

Ennakoivat toimenpiteet kannattelevat työkykyä



Työkyky on yksilön kykyä vastata työn vaatimuksiin. Työkykyä tarkasteltaessa täytyy terveyden lisäksi kiinnittää huomiota esimerkiksi työn tekemisen edellytyksiin, osaamiseen ja motivaatioon.

Henkilökohtaisen avustajan työ on usein monipuolista ja kiinnostavaa. Siihen saattaa kuitenkin liittyä myös työkykyä uhkaavia riskejä. Näitä ovat esimerkiksi fyysinen ja henkinen kuormittuminen, yli 48 tunnin työviikot sekä peräkkäiset yövuorot.

Seuraamalla voi reagoida hälytysmerkkeihin

Työkyky ei yleensä heikkene kerralla, vaan tilanne kehittyy hitaasti. On huomattu, että työkyvyttömyyttä ennakoineet merkit voivat olla näkyvissä jo 7–10 vuotta ennen lopullista työkyvyttömyyttä.

Työsuhteen aikana on mahdollista tunnistaa useita hälytysmerkkejä, joihin reagoimalla voidaan ehkäistä ongelmien kasvamista:

- häiriöt työn sujuvuudessa: epäselvyydet odotuksissa, ohjeistuksissa, perehdytyksessä, tehtäväksi annoissa, työtehtävissä, sovittujen asioiden tekemisessä, valintojen toteutumisessa, sujuvan päivärytmin varmistamisessa, lääkityksen hoitamisessa, työajoissa, pelisäännöissä tai palkanmaksun käytännöissä
- häiriöt vuorovaikutuksessa: kunnioitus, ystävällisyys, työpaikalle sopiva puhetapa, asenne, palaute, ristiriidat, yhteistyö työnantajan läheisten kanssa ja pulmien käsittely
- häiriöt henkisen ja fyysisen turvallisuuden kokemisessa: työolosuhteet, työtavat, vähältä piti -tilanteet, tapaturmat ja häirintä
- häiriöt johtamisessa: odotusten selkeys, palaute, kunnioitus ja selkeys sekä luottamus
- sairauspoissaolot.

Nämä hälytysmerkit näkyvät ensisijaisesti työsuhteen osapuolille eli työnantajalle ja avustajalle. Sen vuoksi onkin tärkeää, että heillä on valmiuksia ratkaista asioita ennakoivasti ja hankkia apua mahdollisimman varhaisessa vaiheessa.

Viimeistään tulisi reagoida silloin, kun työntekijän sairauspoissaolo alkaa. Työaikojen toteumaa ja sairauspoissaoloja voi seurata Oima-palvelun kautta.

Työnantajalle on tarjolla tukea arjen sujuvuuden parantamiseen

Arjen sujuvuudella on yhteys työn mielekkyyteen ja työssä viihtymiseen. Jos työsuhteet kestävät pidempään, tarvitsee myös harvemmin käyttää aikaa uuden työntekijän etsimiseen ja perehdyttämiseen.

Varman henkilökohtaisen avun työnantajan materiaaleissa on erilaista arjen sujuvuutta tukevaa materiaalia ja työkaluja: www.varma.fi/henkilokohtainenapu.

Poissaolojen vähentäminen voi vähentää sijaismaksajan kustannuksia

Hyvinvointialue maksaa sijaismaksajana henkilökohtaisen avun kustannukset. Kun avustaja sairastuu, maksetaan yleensä sairausajan palkka ja mahdollisen sijaisjärjestelyn aiheuttamat kustannukset. Näin sairauspoissaolosta syntyy normaalia työvuoroa suurempi kustannus. Työvuorosuunnittelun ja sijaistuksen toimivuus parantaa työn sujuvuutta ja avun toteutumista poissaolotilanteissa.

Sijaismaksajan henkilökohtaisen avun kustannuksia on mahdollista alentaa tukemalla työkykyä ja vähentämällä sairauspoissaoloja. Kustannusten ja työn sujuvuuden seuranta mahdollistavat myös kokonaisuuden hallinnan ja johtamisen.