JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

KIELI-JA
VIESTINTÄTIETEIDEN
LAITOS / VIESTINTÄ

26.11.2025

TIEDOTE TUTKIMUKSESTA

“Supportiivisuuden ja resilienssin rakentuminen ja horjuminen työuupumuksen kokeneiden viestintäverkostoissa” (SuRViVe) ja pyyntö osallistua tutkimukseen

1. Sinua pyydetään mukaan SuRViVe-tutkimukseen, jossa syvennytään supportiivisuuden ja resilienssin rakentumiseen ja horjumiseen työuupumuksen kokeneiden viestintäverkostoissa.

Tutkimushankkeen tavoitteena on tarkastella työuupumusta yhteisöllisestä näkökulmasta haastaen vallalla olevia käsityksiä, joissa korostuu yksilön henkilökohtaiset voimavarat tai kyky selviytyä haastavista tai kuormittavista tilanteista. Tutkimushankkeessa luodaan työkaluja työuupumuksen yhteisölliseen käsittelyyn erilaisissa työelämän konteksteissa.

Sinua pyydetään tutkimukseen, koska koet tai olet kokenut viimeisen 24 kuukauden aikana työuupumusta, jonka vuoksi olet ollut yhteydessä terveydenhuoltoon /esihenkilöön/työnantajaan. Olet tällä hetkellä joko työssä tai työuupumusoireiden vuoksi sairauslomalla. Olet osa työyhteisöä ja voit toimia yrityksessä tai organisaatiossa missä tahansa tehtävässä. Jos työskentelet itsenäisenä yrittäjänä, ympärilläsi on silti ammatillinen verkosto ja yhteisö.

Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja siihen osallistumista. Liitteessä on kerrottu henkilötietojesi käsittelystä.

Tutkimukseen osallistuu erilaisilla aloilla työskenteleviä henkilöitä, jotka kokevat tai ovat viimeisen 24 kuukauden aikana kokeneet työuupumusta. Tutkittavien lukumäärää ei ole määritelty tarkasti etukäteen. Tutkimushanke sisältää erilaisia aineistonkeruumenetelmiä; tutkittavien lukumäärä riippuu aineistonkeruun tavoista. Fokusryhmähaastatteluihin osallistuu noin 20–30 tutkimushenkilöä, yksilöhaastatteluihin sekä päiväkirjamenetelmään noin 20–40 henkilöä ja havainnointiaineistoon noin 3–4 ryhmää/tiimiä.

2. Vapaaehtoisuus

Tähän tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Voit kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen, keskeyttää osallistumisen tai peruuttaa jo antamasi suostumuksen syytä ilmoittamatta milloin tahansa tutkimuksen aikana. Tästä ei aiheudu sinulle kielteisiä seurauksia.

Keskeyttäessäsi tutkimukseen osallistumisesi tai peruuttaessasi antamasi suostumuksen, sinusta siihen mennessä kerättyjä henkilötietoja, näytteitä ja muita tietoja käytetään osana tutkimusaineistoa, kun se on välttämätöntä tutkimustulosten varmistamiseksi.

3. Tutkimuksen kulku

Tässä tutkimushankkeessa olemme kiinnostuneita työuupumuksen yhteisöllisestä käsittelystä. Näkemyksemme mukaan tapoja, joilla työuupumusta lähestytään eri sosiaalisissa konteksteissa leimaa yksilökeskeisyys, jolloin työuupumus saatetaan nähdä yksilön henkilökohtaisena ongelmana, jonka puheeksi ottaminen ja tunnustaminen erilaisissa yhteisöissä vaatii rohkeutta. Tämä lähestymistapa voi luoda käsityksen, että toipumisen avaimet löytyvät yksilön resilienssistä eli henkilökohtaisesta kyvystä sopeutua, selviytyä ja hallita stressiä. Todellisuudessa kysymys voi olla ennemminkin organisaatiokulttuuriin, työyhteisön käytänteisiin, johtamiseen tai yhteisöissä vallitseviin ihanteisiin liittyvistä haasteista. Tässä tutkimuksessa haluamme haastaa tätä vallalla olevaa, yksilön selviytymiskykyä korostavaa diskurssia ja syventyä sen kaltaiseen vuorovaikutukseen, joka mahdollistaa työuupumuskokemusten yhteisöllisen käsittelyn ja tunnistaa, miten työuupumukseen ja siitä selviytymiseen liittyviä kokemuksia sanoitetaan yhdessä ja millaisia merkityksiä niille annetaan erilaisten ryhmien ja yhteisöjen tasolla.

Tutkimushankkeessa kerätään erilaista aineistoa, mukaan lukien fokusryhmähaastattelujen äänitallenteet, yksilöhaastatteluiden äänitallenteet, päiväkirjamerkinnät sekä työnohjaustapaamisten/työyhteisön sisäisten ryhmäkeskusteluiden joko video- ja/tai äänitallenteet tai vaihtoehtoisesti havainnot. Tutkimushankkeen aineistonkeruumenetelmät ovat:

