



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU  
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Sini Ojala

---

## **Maatalousyrittäjän hyvinvointi kustannuskriisin keskellä**

Opinnäytetyö  
Kevät 2023  
Agrologi (AMK)



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Opinnäytetyön tiivistelmä

Tutkinto-ohjelma: Agrologi (AMK)

Suuntautumisvaihtoehto: Maatalouden tuotantoprosessit

Tekijä: Sini Ojala

Työn nimi: Maatalousyrittäjän hyvinvointi kustannuskriisin keskellä

Ohjaaja: Marjo Latva-Kyyny

Vuosi: 2023

Sivumäärä: 40

Liitteiden lukumäärä: 1

---

Maataloustuotanto on potanut jo useita vuosia syvenevää kannattavuuskriisiä. Covid-19-viruksen myötä launneen pandemian ja helmikuussa 2022 alkaneen Ukrainan ja Venäjän sodan myötä maataloustuotannon kannalta välttämättömät tuotantokustannukset ampaisivat räjähdysmäiseen nousuun. Käytännössä katsoen energian, polttoaineiden ja lannoitteiden vauhdilla kohoavat hinnat haastoivat jo ennestään haastavien tuotanto- ja talousolosuhteiden kanssa toimivia maatalousyrittäjiä. Haastavilla olosuhteilla viitataan juuri välttämättömien tuotantopanosten hintojen rajuun kohoamiseen. Samalla viitataan kuitenkin myös kiristyvään byrokratiaan ja ilmastonmuutoskeskusteluun, joka velloo maataloustuottajien ja -tuotannon ympärillä. Tämän kaiken keskellä herää kysymys, miten maamme maatalousyrittäjät jaksavat kaiken keskellä.

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää, millaiseksi maatalousyrittäjät kokevat työskentelyn alati muuttuvissa ja vaikeutuvissa tuotanto-olosuhteissa. Pääsääntöisesti haasteita tuovat ulkoiset vaikuttimet. Tavoitteeseen sisältyi selvitys siitä, kokevatko maatalousyrittäjät vallitsevan kustannuskriisin vaikuttaneen heidän henkilökohtaiseen hyvinvointiinsa jotenkin. Lisäksi opinnäytetyöhön sisältyvän teemahaastattelun avulla kartoitettiin, millaisia ratkaisuvaihtoehtoja maatalousyrittäjillä itsellään on omasta hyvinvoinnistaan huolehtimiseen. Tutkimukseen haastateltiin kahdeksaa maatalousyrittäjää. Haastattelut taltioitiin joko nauhoittamalla haastateltavien luvalla tai vaihtoehtoisesti kirjaamalla muistiinpanoja käsin. Aineisto litteroitiin ja tuloksista muodostettiin sisällönanalyysi.

Maatalousyrittäjät kokivat, että kustannuskriisi yksittäisenä tekijänä ei merkittävästi vaikuta maatalousyrittäjien hyvinvointiin. Yhteiskunnan tukitoimista oltiin tietoisia, mutta esimerkiksi keskusteluavun ei koettu ratkaisevan ongelmien juurisyitä, esimerkiksi rahallisia vaikeuksia. Sakkaavan hyvinvoinnin ajateltiin tai vaihtoehtoisesti koettiin johtuvan monesta eri tekijästä, jotka yhdessä vaikuttavat hyvinvoinnin tasoon. Lisäksi koettiin, että tulevia maatalousyrittäjiä tulisi valmistella entistä paremmin tulevaan jo opintojen aikana. Haastateltavien mukaan pitäisi puhua muun muassa organisoinnin ja johtamisen tärkeydestä tilakokojen kasvaessa unohtamatta kuitenkin hyvinvoivan ja jaksavan yrittäjän merkitystä yritykselle.

<sup>1</sup> Asiasanat: kustannuskriisi, maatalousyrittäjä, hyvinvointi

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## Thesis abstract

Degree programme: Bachelor of Natural Resources, Agriculture and Rural Enterprises

Specialisation: Production processes of agriculture

Author/s: Sini Ojala

Title of thesis: Well-being of agricultural entrepreneurs in the middle of a cost crisis

Supervisor(s): Marjo Latva-Kyynty

Year: 2023

Number of pages: 40

Number of appendices: 1

---

For several years agricultural production has been facing a deepening profitability crisis. Due to the pandemic caused by the Covid19 virus and the war between Ukraine and Russia that started in February 2022, the necessary production costs for agricultural production experienced an explosive rise. In practice the rapidly rising prices of energy, fuels and fertilizers challenged even more entrepreneurs who were already working with challenging production and economic conditions. At the same time the bureaucracy is getting tighter and conversation about the climate change is escalating. It is important to consider how the agricultural entrepreneurs cope with all these challenges:

The aim of the thesis was to find out how the agricultural entrepreneurs experience working with the changing and increasingly difficult working conditions. Additionally, the thesis included a survey of the level of the agricultural entrepreneurs' personal well-being. The study was conducted with the help of a thematic interview with eight entrepreneurs. The interviews were recorded with the permission of the interviewees. The material was transcribed and a content analysis was created based on the results of the study.

The entrepreneurs thought that as a single factor the cost crisis did not significantly affect their well-being. They were aware of the support provided by the society, for example occupational health care and farm relief services. Conversation aid was not seen as a solution to the root causes of the problems. Poor well-being was thought to be the result of many different factors. In addition, it was thought that young agricultural entrepreneurs should be better prepared for the future during their studies. For example, organisational and management skills are important as the farm sizes grow, without forgetting the importance of a well-being and strong entrepreneur for the company.

<sup>1</sup> Keywords: cost crisis, agricultural entrepreneurs, well-being

## SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä .....	2
Thesis abstract .....	3
SISÄLTÖ .....	4
Kuvioluettelo .....	6
1 JOHDANTO .....	7
1.1 Kokonaisvaltainen kannattavuuskriisi .....	7
1.2 Työn tavoitteet .....	8
2 KANNATTAVUUSKRIISIN ILMENEMINEN .....	9
2.1 Epävarmuus kannattavuuden tasosta .....	9
2.2 Vaihteleva ennustettavuus tuotantosunnittain .....	9
2.3 Tuottajahinnat laahaavat tuotantokustannusten jäljessä .....	10
2.4 Tuotantokustannusten kehitys suhteessa tuottajahintoihin .....	12
2.5 Tuotantopanosten kallistumisen vaikutuksia maatilayrittäjien hyvinvointiin .....	12
3 HYVINVOINTI .....	16
3.1 Mitä on hyvinvointi? .....	16
3.2 Fyysinen hyvinvointi .....	16
3.3 Psykkinen hyvinvointi .....	17
3.4 Sosiaalinen hyvinvointi .....	18
3.5 Hyvinvointi psykologisena tapahtumaketjuna .....	19
3.6 Tukitoimia maatalousyrittäjän hyvinvoinnin edistämiseksi .....	20
4 TUTKIMUSAINEISTO JA -MENETELMÄT .....	23
4.1 Tutkimusmenetelmän valinta .....	23
4.2 Haastattelu .....	23
4.3 Tutkimusaineisto .....	24
5 TUTKIMUSTULOKSET .....	26
5.1 Maatalousyrittäjien terminologinen käsitys työhyvinvoinnista .....	26
5.1.1 Mistä tekijöistä maatalousyrittäjän hyvinvointi koostuu? .....	26
5.1.2 Henkilökohtaiset jaksamista tukevat keinot .....	27
5.2 Maatalousyrittäjien kokemus oman työhyvinvointinsa tasosta .....	28

