, että tietoa ei välttämättä jaksaa etsiä. Haastatteluissa tuli myös esiin, että uupuneen ihmisen olo on yleensä huonoin illalla. Aamulla mieli voi olla virkeämpi ja päivän työt odottavat tekijäänsä. Silloin yrittäjä ei välttämättä koe tarpeelliseksi tai edes ehdi etsiä apua. Yhteistietojen saatavuus ja ajantasaisuus

koettiin myös tärkeäksi. Haastateltavat myös toivoivat, että mikäli apua tarjoavan tahon yhteystiedot muuttuvat, siitä muistettaisiin informoida asiakkaita suoraan, esimerkiksi sähköpostilla.

”Just se, että iltasinhan yleensä ne oireet on pahimmillaan kun on väsynyt ja näin niin varmasti se että illalla on se joku nettipalvelu tai joku johon voi laittaa, et hei mä tarviin apua”

Yrittäjät toivoivat myös, että työterveyshuollosta oltaisiin aktiivisemmin yhteydessä viljelijöiden suuntaan ja kysyttäisiin välillä, miten yrittäjillä menee. Työterveyshuollolta toivottiin herkkyyttä puuttua uupumisen varhaisiin merkkeihin ja että siellä keskusteltaisiin enemmän jaksamiseen liittyvistä asioista.

”Oisin toivonut sieltä herkempiä tuntosarvia, että nyt näyttää siltä, että kohta on kuppi nurin”

Tiloilla vierailee useita eri sidosryhmien edustajia, kuten neuvontaorganisaatioiden asiantuntijoita sekä meijereiden, lihatalojen ja rehufirmojen edustajia, joiden toivottiin kysyvät yrittäjiltä vointia. Jos yhä useampi tekisi niin, voisi asioiden purkamisesta tulla helpompaa. Toisaalta haastateltavat kokivat, että jos tilanne on jo pahana, on helpompi vastata kysyjälle kevyesti.

”Heille toivoisi sitä rohkeutta, että kysyis suoraan ja avoimia kysymyksiä, ei vaan verhoiltuna johonkin nätipään pakettiin. Kun tavallaan he menee aamulla töihin, he pukis sen ammatillisuuden päälle ja mä voink kysyä näiltä näitä kysymyksiä, reagoi se vastaaja sitten miten tahansa, sano sitten en mä haluu vastata tommoseen kysymykseen, tai sitten vastaakin, että kiitos kun kysyit itseasiassa kuuluukin aika tosi huonoo”

Haastatteluissa nousi myös esille se, että kun yrittäjä tietää, miten paljon avun tarvisijoita on, se voi nostaa kynnystä hakea apua. Yrittäjä voi ajatella, ettei hän halua kuormittaa lisää jo kuormittunutta järjestelmää.

Haasteena koettiin myös se, että jos avun hakija on avun antajalle tuttu henkilö, auttaja voi tehdä olettamuksia tuttuuden perusteella, ja apu voi vääristä olettamuksista johtuen jäädä vaillinaiseksi. Tästä syystä haastateltava koki, että voisi olla parempi, jos avun tarvisija ja avun antaja eivät olisi ennalta tuttuja.

Haastatteluissa myös todettiin, että vaikka yrittäjille on monenlaista apua saatavilla, ratkaisun avaimet ovat itsellä:

”kaikista keskusteluista sekä työterveydessä, että Eilan, että sitten sen työnohjauksen, niin niistä oli valtavasti apua mutta ne ei pelastaneet vaan se pelasti, että tuli se oivallus itelle että kuule - - sulla on ihan itellä ne ratkaisun avaimet käsissä että elä jää märehitii niitä hommia et puhu vaan puhu vaan puhu vaan”

”Että jotenkin se, että ne (projektityöntekijät) auttaa hirveesti mutta itte me ollaan itemme kanssa.” - - ”Pitää ite ymmärtää, että pitää huolta itsestä. Että koko ajan ei voi olla joku saattaja silittelemässä, että koita nytten kyllä se siitä. Pitää ittelleen puhuu sillai, että koita nytten kyllä se siitä!”

9 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimukseen vastasi 375 kohdealueen kotieläinyrittäjää. Runsaan vastaajamäärän ansiosta tutkimus antaa hyvin tietoa Järvi-Suomen kotieläinyrittäjien työhyvinvoinnista ja yrityksen kehittämiseen liittyvistä esteistä. Vastaajien ikä painottuu yli 41-vuotiaisiin yrittäjiin sekä lypsy- ja nautakarjatiloihin. Yli 16 vuotta yrittäjänä olleita oli 56,5 % vastaajista. Tulos kuvaa hyvin Järvi-Suomen kotieläintuotantorakennetta. Vastauksia on tarkasteltu kokonaisuutena tai alueen, tuotantos suunnan, sukupuolijakauman tai koulutustaustan kautta. Mikäli joku tarkastelukulmista nousee esille tuloksissa, siitä on kerrottu johtopäätöksissä.

9.1 Tilan kehittäminen ja kehittämisen esteet

70 % vastanneista yrittäjistä pystyy suunnittelemaan yrityksensä tulevaisuutta. Tärkein kehittämisen kohde tiloilla on kannattavuuden parantaminen. Se vaikuttaa myös siihen, miten seuraavaksi tärkeimmät kehittämisen kohteet pystytään toteuttamaan. Yrittäjät kokevat tuotantosunnasta riippumatta tärkeäksi kehittää omaa työhyvinvointia ja työmenetelmiään. Epävarmuus alan tulevaisuudesta ja heikko kannattavuus vaikeuttavat kuitenkin tilojen kehittämistä.

”Taloudelliset seikat vaikeuttavat ja ainakin hidastavat kaikkein eniten työtä helpottavien ratkaisujen tekemistä”

Runsa kolmannes vastanneista yrittäjistä kokee, että oma jaksaminen on esteenä yrityksen kehittämiseksi. Jotta yrittäjät pystyvät kehittämään myös jatkossa yritystään ja omaa osaamistaan, tulee yrityksen kannattavuus saada kuntoon. Yrittäjä laittaa usein yrityksen tarpeet omien tarpeidensa edelle. Paremman kannattavuuden avulla yrittäjät voivat kehittää työhyvinvointia vaikuttavia olosuhteita sekä työmenetelmiä paremmiksi ja sitä kautta myös työssäjaksaminen paranee.

Yrittäjien oman osaamisen merkitys korostuu maatalouteen liittyvien vaatimusten lisääntyessä ja tilakoon kasvaessa. Yrittäjät kokevat talouteen/kirjanpitoon liittyvän koulutuksen tärkeimmäksi osa-alueeksi oman osaamisen kehittämisessä. Sen lisäksi myös johtamistaitojen tärkeys nousee esiin. Yrittäjistä 90 % pitää johtamistaitoa erittäin tärkeänä tai tärkeänä ja 29 % kokee, että yrittäjän omaa

osaamista ja johtamistaitoa tulisi kehittää edelleen. Korkeakoulututkinnon suorittaneet pitävät johtamistaitoja tärkeämpänä kuin muun koulutuksen saaneet yrittäjät.

Meijereiden/ teurastamoiden ja neuvontaorganisaatioiden sekä eri hankkeiden koulutuksilla on iso merkitys maatalousyrittäjien osaamisen kehittämisessä. Etenkin eri hankkeiden kautta järjestetty koulutus on yleensä yrittäjille edullista, ja näin koulutukseen osallistuminen ei yleensä jää taloudellisista seikoista kiinni. Koulutuksiin osallistuminen riippuu myös yrittäjän jaksamisesta sillä, mikäli yrittäjä uupuu, ei hän myöskään jaksaa osallistua koulutuksiin.

9.2 Työhyvinvointi ja siihen liittyvät palvelut

Kyselyyn vastanneet yrittäjät kuuluivat huomattavasti maan keskiarvoa enemmän työterveyshuollon piiriin. Maatalousalalle on ollut pitkään tyypillistä alhainen työterveyshuoltoon kuulumisen aste. Yleisimmät syyt olla kuulumatta työterveyshuoltoon olivat, ettei palveluja koeta tarpeita vastaavaksi ja että niitä pidetään kalliina. Useat vastaajat ovat myös miettineet työterveyshuoltoon liittymistä, mutta eivät olleet saaneet aikaiseksi tehdä sitä. Toimivat työterveyspalvelut ovat olennainen osa kotieläinyrittäjien työhyvinvointia. Työterveyden parissa työskentelevien on ymmärrettävä myös alan erityispiirteitä, jotta asiakas kokee tullessa kuulluksi.

Alan sidosryhmien, kuten edunvalvonnan, vakuutusyhtiöiden, neuvontaorganisaatioiden ja Melan tuleekin miettiä yhdessä palvelujen järjestäjien kanssa, miten tietoisuutta työterveyspalveluista saataisiin lisättyä. Haastatteluissa nousi esiin, että yksi keino lisätä työterveyteen liittymistä on ottaa asia puheeksi Melan vakuutusasiahenkilöiden ja meijerin/ teurastamon ym. sidosryhmien edustajien toimesta, kun uuden viljelijän kanssa tehdään sopimuksia. Kaikilla uusilla yrittäjillä ei välttämättä ole tietoa siitä, että myös maatalousyrittäjille on työterveyshuoltoa tarjolla etenkin, jos luopuva sukupolvi ei ole siihen kuulunut. Uutta viljelijää kannattaa kannustaa työterveyshuoltoon liittymiseen ja samalla heille voi antaa myös tietoa lähialueen palvelun tarjoajista. Maatalousyrittäjille suunnatussa viestinnässä pitäisi nostaa enemmän esiin työterveyshuoltoon kuuluvia yrittäjiä. Yrittäjäesimerkkien kautta voidaan kertoa konkreettisesti, mitä hyötyä he kokevat saaneensa työterveyshuollosta.

Työhyvinvoinnin parantamiseksi yrittäjät kokivat tarvitsevansa eniten apua viljelyyn ja kotieläintenpitoon liittyvien vaatimusten täyttämiseksi sekä talouteen liittyvää neuvontaa. Neuvo2020 -palveluista käytettiin eniten tuotantoeläimiin liittyviä palveluja. Myös työnohjauspalvelu koettiin hyödylliseksi. Yrittäjät kokemuksen mukaan se auttaa selkeyttämään tilannetta ja tilan toimintatapoja.

”Ohjauksessa käsitellyt asiat ovat lähtökohtaisesti yksinkertaisia, mutta niiden käyttöönotto on monesti haastavaa itsenäisesti”

Jotta työnohjauspalvelusta on hyötyä, palveluntarjoajan on ymmärrettävä alan erityispiirteitä. Palvelua on saatavilla nykyisin muun muassa maksusitoumuksella Välitä Viljelijästä projektin kautta. ja myös muissa hyvinvointihakkeissa. Kyselyyn vastanneet yrittäjät ovat halukkaita käyttämään työnohjauspalveluja, mikäli niihin saisi Neuvo2020 -tukea.

9.3 Työn kuormitus ja avun hankkimisen esteet

Yrittäjien hyvinvointia kuormittaa työn määrä etenkin sesonkien aikana. Karttusen ym. mukaan yrittäjien säännöllisen työviikon ei pitäisi ylittää 45–48 h (Karttunen ym. 2012, 2). Tämän tutkimuksen vastauksista käy ilmi, että kotieläinyrittäjät tekevät tuotantosuunnasta riippuen jopa 51 h työviikkoa sesongin ulkopuolella ja sesongin aikana viikkotyötunnit ovat jopa 89 h.

”Jotenkin niin kun se työnohjaajalta se paras anti oli, et kun mä hänelle volloitin että miks mä uuvuin ja sitten hän sanoi: Se on väärä kysymys. Sun pitää kysyä, että miks sä uuvuit vastaan nyt. Huomaat sä, että sä oot tehnyt kolmen ihmisen työt?”

Työmäärään liittyviä tuloksia tarkasteltaessa tulee huomioida, että karjataloilla tehdään töitä yleensä seitsemänä päivänä viikossa. Karjaan ja viljelyyn liittyvien töiden lisäksi yrittäjät tekevät töitä muun muassa kirjanpidon, viljelynsuunnittelun ja hankintojen parissa. Todellinen työmäärä voi siis olla huomattavasti suurempi, kuin pelkästään karjatöihin ja viljelyyn käytettävä työaika on.

