

Helsingin yliopisto - Helsingfors universitet - University of Helsinki ID 2002-1850

Tiedekunta-Fakultet-Faculty Valtiotieteellinen tiedekunta		Laitos-Institution-Department Sosiaalipsykologian laitos	
Tekijä-Författare-Author Pärkkä, Anne			
Työn nimi-Arbetets titel-Title Kohti parempaa työhyvinvointia - hyvinvointia edistävän työkirjan käytön ennustaminen suunnitellun käyttäytymisen teorian avulla			
Oppiaine-Läroämne-Subject Sosiaalipsykologia			
Työn laji-Arbetets art-Level Pro gradu	Aika-Datum-Month and year 2002-11-04	Sivumäärä-Sidantal-Number of pages 58 + 19	
<p>Tiivistelmä-Referat-Abstract</p> <p>Tutkimuksen tehtävä oli tutkia Varma-Sammon Evita -työryhmän kehittämää työkirjaa yksilön työhyvinvoinnin edistämiseksi. Tarkemmin ottaen sitä, kuinka aktiivisesti työkirjaa on käytetty, onko se käyttäjänsä mielestä saanut aikaan muutosta ja ollaanko siihen tyytyväisiä. Teoreettiselta kannalta työkirjan käyttöä tarkasteltiin asenteiden ja käyttäytymisen välisen yhteyden näkökulmasta, sillä jokaiselle työntekijälle organisaatiossa, jossa työkirja otettiin käyttöön on varmasti muodostunut jonkinlainen mielipide työkirjaa kohtaan, mikä voi vaikuttaa sen käyttöön tai käyttämättä jättämiseen.</p> <p>Tarkastelussa käytettiin suunnitellun käyttäytymisen teoriaa (theory of planned behavior), joka on kehitelty muoto Fishbeinin ja Ajzenin perustellun toiminnan teoriasta (theory of reasoned action). Perustellun toiminnan teorian mukaan asenne ja normi synnyttävät käyttäytymisaikomuksen, joka johtaa käyttäytymiseen. Suunnitellun käyttäytymisen teoriassa myös ihmisen käsitys hallita omaa käyttäytymistään vaikuttaa käyttäytymisaikomukseen ja mahdollisesti myös suoraan käyttäytymiseen. Tutkimuksen tavoitteena oli siten myös tutkia, voiko suunnitellun käyttäytymisen teorian avulla ennustaa työhyvinvointia edistävän työkirjan käyttöä.</p> <p>Tutkimusaineisto kerättiin kyselylomakkeella, johon vastasivat pilottikohteena olleen organisaation työntekijät kesän 2002 aikana. Työkirjan käyttöä kuvailevat tulokset osoittivat, että työkirjaa ei oltu käytetty kovinkaan aktiivisesti (16% vastaajista oli käyttänyt), eikä vastaajien mielestä työkirjan aikaan saamaa muutosta ollut juurikaan havaittavissa. Työkirja oli herättänyt miettimään omaa hyvinvointia, mutta sen toimivuuteen vastaajat eivät sinänsä olleet tyytyväisiä. Mielenkiintoista tuloksissa oli, että koetun työhyvinvoinnin tasolla ei ollut vaikutusta työkirjan käyttöön ja että vanhemmat työntekijät olivat käyttäneet työkirjaa nuoria aktiivisemmin.</p> <p>Tutkimuksen teoreettiset tulokset tukivat suunnitellun käyttäytymisen teoriaa. Asenne, normi ja hallintakyky selittivät aikomusta (36% varianssista) ja aikomus selitti käyttäytymistä (46% varianssista). Sen sijaan käsitys kyvystä hallita käyttäytymistä eli työkirjan käyttöä ei nostanut selitysastetta, mikä suunnitellun käyttäytymisen teorian mukaisesti selittyy sillä, että vastaajat eivät nähneet työkirjan käytölle mitään estäviä tekijöitä, vaan kokivat sen olevan hallittavissa. Näin ollen voidaan katsoa, että työkirjan käyttöä onnistuttiin ennustamaan suunnitellun käyttäytymisen teorian avulla.</p> <p>Tärkeimmät lähteet olivat:</p> <p>Ajzen, I. (1985). From intentions to actions: a theory of planned behavior. Teoksessa J. Kuhl & J. Beckman (Toim.), Action control: from cognition to behavior (ss. 11-39). Springer-Verlag, Heidelberg.</p> <p>Eagly, A. H. & Chaiken, S. (1993). The psychology of attitudes. Fort Worth, TX: Harcourt Brace Jovanovich.</p>			
Avainsanat-Nyckelord-Keywords asenteet suunnitellun käyttäytymisen teoria työhyvinvointi			
Säilytyspaikka-Förvaringsställe-Where deposited			
Muita tietoja-Övriga uppgifter-Additional information			