5.2.1	Maidontuottajat .....	28
5.2.2	Broilerintuottajat.....	29
5.2.3	Sikataloutta edustavat tuottajat.....	30
5.3	Kokemukset yhteiskunnan tukitoimista maatalousyrittäjille .....	31
5.3.1	Palveluiden ja hankkeiden määrä .....	31
5.3.2	Palveluiden ja tukimuotojen esille tuonti .....	32
5.3.3	Palvelujen hyödyntäminen ja niiden koettu tarpeellisuus .....	33
6	YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET .....	36
6.1	Työskentely alati muuttuvissa ja vaikeutuviissa tuotanto-olosuhteissa .....	36
6.2	Koettu työhyvinvointi ja työn mielekkyys .....	36
6.2.1	Kiristyvän byrokratian vaikutukset työhyvinvointiin.....	37
6.2.2	Ilmastonmuutoskeskustelun luoma jännite .....	37
6.2.3	Maatalousyrittäjien kokema alan hyväksyttävyyys.....	38
6.3	Maatalousyrittäjien henkilökohtaiset parannusehdotukset tukitoimiin.....	38
6.4	Johtopäätökset.....	39
6.5	Tulosten luotettavuus .....	39
	LÄHTEET .....	41
7	LIITTEET .....	1

## Kuvioluettelo

Kuvio 1. Tuottajahintaindeksin kehitys .....	11
Kuvio 2. Maatalousyrittäjien kokema tyytyväisyys työhönsä .....	14
Kuvio 3. Psyykkisen oireilun kehitys .....	15

# 1 JOHDANTO

## 1.1 Kokonaisvaltainen kannattavuuskriisi

Maataloustuotanto on potenut jonkin asteista kannattavuuskriisiä jo hyvän tovin. Covid-19-pandemian sekä Ukrainan ja Venäjän välisen, helmikuussa 2022, alkaneen sodan jälkeen tilanne on kärjistynyt entisestään. Tuotantopanosten, kuten lannoitteiden, energian ja polttoainesten, räjähdysmäinen hinnannousu luo paineita jo ennestään ahtaalla oleville yrittäjille (Maa- ja metsätaloustuottajain keskusliitto, 2022). Tilastokeskuksen tilastojen mukaan tuotettavan lopputuotteen tuottajahinnat eivät nouse samassa tahdissa tuotantokustannusten kanssa. Omalta osaltaan paineet syövät yrittäjien motivaatiota kehittää ja ylläpitää tuotantoaan, kun oma taloudellinen ja henkinen jaksaminen on jatkuvasti koetuksella. Ahtaimmalla tuntuvat tällä hetkellä olevan ne tuottajat, joiden tulisi tehdä isoja investointeja yritykseensä tai jotka ovat sellaisia vaihtoehtoisesti lähiaikoina tehneet, joko yrityksen laajentamisen tai yleisen kehittämisen vuoksi. Tuotantopanoksiin liittyvien seikkojen lisäksi heikoksi jääneen satovuoden 2021 jälkeen lieka viljelijöiden ympärillä kiristyy yhä tiukemmaksi vähissä olevan ja kalliin rehuviljan muodossa.

Viljelijöiden ahdinko ja kotimaisen huoltovarmuuden heikentyminen on siis ajankohtaisempaa kuin ehkä koskaan (Huoltovarmuuskeskus, 2022). Tilanne on kypsynyt hitaasti huonompaan suuntaan jo useita vuosia, mutta globaalit tapahtumat ovat aiheuttaneet tilanteen nopean eskaloitumisen likimain katastrofiksi. Osalle maamme maatalousyrittäjistä tilanne alkaa olla niin kestämaton, että yhä useampi päätyy luopumaan tai muokkaamaan entistä elinkeinoaan johonkin suuntaan tulevaisuudessa. Kotieläintilojen lopetustahdin onkin mediassa maalailtu olevan tahdillisesti kahdesta kolmeen tilaan päivässä (Seppänen, 2018). Osa jatkaa taas pelkästään kasvinviljelijöinä ja ajaa kotieläintuotannon alas. Mahdollisuuksien mukaan osa lähete tarjoamaan urakointipalveluita olemassa olevalla kalustolla lisätulojen toivossa.

Tilanteen luisuminen vallitsevaan muotoon on ollut maatalousyrittäjien mukaan odotettavissa jo pitkään. Samalla, kun maamme isoimmat päivittäistavaraketjun edustajat Kesko ja S-ryhmä tekevät tuloksellisesti ennätysjä, kärsii yhä suurempi osa alkutuottajista isoista vaikeuksista (Lundell ym., 2022). Nyt asian tiimoilta herätyksen ovat kokeneet myös tavalliset kuluttajat. Ruuan hinnan jyrkkä nousu konkretisoitua heillekin kaupan kassalla ostoksia

maksaessa, mutta hinnannoususta tuntuu silti tuloksellisesti hyötyvän joku muu kuin itse alkutuottaja.

## 1.2 Työn tavoitteet

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on selvittää, millaiseksi maatalousyrittäjät kokevat työskentelyn alati muuttuvissa ja vaikeutuvissa tuotanto-olosuhteissa, pääsääntöisesti ulkoisten vaikuttimien vuoksi. Tämä tapahtuu kartoittamalla heidän kokemustaan omasta jaksamisestaan, hyvinvoinnistaan sekä tekemänsä työn mielekkyydestä kustannuskriisin keskellä. Tutkimuksen avulla selvitetään, kokevatko maatalousyrittäjät oman hyvinvointinsa tason huonontuneen kustannuskriisin syvenemisen tahdissa vai pikemminkin vaikeuksien antaneen motivaatiota toiminnan tehokkaalle kehittymiselle. Kallistuneet tuotantopanokset, laahaavat tuottajahinnat ja yleinen tilanne koskettavat jollain tasolla maamme jokaista maatalousyrittäjää. Tavoitteena on myös selvittää ja kartoittaa, millaisia ratkaisuja yrittäjillä on esimerkiksi oman hyvinvointinsa parantamiseen.



## 2 KANNATTAVUUSKRIISIN ILMENEMINEN

### 2.1 Epävarmuus kannattavuuden tasosta

Kehittyneelle ja jopa eskaloituneelle kannattavuuskriisille pystytään nimeämään useampia syitä. Lisäksi pidempään on jo ollut tiedossa, etteivät alkutuottajan työstään saamat korvaukset ole asiallisella tasolla suhteessa tuotantokustannuksiin. Tuotannon kannattavuuden ennustaminen käy myös yhä haastavammaksi, sillä esimerkiksi tuottajahintojen aikataulullinen kehitys suhteessa muihin kuluihin on epävarmaa. Samaten tiettyjen tuotantotukien maksussa on ollut huomattavissa aikataulullisia ongelmia, mikä luo omat epävarmuustekijänsä tuotannon harjoittamiseen. Luonnonvarakeskuksen tekemien alustavien laskelmien pohjalta arvioitiin syyskuussa viljelijälle työstään jäävän tuntipalkan olevan noin 8,2 euroa (Tauriainen, 2022b). Marraskuussa tehdyt ennakkolaskelmat tarkentuivat ja lukemat putosivat (Tauriainen, 2022a). Luonnonvarakeskuksen uuden ennusteen mukaan kannattavuustavoitteista tulee oletettavasti täyttymään noin 40 %. Tällöin maatalousyrittäjän laskennallinen tuntipalkka onkin vain 6,9 euroa.