Henkistä kuormitusta kokeneiden osuus vastaajista on huolestuttavan korkea. Lisäksi yli 40 % vastaajista kuormitus on lisääntynyt ja se aiheuttaa heille fyysisiä tai psyykkisiä oireita. Tilanteen huolestuttavuutta lisää se, että 77 % henkistä kuormitusta kokeneista vastaajista ei ole hakenut apua henkiseen kuormitukseen, vaikka vain 29 % heistä kokee pärjäävänsä ilman apua.

Henkinen kuormitus oireilee kotieläinyrittäjillä enemmän psyykkisesti, kuin fyysisesti. Yleisimmin se aiheuttaa ärtyneisyyttä, uniongelmia ja ahdistusta. Kuormitusta aiheuttaa heikon kannattavuuden ja tulevaisuuden epävarmuuden lisäksi julkinen keskustelu maatalouden vaikutuksesta ilmastonmuutokseen ja ruoantuotantoon liittyen.

Kyselyn avoimissa vastauksissa tulee ilmi, että syy olla hakematta apua kuormitukseen on usein vastaajien kokemus siitä, ettei oikeanlaista apua ole tarjolla tai, että vastaaja haluaa pärjätä itse.

”Tuntuu, että maatalouden nykyinen arvostus on niin huono, ettei mistään tule apua kuin juhlapuheissa, niillä ei laskuja makseta. On vain koetettava pärjätä ja jaksaa ajatella, että selviäis”

Apua tarjoavat tahot tulisivat olla saatavilla silloin, kun apua tarvitaan eniten. Uupunut ihminen voi paremmin aamuisin ja niin sanottuun virka-aikaan, kun palvelun tarjoajat ovat tavoitettavissa. Ahdistus ja väsymys pahenevat usein iltaa kohti, eikä silloin enää välttämättä saa yhteyttä avun tarjoajiin. Yrittäjille tulisivatkin olla tietoa saatavilla kanavista, joihin voi ottaa yhteyttä mihin aikaan vuorokaudesta vaan, jotta apua hakevalla ei olisi pelkkää vastaaja vastassa apua hakiessa. Alan sidosryhmien ja edunvalvonnan tulee huolehtia, että yrittäjillä on saatavilla tietoa avuntarjoajista ja myös siitä, että yhteystiedot ovat mahdollisissa oppaissa ja verkkosivuilla ajan tasalla.

Aina yrittäjälle ei pystytä tarjoamaan riittävää apua siitä paikasta, mistä hän sitä ensimmäisenä hakee. Silloin apua tarjoavan tulisi tahon huolehtia siitä, että yrittäjä pääsee seuraavan auttavan tahon avun piiriin. Uupunut ihminen ei välttämättä jaksaa tehdä seuraavaa yhteydenottoyritystä, mikäli ensimmäinen epäonnistuu. On myös erittäin tärkeää, että yrittäjä ei tipu tyhjän päälle sen jälkeen, kun avun tarjoajan prosessi on käyty läpi. Yrittäjiin tulee ottaa yhteyttä myös sen jälkeen, kun hän on saanut tarvitsemansa avun. Näin varmistetaan, että apu on ollut riittävää ja toisaalta, mikäli apu ei ole ollut riittävää, yrittäjä ei uupuisi uudestaan.

9.4 Toimenpiteet yrittäjien auttamiseksi

Yli puolet kyselyyn vastanneista yrittäjistä toivoo, että tilalla vieraillevat asiantuntijat sekä meijereiden ja teurastamoiden edustajat nostaisivat useamman jaksamiseen liittyvät asiat esiin esimerkiksi

tilakäynneillä. He voivat myös ohjata viljelijöitä eteenpäin tai ottaa yrittäjän luvalla hänen puolestaan yhteyttä esimerkiksi työterveyshuoltoon tai hyvinvointihankkeeseen, mikäli yrittäjä ei itse jaksaisi tai pystyisi sitä tekemään.

Mikäli maatalouden kannattavuusongelmat jatkuvat, henkinen kuormitus tulee lisääntymään edelleen ja avun tarve viljelijöillä kasvaa. Jotta isommilta ongelmilta vältytään, tulee avunhakemisen kynnystä madaltaa ja jaksamiseen liittyvistä asioista puhua yhä avoimemmin. Yksi keino madaltaa kynnystä on nostaa esiin yrittäjiä, jotka ovat uskaltaneet hakemaan apua. Näin voidaan rohkaista myös niitä yrittäjiä avun piiriin, jota häpeilevät avun hakemista tai ajattelevat, että apu ei ole heitä varten.

Henkistä kuormitusta kokeneiden vastaajien määrä oli huolestuttavan korkea. Vastauksien perusteella yli puolet apua hakeneista yrittäjistä oli hakenut apua hyvinvointihankkeesta, mikä osoittaa hankkeiden tarpeellisuuden. Välitä Viljelijästä -projektilla on selkeä rooli avun tarjoajana ja sen jatko turvattava. Projektista on myös tehtävä pysyvä osa maatalousyrittäjien hyvinvointipalveluja, eli sen rahoitus on muutettava pysyväksi. Päätös projektin jatkosta on myös tehtävä riittävän ajoissa, että hankkeen piirissä työskentelevät projektityöntekijät saavat työn jatkolle vahvistuksen, eivätkä ehdi hakeutumaan muihin töihin.

Jos Neuvo2020 tuki jatkuu Cap27 -rahoituskaudella, tulee tukielementeissä huomioida yrittäjän hyvinvointiin liittyviä asioita, kuten työnohjauspalvelut osana yrityksen kehittämistoimenpiteinä. Kuten aikaisemmin on todettu, tilan tärkein kehittämiskohde voi olla yrittäjän työhyvinvointi, mutta huonossa kannattavuustilanteessa yrittäjät karsivat helposti itseensä kohdistuvista kuluista. Neuvo2020 -tuki on yksi elementti, jonka avulla yrittäjät pääsisivät palvelun piiriin maksamalla vain arvolisäveron osuuden.

10 POHDINTA

Opinnäytetyön tavoitteina oli selvittää Järvi-Suomen kotieläinyrittäjien työhyvinvointia ja yritysten kehittämiseen liittyviä esteitä työhyvinvoinnin näkökulmasta. Opinnäytetyön tutkimuksella pyrittiin myös vastaamaan kysymykseen, miten avun tarvitsija ja avun antaja saataisiin parhaiten kohtaan. Lisäksi tavoitteena oli luoda materiaalia, jota voidaan hyödyntää alan hyvinvointihankkeissa ja sidosryhmien keskuudessa.

Opinnäytetyö ja siihen liittyvä tutkimus eteni suunniteltua aikataulua nopeammin. Tähän vaikutti muun muassa se, että aiheen ajankohtaisuuden vuoksi tutkimuksen tietoperustaan oli saatavilla hyvin tietoa niin kirjallisuudessa kuin artikkeleissa. Tietoa etenkin Järvi-Suomen erityispiirteistä saatiin koottua toimeksiantajan ja Etelä-Savon ELY-keskuksen avulla.

Webropol-kyselyä testattiin ennen lähetystä kolmen henkilön toimesta. Testauksella pyrittiin selvittämään muun muassa toimiiko avoimien kysymysten vastauskohdat, onko kysymyksen asettelussa epäselvyyttä/päällekkäisyyttä. Kyselylomaketta muokattiin testauksessa esille tulleiden huomioiden perusteella. Huolimatta testauksesta kysymyksissä oli pientä päällekkäisyyttä, ja esimerkiksi työaikaa kysyttäessä vastausmahdollisuuden olisi pitänyt olla ainoastaan numeraalinen.

Haastatteluun valittiin 5 yrittäjää sen perusteella, että he olivat saaneet apua työhyvinvoinnin parantamiseen eri tahoilta. Haastattelut pidettiin Teams-sovelluksen välityksellä ja kaikille haastateltaville esitettiin samat kysymykset. Haastattelut onnistuivat hyvin ja yrittäjät osallistuivat mielellään myös Yrittäjän hyvinvoinnin timantin testaukseen.

Opinnäytetyön kysely- ja haastattelututkimusten tuloksissa nousee vahvasti esille maatalousyritysten heikon kannattavuuden vaikutus yrittäjien hyvinvointiin. Kannattavuus on heikentynyt entisestään vuoden 2021 sekä alkuvuoden 2022 aikana ja tämä näkyy osaltaan myös tutkimuksen työhyvinvointiin liittyvissä tuloksissa.

Osana kannattavuuden parantamista tarvitaan Järvi-Suomen alueella kohdennettuja tukielementtejä. Cap27 -ohjelmassa tulee huomioida alueen erityispiirteet ja Järvi-Suomeen tulisi saada oma kohdentamisalue. Tällä parannettaisiin ympäristötoimenpiteiden vaikuttavuutta ja korvattaisiin toimenpiteistä sekä luonnonhaitoista aiheutuvia kustannuksia. Esimerkiksi hanhien aiheuttamat tuhot

ovat lisääntyneet viime vuosia merkittävästi ja tämä vaikuttaa etenkin Etelä-Savon, Kaakkois-Suomen ja Pohjois-Karjalan yritysten kannattavuuteen.

Kannattavuus vaikuttaa myös merkittävästi yritysten investointimahdollisuuksiin. Järvi-Suomessa investointien määrä on ollut huomattavasti maan keskiarvoa pienempi. Maatalouden investointituilla on iso merkitys mahdollisuuden toteuttaa investointeja. Koska alueen yritykset ovat monialaisia yrittäjätulo muodostuu monesta tulonlähteestä. Järvi-Suomen alueella tulee hyväksyä investointitukiehdossa yrittäjätulovaatimukseen myös muut kuin suorat maatalouden tulot, jotta yritykset pääsisivät helpommin kehittämistukien piiriin. Lisäksi erityisesti nuorille viljelijöille suunnattuihin tukielementteihin tulisi kiinnittää huomiota, jotta maataloutta ja sitä kautta huoltovarmuutta olisi koko maassa myös tulevaisuudessa.

Tuloksissa nousee esille tilan sisäisistä tekijöistä heikon kannattavuuden lisäksi työn kuormittavuuden vaikutus yrittäjien hyvinvointiin. Yrityksen kannattavuus on perusta yrittäjien hyvinvoinnille ja yritysten kehittämiseksi. Tiedon ja tehokkuuden vaatimusten lisääntyessä yrittäjien on pysyttävä kehityksessä mukana. Jos tila on EU:n maatalousalan valtiontukisäännösten mukaan vaikeuksissa oleva yritys, ei yrittäjät saa vuosilomaa. Tällöin he eivät myöskään pääse irtautumaan töistä ja heidän työstänsä aiheutuva kuormitus lisääntyy entisestään. Tämä heikentää entisestään kannattavuuden kanssa kamppailevien yrittäjien tilannetta. Kun kannattavuus on kunnossa, yrittäjällä on mahdollisuus irrottautua tilan töistä ja palautua työn kuormituksesta.

Tilan ulkoisista tekijöistä yrittäjän hyvinvointia kuormittavat eniten tulevaisuuden epävarmuus, byrokratia ja julkinen keskustelu maatalousalaan liittyen. Keskustelu ruoantuotannosta, sen ympäristövaikutuksista ja eettisyydestä tulee todennäköisesti jatkumaan kuluttajien ja tuottajien välillä. Osa keskustelusta ja kotieläintuotantoon liittyvästä kritiikistä johtuu siitä, että ihmiset ovat vieraantuneet ruoantuotannosta.

Suomessa eläinten hyvinvoinnista huolehditaan hyvin ja vaatimukset ovat monelta osin tiukempia kuin muualla Euroopassa. Myös ympäristöstä huolehditaan ja esimerkiksi 87 % järviemme ja 69 % jokiemme pinta-alasta on luokassa erinomainen tai hyvä (Ympäristöhallinnon yhteinen verkkopalvelu). Kotieläintuottajien olisikin siirryttävä puolustusasemasta enemmän kertovaan ja entistä avoimempaan toimintaan, jotta kuluttajien tietoisuutta suomalaisesta ruoantuotannosta saataisiin lisättyä. Myös edunvalvonnassa tulisi nostaa entistä enemmän tiloja ja tuotantoa esiin koululais- ja kuluttajatyössä.

