



Tuunaus: ilmiö, suojaava tekijä, hyvinvoinnin ennustaja

Ohjaaja Anne Mäkikangas, PsT, Dosentti

anne.makikangas@tuni.fi

- Ohjattavien töiden määrä 3-4, parityöt mahdollisia
- Sitoutuminen yhden lukuvuoden ajan tapahtuvaan työskentelyyn

Tuunaus ilmiönä

- 1) Millaisia työn tuunauksen tyyppejä on löydettävissä tuunausstrategioiden suhteen tarkasteltuna? Kuinka tuunaustyypit eroavat toisistaan (työ)hyvinvoinnin ja/tai työasenteiden suhteen?
 - Esimiesten työn tuunaus ja hyvinvointi – kyselytutkimus v. 2017 ($n = 419$). Osa SA:n projektia: Yksilön ja työyhteisön näkökulma työhyvinvointiin.

- 2) Yksilö- ja tiimitasolla tapahtuvan tuunauksen välinen yhteys
 - Tutkimuksen päiväkirja-aineisto koostuu taustakyselystä ja kahdesta päiväkohtaisesta kyselystä v. 2014 ($n = 114$ työntekijää, 46 tiimiä). Osa SA:n projektia: Yksilön ja työyhteisön näkökulma työhyvinvointiin.

- 3) Opiskelutuunaus ja sen ulottuvuuksien yhteys opiskeluhuvinvointiin ja menestykseen
 - Kyselytutkimus TAU:n opiskelijoilta v. 2019 ($n = 350$) tai uuden aineiston keräys

Tuunaus moderaattorina

- 1) Suojaako työn tuunaus työn vaatimustekijöiden (esim. työn turhakkeiden) (työ)hyvinvointiseurauksilta?
 - Työn intensifikaatio ja sen hallinta itsesätelyn voimavarojen avulla: Laaja vertaileva tutkimus eri ammatti- ja ikäryhmissä (IJDFIN), vuoden seuranta-aineisto v. 2019 ($n = 1020$)

Tuunauksen seuraukset

- 1) Kuinka tuunausstrategiat (resurssien lisääminen ja vaatimusten optimointi) ovat yhteydessä esim. työssä suoriutumiseen, työhyvinvointiin (imu, uupumus), työn merkityksellisyyden kokemukseen tai kutsumukseen vuoden aikavälillä?
 - Työn intensifikaatio ja sen hallinta itsesätelyn voimavarojen avulla: Laaja vertaileva tutkimus eri ammatti- ja ikäryhmissä (IJDFIN), vuoden seuranta-aineisto v. 2019 ($n = 1020$)