Luonnonvarakeskuksen mukaan laskelmien epävarmuus ennustamisen osalta pohjautuu muutamaankin tekijään (Tauriainen, 2022a, 2022b). Suurimpana epävarmuuden luoja kehitykselle voidaan pitää alati muuttuvia ja kovassa kohotuspaineessa olevia tuotantokustannuksia. Energian hinnat heilahtelevat, eivätkä polttoaineen hinnat tunnu olevan yhtään sen vaakaampia. Vaikka tuottajahintoihin on saatu korotusta vuosien aikana, hinta ei nouse samassa suhteessa kasvavien kustannusten tahdissa. Lisäksi tuotantosuunnittain tulevaisuuden näkymät ovat hyvin erilaiset. Vaikka kulunut kasvukausi oli esimerkiksi kasvinviljelijöille suotuisa, suurin osa tuotoista kuluu tuotantopanosten hankintaan ja muihin juokseviin kuluihin. Epävarmuus tulevasta aiheuttaa osaltaan sen, että tuottajat jarrutellaan esimerkiksi suurempien investointien suhteen. Vaihtoehtoisesti he supistavat tuotantoaan joiltain osin, mikäli jonkin osa-alueen tuotanto alkaa olla selvästi kannattamatonta saatavaan tuloon nähden. Kestämättömimmässä tilanteessa olevat päätyvät lopettamaan tuotannon kannattamattomana.

### 2.2 Vaihteleva ennustettavuus tuotantosuunnittain

Syyskuussa Luonnonvarakeskus muodosti ennusteen myös maatalouden tuotantosuuntien toiminnan kannattavuudesta taloudellisesti. Viljakasvien osalta tuottajahintojen näkyymiin on

tulossa parannuksia vuoteen 2021 nähden (Tauriainen, 2022b). Satonäkymät ovat myös maantieteellisesti osassa maata edellisvuotta paremmat. Kotieläintilojen tuotantokustannukset jatkavat merkittävää nousuaan ja esimerkiksi ostoviljan varassa olevilla on vaikeuksia. Maidontuotannon ja muiden nautakarjaan suuntautuvien tilojen kannattavuuden ennustetaan Luonnonvarakeskuksen tekemien tutkimusten mukaan putoavan edelleen. Esimerkiksi maidontuotannon kannattavuuskertoimen ennustettiin alustavasti jäävän 0,2:n alle. Muihin nautakarjatuotannon muotoihin keskittyvien osalta tilojen tuotannon kannattavuuskerroin putoaa edelleen, suunnilleen 0,26:een. Tarkentuneen ennustuksen lukemat ovat muuttuneet yrittäjän kannalta lohduttomiksi syyskuun ennusteista, varsinkin nautakarjaan ja maidontuotantoon liitetyissä tuotantomuodoissa (Tauriainen, 2022a). Marraskuussa julkistettiin tarkentunut ennuste, jonka mukaan maidontuotannon kannattavuuskerroin uhkaa pudota 0,1:n tietämille. Nautakarjantuotannon osalta tilanne alkaa olla se, ettei toiminnasta jää yrittäjälleen lainkaan yrittäjätuloja. Liikutaan siis kannattavuuskertoimen osalta lähellä nollaa.

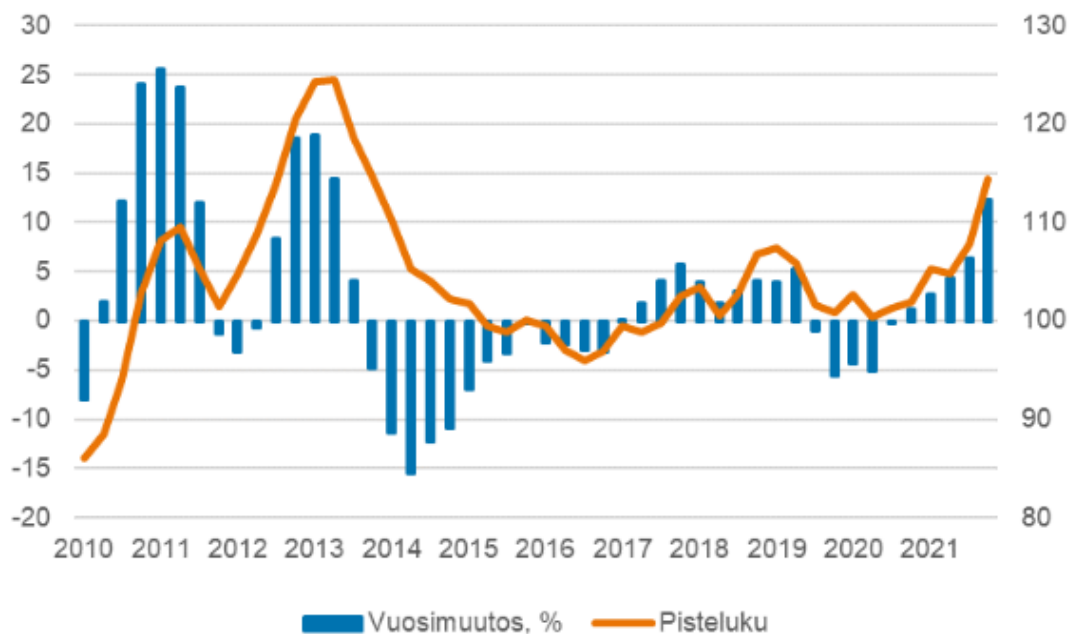
Sikatiilojen osalta Tauriaisen (2022) mukaan tilanteen katsotaan pysyvän ennallaan tehtyjen tukitoimien sekä parempien viljasatojen turvin. Lähtökohtaisesti sikatilallisten asema on myös ollut aaltoileva, sillä viljan hinnat nousivat heikon 2021 satovuoden jälkeen hetkellisesti korkeiksi. Epävarmin ennustettavuus tuotantosuunnista on siipikarjatalouden osalta. Tämä johtuu osittain pienestä tuottaja- ja otosryhmästä tehdyissä tutkimuksissa, jolloin saadut tulokset eivät ole aukottomasti tulevaisuutta määrittäviä.

### **2.3 Tuottajahinnat laahaavat tuotantokustannusten jäljessä**

Alalla vallitseva tilanne tuntuu käsittämättömältä, koska tilastojen valossa tuottajahintojen on uutisoitu nousseen kuluneen vuoden aikana jatkuvasti suurella volyymilla. Tilastokeskuksen muodostaman koonnin mukaan korotus oli tuottajahintojen osalta 18 prosenttia vuoden 2022 ensimmäisen vuosineljänneksen aikana. Vertailu suoritetaan vuoden 2021 tilastoihin (Tilastokeskus, 2022a). Yleinen nousu toisella vuosineljänneksellä oli kokonaisuudessaan 29 prosenttia. Marraskuussa Tilastokeskuksessa (2022c) julkistettiin kolmannen vuosineljänneksen tulos, josta povattiin edelleen nousujohteista. Vuoden 2022 kolmas vuosineljännes tuottikin tuloksen, jonka mukaan yleinen tuottajahintojen nousu oli 30 prosentin luokkaa. Tulos oli siis jatkuvasti nousujohteinen, vaikka loppuvuotta kohden kasvu hidastui selvästi. Kasvituotannon lopputuotteiden osalta hinnankorotus oli toisen vuosineljänneksen tilastojen mukaan jopa 39 prosenttia, lihan- ja muiden eläintuotteiden hinnat kasvoivat maltillisemmin 23 prosentin

verran. Tilanne kolmannen vuosineljänneksen tarkastelussa oli vastaavasti kasvituotteiden hinnannousun osalta 35 prosenttia vuoteen 2021 verrattaessa (Tilastokeskus, 2022c). Lihan ja eläintuotteiden osalta tilanne parani jonkin verran toiseen vuosineljännekseen nähden, ja nousua oli edellisvuoteen nähden havaittavissa 28 prosenttia.