Kyselyyn vastanneet yrittäjät pystyvät runsaasta henkisestä kuormituksesta huolimatta suunnittelemaan yrityksensä tulevaisuutta ja arvioimaan miten yritystä ja omaa osaamista tulisi kehittää. Kun yrityksen kannattavuus on kunnossa, yrittäjillä on mahdollisuus kehittää työolosuhteita ja eläinten hyvinvointia sekä vastata muun muassa ilmastonmuutoksen liittyviin haasteisiin.

Kyselyyn vastanneet yrittäjät kuuluivat huomattavasti maan keskiarvoa enemmän työterveyshuoltoon. Useat vastaajat toivat myös esille lähipiirin merkityksen omalle hyvinvoinnille. Tuloksia tulkitessa täytyy ottaa huomioon se, miten tulevaisuudessa tavoitetaan ne yrittäjät, jotka eivät kuulu työterveyshuoltoon, joiden sosiaalinen verkosto on ohut tai jotka eivät jostain muusta syystä pysty itse hakeutumaan avun piiriin.

Osana opinnäytetyön tutkimusta valmistunutta Yrittäjän hyvinvoinnin timanttia voidaan hyödyntää maatalousyrittäjien hyvinvointia arvioidessa. Yrittäjä voi käyttää timanttia hyödyksi itse arvioidessaan omaa hyvinvointiaan tai hän voi tehdä sen yhdessä esimerkiksi tilalla vierailevan neuvojan, meijerin, teurastamon tai hyvinvointihankkeen edustajan kanssa. Myös työterveyshuolto voi hyödyntää työkalua vastaavalla tavalla. Timantin on myös tarkoitus toimia apuna yrittäjälle sanoittamaan omaa oloa ja hyvinvointiin liittyviä asioita. Yrittäjä ei välttämättä uskalla tai pysty ottamaan asioita puheeksi työterveyshuollon käynnillä tai keskustellessaan sidosryhmän edustajan kanssa. Tällöin ongelmat yrittäjän jaksamisessa tai hyvinvoinnissa ei välttämättä nouse esiin, eikä yrittäjä saa tarvitsemaansa apua. Jos yrittäjän elämässä tapahtuu muutoksia timantin tekemisen jälkeen, voi timantin tehdä jonkin ajan päästä uudestaan ja katsoa, onko tilanne kehittynyt oikeaan suuntaan.

Yrittäjän hyvinvoinnin timantti julkaistaan Maatalousyrittäjän työura muutoksessa – hankkeen verkkosivuilla ja muilla hyvinvointihankkeilla on mahdollisuus jakaa verkkosivuillaan linkkiä hankkeen sivuille. Timanttia voidaan myös käyttää myös tulostettuna versiona ja jakaa sitä työterveyshuollossa ja maatalousyrittäjille suunnatuissa tapahtumissa.

Kyselytutkimuksessa ja haastatteluissa saatuja tuloksia voidaan hyödyntää työterveyspalveluja kehittäessä. Työterveyshuolto on ennaltaehkäisevä palvelu, joka perustuu vapaaehtoiisiin työterveyskäynteihin työterveyshoitajalla ja lääkäreillä. Työterveyden tilakäynneillä käydään 1–4 vuoden välein ja niillä laaditaan työolosuhdeselvitys. Tutkimustuloksissa kävi ilmi, että yrittäjät toivovat työterveyshuoltoa herkempää puuttumista työhyvinvointiin ja jaksamiseen liittyvissä asioissa. Nämä

asiat tulisi ottaa puheeksi työterveys- sekä tilakäynneillä ja keskustelun jälkeen tulee laatia selkeä suunnitelma asioiden eteenpäinviemiseksi. Näin asia keskustelun tasolle vaan yrittäjä saa myös apua ja seuranta työhyvinvointinsa parantamiseksi. On myös tärkeää, että yrittäjä kokee tullessa aidosti kuulluksi.

Yrittäjät toivoivat myös, että työterveyshuollosta oltaisiin yhteydessä myös käyntien välillä. Aktiivisempi yhteydenpito tukisi työhyvinvointia ja sillä pystyttäisiin mahdollisesti ennaltaehkäisemään yrittäjien uupumista varhaisella puuttumisella.

Koska kyselyyn vastanneista suurin osa kuului työterveyshuoltoon, se ei antanut vastauksia siihen, miten sen piiriin saataisiin enemmän yrittäjiä. Tätä aihetta olisi syytä tutkia enemmän. Yksi mahdollinen keino on ottaa asia puheeksi jo siinä vaiheessa, kun uuden yrittäjän kanssa tehdään sopimus MYEL-vakuutuksesta. Tällä keinolla tavoitetaan etenkin niitä viljelijöitä, jolla ei ole mallia työterveyteen kuulumisesta edellisen sukupolven perintönä.

Ratkaisuksi tutkimuskysymykseen ”kuinka avun tarvitsija ja avuntarjoaja saataisiin parhaiten kohtaamaan” esitettiin, että maatalousyrittäjien parissa työskentelevien sidosryhmien edustajien tulisi entistä herkemmin kysyä, miten yrittäjät voivat. Kysymysten tulisi olla suoria ja avoimia. Kun yrittäjä kertoo ongelmistaan, niihin tulisi puuttua herkästi ja ohjata yrittäjä eteenpäin. Myös yhteystietojen ajantasaisuuteen sekä saatavuuteen tulisi kiinnittää huomiota, ja apua tulisi olla tarjolla kaikkina vuorokauden aikoina.

Idea opinnäytetyön aiheesta oli syntynyt jo ennen opintojen pariin hakeutumisesta. Aihe on ajankohtainen, koska kotieläinyrittäjien hyvinvointi, työssäjaksaminen ja tilojen kehittäminen vaikuttaa muun muassa Suomen huoltovarmuuteen. Viimeistään Venäjän hyökkäys Ukrainaan on osoittanut sen, että Suomen on huolehdittava omasta ruoantuotannostaan.

Koska aihe oli itseä kiinnostava ja ajankohtainen, sen parissa työskentely ja tiedon hankinta tuntui helpolta. Menestyksellisen yritystoiminnan ja yrityksen kehittämisen perusta on hyvinvoiva yrittäjä. Tästä ajatuksesta syntyi myös Yrittäjän hyvinvoinnin timantti. Yrittäjän hyvinvointiin vaikuttaa monenlaiset osa-alueet ja jotta yritys voi menestyä täytyy näiden osa-alueiden olla kunnossa. Toisaalta vahvat osa-alueet voivat kannatella jonkin verran heikompia. Esimerkiksi, jos yrittäjän elintavat ovat kunnossa ne voivat kannatella jaksamista, mikäli yrittäjä kuormittuu työmäärän takia hetkellisesti.

Oma oppiminen kehittyi työn edetessä etenkin tiedonhaun ja tutkimusmenetelmien osalta. Yrittäjän hyvinvoinnin timantin kehittäminen oli myös erittäin mielenkiintoista ja siitä saatu positiivinen palaute yllätti. Tavoite oli tehdä tutkimus, josta on hyötyä alan kannalta ja koin, että onnistuin tässä tehtävässä.

Haluan kiittää MTK-Etelä-Savoa opinnäytetyön toimeksiannosta ja tuesta sen valmistumisen aikana. Kiitos myös opinnäytetyön eri vaiheissa mukana olleille Maatalousyrittäjän työura muutoksessa ja Välitä Viljelijästä -projektin työntekijöille sekä kyselyyn ja haastatteluihin osallistuneille yrittäjille. Erikoiskiitos Elisa Vainiolle luvasta käyttää Peruna kukkii -runoteoksen runoja opinnäytetyössä.

Kyntöaika

Syksyllä
kun oli kyntöaika,
pehmeä maa kääntyi kyljelleen.
Kuin noussutta ruisleipätaikinaa
olisi katsellut.
Kun työ oli tehty,
saattoi levätä
maa ja ihminen

Elisa Vainio

LÄHTEET

Aalto-Setälä, Juuso, Forsmann-Hugg, Sari, Huovari, Janne, Kinnunen, Pekka & Kujala, Päivi 2022. Maa- ja elintarviketalouden tilannekatsaus - tammikuu 2022. Pellervon taloustutkimus. Hakupäivä 21.1.2022. <https://www.ptt.fi/ennusteet/maa-ja-elintarviketalous.html>

Airila, Aira & Bergbom, Barbara 2017. Verkostot pienyrittäjän tukena. Työterveyslaitos. Hakupäivä 29.12.2021. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135334/Verkostot%20pienyritt%c3%a4j%c3%a4n%20tukena.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ala-Siurua, Maija 2022. Viljelijät ovat loppuun palamisen partaalla. Maaseudun tulevaisuus 25.3.2022.

Cap-suunnitelma 2021. 2.0. Lämpöleikkaava tavoite osaamisen, innovaatioiden ja digitalisaation edistämiseksi. Maa- ja metsätalousministeriö. Hakupäivä 21.12.2021. <https://www.maa-seutu.fi/uploads/2.0.-Lapileikkaava-tavoite-osaamisen-innovaatioiden-ja-digitalisaation-edistamiseksi.pdf>

Eläinten hyvinvointi 2021. Hakupäivä 29.12.2021. <https://www.maaseutu.fi/maaseutuverkosto/teemat/elainten-hyvinvointi2>

Eskola, Erkki, Jokipii, Pirjo, Kinnunen, Birgitta, Lehtonen, Elisa, Lumiaho, Maire, Murtonen, Mervi, Pirkkalainen, Minna, Pethman, Katja, Ristola, Pirjo, Saastamoinen, Jukka & Yliselä, Paula 2009. Maatilayrittäjän hyvinvointi. Porvoo: ProAgria keskusten liitto

Etelä-Savon ELY-keskus 2019. Järvi-Suomen ilmasto- ja ympäristöohjelma 2020–2027 2019. Hakupäivä 16.11.2021. https://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/175347/Raportteja%2053_2019.pdf?sequence=5&isAllowed=y

Etelä-Savon ELY-keskus 2021. Tilastot maatalouden investoinneista

Hakola, Elisa 2019. Yrittäjän terveys ja työhyvinvointi on yrityksen menestyksen edellytys. Hakupäivä 13.12.2021. <https://www.yrittajat.fi/uutiset/yrittajan-terveys-ja-tyohyvinvointi-on-yrityksen-menestyksen-edellytys/>

Heikkilä, Tarja 2014. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita.

Heinimäki, Jaakko 2021. Päätoimittajalta: Onko karjatila keskitysleiri? Hakupäivä 20.12.2021
<https://www.kirkkojakaupunki.fi/-/paatoimittajalta-onko-karjatila-keskitysleiri-#05ee1390>

Helenius, Juha 2021. Ruoka Järvi-Suomen kestävyysmuutoksessa. Hakupäivä 17.12.2021.
<https://www.youtube.com/watch?v=9HPX8aEjOuM>

Härkki-Santala, Maria 2001. Jaksamisen avain. Helsinki: Työterveyslaitos.

Jokipii, Pirjo 2006. Maatilayrityksen kilpailukyky. Jyväskylä: Gummerus

Juuti, Pauli 2016. Johtamisen kehittäminen. Jyväskylä: PS-Kustannus

Järvi-Suomen MTK-liittojen tiedote 26.5.2021.

Kallio, Vesa & Kola, Jukka 1999. Maatalousyrittäjien menestystekijät. Aluetutkimus Etelä-Karjalassa, Etelä-Savossa ja Kymenlaaksossa. Helsingin yliopisto: Taloustieteen laitos.