- Fokusryhmähaastattelut, johon osallistuu 3–4 työuupumusta kokenutta eri työyhteisöissä työskentelevää henkilöä. Fokusryhmähaastatteluita on noin viisi, niistä kukin on kestoltaan noin 2 tuntia ja ne toteutetaan kasvokkain tai Zoom-alustalla
- Yksilöhaastattelut ja päiväkirjamerkinnät, joihin osallistuu noin 20–40 työuupumusta kokenutta eri työyhteisössä työskentelevää henkilöä. Aineisto kerätään siten, että ensin toteutetaan noin 1,5 tunnin alkuhaastattelu, jota seuraa noin kuukauden pituinen päiväkirjajakso. Tämän jälkeen tehdään noin 1,5 tunnin loppuhaastattelu. Haastattelut toteutetaan kasvokkain tai Zoom-alustalla. Päiväkirjat toteutetaan Webropol-alustalla.
- Samaan työyhteisöön kuuluvien henkilöiden ryhmävuorovaikutustilanteiden video- ja/tai äänitallentaminen tai havainnointi. Aineisto kerätään 3–4:n työyhteisön luonnollisista ryhmävuorovaikutustilanteista, kuten palavereista, kokouksista tai työnohjaustapaamisista, joissa käsitellään työssä koettua uupumusta ja/tai kuormitusta yhteisöllisesti. Video- ja äänitallentaminen tai havainnointi toteutetaan kasvokkain tutkimukseen osallistuvien työyhteisöjen tiloissa ja ne ovat kestoltaan noin 1–2 tuntia.
- Työuupumusta ja resilienssiä koskeva julkisesti saatavilla oleva media-aineisto, kuten uutiset, pääkirjoitukset, mielipidekirjoitukset ja niiden kommenttikentät.

4. Tutkimuksesta mahdollisesti aiheutuvat hyödyt

Tutkimuksen hyödyt ovat sekä teoreettisia että käytännöllisiä. Laajan aineiston myötä pyrimme ymmärtämään sekä työuupumusta että siitä toipumisessa tarvittavaa resilienssiä prosesseina, joihin ihmiset osallistuvat yhdessä vuorovaikutuksessa, ei yksilön sisäisinä psyykkisinä ilmiöinä. Samalla laajennamme tutkimuksessa käyttämäämme resilienssin viestinnällisen teoriaa siten, että resilienssin rakentumista ei tarkastella yksisuuntaisena ja tasaisesti etenevänä prosessina, vaan vuorottelevana ja jännitteisenä liikkeenä. Kehitämme myös teoreettisesti perustellun ja käytännön sovellukseen soveltuvan työkalun, joka tukee työuupumuskokemusten käsittelyä erilaissa työelämän konteksteissa.

5. Tutkimuksesta mahdollisesti aiheutuvat riskit, haitat ja epämukavuudet sekä niihin varautuminen

Tutkimukseen osallistumisen ei odoteta aiheuttavan riskejä, haittaa tai epämukavuutta.

6. Tutkimuksen kustannukset ja korvaukset tutkittavalle sekä tutkimuksen rahoitus

Tutkimukseen osallistumisesta ei makseta palkkiota.

7. Tutkimustuloksista tiedottaminen ja tutkimustulokset

Tutkimuksesta valmistuu tieteellisiä julkaisuja, opinnäytetöitä, konferenssi- ja seminaariesityksiä, luentoja sekä käytännön sovelluksia, kuten työkalu työuupumuskokemusten yhteisölliseen käsittelyyn. Jaamme mielellämme tutkimuksen aikana syntyneitä oivalluksia osallistujille, mikäli he niin toivovat. Tutkimuksessa kerättyjä tietoja käsitellään luottamuksellisesti. Henkilöllisyytesi ei paljastu kenellekään tutkimusryhmän ulkopuolella, eikä sitä voi tunnistaa tutkimustuloksista tai julkaisuissa ja opetusaineistoissa käytetyistä esimerkeistä.

8. Tutkittavien vakuutusturva

Jyväskylän yliopiston toiminta ja tutkittavat on vakuutettu.

Jyväskylän yliopiston vakuutukset korvaavat etänä suoritettavissa tutkimuksissa ainoastaan sellaiset vahingot, jotka liittyvät suoraan annettuun tutkimustehtävään ja jotka ovat sattuneet varsinaisen ohjeistetun tutkimustehtävän aikana. Vakuutus ei korvaa taukojen aikana sattuneita vahinkoja.

Jyväskylän yliopiston vakuutukset eivät ole voimassa etänä suoritettavissa tutkimuksissa, jos tutkittavan kotikunta ei ole Suomessa.

Vakuutus sisältää potilasvakuutuksen, toiminnanvastuuvakuutuksen ja vapaaehtoisen tapaturmavakuutuksen. Tutkimuksissa tutkittavat (koehenkilöt) on vakuutettu tutkimuksen ajan ulkoisen syyn aiheuttamien tapaturmien, vahinkojen ja vammojen varalta. Tapaturmavakuutus on voimassa mittauksissa ja niihin välittömästi liittyvillä matkoilla.

9. **Lisätietojen antajan yhteystiedot**

Tutkimuksen vastuullinen johtaja:

Yliopistonopettaja, FT Jonna Leppäkumpu
Kieli- ja viestintätieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto
jonna.t.leppakumpu@jyu.fi
+35840 5755071

Projektin tutkijat:

Apurahatutkija, FM Johanna Salmela
Kieli- ja viestintätieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto
johanna.h.salmela@jyu.fi
+35840 566 4529

Yliopistonlehtori, FT Malgorzata Lahti
Kieli- ja viestintätieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto
malgorzata.lahti@jyu.fi
+35840 5767852

Yliopistonopettaja, FT Sari Rajamäki
Kieli- ja viestintätieteiden laitos
Jyväskylän yliopisto
sari.v.p.rajamaki@jyu.fi
+358505727433