

# Työelämää kehon ja mielen ehdoilla?



**ANNA LEPPÖ**  
Kirjoittaja on  
Yhteiskunta-  
politiikka-lehden  
toimittaja sekä  
yliopistonlehtori  
(ma.) Helsingin  
yliopistossa.

Aloitin *Yhteiskuntapolitiikka*-lehden toimituskunnassa reilu vuosi sitten. Tehtäviini kuuluu muun muassa vertaisarvioijien etsiminen käsikirjoituksille. Ilahdun aina, kun tutkija ottaa vertaisarviointitehtävän vastaan. Hetkittäin turhauttaa, kun useampi ihminen joutuu kieltäytymään arviointitehtävästä kiireidensä vuoksi.

Työelämä on nykyisin kuormittavaa. Myös asiantuntijatyö yliopistoilla ja tutkimuslaitoksissa on nopeampoisista ja töitä on paljon. Moni kollega kärsii liian kovasta työkuormasta ja pelkää välillä jaksamisensa puolesta. En itsekään aina onnistu sovittamaan yhteen työelämän vaatimuksia ja omia voimavarojani.

Sosiologit ovat luonnehtineet aikamme yhteiskunnallista ilmapiiriä ja elämisen tahtia kiihtyneeksi. Kiihkeätempoisissa kilpailun, tehostamisen ja tuotannon rakenteissa esimerkiksi levon tarve helposti sivuutetaan.

Viime vuosina olen tutkinut muun muassa synnytyksen hoitoa. Kätilöt kertovat tutkimusaineistoissamme kasvaneesta työkiireestä. Hyvä hoiva kuitenkin vaatii läsnäoloa ja aikaa, kuten hoivatutkijatkin ovat monesti huomauttaneet.

Tutkimushankkeessa ”Sairaiden valtakunta” tarkastelemme somaattisista pitkäaikaissairauksista kärsivien ihmisten mahdollisuuksia yhteiskunnalliseen osallisuuteen esimerkiksi työelämässä. Tutkimus sai alkunsa hankkeen kahden kroonikotutkijan kokemuksista ja ajatuksista.

Työ on merkittävä yhteiskunnallisen osallisuuden lähde ja usein keskeinen osa identiteettiä. Joka viides työkäinen suomalainen kärsii kroonisesta kivusta. Esimerkiksi kipusairaana kroonikon asema työelämässä on vaikea, koska työelämä on suunniteltu terveiden kehojen ja kokotyökykyisyyden ehdoilla. Osatyökykyiset halutaan töihin, näin on kirjattu myös hallitusohjelmaan, mutta millä ehdoilla – ja millaisissa asennoissa – se voisi olla mahdollista?

Aloitamme ”Sairaiden valtakunta” -tutkimushankkeen kokouspäivän kierroksella, jossa kukin kertoo, mitä tarvitsee kokoustaminen onnistumiseksi. Käy ilmi, että kokoustan valot ovat liian kirkkaat ja että lyhyitä taukoja tarvitaan 25 minuutin välein. Valoja himmennetään ja tauottaminen varmistetaan kännykkähälytyksin, jotta se ei unohdu innostavien keskustelujen imussa. Lattialla on joogamattoja ja huopia, jotta pöydästä voi helposti siirtyä muuhun asentoon. Pyrimme siihen, että kokouspäivä ei aiheuta osallistujalle migreeniä tai muita vaikeita kiputiloja. Ei-kroonikkona olen oppinut uutta kroonikoiden tarpeista työelämässä jo niissä keskusteluissa, joissa olemme sopineet kokouspäiviemme ajallisista ja tilallisista järjestelyistä. Tutkijoina olemme toki etuoikeutettuja; voimme tuunata valaistusta ja tauottaa.

Onko mahdollista kuvitella työelämää, jossa ei jatkuvasti joudu venymään liikaa ja jossa on tilaa myös osatyökykyisille ja esimerkiksi levolle – tarvittaessa makuuasennossa? Onko liikaa vaadittu, että esimerkiksi synnytyssammattilaiset ehtisivät tehdä työnsä hyvin väsymättä kohtuuttomasti?

Onko mahdollista kuvitella tilannetta, jossa kiinnostavan käsikirjoituksen vertaisarviointipyyntöön voisi suostua epäröimättä, koska kalenterissa on aina sopivasti väljyyttä yllättäen tuleville mutta tärkeille tehtäville?

---

*Tekstissä mainittuja tutkimushankkeita rahoittaa Koneen Säätiö.*