Mikäli tilannetta tarkastellaan tuotantosuunnittain, viljan osalta korotus oli jopa 114 prosenttia verrattuna vuoden 2021 toiseen vuosineljännekseen (Tilastokeskus, 2022). Lihantuotannon kanssa työskentelevien tuottajien hinnat nousivat 23 prosenttia siinä, missä maidontuottajat pääsivät omien tuottajahintojensa osalta 29 prosentin nousuun. Tilastokeskuksen (2022c) tiedotteen mukaan olennaisin merkitys indekseihin (kuvio 1) oli viljojen tuottajahinnoilla sekä niiden nousulla. Suurimman korotuksen koki kauran 143-prosenttinen hinnannousu, ja rehuohra korottui vastaavasti 113 prosenttia. Maltillisinta oli vehnän hintakehitys. Myös teollisuuskasvien, kuten rypsin ja rapsin, hinta nousi suunnilleen 50 prosenttia. Mainituista kasvituotannon komponenteista moni on esimerkiksi kotieläintiloille ruokinnallisesti laajalti käytössä olevia.



Kuvio 1. Tuottajahintaindeksin kehitys (Tilastokeskus, 2022d).

Vaikka tuottajahinnat ovatkin tilastojen valossa kehittyneet nousujohteisesti suurillakin harppauksilla, tuotantoon liittyvät kustannukset ovat kokeneet saman kehityksen. Ero on kuitenkin siinä, että kustannusten kohdalla puhutaan paljon suuremmista kasvulukemista, kuten

esimerkiksi lannoitteiden hintakehityksestä käy ilmi. Nousseet tuottajahinnat eivät enää yksinkertaisesti riitä peittoamaan tilojen menoja.

## **2.4 Tuotantokustannusten kehitys suhteessa tuottajahintoihin**

Tuotantopanosten hinnat ovat nousseet vuoden 2022 tammi-huhtikuun aikana enemmän kuin koskaan maamme EU-jäsenyyden aikakaudella (Ala-Siurua, 2022). Kokonaisvaltaisesti voidaan sanoa kaikkien tuotantopanosten hintojen nousseen selvästi edellisvuoteen 2021 nähden. Helmikuussa 2022 alkanut Venäjän ja Ukrainan välinen sota on osaltaan kiristänyt jo alun alkaen holtitonta kustannusten nousua kaikkien muiden edellä mainittujen syiden lisäksi. Kovimman korotuksen ovat kokeneet lannoitteet, joiden hintaan vaikuttaa maakaasun ja yleisten lannoitteiden raaka-aineiden kallistuminen. Hinnannousu kipuaa 97 prosentin lukemiin, ja typpilannoitteiden osalta puhutaan yli 100 prosentin korotuksesta vuoden ensimmäisellä neljänneksellä. Myös yhdistelmälannoitteet ovat tuplanneet hintansa. Energian hinnannousu on monella sektorilla ollut myös lannoitteiden tapaan huomattavaa, ja keskiarvallisesti nousu on noin 36 prosenttia vuoden takaiseen verrattuna.

Yleisten rakennuskustannusten osalta korjauskustannuksiin liittyvät hinnat kasvoivat 18 prosenttia (Ala-Siurua, 2022). Investointiin ja siihen liitettävät kustannukset kasvoivat hieman maltillisemmin, 10 prosentin verran. Kun puhutaan yleisesti tuotantovälineiden hinnannoususta vuoteen 2021 verrattuna, puhutaan 24 prosenttia korkeammista hinnoista 2022 vuoden osalta. Rehujen osalta korotus on kavunnut 29 prosenttiin, rehuviljojen hinnan nousu on alkuvuodesta jopa 86 prosenttia. Omalta osaltaan tähän vaikutti kasvukaudella 2021 maamme koetellut kuivuus varsinkin eteläisessä Suomessa.

## **2.5 Tuotantopanosten kallistumisen vaikutuksia maatilayrittäjien hyvinvointiin**

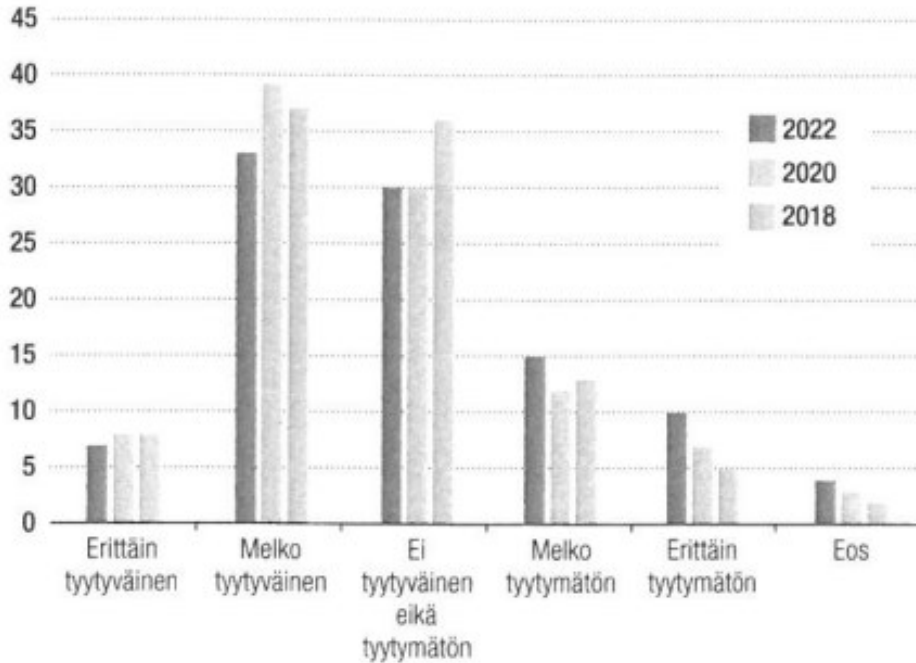
Useiden tuotannon kannalta välttämättömien tuotantopanosten markkinahintojen kallistumisella on suhteellisen laaja-alainen vaikutus, joka ei ole pelkästään taloudellinen (Salmi & Juuti, 2014). Hinnannousulla on suora yhteys yrityksen taloudelliseen kykyyn toimia ja kasvaa. Kasvuennuste tai vaihtoehtoisesti toiminnan taantuminen vastaavasti vaikuttaa suoraan tuottavuuteen. Nämä tekijät vaikuttavat osaltaan siihen, millaisessa toimintaympäristössä maatalousyrittäjä tulee yritystoimintaansa harjoittamaan. Toimintaympäristöllä taas on

huomattu olevan olennaisia merkityksiä ja vaikutuksia siinä työskentelevän työhyvinvoinnille (Salmi & Juuti, 2014, s. 119).

Salmen ja Juutin (2014, s. 127–144) mukaan maatalousyrittäjien osalta yhtenä olennaisimpana toimintaympäristöön vaikuttavana tekijänä voitaneen pitää alalla vallitsevaa yrityskulttuuria. Työ- ja vapaa-ajan rajat ovat usein hyvin hämärtyneet, varsinkin kiireisimpinä kasvukauden aikoina. Yrittäjä saattaa myös tuntea yksinäisyyden tunnetta sekä kokea henkilökohtaisten sosiaalisten suhteidensa olevan liian vähäisiä. Vaihtoehtoisesti sosiaaliset suhteet ja niiden kautta työhön saatava vertaistuki voivat puuttua kokonaan, mikäli lähipiiristä ei löydy muita maatalousalalla työskenteleviä. Kun näihin tekijöihin yhdistetään vallitsevat hinnankorotukset ja heikko kannattavuus, alkaa työpahoinvoinnin vaara olla enemmän kuin todennäköinen.