Kallioniemi, Maria 2013. Työhyvinvointi maatiloilla on osa ruoantuotannon vastuullisuutta ja kestävyttä. Hakupäivä 12.5.2022. <https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/mtt/ajankohtaista/Uutiskisto/2013/Ty%C3%B6hyvinvointi%20maatiloilla%20on%20osa%20ruoantuotannon%20vastuullisuutta%20ja%20kest%C3%A4vytt%C3%A4>

Karhula, Timo, Koikkalainen, Kauko, Leppälä, Jarkko & Mattila, Tiina 2015. Esiselvitys viljelijöiden hallinnollisesta taakasta. Luonnonvarakeskus. Helsinki. Hakupäivä 31.12.2021. https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/485757/luke-luobio_16_2015.pdf?sequence=4

Karttunen, Janne, Lähti, Markku & Puttonen, Sampsa 2012. Maataloustyö ja tuottavuus 2/2012 (637), Työteho-seura. Hakupäivä 18.12.2021. https://www.tts.fi/files/1610/Tyomaaran_hallinta_maatalousyrityksissa.pdf

Kinnunen Mohr, Karoliina, Ala-Kurikka, Iina & Hokkanen, Lari 2019. Yhdessä kokeillen -hankkeen loppuraportti. Hakupäivä 4.1.2022. https://demoshelsinki.fi/wp-content/uploads/2019/09/yhdessa_kokeillen_hankkeen_loppuraportti.pdf

Kymäläinen, Hanna-Riikka 2011. Maitotilan hyvä vointi. Tutkimushankkeen loppuraportti. Helsinki. Hakupäivä 29.12.2021. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/29081/MHV_loppuraportti100112.pdf

Kiviranta, Tuure 2015. Huono kannattavuus voi heikentää eläinten hyvinvointia. Hakupäivä 29.12.21. <https://www.maaseuduntulevaisuus.fi/huono-kannattavuus-voi-heikentaa-elainten-hyvinvointia-1.112406>

Lahnamäki-Kivelä, Susanna – Malvisto, Anne-Mari – Kataja, Jyrki - Heinonen Ulla 2018. Koulutushankkeen digitaaliset menetelmät maatalousyrittäjien osaamisen lisäämisessä. Suomen maataloustieteellisen seuran tiedote nro 35. Hakupäivä 21.12.2021. <https://journal.fi/smst/article/view/73150/35026>

Latvanen, Pirjo 2017. Kertomuksia maaseudun parisuhteista 3/3. Hakupäivä 31.12.2021. <https://juurevajoukko.fi/edelliset-sukupolvet-haamuina/>

Lehtonen, Satu 2022. Maatalousyrittäjien avuntarve on nyt suurempi kuin koskaan. Maaseudun tulevaisuus. Hakupäivä 13.4.2022. <https://www.maaseuduntulevaisuus.fi/uutiset/fc23c5da-4592-4909-9afc-fc49f0c48aab>

Luke 2021, tilastotietokanta. Hakupäivä 1.11.2021. <https://www.luke.fi/fi/tilastot>

Luke 2022. Sota Ukrainassa kiristää elintarvikemarkkinoiden tilannetta. Hakupäivä 14.4.22. <https://www.luke.fi/fi/uutiset/sota-ukrainassa-kiristaa-elintarvikemarkkinoiden-tilannetta>

Maaseutuohjelma 2014–2020. Hakupäivä 29.12.2021. <https://www.maa-seutu.fi/uploads/PDF/Manner-Suomen-maaseudun-kehittamisohjelma-2014-2020.pdf>

Maatalousyrittäjän työura muutoksessa hanke, hankekuvaus. Hakupäivä 10.11.2021. <https://www.eura2014.fi/rrtiepa/projekti.php?projektkoodi=S21916>

Mela 2021a. Kuntatilastot 2020. Hakupäivä 2.11.2021. <https://tilastot.mela.fi/kuntatilasto>

Mela 2021b, maatalousyrittäjän lomituspalvelut. Hakupäivä 2.11.2021. <https://www.mela.fi/maatalousyrittajat/maatalouslomitus/>

Mela 2021c. Maatalousyrittäjän vakuuttaminen. Hakupäivä 13.12.2021. <https://www.mela.fi/maatalousyrittajat/maatalousyrittajan-vakuuttaminen/>

Mela 2021d. Taustatietoa Välitä viljelijästä -projektista. Hakupäivä 10.11.2021. <https://www.mela.fi/maatalousyrittajat/valita-viljelijasta/taustatietoa-valita-viljelijasta-projektista/>

Mela 2022, Maatalousyrittäjän työterveyshuolto. Hakupäivä 13.12.2021. <https://www.mela.fi/tyohyvinto/tyohyvintoia-maaseudun-yrittajille/tyoterveyshuolto/>

Mela tänään -lehti Melan asiakkaille. 4.2021. Hakupäivä 9.6.2022. <https://www.mela.fi/tietoa-melasta/julkaisut/mela-tanaan/>

MTK 2017.Vuosikertomus 2016. Hakupäivä 10.11.2021. <https://www.mtk.fi/search?q=vuosikertomus%202016>

MTK 2021. Tiedote 16.12.2021. Hakupäivä 17.12.2021. <https://www.mtk.fi/-/cap>

MTV3 2022. Kauppa ja elintarviketeollisuus neuvottelevat uusiksi maataloustuotteita koskevia sopimuksia. Hakupäivä 19.4.2022. <https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/kauppa-ja-elintarviketeollisuus-neuvottelevat-uusiksi-maataloustuotteita-koskevia-sopimuksia/8403352>

Mustonen, Riitta 2021. Miksi ruokakeskustelu nostaa tunteita? Sosiaalipsykologi löytää monta syytä. Maaseudun tulevaisuus. Hakupäivä 20.12.2021 <https://www.maaseuduntulevaisuus.fi/ruoka/artikkeli-1.1302303>

Oikarinen, Satu 2011. Sukupolvien ketjussa. Maatilan sukupolvenvaihdos sosiaalisena prosessina. Pro-Gradu tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Hakupäivä 31.12.2011. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/37139/1/URN%3ANBN%3Afi%3Ajyu-2011122311846.pdf>

Ojala, Auli 2007. Pienyrittäjän osaaminen kilpailuareenalla. Tampereen teknillinen yliopisto. Tampere. Hakupäivä 3.3.2022. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/114724/ojala.pdf?sequence=1>

Ojasalo, Katri, Moilanen Teemu & Ritalahti, Jarmo 2015. Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Helsinki: Sanoma Pro Oy

Perkiö-Mäkelä, Merja, Hirvonen, Maria, Kinnunen, Birgitta, Koponen, Milja, Louhelainen, Kyösti - Mäittälä, Jukka, Sipponen, Jouni & Torpström, Anne 2016. Työterveys ja maatalous Suomessa 2014. Helsinki: Työterveyslaitos.

Pirttijärvi, Reijo 2021. Maatilojen rahavirrat 2020

Porter, Michael 1990. Competitive Advantage of Nations. The Free Press

Pro Agria 2022. Maatalousyrittäjän työura muutoksessa. Hakupäivä 10.11.2021. <https://www.proagria.fi/hankkeet/maatalousyrittajan-tyoura-muutoksessa-15496>

Punkanen Tiina 2009. Työnohjaus muutoksen moottorina. Hämeenlinna: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Päihdelinkki. Hakupäivä 1.4.2022. <https://paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/alkoholi/alkoholin-kayton-riskit-audit>

Radio Suomi, Mikkeli. 2021. Maatilat tiukilla kasvavien kustannusten kanssa. Merja Nykäsen haastattelu. Hakupäivä 18.1.2021. <https://areena.yle.fi/audio/1-61028724>

Rantanen, Liisamaija 2021. Elinkeino, liikenne ja ympäristökeskus, uutiskirje 4/2021. Hakupäivä 18.12.2021. <https://kehaemail.sst.fi/messages/view/7001/0/886be8b30438adc69d3889f35bc1f3a2>

Ruokatieto. Hakupäivä 1.4.2022. <https://www.ruokatieto.fi/ruokakasvatus/ruokaketju-ruuan-matkapelloilta-poytaan/ravitsemus-ja-ruuan-valinta/miten-syoda/syo-monipuolisesti>.

Ruokavirasto 2021a. Tuki- ja kohdentamisaluekartta. Hakupäivä 18.12.2021. <https://www.ruokavirasto.fi/viljelijat/tuet-ja-rahoitus/viljelijatukien-hakeminen/tukikartta/>

Ruokavirasto 2021b. Maatilojen neuvonta (Neuvo 2020 tuki) Hakupäivä 31.12.2021. <https://www.ruokavirasto.fi/viljelijat/tuet-ja-rahoitus/maatilojen-neuvonta/>

Ruokavirasto 2021c, Ympäristökorvaus. Hakupäivä 18.12.2021. <https://www.ruokavirasto.fi/viljelijat/tuet-ja-rahoitus/ymparistokorvaus/>

Tekri 2021. Tekri -Tukea maaseutuyrittäjien elämän kriisitilanteisiin. Hakupäivä 17.12.2021. <https://www.jamk.fi/fi/Tutkimus-ja-kehitys/projektit/tekri/etusivu/>

Tilastokeskus 2021. Suomen virallinen tilasto (SVT): Maatalouden tuotantovälineiden ostohintaindeksi 4 vuosineljännes 2021. Helsinki. Hakupäivä 19.4.2022. https://tilastokeskus.fi/til/ttohi/2021/04/ttohi_2021_04_2022-02-15_tie_001_fi.html

Tilastokeskus 2022. Suomen virallinen tilasto (SVT): Maatalouden tuotantovälineiden ostohintaindeksi 1 vuosineljännes 2022. Helsinki. Hakupäivä 19.4.2022. https://tilastokeskus.fi/til/ttohi/2022/01/ttohi_2022_01_2022-03-16_tie_001_fi.html

Tukes 2018. Kasvinsuojeluaineiden kestävä käytön toimintaohjelma – Väliraportti 2011–2017. Hakupäivä 4.2.2022. <https://tukes.fi/documents/5470659/6372801/Valiraportti.pdf/b3349d88-b8d3-4014-8e42-55ff89b357fe/Valiraportti.pdf>

Työterveyslaitos 2021. Työhyvinvointi ja työkyky. Hakupäivä 13.12.2021 <https://www.ttl.fi/tyoyhteiso/tyohyvinvointi/>

UKK-instituutti 2022. Hakupäivä 1.4.2022: <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/aikuisten-liikkumisen-suositus/>

Vainio Elisa. Peruna kukkii. Hankasalmi: Nuorten mediapaja taitotupa.

