

## 3.2

# Työn imuun työtä muotoilemalla

*Hannele Kuusisto ja Päivi Mäkilä*

### AIHE: Työn muotoilulla kohti työn imua

Työn imu ja ilo sekä työn muotoilu ovat ns. positiivisen psykologian käsitteitä, jotka ovat tutkitusti yhteydessä hyvinvointiin.

Työn imussa oleva työntekijä on innostunut työstään ja kokee työn iloa. Hän on sitoutunut ja aloitteellinen. Työn imun kokeminen on suhteellisen pysyvää olotila, koska työn imussa oleva työntekijä aktiivisesti muotoilee työtään ylläpitääkseen työn imuaan. Työn ilo myös tarttuu ympärillä oleviin työntekijöihin.

Työn muotoilu on aktiivista toimintaa, jolla työntekijä itse muokkaa työtään, työhönsä liittyviä sosiaalisia suhteita ja omaa ajatteluaan. Työn muotoilu tekee työstä mielekkäämpää ja edesauttaa työhyvinvointia. Työn muotoilun synonyyminä käytetään usein työn tuunaamisen käsitettä.

Tämä tehtävä tutustuttaa työntekijän työn muotoilun käsitteeseen sisältäen työterveyslaitoksen tutkijaprofessori Jari Hakasen lyhyen videon työn muotoilusta (työn tuunaamisesta) ja siihen liittyvät kysymykset.

### Soveltamistilanteet

Tehtävä soveltuu kenen tahansa työntekijän itsenäisesti suoritettavaksi ennen oman työn muotoilun harjoitteita tai aiheen ryhmätehtäviä.

### Toteutus

1. Katso video [Jari Hakanen: Työn imuun työtä tuunaamalla](#)
2. Vastaa alla oleviin kysymyksiin:
  - a. Miten Työterveyslaitoksen tutkijaprofessori Jari Hakanen määrittelee työn tuunaamiseen (= työn muotoilun) käsitteen?
  - b. Mitä hyötyä Hakasen mukaan työn muotoilusta on?

### Mitä tarvitaan?

Tehtävässä tarvitaan pääsy Internettiin, joko tietokoneella tai älylaitteella. Tehtävän suorittaminen vaatii aikaa noin 30 minuuttia.

### Työkalut

LIITE 1. Vastauslomake

*Menetelmäkortti on Valmiina työelämään! kirjasta, jonka voit ladata osoitteesta: [valte.fi/kirja](http://valte.fi/kirja).*

## Lähteet

Työterveyslaitoksen www-sivut työn imuista <https://www.ttl.fi/tyontekija/tyon-imu/>

Työterveyslaitoksen www-sivut työn muotoilusta <https://www.ttl.fi/tyontekija/tyon-imu/tyon-tuunaaminen/>

Tutkimusprofessori Jari Hakasen esitelmä työn muotoilusta <https://www.youtube.com/watch?v=XFnAU-GchPc>

## LIITE 1

### VASTAUSLOMAKE JA OIKEAT VASTAUKSET

a. Miten Työterveyslaitoksen tutkijaprofessori Jari Hakanen määrittelee työn muotoilun (= työn tuunaamisen) käsitteen?

b. Mitä hyötyä Hakasen mukaan työn muotoilusta on?

## VASTAUKSET

- a. Työn muotoilu on työntekijästä itsestään lähtevää, aloitteellista toimintaa, jolla työntekijä pyrkii muokkaamaan omaa työtään, työtapojaan ja työympäristöä niin, että työ paremmin vastaisi työntekijän arvoja, toiveita ja työhön liittyviä tarpeita.
- b. Työn muotoilu lisää työn iloa ja sitä kautta työhyvinvointia. Työn ilo lisää yksilön voimavaroja ja auttaa työssä jaksamista. Työn muotoilu lisää myös työn mielekkyyttä ja vähentää työuupumuksen tai työssä tylsistymisen riskiä. Työn muotoilu lisää työntekijän kestävyyttä ja positiivista suhtautumista. Työn muotoilu parantaa työsuoritusta ja luovuutta työssä.