Lisääntynyt tyytymättömyys ja soraäänit ovatkin konkretisoituneet jo KantarTNS Agrin toteuttaman työhyvinvointibarometrin muodossa (Nurro, 2022). Maatalousyrittäjien työhyvinvointia ja sen tilaa on kartoitettu jo vuodesta 2015, jolloin Työterveyslaitos teetti oman kartoituksensa yrittäjien henkisestä jaksamisesta. Vuodesta 2017 asti jaksamista on taas kartoitettu Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen teettämien kyselyjen muodossa. Tämän KantarTNS Agrin kyselynkin teettäjänä on Maatalousyrittäjien eläkelaitos. Yrittäjien tuntemukset oman työhyvinvointinsa suhteen olivat pidemmän aikaa kartoituksien osalta nousujohteisia ja positiivisia. Selkeä notkahdus tapahtui kuitenkin vuoden 2022 aikana, kuten tuloksista (kuvio 2) käy ilmi. Suurimman negatiivisen kehityksen juurisyyn arvellaan piilevän taloudellisesti raskaassa ja epävarmassa kehityksessä. Kyselyyn kerättiin vuoden 2022 helmi-maaliskuussa vastaukset yli 4 700 yrittäjältä. Vastausten pohjalta eniten kärsi työtyytyväisyys aiempiin vuosiin verrattuna. Tyytyväisimpiä kyselyn pohjalta olivat suurikokoisten tilojen yrittäjät, nuoret yrittäjät sekä viljanviljelijät. Ahtaimmalla kyselyn pohjalta kokevat olevansa kotieläintuottajat.

## Tyytyväisyys työhön maatalousyrittäjänä, %



Kuvio 2. Maatalousyrittäjien kokema tyytyväisyys työhönsä (Kantar TNS Agri, 2022).

Kyselyn pohjalta käy myös ilmi, että vuosien 2020–2022 välisenä aikana viljelijöiden psyykinen oireilu on lisääntynyt (kuvio 3). Eniten oireilu ilmenee masentuneisuuden ja ärtyneisyyden muodossa, mutta yleisimpänä oireena ilmenee yrittäjien kokema voimattomuus kestävämmien tuotanto-olosuhteiden edessä. Tämä ilmenee myös työkyvyn koettuna heikkene-  
misenä etenkin nuorempien ikäluokkien, alle 40-vuotiaiden ja alle 54-vuotiaiden, keskuudessa. Kehityssuunta on kokonaisvaltaisesti tämän kyselyn valossa siis varsin huolestuttava, mutta ei yllättävä.



Lähde: Kantar TNS Agri

Kuvio 3. Psyykkisen oireilun kehitys (Kantar TS Agri, 2022).

## 3 HYVINVOINTI

### 3.1 Mitä on hyvinvointi?

Jotta maatilán yritystoiminta saadaan pidettyä ylipäättään toiminnassa ja toiminta taloudellisesti mielekkään kannattavana, täytyy monen eri osa-alueen olla kunnossa. Tärkeimmäksi osatekijäksi tämän tavoitteen toteutumisessa nousee terve, hyvinvoiva ja jaksava yrittäjä. Lisäksi kokonaisvaltaisuutensa vuoksi onnistuneeseen hyvinvoinnin ylläpitoon kytkeytyy yksilön lisäksi muitakin tahoja. Kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista huolehtiminen onkin määritelty sekä yhteiskunnan, yksilön että organisaation väliseksi yhteispeliksi (Virolainen, 2012, s. 12). Käytännössä yhteiskunnan vastuuksi lukeutuvat sellaiset puitteet ja mahdollisuuksien luonti, joissa työkyvyn ylläpito on mahdollista. Tähän pyritään esimerkiksi lainsäädännöllä sekä hyvinvointia tukevalla toiminnalla ja toimilla. Organisaatiot taas huolehtivat omalta osaltaan lainsäädännön ja työturvallisuuden ylläpidosta sekä oman sisäisen ilmapiirinsä rakentamisesta. Yksilön vastuulle jää tällöin työpaikkansa ohjeiden ja sääntöjen noudatus sekä omien elintapojensa hallinnointi.

Käsitteenä hyvinvointi on laaja ja jatkuvasti uudelleen muovautuva (Tiedenaiset, 2021). Maailman terveysjärjestö WHO määrittelee hyvinvoinnin olotilaksi, joka koostuu fyysisistä, psyykkisistä ja sosiaalisista kokonaisuuksista. Käytännössä puhutaan siis läpi elämän muuttuvasta ja ylläpidettävästä terveyden kokonaisuudesta, jota on muistettava hoitaa ja ylläpitää säännöllisesti. Kuten artikkelistakin käy ilmi, viime vuosina kyseistä määritelmää on alettu tarkastella myös henkisen tasapainon ja siihen vaikuttavien kokonaisuuksien näkökulmasta. Myöhemmin hyvinvoinnin määritelmää onkin alettu täydentää ja korostaa yhä kasvavissa määrin henkisyydellä ja sen merkityksellä kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Painoarvoa annetaan artikkelissa myös yksilön kokemukselle omasta itsestään. Hyvinvointi on aina henkilökohtainen ja yksilöllinen kokemus, joka muovautuu läpi elämän niin ulkoisten kuin sisäistenkin vaikuttimien kautta kaikilla hyvinvoinnin osa-alueilla.

### 3.2 Fyysinen hyvinvointi

Fyysinen hyvinvointi liitetään usein yksilön keholliseen toimivuuteen. Kyseiseen osa-alueeseen liitetään usein vahvasti käsitys yksilön fyysisistä ominaisuuksista. Käytännössä puhutaan kyvystä suoriutua vaivattomasti arkipäivän askareista, joihin liittyy lihasvoiman käyttö



sekä kestävyyskunnan pidempiaikainen ja yhtäjaksoinen hyödyntäminen väsymättä (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2020). Kiteytetysti tämä tarkoittaa henkilön kunnan ja jaksavuuden tarkastelua hengitys- ja verenkiertoelimistön sekä tuki- ja liikuntaelimistön osalta.

Hengitys- ja verenkiertoelimistön eli kestävyyskunnan tilaan liitetään usein liikuntamuoto, joka parantaa kehon kykyä suoriutua kohtuullisesti koko kehoa tai elimistön suurempia lihasryhmiä kuormittavasta suorituksesta (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2020). Vaihtoehtoisesti voidaan puhua myös näitä osa-alueita raskaasti kuormittavasta suorituksesta. Olennaista on suorituksen tuoma kokonaisvaltainen rasitus ja sen ajallinen kesto. Kyseisen liikuntamuodon on tarkoitus ylläpitää ja parantaa liikkujan hapenottokykyä, jolloin hapen saattaminen ja hyödyntäminen lihaksistossa tehostuu. Paremman kestävyyskunnan omaava yksilö jaksaa myös työskennellä yhtäjaksoisesti pidempään ilman, että lihaksisto ajautuu maitohapolliseen tilaan ja kehollinen palautuminen hidastuu. Huonolla ja hitaalla palautumisella on automaattisesti vaikutusta henkilön kokemukseen omasta pystyvyydestä ja selviytymisestä arjen toimissa.

Lihaskunnan merkityksellä ja sen harjoittamisella taas on tutkitusti yhteyttä yleiseen terveyteen ja toimintakykyyn arjessa (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2020). Mitä parempi yksilön hermo-lihasjärjestelmän toiminnallinen kyky on, sitä helpompi kehon on tuottaa tarvittavaan liikkeeseen voimaa. Hyvä lihaskunto tukee myös elimistön notkeutta ja nivelten liikelaajuutta. Käytännössä se siis tukee kykyä kontrolloida ja hallita kehoa. Täten kyetään ehkäisemään myös tapaturmaisia loukkaantumisia jonkin verran, mikä osaltaan myös tukee sekä fyysistä että yleistä hyvinvointia ennaltaehkäisevästi.