Välitä Viljelijästä verkkosivut. Hakupäivä 10.11.2021. <https://www.mela.fi/maatalousyrittajat/valita-viljelijasta/taustatietoa-valita-viljelijasta-projektista/>

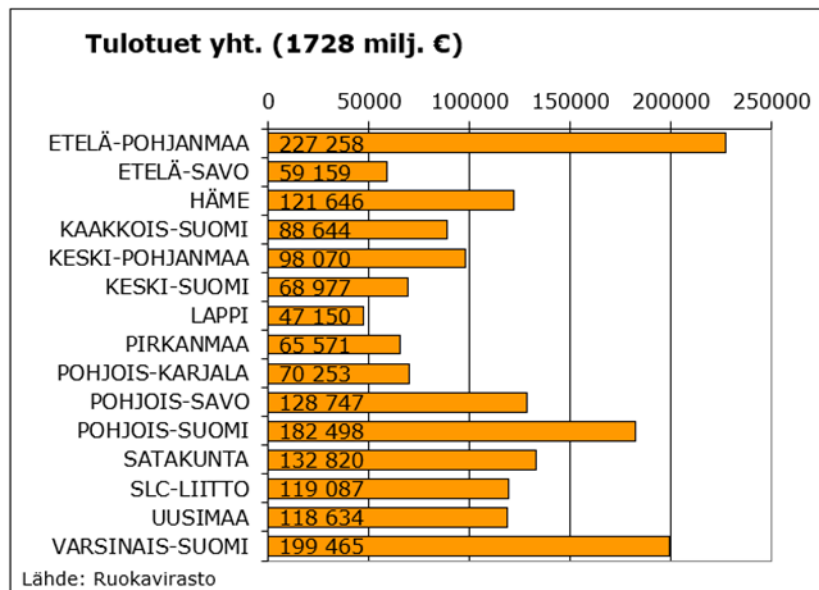
Yazd, Sahar Daghigh, Wheeler, Sarah Ann & Zuo, Alec 2019. Key Risk Factors Affecting Farmers' Mental Health: A Systematic Review. *International journal of environmental research and public health*, 16(23), 4849. Hakupäivä 5.11.2021. <https://doi.org/10.3390/ijerph16234849>

Ympäristöhallinnon verkkopalvelu 2020. Hakupäivä 4.5.2022. <https://www.ymparisto.fi/pintavesientila>

LIITTEET

Maatilojen tuet 2020 tuottajaliitoittain, 1000 €	liite 1
Ympäristötukien kohdentamisalueet	liite 2
Naudanlihantuotanto ELY-keskuksittain	liite 3
Tulojen muutos 2015–2020 nimellisin hinnoin	liite 4
Yrittäjien keski-ikä tuotantosuunnittain (Luke, tilastotietokanta)	liite 5
Kotieläinyritysten määrä	liite 6
Investoinnit yhteensä ELY-keskuksittain 2016–2020	liite 7
Yazd – Wheeler – Zuo. Table 3. Key farmer mental health risk factors 2019,8	liite 8
Tutkimuskysymykset Järvi-Suomen alueen kotieläinyrittäjille	liite 9
Haastattelukysymykset	liite 10
Yrityksen hyvinvointitilantti	liite 11

Maatilojen **tuot** 2020 tuottajaliitoittain, 1000 €



Sis. kasvihuonetuet

KANTAR

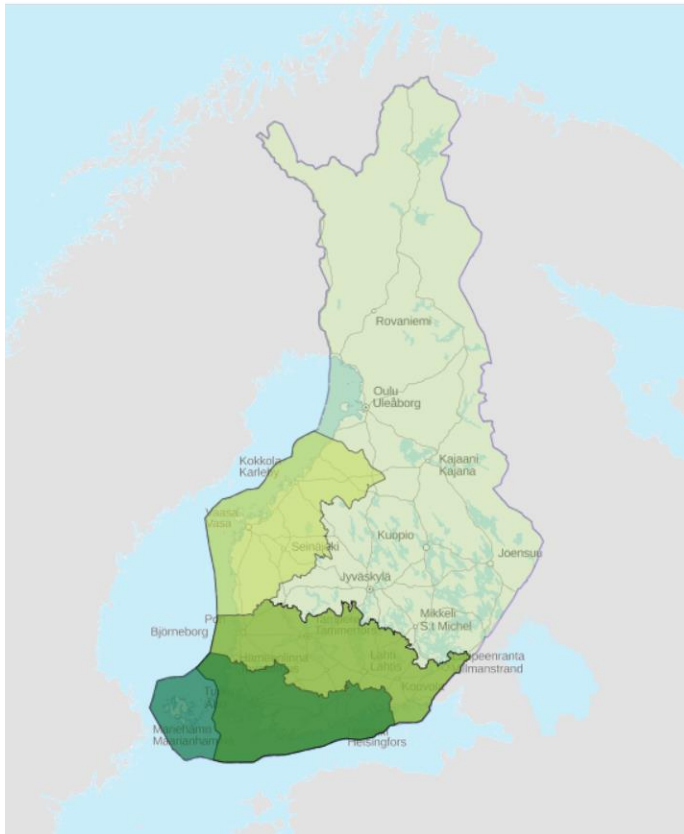
Kantar TNS Agri Oy



MAASEUDUN TULEVAISUUS

17

Ympäristötukien kohdentamisalueet. Lähde: <https://www.ruokavirasto.fi/viljelijat/tuet-ja-rahoitus/viljelijatukien-hakeminen/tukikartta/>



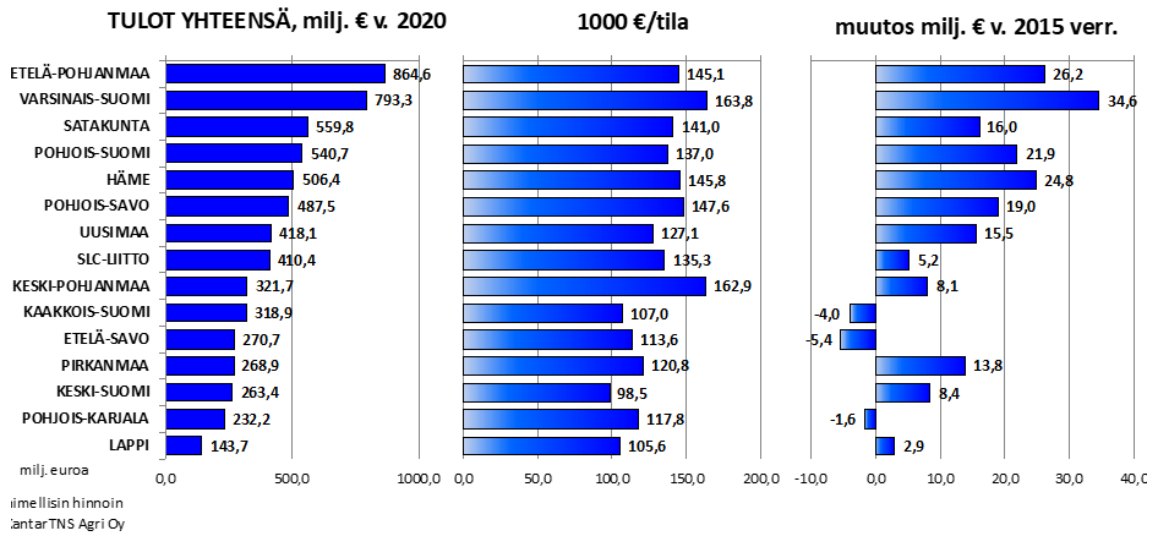
Kohdetiedot ✕

- Tukialueet 2015
- GetFeatureInfo results: Search returned no results.
- Talviaikainen kasvipeitteisyys
- GetFeatureInfo results: Search returned no results.
- Suojavyöhykkeet ja luonnonhoitopelt...
- GetFeatureInfo results: Search returned no results.
- Ekologisen alan vaatimus (viherryttä...
- GetFeatureInfo results: Search returned no results.

Naudanlihantuotanto milj.kg ELY-keskuksittain 2016–2020, Luke, Tilastotietokeskus

ELY-keskus	2016	2017	2018	2019	2020	Muutos
Uusimaa	1,8	1,68	1,72	1,67	1,57	-0,23
Varsinais-Suomi 1)	4	3,81	4,2	4,11	4,05	0,05
Satakunta 3)	3,4	3,61	3,91	3,82	3,77	0,37
Häme	3,7	3,57	3,55	3,38	3,1	-0,6
Pirkanmaa 3)	4,1	3,91	3,76	3,47	3,64	-0,46
Kaakkois-Suomi 4)	2,8	2,8	2,74	2,75	2,77	-0,03
Etelä-Savo 4)	4,3	4,2	4,02	4,15	4,19	-0,11
Pohjois-Savo	11,8	11,44	11,66	12,07	12,06	0,26
Pohjois-Karjala	5,4	5,34	4,93	5,12	4,96	-0,44
Keski-Suomi	4,7	4,55	4,68	4,53	4,6	-0,1
Etelä-Pohjanmaa	12	12,09	12,51	12,76	13,12	1,12
Pohjanmaa 2)	10,2	10,39	10,68	10,84	10,58	0,38
Pohjois-Pohjanmaa 2) 5)	12,5	12,61	12,76	13,16	13,3	0,8
Kainuu 5)	1,6	1,59	1,44	1,52	1,34	-0,26
Lappi	3,1	3,04	3,07	3,21	2,84	-0,26

Tulojen muutos 2015–2020 (nimellisin hinnoin)



KANTAR

Kantar TNS Agri Oy



MAASEUDUN TULEVAISUUS

25

		2016	2017	2018	2019	2020
Etelä-Savo	Lypsykarjatalous	51	51	50	50	50
	Naudanlihan tuotanto	50	51	52	52	50
	lammas, -vuohi- ja laidunkarja	51	50	52	51	51
	Sikatalous	51	48	52	52	56
	Siipikarjatalous	47	49	45	41	42
	Sekamuotoinen tuotanto	51	53	53	53	53
Kaakkois-Suomi	Lypsykarjatalous	49	50	49	50	51
	Naudanlihan tuotanto	52	51	50	52	52
	lammas, -vuohi- ja laidunkarja	51	52	53	52	53
	Sikatalous	48	51	49	50	50
	Siipikarjatalous	48	55	50	48	48
	Sekamuotoinen tuotanto	50	50	50	50	50
Keski-Suomi	Lypsykarjatalous	49	49	49	49	49
	Naudanlihan tuotanto	50	50	49	50	48
	lammas, -vuohi- ja laidunkarja	51	50	51	51	52
	Sikatalous	51	50	53	54	56
	Siipikarjatalous	47	45	46	47	48
	Sekamuotoinen tuotanto	51	51	50	52	52
Pohjois-Karjala	Lypsykarjatalous	50	50	50	50	50
	Naudanlihan tuotanto	50	48	49	50	50
	lammas, -vuohi- ja laidunkarja	49	50	51	52	51
	Sikatalous	52	54	52	51	52
	Siipikarjatalous	50	53	52	43	46
	Sekamuotoinen tuotanto	48	50	50	53	52
Pohjois-Savo	Lypsykarjatalous	48	49	49	48	49
	Naudanlihan tuotanto	49	50	50	50	50
	lammas, -vuohi- ja laidunkarja	48	50	50	51	51
	Sikatalous	49	52	48	49	49
	Siipikarjatalous	46	47	50	51	56
	Sekamuotoinen tuotanto	50	51	52	54	52

ELY-Keskus	Tuotantosuenta	2016	2017	2018	2019	2020
Etelä-Savo	Lypsykarjatalous	436	392	366	340	320
	Naudanlihan tuotanto	243	244	231	214	198
	Lammas-, vuohi ja laidunkarja	164	144	154	147	124
	Sikatalous	16	11	10	9	8
	Siipikarjatalous	7	8	8	7	7
	Sekamuotoinen tuotanto	72	64	52	71	69
Kaakkois-Suomi	Lypsykarjatalous	332	300	284	254	229
	Naudanlihan tuotanto	136	138	139	134	132
	Lammas-, vuohi ja laidunkarja	179	158	156	140	151
	Sikatalous	16	11	11	12	10
	Siipikarjatalous	3	6	3	5	4
	Sekamuotoinen tuotanto	142	143	112	123	114
Keski-Suomi	Lypsykarjatalous	414	381	348	312	296
	Naudanlihan tuotanto	309	307	292	292	275
	Lammas-, vuohi- ja laidunkarja	214	183	170	166	154
	Sikatalous	13	13	12	9	8
	Siipikarjatalous	4	3	3	3	3
	Sekamuotoinen tuotanto	76	75	73	72	75
Pohjois-Karjala	Lypsykarjatalous	487	438	401	365	337
	Naudanlihan tuotanto	257	253	243	229	207
	Lammas-, vuohi- ja laidunkarja	138	140	127	128	116
	Sikatalous	8	7	7	5	5
	Siipikarjatalous	4	4	3	3	4
	Sekamuotoinen tuotanto	70	68	54	52	57
Pohjois-Savo	Lypsykarjatalous	1 026	949	900	810	744
	Naudanlihan tuotanto	454	440	419	410	389
	Lammas-, vuohi- ja laidunkarja	208	193	194	199	194
	Sikatalous	25	20	18	16	18
	Siipikarjatalous	6	6	8	6	5
	Sekamuotoinen tuotanto	83	79	62	63	74

ELY-keskus	Investointeja kpl	Avustus (EU+ valtio) milj. €	Korkotuki- laina milj. €
Etelä-Pohjanmaan ELY-keskus	716	110,08	51,19
Etelä-Savon ELY-keskus	159	20,91	7,21
Hämeen ELY-keskus	159	24,83	12,84
Kaakkois-Suomen ELY-keskus	100	17,61	9,73
Kainuun ELY-keskus	67	9,59	4,84
Keski-Suomen ELY-keskus	172	17,04	7,04
Lapin ELY-keskus	109	11,91	2,42
Pirkanmaan ELY-keskus	227	33,10	13,64
Pohjanmaan ELY-keskus	637	92,16	23,83
Pohjois-Karjalan ELY-keskus	125	19,99	10,97
Pohjois-Pohjanmaan ELY-keskus	407	74,37	28,49
Pohjois-Savon ELY-keskus	364	43,53	18,45
Satakunnan ELY-keskus	256	40,50	15,15
Uudenmaan ELY-keskus	125	21,22	8,14
Varsinais-Suomen ELY-keskus	534	88,20	34,98

Table 3. Key farmer mental health risk factors.

