Kaugtöö ja hübriidtöö mõju tööheaolule.

Palgainfo Agentuuri küsitlustulemuste põhjal.

Kaire Piirsalu-Kivihall
Tartu Ülikool

13.06.2025



Mis on toimunud peale Covidit?

2023 aastal arvasid 64% tippjuhtidest, et järgmise kolme aasta jooksul naasevad töötajad kontorisse. 2024-l aastal arvasid nii juba 83% juhtidest (KPMG).

93% töötajatest, kelle töö võimaldab kaugtööd, soovivad töötada kodus vähemalt osaliselt (Gallup).

Üle 2/3 USA ettevõtetest nõuavad mingil määral kontorisse naasmist.



No Toilet Paper and No Privacy: Returning to the Office, Federal Workers Walk Into Chaos

- Koostöö
- Organisatsiooni kultuur
- Tootlikkus
- Loovus
- Kontor on tühi

Aga

Kui inimese väärtused ning organisatsiooni normid ja väärtused ei sobi, siis kannatab inimese vaimne tervis ning ta püüab leida endale sobivama organisatsiooni (Wu et al., 2024).



Uuring

- 2022 aasta kevadine Palgainfo Agentuuri uuring:
- Üle 10 000 vastaja → 1495 inimest, kes olid täiskohaga palgatööl, kasutasid üle poole tööajast arvutit ning tegid vähemalt 26% tööajast kaugtööd.
- Hübriid- (n=694) ja kõrge intensiivsusega kaugtöötajad (>75% tööajast, n=801).
- Võrdlesime erinevaid näitajaid kahel grupil tööpingete ja töö- ning eraelu tasakaalu suhtes, eriline tähelepanu oli IKT-ga seotud hinnangutel.

Mida leidsime?



Hübriidtöötajad hindasid enda tööpingete taset kõrgemaks kui kaugtöötajad.



Kaugtöötajad hindasid oma töö ja eraelu tasakaalu kõrgemalt kui hübriidtöötajad.



Sotsiaalsete ressursside osas ei olnud hübriid- ja kaugtöötajate puhul statistiliselt olulist erinevust. Sotsiaalsed ressursid: infojagamine ja koostöö ning väärtustatuna tundmine.



Sarnane mõlema grupi puhul oli e-kommunikatsiooni negatiivne mõju nii töö- ja eraelu tasakaalule kui ka tööpingetele.



Väsitav e-kommunikatsioon

- E-suhtluskanalitest tulev infomaht oli väsitav
- Erinevate e-suhtluskanalite kasutamine tekitas stressi
- Virtuaalkoosolekutel osalemine oli väsitav
- Tundsin, et pean kogu aeg kättesaadav olema

Mida tähele panna hübriidtöötajate tööga seotud stressi vähendamisel ning töö ja eraelu tasakaalu parandamisel?



Vähem tööga seotud pingeid on:

- Mida parem on infojagamine ja koostöö
- Kui töökoht võimaldab töösse segamatult süveneda
- Kui inimene ei ole juhtival positsioonil (eriti esmatasandi juhid)

Rohkem tööga seotud pingeid on:

- Töö nõuab süvenemist rohkem kui pool tööajast

(AGA?)

- E-kommunikatsioon on väsitav
- On palju e-kirju ja sõnumeid, millest on raske aru saada või nad on ebavajalikud
- Esineb probleeme IKT vahendite kasutamisel (tehnilised probleemid või oskuste puudumine)

Parem töö ja eraelu tasakaal on:

- Kui töötajatel on piisavalt iseseisvust valida oma töötamise viisid/meetodid, tööaeg ja töötamise koht.
- Kui IKT vahendid võimaldavad seda teha.
- Kui inimene töötab spordi, reisi või vaba aja korraldamise valdkonnas

Halvem töö ja eraelu tasakaal on:

- Kui e-kommunikatsioon on väsitav
- Kui inimene töötab finants ja raamatupidamis- või haridusvaldkonnas
- Kui inimene on alla 55 aasta vana

Mida tähele panna kaugtöötajate tööga seotud stressi vähendamisel ja töö ning eraelu tasakaalu parandamisel?



Vähem tööga seotud pingeid on:

- Kui kaugtöötaja tunneb, et ta on meeskonna oluline liige ja tema arvamusega arvestatakse
- Kui infojagamine ja koostöö toimib (aga hübriidtöötajatel oli see veel olulisem)
- Kui töökoht võimaldab töösse segamatult süveneda (see on kaugtöötajatel olulisem)

Rohkem tööga seotud pingeid on:

- Töö nõuab süvenemist rohkem kui pool tööajast
- E-kommunikatsioon on väsitav
- On palju e-kirju ja sõnumeid, millest on raske aru saada või nad on ebavajalikud
- Tunne, et IKT vahendeid tuleb kasutada suhete hoidmiseks juhi ja töökaaslastega

Parem töö ja eraelu tasakaal on:

- Kui töötajatel on piisavalt iseseisvust valida oma töötamise viisid/meetodid, tööaeg ja töötamise koht.
- Kui inimene tunneb, et IKT vahendid aitavad tal oma töö eesmärke saavutada.
- Kui ta töötab esindusorganisatsioonide ja muude MTÜ-de tegevusega seotud valdkonnas, panganduses ja kindlustuses ning loodus- ja tehnikateaduste rakendamisega seotud töödega

Halvem töö ja eraelu tasakaal on:

- Kui e-kommunikatsioon on väsitav
- On palju e-kirju ja sõnumeid, millest on raske aru saada või nad on ebavajalikud

Kokkuvõtteks

Käesoleva uuringu põhjal on kaugtöötajate tööheaolu parem kui hübriidtöötajatel ning nad ei kannata sotsiaalsete ressursside vähesuse all.

Hübriid- ja kaugtöötajatel on sarnasusi ja erinevusi – nende tööheaolu ei saa juhtida täiesti ühte moodi.

Kriitiline on organisatsioonides juhtida e-kommunikatsiooni: milliseid kanaleid kasutatakse, mis infot ja kuidas jagatakse, õigus mittekättesaadav olla.



Spikker

Teil on enamasti hübriidtöötajad:

Süstematiseeri e-kommunikatsiooni eesmärgiga parandada info jagamist ja koostööd

Paku tehnilist tuge

Alles siis on töö autonoomial võimalikult hea mõju

Kui töö nõuab keskendumist, siis võimalda seda



Spikker

Teil on enamasti kaugtöötajad:

Süstematiseeri e-kommunikatsiooni eesmärgiga parandada info jagamist ja koostööd

Kindlusta, et kaugtöötajad tunneksid ennast väärtuslike meeskonnaliikmetena

Kindlusta, et IKT vahendid aitaksid töö eesmärke võimalikult hästi saavutada, aga ära sunni peale virtuaalseid suhtlusüritusi, kui inimesed seda ei soovi



Tänan!

kaire.piirsalu-kivihall@ut.ee

Kaasautorid: Tiiu Paas, Anne Aidla, Jaana-Piia Mäkiniemi