### **3.3 Psyykkinen hyvinvointi**

Psyykkinen hyvinvointi on tila, joka rinnastetaan hyvin usein hyvän mielenterveyden käsitykseen ja kokemukseen (WHO, 2022). Hyvä mielenterveys määritellään järjestön mukaan hyvinvoinnin tilaksi, jossa yksilöllä on käsitys omista kyvyistään, vaikutusmahdollisuuksistaan sekä yhteisöön tuomastaan potentiaalista. Lisäksi hän kykenee selviytymään normaaleista arjen kuormitustekijöistä ja ilmenevistä haasteista menettämättä toimintakykyään. Yksilön psyykkinen terveys on yksi merkittävimpiä tekijöitä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin näkökulmasta. Hyvä psyykkinen terveys ei ole kuitenkaan itsestäänselvyys, vaan alati elämän vaiheiden mukana muuttuva kokonaisuus. Käytännössä se vaatii aktiivista huolenpitoa siinä, missä fyysinen kuntokin.

Puhuttaessa psyykkisestä hyvinvoinnista ajattelu keskittyy yleensä oire- ja sairauskeskeiseen muotoon. Tällöin käsitys hyvästä mielenterveydestä kuitenkin vääristyy, mikäli sen ajatellaan olevan vain oireiden tai varsinaisen sairauden puuttumista. Nykyisen tutkimustiedon valossa onkin alettu nostaa aiheen rinnalle otteita positiivisesta psykologiasta (Ojanen, 2007, s. 10–20). Kyseisessä aihealueessa keskiössä ovat ihmisen omat voimavarat ja vahvuudet, jotka osaltaan vaikuttavat subjektiivisesti kokemukseen mielenterveydestä. Voimavaraperusteinen mielenterveyden määrittely perustuu ja nostaa esille henkilön omat, henkilökohtaiset kokemukset henkisen mielenterveytensä ja sitä kautta hyvinvointinsa tasosta. Henkilö voi kokea psyykkisen hyvinvointinsa tilan vakaaksi ja hyväksi arjen haasteiden ja kuormituksen keskellä siinä, missä toinen henkilö kokee luhistuvansa. Kyse on siis aina yksilöllisestä ja henkilökohtaisesta kokemuksesta. Positiivinen psykologia antaa myös uusia näkökulmia ajatusmaailmaan, jossa esimerkiksi heikossa taloudellisessa asemassa ja huonoissa elinoloissa eläväkin ihminen voi kokea itsensä onnelliseksi ja psyykkisesti hyvinvoiviksi. Korkea koulutus, sosiaalisesti vilkas elämä ja vakaa taloudellinen tilanne eivät siis takaa suojaa mielenterveydellisiltä sairauksilta itseisarvon omaisesti.

Yhteenvetona voitaneen todeta, että psyykinen hyvinvointi on hyvin laaja kokonaisuus jo itsessään (Ojanen, 2007, s. 10–20). Pelkkien oireiden tai varsinaisen sairauden puuttumisen lisäksi psyykinen hyvinvointi voidaan siis lukea omien voimavarojen tunnistamiseksi sekä niiden avulla erinäisistä tilanteista selviytymiseksi. Psyykkisen hyvinvoinnin avulla voi selviytyä erilaisista elämäntilanteista ja tavallisesta arjesta. Voimavarojen tunnistamisen lisäksi yksilön on osattava hyödyntää ja priorisoida näitä tekijöitä.

### **3.4 Sosiaalinen hyvinvointi**

Sosiaalinen hyvinvointi lienee kolmesta hyvinvoinnin laajemmasta osa-alueesta yhteiskunnallemme vielä kaikkein tuntemattomin. Tämä käy ilmi usean eri yhteistyötahon laatimasta tiedotteesta (Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminta, 2020). Sosiaaliseen hyvinvointiin vaikuttavat olennaisesti yksilön yhteisöllisyyden ja osallisuuden tunne sekä hänen henkilökohtaiset sosiaaliset suhteensa. Olennaisesti kyseiseen hyvinvoinnin osa-alueeseen liitetään myös yksilön omat kokemukset ja muodostuneet käsitykset häntä ympäröivästä yhteiskunnasta. Erikoislaatuisehman tästä hyvinvoinnin muodosta tekee Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan (2020) raportin mukaan huomio siitä, että materiaalisuus ja sen olemassaolo eivät korreloi millään tavalla alueellisesti koetun sosiaalisen hyvinvoinnin tason kanssa.

Käytännössä tämä tarkoittaa tilannetta, jossa esimerkiksi yksinäisyyden tunteita voidaan tuntea myös alueellisesti hyvätuloisilla seuduilla. Yksilön sosiaalisen hyvinvoinnin tasoa ei siis voida päätellä suoranaisesti olettamalla siitä, millainen on alueiden sosioekonominen ja-kauma yleismaailmallisesti katsottuna.

Sosiaalisen hyvinvoinnin edistämiseksi vaaditaan Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan (2020) raportin mukaan laajaa ja yhtenäistä ymmärrystä siihen liittyvistä syy-seuraussuhteista. Tietopohjaa ja taitoa tarvitaan lisää esimerkiksi kuntasektorilla, jotta ihmisiä kyetään tukemaan koko ikäskalan mitalta kyseisellä elämän osa-alueella. Olennaisessa roolissa tulee luultavimmin olemaan yksilötason ja positiivisen sisäisen puheen harjoittaminen sekä työkalujen luominen siihen, miten yksilö itsensä arkielämässä kohtaa ja miten hän itseään kohtelee ympäröivien vaikuttimien alaisena.

### **3.5 Hyvinvointi psykologisena tapahtumaketjuna**

Jo esille tullut yksilön sisäinen kokemus omasta itsestään määrittelee melko pitkälle hyvinvoinnin ja sen todellisen tason. Ihminen on psykologisesta näkökulmasta määritelty psykofyysis-sosiaalisesti kokonaisuudeksi (Korhonen, 2020). Tämän määritelmän pohjalta Korhosen mukaan henkilön psyykkistä ja sisäistä puhetta ohjailee yksilön oma mieli. Käytännössä tähän voidaan sisällyttää tapa ja ajatukset, joilla ihminen puhuttelee itseään ja suhtautuu ympäröivään maailmaan. Fyysiseen osakokonaisuuteen liitetään kehollinen kokemus omasta itsestä. Vastaavasti sosiaaliseen osakokonaisuuteen liitetään ympärillä vallitseva, sosiaalinen tilanne. Nämä kaikki vaikuttavat merkittävästi yksilön hyvinvointiin niin vapaalla kuin töissä.

Yhden osa-alueen heikkous heijastuu herkästi toiseen hyvinvoinnin kokonaisuuteen (Virolainen, 2012, s. 11–12). Psykkinen oireilu vaikuttaa nopeasti fyysiseen terveyteen ja sitä kautta myös sosiaaliseen hyvinvointiin. Esimerkiksi psyykkisesti stressaantunut henkilö sairastuu helpommin, koska stressi vaikuttaa usein unen saantiin ja ruokahuuun. Pahassa ja pitkässä sairauskierteessä oleva henkilö muuttuu pitkällä aikavälillä alakuloiseksi ja turhautuneeksi, mikä heijastuu taas sosiaaliseen hyvinvointiin. Alakuloinen ihminen vetäytyy sosiaalisesta piiristään helpommin omien ajatustensa pariin, varsinkin jos olotila on vallinnut pidemmän ajanjakson. Näin hyvinvointia kokonaisvaltaisesti syövä, negatiivinen kierre on valmis. Tapahtumaketju pätee niin arkiseen elämään kuin työhyvinvointiin, koska molemmat osa-alueet peilaavat vahvasti toisiaan. Mikäli toinen osa-alue ei ole kunnossa, alkaa toinenkin oireilla helposti.