Key Risk Factors	Total Number (and % of Studies Naming This Stress	Developed Countries (No. and %)	Developing Countries (No. and %)	USA (No. and %)	Australia (No. and %)
Pesticide exposure	43 (19%)	25 (15%)	18 (34%)	11 (16%)	1 (2%)
Finances in general (input prices/income/profit/market condition)	39 (18%)	31 (18%)	8 (18%)	14 (21%)	6 (15%)
Weather uncertainty (incl. drought and climate change)	25 (11%)	22 (13%)	3 (5%)	5 (7%)	16 (40%)
Poor physical health/past injury	23 (10%)	18 (10%)	5 (7%)	9 (13%)	1 (2%)
Farming in general/heavy workload/stress/hazards in farming	17 (8%)	12 (7%)	5 (11%)	7 (10%)	2 (5%)
Government policies and regulations/paper-work	14 (6%)	13 (8%)	1 (2%)	5 (7%)	2 (5%)
Isolation/loneliness/lack of social relationships	14 (6%)	11 (7%)	3 (7%)	4 (6%)	2 (5%)
Concern about the future of the farm/animal disease/machinery breakdown	12 (5%)	12 (7%)	0 (0%)	3 (4%)	2 (5%)
Working with family (role conflict)	12 (5%)	11 (7%)	1 (2%)	5 (7%)	2 (5%)
Time pressure	9 (4%)	7 (4%)	2 (5%)	2 (3%)	2 (5%)
Other issues—no theme identified (e.g., paddy glut/firearm exposure/media criticism/coal seam gas/electricity irrigation costs development/leaving family for work/community characteristics/work ability/lack of skilled labour/living condition/poor housing)/poor access to market information/levels of mindfulness	14 (6%)	10 (5%)	5 (9%)	4 (6%)	5 (12%)

Note: Percent totals may not exactly sum to 100% due to rounding.



Tutkimus Järvi-Suomen kotieläinyrittäjien työhyvinvoinnista ja yritysten kehittämisestä

1. Sukupuoli *

- Nainen
- Mies
- Muu/ en halua vastata

2. Ikä *

- Alle 30
- 31-40
- 41-50
- 51-60
- yli 60

3. Luonnonvara-alan koulutus *

- ei kurssimuotoista koulutusta
- maatalousalan perustutkinto
- Agrologi
- Agronomi
- Muu kuin luonnonvara-alan koulutus, mikä? _____

4. ELY-keskus alue, jolla tilanne sijaitsee *

- Etelä-Savo
 - Kaakkois-Suomi
 - Keski-Suomi
 - Pohjois-Karjala
 - Pohjois-Savo
 - muu, mikä?
-

5. Kuinka kauan olette toimineet maatalousyrittäjänä *

- Alle 5 vuotta
- 6-10 vuotta
- 11-15 vuotta
- 16-20 vuotta
- Yli 20 vuotta

6. Tilanne tuotantosuunta *

- Lypsykarjatalous
- Naudanlihantuotanto
- Lammas/vuohitalous
- Sikatalous
- Siipikarja
- Sekamuotoinen tuotanto

7. Yritysmuoto *

- Maatalouden harjoittaja
 - Yhtymä
 - Osakeyhtiö
 - Jokin muu, mikä?
-

8. Tilan työvoima *

- Yrittäjä yksin
- Yrittäjäpariskunta
- Tilalla on ympäri vuoden palkattua työvoimaa
- Tilalla on palkattua kausityövoimaa

9. Milloin tilalla on viimeksi investoitu *

- Alle 5 vuotta sitten
- 6-10 vuotta sitten
- 11-15 vuotta sitten
- Yli 15 vuotta sitten

10. Mihin tilallanne on viimeksi investoitu (voit valita useamman vaihtoehdon) *

- Eläinten hyvinvointia lisääviin koneisiin/laitteisiin
- Eläinten hyvinvointia lisääviin olosuhteisiin
- Työhyvinvointia lisääviin koneisiin/laitteisiin
- Tuotannon laajentamiseen/ tuotantoa tehostaviin peltotyökoneisiin
- Digitaalisiin laitteisiin/ohjelmistoihin
- Muuhun, mihin? _____

11. Montako tuntia arvioitte tekevänne työtä viikossa sesonkiajan ulkopuolella? *

17. Haitteko apua henkiseen kuormitukseen? *

- Kyllä, hain apua ja se auttoi vähentämään kuormitusta
- Kyllä, hain apua ja en kokenut sitä riittäväksi
- En hakenut, miksi ette? (tämän vaihtoehdon valinnot siirtyvät kysymykseen 19)
-

18. Jos vastasitte kyllä, mistä olette hakeneet apua? (voitte valita useamman vastausvaihtoehdon) *

- Työterveyshuollosta
- Mielenterveystoimistosta
- Neuvontapalveluista
- Edunvalvontajärjestöiltä
- Hyvinvointihankkeesta (esim. Välitä Viljelijästä)
- Työnohjauksesta
- Muualta, mistä?
-

19. Jos ette ole hakeneet apua, mikä siihen on syytä? *

- En tiedä mistä hakisin apua
- En usko, että minua osataan auttaa
- En jaksa etsiä apua
- En uskalla hakea apua
- Minua hävettää pyytää apua
- Koen pärjääväni ilman apua
- Koen, että perheen ja läheisten tuki riittää
- Muu syy, mikä
-

20. Kuinka suureksi koette työn henkisen kuormituksen? *

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	En osaa sanoa
Henkinen kuormitus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

21. Oletteko ollut sairauslomalla työuupumuksen tai masennuksen vuoksi viimeisen vuoden aikana? *

- Kyllä
- En

22. Onko teillä ollut terveyteen liittyviä fyysisiä tai psyykkisiä oireita henkisen kuormituksen/työuupumuksen vuoksi? *

- Kyllä
- Ei (siirtyään kysymykseen 25)

23. Jos vastasitte kyllä, millaisia oireet ovat olleet? Voitte valita useamman vaihtoehdon.

- Uniongelmia (nukahtamisvaikeudet/unettomuus)
- Masentuneisuutta
- Ahdistusta
- Ärtynisyyttä
- Päihteiden käyttöä
- Päänsärkyä
- Selittämätöntä kipua
- Painon laskua/nousua
- Ruokahaluttomuutta
- Muuta mitä?

24. Jos teillä on ollut terveyteen liittyviä fyysisiä tai psyykkisiä oireita henkisen kuormituksen/työuupumuksen vuoksi, onko ne olleet esteenä tilan kehittämiseksi? *

- Kyllä, miten? _____
- Ei

25. Mitkä tilan ulkoiset asiat vaikuttavat henkiseen kuormittumiseen eniten? (valitkaa 1-3 eniten kuormittavaa tekijää) *

- Julkinen keskustelu ja sen tyyli ruokaan liittyen
 - Julkinen keskustelu maatalouden vaikutuksesta ilmastonmuutokseen
 - Julkinen keskustelu eläinten hyvinvointiin liittyen
 - Säänmuutoksiin liittyvät vaikeudet viljelyssä
 - Tukipolitiikan muutokset
 - Byrokratia/hallinnollinen taakka
-

Epävarmuus tulevaisuudesta

Muu mikä _____

26. Mitkä tilan sisäiset asiat vaikuttavat henkiseen kuormittumiseen eniten? (valitkaa 1-3 eniten kuormittavaa tekijää) *

Kannattavuus

Epäily, että oma osaaminen ei riitä

Ristiriidat parisuhteissa/perheessä

Edellisten sukupolvien paine/odotukset

Yksinäisyys

Kiire

Vapaa-ajan puute

Päihitteet

Muu, mikä _____

27. Haluaisitteko, että jaksamiseen liittyvät asiat nostettaisiin esiin ja vointia kysyttäisiin suoraan useammin, erimerkiksi työterveyshuollossa, lääkärissä/hoitajalla, tuotantoneuvojan, maatalousneuvonnan ym. vastaavien sidosryhmien toimesta? *

Kyllä

En

En osaa sanoa

28. Millainen apu olisi tarpeen työhyvinvoinnin parantamiseksi?

Talousneuvonta

Parisuhdeterapia

Yksilöterapia

- Lisäkoulutus
- Työnohjaus
- Apua viljelyyn/ kotieläinten pitoon liittyvien vaatimusten täyttämiseen
- Juridista apua parisuhteeseen/avioeroon liittyen
- Juridista apua tilan talouteen/ vaatimusten täyttämisen liittyen
- Apua kehittämissuunnitelmien eteenpäin viemiseksi (millaista apua)
- Muuta, mitä _____

29. Kuinka tärkeäksi koette johtamistaitojen merkityksen työhyvinvointiin? *

- Erittäin tärkeäksi
- Melko tärkeäksi
- En kovin tärkeäksi
- En lainkaan tärkeäksi

30. Mitkä ovat tilasi tärkeimmät kehittämisen kohteet (voit valita 1-5 tärkeintä)

- Yrittäjien osaamisen/ tilan johtamisen parantaminen
- Yrittäjien työhyvinvoinnin parantaminen
- Talouden/kannattavuuden parantaminen
- Yhteistyökumppanien/ verkostojen laajentaminen
- Työmenetelmien helpottamiseen liittyvät investoinnit
- Eläinten hyvinvoinnin lisääminen
- Tuotantomäärien kehittäminen (keskituotoksen nostaminen)
- Työn tehostamiseen liittyvät investoinnit
- Tilakoon kasvattamiseen liittyvät investoinnit
- Sopeutuminen eläinten pitoon liittyviin vaatimuksiin
- Sopeutuminen ympäristöön liittyviin vaatimuksiin

31. Koetteko pystyväne suunnittelemaan yrityksen tulevaisuutta? *

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa

32. Mitkä ovat suurimmat esteet tilan kehittämiselle työhyvinvoinnin näkökulmasta? Valitse 1-3 tärkeintä. *

- Koulutuksen/osaamisen puute
- Jaksaminen/ ei ole voimia lähteä kehittämään itseään tai tilaa
- Yhteistyöverkostojen puuttuminen
- Ristiriidat työyhteisössä
- Edellisten sukupolvien paine/odotukset
- Epävarmuus alan tulevaisuudesta

Muu, mikä? _____

33. Jos koette, että tarvitsette lisäkoulutusta oman osaamisen kehittämiseksi, mihin kaipaatte koulutusta? Valitkaa 1-3 tärkeintä. *

- Talous/kirjanpito
- Verotus
- Viljely
- Eläinten hyvinvointi
- Eläinten ruokinta
- Johtaminen
- Joku muu, mikä _____

34. Onko avun löytäminen tilan kehittämiseksi mielestänne? *

- Helppoa
- Melko helppoa
- Ei helppoa, eikä vaikeaa
- Melko vaikeaa
- Vaikeaa

35. Mitä palveluita olette käyttäneet? Voitte valita useita vaihtoehtoja. *

- Lomitus
- Kuntoutuspalvelut
- Koulutuspalvelut
- Neuvontapalvelut
- Hyvinvointihankkeiden palveluja
- Muita palveluja, mitä?

En ole käyttäneet mitään yllä mainittuja palveluja

36. Jos olette käyttäneet lomituspalveluja, käytätekö *

- Kunnallista lomitusta
- Itsejärjestettyä lomitusta
- En käytä lomituspalveluja

37. Jos käytätte lomituspalveluita, mihin käytätte niitä? *

- Vuosilomaan
- Tuettuun maksulliseen lomitukseen
- Täysin maksullista lomitukseen
- Sijaisapulomitukseen

38. Mitä koulutuspalveluja käytätte? Voitte valita useamman vaihtoehdon. *

- Hankkeiden pienryhmäkoulutusta
- Neuvontaorganisaatioiden pienryhmäkoulutusta
- Meijerin/Teurastamon järjestämää koulutusta
- Ammatillista tutkintoon johtavaa koulutusta
- Muuta, mitä? _____
- En käytä koulutuspalveluja

39. Mitä neuvontapalveluja käytätte? Voitte valita useamman vaihtoehdon *

- Viljelysuunnittelua
- Ruokinnanohjausta
- Tili- ja talousneuvontaa

- Eläinten hyvinvointi/ terveystseuranta
- Tukihakupalveluja
- Muita palveluja, mitä?
- En käytä neuvontapalveluja

40. Oletteko käyttäneet Neuvo2020 -palveluja? *

- Kyllä
- Ei
- Jos vastasitte ei, miksi ette?

41. Jos vastasitte kyllä edelliseen kysymykseen, mitä Neuvo2020 -palveluja olette käyttäneet? Voitte valita useamman vaihtoehdon. *

- Kasvinsuojeluun liittyviä
- Luomuun liittyviä
- Energiaan liittyviä
- Ympäristöön liittyviä
- Tuotantoeläimiin liittyviä
- Nykyaikaistamiseen ja kilpailukykyyn liittyviä
- Muuta, mitä?

42. Onko työnohjaus teille tuttu palvelu? *

- Kyllä, olen kuullut siitä, mutta en ole käyttänyt palvelua
- Kyllä, olen käyttänyt sitä
- Ei, en ole kuullut siitä

43. Jos olette käyttäneet työnohjauspalvelua, oliko siitä teidän

mielestänne hyötyä? *

Kyllä, millaista

Ei, miksi

En osaa sanoa

**44. Jos työnohjaukseen olisi käytettävissä esimerkiksi Neuvo-
rahaa, olisitteko halukkaita käyttämään palvelua ***

Kyllä

En

**45. Kyselytutkimuksen lisäksi etsin haastateltavia tutkimuksen
toiseen osaan sellaisista kotieläinyrittäjistä, jotka ovat saaneet
jo apua työhyvinvoinnin parantamiseen. Haastatteluilla
pyritään selvittämään, millaista apua yrittäjät ovat saaneet,
miten he pääsivät avun piiriin ja miten he ovat kokeneet avun
riittävyden. Mikäli haluat osallistua haastattelututkimukseen,
jätäthän yhteystietosi. Yhteystietonsa jättäneiden keskuudesta
valitaan 5 haastateltavaa.**

Etunimi

Sukunimi

Matkapuhelin

Sähköposti

Millaista apua olette
saaneet työhyvin-
voinnin ~~parantami-~~
seen tai tilan ~~kehiti-~~
tämiseen?

Haastattelukysymykset

1. Mitä kautta olette hakeneet apua työhyvinvointinne parantamiseksi?
2. Mitä kautta löysitte apua tarjoavan tahon?
3. Oliko apua helppo löytää?
4. Millaista apua saitte työhyvinvointinne parantamiseksi?
5. Koitteko, että apu oli riittävää?
6. Jos ette kokeneet apua riittäväksi, millaista apua olisitte vielä tarvinneet?
7. Mikä olisi paras tapa saada avun tarvitsija ja avun antaja kohtaamaan?



YRITTÄJÄN HYVINVOINNIN TIMANTTI

MAATALOUSYRITTÄJÄN KEHITTÄMISEN ESTEET TYÖHYVINVOINNIN NÄKÖKULMASTA

SANNA HÄMÄLÄINEN
LUONNONVARA-ALA OAMK

Maaseudun kehittämisen tutkimus-ohjelma

Yrittäjän hyvinvoinnin timantti on laadittu osana Järvi-Suomen kotieläinyrittäjien työhyvinvointia ja kehittämisen esteitä tukivaa opinnäytetyötä. Hyvinvoinnin timantti on tarkoitettu avuksi oman hyvinvoinnin ja jaksamisen tarkasteluun. Sen voi täyttää itsenäisesti, yhdessä neuvojan tai hyvinvoinnin asiantuntijan kanssa.

Yrittäjien hyvinvointi koostuu useista eri osa-alueista. Yrittäjän hyvinvointitimantti perustuu Porterin timanttimalliin, jossa yrityksen eri osatekijät vaikuttavat kokonaisuuteen joko edistävästi tai jarruttavasti. Timanttimallissa eri osatekijät muodostavat timantin kulmat. Porterin mallissa oletetaan, että osatekijöiden on oltava vahvoja, jotta yrityksen kilpailukyky säilyisi. Mikäli jossain osa-alueessa on heikkoutta, sitä voidaan paikata jonkin toisen osa-alueen vahvuudella.

Hyvinvoinnin timantissa on viisi eri osa-aluetta. Jokaisessa osa-alueessa on kymmenen osa-alueen otsikkoon liittyvää väittämää. Väittämät muodostuvat maatalousyrittäjän työhyvinvointiin liittyvistä tekijöistä, joista on kerätty tietoa opinnäytetyötä varten. Väittämille annetaan pisteet pisteytysohjeen mukaan ja sen jälkeen lasketaan annettujen pisteiden keskiarvo. Keskiarvo merkitään työhyvinvoinnin timanttiin osa-alueita kuvaavaan sakaraan. Muodostuvasta työhyvinvoinnin timantista nähdään, missä osa-alueissa on eniten parannettavaa ja mitkä taas ovat jo mahdollisesti hyvällä mallilla. Mikäli osa-alueissa on kohtia, jotka eivät koske itseä (esimerkiksi yrittäjä ei ole paraisuhteessa) väittämän kohta jätetään täyttämättä ja sitä ei oteta huomioon keskiarvoa laskiessa.

Mikäli huomaat, että hyvinvoinnin osa-alueissa on parannettavaa ja koet tarvitsevasi siinä apua, otathan rohkeasti yhteyttä johonkin apua tarjoavaan tahoon, esimerkiksi työterveyshuoltoon tai hyvinvointihankkeen edustajaan. Jos koet avun pyytämisen vaikeaksi, voit pyytää myös läheistäsi, ystävääsi tai sidosryhmän edustajaa tekemään sen puolestasi.

Toivon, että timantista on sinulle apua!

Sanna Hämäläinen



Ihmissuhteet

Yrityksen ihmissuhteilla on iso merkitys niin yrittäjän elämäntilaan kuin yrityksen menestykseen. Maatalousyrityksissä puoliso on usein myös työtoveri. Näin ollen parisuhteen ongelmat ja ristiriidat vaikuttavat myös yrityksen toimintaan ja päinvastoin. Koska yrittäjien työ on sitovaa, voi ihmissuhteiden hoitamiseen jäädä liian vähän aikaa. Hankalat tilanteet ja ristiriidat pitäisi kuitenkin pystyä ratkaisemaan, etteivät ne kasaannu ja jää haittaamaan arkea. Perheen sisäisten ihmissuhteiden ja lisäksi myös suhteet yrityksen työntekijöihin, naapureihin, ystäviin ja sidosryhmiin tulee olla kunnossa.

Pisteytys:

- 1 = Olen eri mieltä, tilanteessa on tältä osin paljon parannettavaa.
- 2 = Olen jonkin verran eri mieltä, tilanne voisi olla tältä osin parempikin.
- 3 = Oikeaan suuntaan ollaan menossa, mutta vielä on parannettavaa.
- 4 = Olen lähes samaa mieltä, tilanne on jo lähes kunnossa mutta pientä parantamista löytyy vielä.
- 5 = Olen samaa mieltä, eli tilanne on tältä osin erinomainen.

Pisteet Ihmissuhteet

Parisuhteeni on hyvä. Pystymme keskustelemaan asioista ja arvostamme toisiamme.

Perheen sisäiset ihmissuhteet ovat kunnossa. Pystymme ratkaisemaan ristiriitatilanteet keskustelemalla.

Pystymme tekemään päätökset tasavertaisesti keskustellen yrityksen vastuuhenkilöiden kesken.

Tilan työyhteisön ilmapiiri on keskusteleva ja tulemmme keskenämme hyvin toimeen. Pystymme ratkomaan ristiriidat tuoreeltaan, eivätkä ne jää rasittamaan työyhteisön ihmissuhteita.

Ihmissuhteeni on kunnossa myös mahdolliseen yrityksen aiempaan omistajasukupolveen ja sisarusiini.

Minulla on ympärilläni ystäviä, joiden kanssa pidän yhteyttä, ja joille voin kertoa ajatuksistani.

Minulla on ympärilläni myös ystäviä, joiden kanssa voin keskustella vaikeistakin tai haastavista elämäni liittyvistä asioista.

Minulla on yhteistyökumppaneita muilta tiloilta, joilta saan tarvittaessa apua itselleni ja tilan toihin.

Minulla on toimivat suhteet sidosryhmien edustajiin (maalouskauppa, pankki yms.) ja pystyn tarvittaessa neuvottelemaan asioista.

Pystyn käsittelemään ristiriidat ihmisten kanssa ajoissa, ennen kuin ne kärjistyvät kriiseiksi.

Pisteiden keskiarvo



Työmäärä ja työstä palautuminen

Kotieläinyrittäjät kokevat usein työn henkisesti ja fyysisesti kuormittavaksi. Koska työ on sitovaa, tilalta voi olla vaikeaa irrottautua ja työstä palautuminen voi olla haastavaa. Saännöllisen työviikon ei tulisi ylittää yli 48 h ja työpäivän ei pitäisi ylittää yhdeksää tuntia taukoineen. Sesonkiaikaan työpäivän pituus ei saisi olla yli 12 tuntia. Työssäjaksamisen edellytys on, että työkuormituksesta pystyy palautumaan lepämällä riittävästi. Jotta ihminen palautuisi henkisesti ja fyysisestä kuormituksesta, hänen täytyy saada riittävästi unta. Palautumisen kannalta on myös oleellista, että yrittäjä pystyy pitämään riittävästi lomaa ja lomapäiviä olisi useampia peräkkäin.

Pisteytys:

- 1 = Olen eri mieltä, tilanteessa on tältä osin paljon parannettavaa.
- 2 = Olen jonkin verran eri mieltä, tilanne voisi olla tältä osin parempikin.
- 3 = Oikeaan suuntaan ollaan menossa, mutta vielä on parannettavaa.
- 4 = Olen lähes samaa mieltä, tilanne on jo lähes kunnossa mutta pientä parantamista löytyy vielä.
- 5 = Olen samaa mieltä, eli tilanne on tältä osin erinomainen.

©Sanna Hämälinen 2022

3

Pisteet Työmäärä ja työstä palautuminen

Saännöllinen viikkotyöaikaani on keskimäärin alle 48 tuntia.

Keskimääräinen päivittäinen työaikaani on enintään 8–9 tuntia.

Sesonkiaikana keskimääräinen päivittäinen työaikaani ei ole yli 12 tuntia.

Pystyn tauottamaan työtäni niin, että jaksan paremmin sekä fyysisesti että henkisesti.

Yritykseni resurssit ovat kunnossa. Saan tarvittaessa apua oman työmääräni keventämiseen.

Pystyn keventämään fyysisiä töitä automatiikalla.

Pystyn pitämään vuosilomat niin, että olen lomalla useamman päivän peräkkäin.

Pystyn pitämään myös maksullista lomitusta.

Lomalla pystyn aidosti irtautumaan töistäni.

Pystyn palautumaan työn fyysisestä kuormituksesta.

Pisteiden keskiarvo



Elintavat

Työn kuormittavuuden lisääntyminen voi vaikuttaa elintapoihin heikentävästi.