Virolaisen (2012) teoksen sisältöön pohjaten voitaneekin puhua jonkinlaisesta psykologisesta tapahtumaketjusta, joka toteuttaa itseään melko kaavamaisesti. Suurin merkitys kokonaisuuden kannalta lienee juuri yksilön sisäisellä puheella ja tavalla, jolla ajattelemme itsestämme (Virolainen, 2012, s. 11–12). Lisäksi kokemuksemme esimerkiksi ulkopuolisesta tukiverkostosta ja sen saatavuudesta vaikuttaa olennaisesti siihen, millaiseksi sisäinen puhe sävyllään kääntyy. Kyse on kyvystämme hallita oman elämämme ulkoisia vaikuttimia. Psyykeemme on vakaampi tuntiessamme, että pystymme sopivissa määrin kontrolloimaan ja vaikuttamaan arjen tapahtumiin haluamallamme tavalla. Mikäli emme pysty vaikuttamaan kaikkeen haluamallamme tavalla, tieto saatavilla olevasta avusta rauhoittaa meitä. Tällöin syntyy kokemus siitä, että kykenemme edelleen tietojen valintojen kautta vaikuttamaan tilanteeseen ulkopuolisen tukiverkon avulla. Tässä kohtaa kuvaan astuukin yhteiskunnan ja organisaatioiden vastuu asioista.

### **3.6 Tukitoimia maatalousyrittäjän hyvinvoinnin edistämiseksi**

Perisuomalaiseen mentaliteettiin kuuluu usein itsekseen pärjäämisen periaate, eikä apua joko haluta tai osata hakea ajoissa (Sosiaali- ja terveysministeriö, i.a.). Asiaan liittyy edelleen varsinkin miehillä jonkinlaista häpeää. Naisten osalta kynnyks ammattiavun puoleen kääntymisessä lienee asteittain matalampi. Ihmisen henkiseen hyvinvointiin vaikuttaa paljon osaltaan jo pelkkä tieto mahdollisuudesta saada apua, mikäli sille tulee tarve. Tällöin meille luodaan tietty turvallisuuden tunne siitä, että meillä on olemassa jokin sosiaalinen verkosto, joka tukee meitä. Oli tämä auttava osapuoli sitten perheenjäsen, kylänmies tai kunnallisella puolella työskentelevä lomittaja, tieto tukevasta työntekijäverkostosta rauhoittaa ihmistä aina. Myös yhteiskunta tukee yrittäjien hyvinvointia omilla toimillaan.

Maatalousyrittäjien työkykyyn ja siitä huolehtimiseen liittyviä palveluja on saatavilla suhteellisen hyvin. Tarjolla on kertaluontoista keskusteluapua niin yksilö- kuin perhetasolla sekä pidempiaikaisia palveluita. Maatalous on alana luonteeltaan sekä fyysisesti että psyykkisesti kuormittava, joten palveluita on löydettävä kokonaisvaltaisesti kaikille elämän osa-alueille (Työterveyslaitos, i.a.). Keskusteluavun lisäksi työterveys keskittyy fyysisiin ammattisairauksiin jonne ennaltaehkäisevästi. Tarvittaessa hoidetaan ja tartutaan myös lääkinnällisistä ja fyysistä kuntoutushoitoa vaativiin vammoihin. Saatavilla oleviin palveluihin on helppo perehtyä internetissä Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen kehittämän ”Välitä viljelijästä” -projektin ja Työterveyslaitoksen sivujen kautta.

Välitä viljelijästä -toiminta pohjautuu matalan kynnyksen avunhakuun ja maksuttomuuteen (Maatalousyrittäjien eläkelaitos, i.a.). Näin pyritään edesauttamaan sitä, että yrittäjä pääsisi avun piiriin tarvittaessa nopeallakin aikataululla. Tarjotut palvelut voivat olla luonteeltaan kertaluontoista keskusteluapua, jolloin kartoitetaan käsillä olevaan tilanteeseen löytyviä ratkaisutoimia ja keskustellaan niistä. Lisäksi tarpeen vaatiessa suunnitellaan pidempiä jatkotoimia ja kartoitetaan niissä tarvittavia ammattitahoja. Yrittäjälle tarjotaan myös mahdollisuutta erinäisiin ostopalvelusitoumuksiin, joiden kautta on mahdollista saada esimerkiksi tuettua terapia-apua tietyllä summalla niin yksilö-, pari- kuin perhetasolla. Kyseinen sitoumus sopii esimerkiksi tilanteisiin, joissa tarve on säännöllisemmälle, jaksamista elvyttävälle tai sitä tukevalle keskusteluavulle.

Hetkittäinen hengähdys ja työstä irtaantuminen ovat tekijöitä, jotka osaltaan tukevat maatalousyrittäjien henkistä ja fyysistä jaksamista (Maatalousyrittäjien eläkelaitos, 2022). Maatalousyrittäjän vuosilomaoikeus kalenterivuoden aikana on 26 päivää, joiden aikana tilan töistä tulee huolehtimaan esimerkiksi lomituspalveluiden tarjoama maatalouslomittaja. Vuosilomapäivät ovat maatalousyrittäjälle täysin maksuttomia. Vuosilomapäivien lisäksi on mahdollista anoa lomituspalveluilta sijaisapua ja maksullista lomitusta. Kumpikin vaihtoehto on yrittäjälle maksullista toisin kuin vuosilomapäivät. Sijaisavussa maatalouslomittaja hoitaa välttämättömät päivittäiset kotieläinten hoitoon liittyvät työt, mikäli yrittäjä ei siihen itse kykene esimerkiksi vaikean uupumuksen vuoksi. Maksullinen lomitus voidaan vaihtoehtoisesti toteuttaa tuettuna maksullisena tai täysin maksullisena lomittaja-apuna. Tuettu maksullinen lomitus tarkoittaa käytännössä yrittäjälle maksullista lomitusta, joka toteutetaan alennetulla hintatasolla. Tuettua maksullista lomitusta on kuitenkin mahdollista saada enimmillään 120 tuntia kalenterivuotta kohden. Kyseiseen lomitukseen muotoon on olemassa oikeus vain niillä yrittäjillä, joilla on myös vuosilomaoikeus. Täysin maksulliseen lomitukseen on oikeus niilläkin yrittäjillä, joilla ei ole olemassa vuosilomaoikeutta. Kyseiseen täysin maksulliseen lomitukseen muotoon ei liity hinnanalennuksia. Tämän lomituserämuodon hyödyntäminen edellyttää kuitenkin muiden lomituseräpalveluiden tapaan myös lomituseräpalvelujen saamiseen määriteltyjen ehtojen täyttymistä.

Erinäisten organisaatioiden tiimoilta pyritään siis tarjoamaan hyvinkin laaja-alainen työkalupakki, jolla tuetaan tai mahdollisesti kuntoutetaan maatalousyrittäjän hyvinvointia, oli kyse sitten henkisestä, sosiaalisesta tai fyysisestä hyvinvoinnin osa-alueesta. Läheskään kaikki eivät välttämättä hyödynnä niin kutsuttuja erikoispalveluita, mutta jo tieto niiden olemassaolosta luo

tiettyä turvan tunnetta. Tällainen tieto itsessään tukee jo hyvinvointia. Lisäksi informaatiota erinäisistä hyvinvoinnin väylistä ja sen tukemisesta on runsaasti niin painetuissa oppaissa kuin sähköisessä muodossa internetissä. Keinoja siis on, kun vain osaa ja uskaltaa hyödyntää niitä itsensä hyväksi.