Päihteiden käyttö voi lisääntyä, unen laatu voi huonontua ja ruokavalio voi muuttua epäterveellisemmäksi. Myös liikkuminen voi vähentyä. Fyysisen työn rasitus ei yksin riitä terveysvaikuttiseksi, vaan lihaskuntoa sekä sydän- ja verenkiertoelimistöä tulisi harjoittaa myös vapaa-ajalla. Liikuntasuosituksista voit lukea lisää UKK-instituutin sivuilta:

<https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/aikuisten-liikkumisen-suositus/>

Päihteitä tulisi käyttää vain harkiten. Omaa päihteiden käytön määrää voi arvioida tekemällä AUDIT- testin [Päihdelinkki sivuilla](#):

<https://paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/alkoholi/alkoholin-kayton-riskit-audit-tai-nikotiiniriippuvuustestin> <https://paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/nikotiini>.

Ruokavalio tulisi olla monipuolinen. Terveellisen ruokavalion voi koostaa ruokapyramidin ja lautasmallin avulla. Tietoa näistä löytyy ruokatieiden sivuilta: <https://www.ruokatie.fi/ruokakasvatus/ruokakeiju-ruuan-matka-pelloita-poytaan/ravitsemus-ja-ruuan-valinta/miten-syoda/syo-monipuolisesti>

Pisteytys:

- 1 = Olen eri mieltä, tilanteessa on tältä osin paljon parannettavaa.
- 2 = Olen jonkin verran eri mieltä, tilanne voisi olla tältä osin parempikin.
- 3 = Oikeaan suuntaan ollaan menossa, mutta vielä on parannettavaa.
- 4 = Olen lähes samaa mieltä, tilanne on jo lähes kunnossa mutta pientä parantamista löytyy vielä.
- 5 = Olen samaa mieltä, eli tilanne on tältä osin erinomainen.

©Sanna Hämäläinen 2022

Pisteet	Elintavat
	Säännölliseen ruokarytmiin kuuluu aamiainen, lounas, välipala, illallinen ja iltapala. Pyyriin pitämään ruokarytmiä säännöllisenä.
	Ruokailutottumukseni ovat pääsääntöisesti terveelliset ja syön monipuolisesti lautasmallin mukaan.
	Liikun myös vapaa-ajalla monipuolisesti.
	Muistan huoltaa kehoani.
	En tupakoi tai käytä nuuskaa.
	Nautin alkoholia vain kohtuudella.
	Lähipiirini ei ole ilmaissut huolta elintavoistani.
	Nukun riittävästi, eli vähintään 6–9 h yössä.
	Minulla ei ole nukahamisongelmia.
	En heräile öisin niin, että minun olisi vaikea nukahtaa uudestaan.
	Pisteiden keskiarvo



Työn henkinen kuormittavuus

Fyysisen kuormittavuuden lisäksi maatalousyrittäjät kokevat usein myös henkistä kuormitusta. Henkistä kuormitusta voi aiheuttaa ihmissuhteet, työn määrä, työhön liittyvä byrokratia ja hallinnollinen taakka. Myös taloudellinen epävarmuus ja jatkuva kiire ja yhteiskunnasta tulevat vaatimukset ja paine vaikuttavat henkiseen kuormitukseen. Työnkuormitus voi oireilla niin fyysisillä, kuin psyykkisillä tavoilla. Henkinen hyvinvointi on iso osa työssäjaksamista ja työn mielekkyyttä. Kun ihminen voi hyvin hän jaksaa myös elämän ristiriitoja, kielteisiä tunteita ja hän kykenee ratkaisemaan ongelmia.

Pisteytys:

- 1 = Olen eri mieltä, tilanteessa on tältä osin paljon parannettavaa.
- 2 = Olen jonkin verran eri mieltä, tilanne voisi olla tältä osin parempikin.
- 3= Oikeaan suuntaan ollaan menossa, mutta vielä on parannettavaa.
- 4 = Olen lähes samaa mieltä, tilanne on jo lähes kunnossa mutta pientä parantamista löytyy vielä.
- 5 = Olen samaa mieltä, eli tilanne on tältä osin erinomainen.

Pisteet	Työn henkinen kuormittavuus
	Koen, että pystyn palautumaan työn henkisestä kuormituksesta.
	Minulla ei ole pitkäaikaista stressiä.
	En koe itseäni ahdistuneeksi tai masentuneeksi.
	Työasiat eivät aiheuta unettomuutta tai nukahtamisvaikeuksia.
	Muistini ei ole heikentynyt.
	Keskittymiskykyni on hyvä.
	En ole tarvinnut sairaslomaa, enkä ole ollut sairaslomalla henkisen kuormittavuuden vuoksi.
	Pystyn keskustelemaan mieltäni painavista asioista.
	Tiedän, mistä saan tarvittaessa apua, jos koen liikaa henkistä kuormittavuutta.
	Uskallan ja pystyn hakemaan apua tarvittaessa.
	Pisteiden keskiarvo



Työn mielekkyys ja usko tulevaan

Työn mielekkyys vaikuttaa niin yrittäjän hyvinvointi, työn ja vapaa-ajan tasapaino sekä taloudelliset asiat. Myös yrittäjän oma osaaminen, muuttuvassa maailmassa mukana pysyminen, ympäristön mielipiteet ja vaatimukset vaikuttavat siihen, miten yrittäjä kokee työnsä.

Pisteytys:

- 1 = Olen eri mieltä, tilanteessa on tältä osin paljon parannettavaa.
- 2 = Olen jonkin verran eri mieltä, tilanne voisi olla tältä osin parempikin.
- 3 = Oikeaan suuntaan ollaan menossa, mutta vielä on parannettavaa.
- 4 = Olen lähes samaa mieltä, tilanne on jo lähes kunnossa mutta pientä parantamista löytyy vielä.
- 5 = Olen samaa mieltä, eli tilanne on tältä osin erinomainen.

Pisteet Työn mielekkyys ja usko tulevaan

Koen iloa työstäni.

Koen, että työlläni on merkitystä nykyisin.

Koen, että työlläni on merkitystä tulevaisuudessa.

Koen, että voisin suositella alaa myös uusille yrittäjille.

Koen olevani hyvä työssäni.

Haluan oppia uutta.

Koen, että pystyn pysymään muuttuvien vaatimusten mukana.

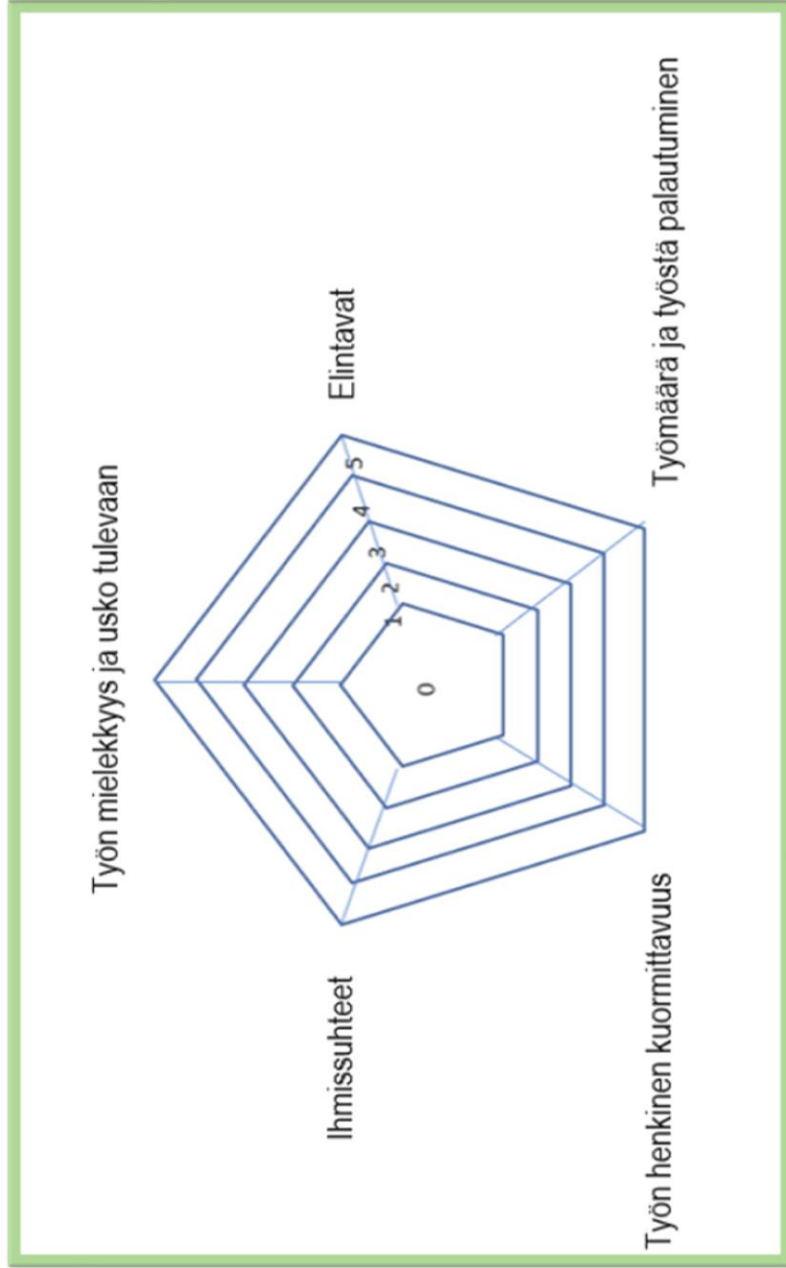
Haluan kehittää työhyvinvointiani.

Haluan kehittää yritystäni.

Uskon, että pystyn työlläni elättämään perheeni.

Pisteiden keskiarvo





Valmiista timantista näet, miten koet hyvinvointiasi eri osa-alueilla. Mikäli sait joillain osa-alueilla tulokseksi alle 3, pohdi miten niitä voisi vahvistaa ja tarvitsisitko siihen apua. Voit myös uusia timantin jonkin ajan kuluftua ja katsoa, onko tilanne kehittynyt oikeaan suuntaan.



Lähteet

- Eskola, Erkki, Jokipii, Pirjo, Kinnunen, Birgitta, Lehtonen, Elisa, Lumiaho, Maire, Murtonen, Mervi, Pirkkalainen, Minna, Pethman, Katja, Ristola, Pirjo, Saastamoinen, Jukka & Ylisela, Paula 2009. Maatilyrittäjän hyvinvointi. Porvoo, ProAgria keskusten liitto
- Härkki-Santala, Maria 2001. Jaksamisen avain. Helsinki, Työterveyslaitos.
- Kallio, Vesa & Kola, Jukka 1999. Maatalousyrittäjien menestystekijät. Aluetutkimus Etelä-Karjalassa, Etelä-Savossa ja Kymenlaaksossa. Helsingin yliopisto, Taloustieteen laitos.
- Karttunen, Janne, Lätti, Markku & Puttonen, Sampsa, 2012. Maataloustyö ja tuottavuus 2/2012 (637), Työtehoseura. Hakupäivä 18.12.2021. https://www.tts.fi/files/1610/Tyomaaran_hallinta_maatalousyhtyksissa.pdf
- Kuvat: <https://pixabay.com/fi/>
- Ojala, Auli 2007. Pienyrittäjän osaaminen kilpailuareenalla. Tampereen teknillinen yliopisto. Tampere. Hakupäivä 3.3.2022. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/114724/ojala.pdf?sequence=1>
- Päihdelinkki verkkosivut. Hakupäivä 1.4.2022. <https://paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/alkoholi/alkoholin-kayton-riskit-audit>
- Ruokatieto, verkkosivut. Hakupäivä 1.4.2022. <https://www.ruokatieto.fi/ruokakasvatus/ruokakeitju-ruuan-matka-pelloilta-poytaan/ravitsemus-ja-ruuan-valinta/miten-syoda/syo-monipuolisesti>
- UKK-instituutti, verkkosivut. Hakupäivä 1.4.2022. <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/aikaisten-liikkumisen-suositus/>
- Yrittäjät verkkosivut. Yrittäjän terveys ja työhyvinvointi on yrityksen menestyksen edellytys. Verkkosivut. Hakupäivä 13.12.2021. <https://www.yrittajat.fi/uutiset/yrittajan-terveys-ja-tyohyvinvointi-on-yrityksen-menestyksen-edellytys/>