## 4 TUTKIMUSAINEISTO JA -MENETELMÄT

### 4.1 Tutkimusmenetelmän valinta

Tutkimusmenetelmät voidaan jakaa kvalitatiivisiin eli laadullisiin sekä kvantitatiivisiin eli määrällisiin tutkimusmenetelmiin. Samassa tutkimuksessa voidaan mahdollisesti myös yhdistää mainittuja tutkimusmenetelmiä keskenään (Kallinen & Kinnunen, i.a.). Laadullisessa tutkimuksessa keskitytään tutkimusmenetelmien avulla tutkimaan kohteen laatua ja ominaisuuksia mahdollisimman kokonaisvaltaisesti (Jyväskylän yliopisto, 2021b). Määrällinen tutkimus taas keskittyy kuvaamaan ja tulkitsemaan tutkimuskohdetta tilastojen ja numerojen avulla (Jyväskylän yliopisto, 2015b). Tutkimusmenetelmän valinnalla sekä sen noudattamisella läpi tutkimuksen on tutkimusprosessin kannalta hyvin keskeinen rooli onnistumisessa (Jyväskylän yliopisto, 2015a). Menetelmää voidaan kuvata kokonaisuudeksi, johon lukeutuvat tutkimusstrategia, aineiston hankintaan käytettävät menetelmät sekä lisäksi tulosten analyysimenetelmän valinta ja sen noudattaminen.

Tähän opinnäytetyöhön valikoitui tutkimusmenetelmäksi laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä. Työn aihe ja tavoite huomioiden tarvitaan mahdollisimman kokonaisvaltaisia ja jopa henkilökohtaisia vastauksia maatalousyrittäjiltä, jotta vastaukset palvelisivat työn tavoitteita mahdollisimman hyvin. Itse aineiston hankinta suoritetaan tähän tutkimusmenetelmään hyvin sopivalla aineistonhankintamenetelmällä eli haastattelemalla. Haastateltava joukko on tässä tapauksessa kuitenkin niin pieni, ettei otanta olisi palvellut määrällisen tutkimusmenetelmän toteuttamista ja tuloksien tulkintaa.

### 4.2 Haastattelu

Haastattelu on aineistonhankintamenetelmä, jossa tutkija ja tutkittava tuottavat aineistoa vuorovaikutuksessa keskenään (Jyväskylän yliopisto, 2021a). Mahdollisia haastattelun toteutustapoja ja rakenteita on olemassa erilaisia. Haastattelutyypit luokitellaan esimerkiksi tutkijan ja tutkittavan vuorovaikutuksellisen asteen mukaisesti. Olemassa olevia haastattelun muotoja ovat esimerkiksi avoin haastattelu, jota kutsutaan myös strukturoimattomaksi haastatteluksi (Näpärä, 2017). Tällainen haastattelu muistuttaa tavallista keskustelua. Haastateltavaa ohjailaan kysymyksen avulla vain, mikäli se katsotaan tutkimusintressin puitteissa tarpeelliseksi. Vaihtoehtoisesti voidaan hyödyntää strukturoitua haastattelua eli lomakehaastattelua tai

puolistrukturoitua haastattelua. Strukturoidussa haastattelussa hyödynnettävät kysymykset ovat kaikille osallistujille aina samat, vastaukset ovat ennalta ja valmiiksi rajatut. Laaditut kysymykset esitetään haastateltaville samassa järjestyksessä, jotta välttyttäisiin tulkinnallisilta eroavaisuuksilta. Kyseinen haastattelumuoto sopii kuitenkin paremmin luonteensa vuoksi määrälliseen tutkimukseen, koska vastausvaihtoehdot ovat ennalta laaditut ja rajatut. Strukturoidun haastattelun tapaan puolistrukturoidussa haastattelussa kysymykset on laadittu ennakoon ja ovat kaikille haastateltaville samat. Ero täysin strukturoituun haastattelumuotoon muotoutuu valmiiden vastausvaihtoehtojen kohdalla, sillä puolistrukturoidussa haastattelussa niitä ei hyödynnetä. Vastauksien suhteen tilanne on siis haastateltavan osalta vapaampi, vaikka kysymykset luovatkin haastattelulle selvät raamit. Yksi yleisempiä haastattelumuotoja tämän tyyppisessä haastattelussa onkin teemahaastattelu, jota sovelletaan tässäkin opinnäytetyössä.

### 4.3 Tutkimusaineisto

Tutkimusaineisto kerätään teemahaastatteluiden muodossa. Haastattelurunko löytyy liitteestä 1. Haastateltaville on tarjottu mahdollisuutta toteuttaa haastattelut joko kasvotusten haastateltavien luona tai Microsoft Teams -palaverien muodossa. Haastattelut nauhoitetaan haastateltavien luvalla. Lisäksi haastattelujen aikana kirjataan ylös lyhyitä muistiinpanoja, jotta varmistetaan haastattelun sisällön tallentuminen. Litterointi suoritetaan nauhoitteiden sisällön ja muistiinpanojen avulla. Nauhoitteet ja muistiinpanot ovat vain haastattelijan käytettävissä sekä saatavilla. Kerätty materiaali tuhotaan nauhoituksessa käytetystä välineestä ja muistiinpanovälineistä, kun haastattelujen sisällöt on litteroitu ja tulokset muodostettu. Haastatteluun osallistutaan anonyyminä, joten osallistujat pysyvät nimettöminä ja tunnistamattomina myös vastauksia käsiteltäessä. Haastattelujen materiaalin pohjalta tehdään sisällön analysointi (Leinonen, 2018). Analysoinnissa nostetaan esille ja huomioidaan tutkimuksen kannalta olennaiset asiat sanallisessa muodossa. Näistä esille nousseista seikoista etsitään mahdolliset eroavaisuudet ja yhtäläisyydet vastausten kesken. Löydetyt yhtäläisyydet ja eroavaisuudet kirjoitetaan sanallisesti ehyeksi kokonaisuudeksi sekä tehdään niiden pohjalta johtopäätöksiä ja tulkintoja.

Haastatteluihin valikoitui kahdeksan maatalousyrittäjää. Otantaan kuului useamman eri tuotantosuunnan edustajia, niin maidontuottajia kuin sika- ja siipikarjatalouden edustajia. Ikäryhmien osalta pyrittiin valikoimaan haastateltaviksi niin nuoria kuin jo alalla pidempään



vaikuttaneita tuottajia, jotta vastauksiin saataisiin mahdollisimman paljon erilaisia näkökulmia niin tuotantosuunnan kuin elämäkokemuksenkin tuomasta näkökulmasta. Haastattelut toteutettiin kaikkien maatalousyrittäjien kanssa lähihaastatteluina kasvotusten.

## 5 TUTKIMUSTULOKSET

### 5.1 Maatalousyrittäjien terminologinen käsitys työhyvinvoinnista

Kunkin haastattelun alussa pyydettiin kutakin haastateltavaa määrittelemään omin sanoin, mitä työhyvinvointi hänestä tarkoittaa yleisellä tasolla. Kaikkien haastateltavien keskuudessa työhyvinvoinnin määrittelyssä nostettiin esille ajatus työssä viihtymisestä sekä työn yleisestä mielekkyydestä. Esille nousi myös ajatuksia siitä, että työ ja vapaa-aika tulisi pystyä tietyllä tapaa myös erottamaan toisistaan. Käytännössä katsoen työt eivät saisi pyöriä mielessä jatkuvasti vapaa-ajalla. Vaihtoehtoisesti ei myöskään mielletty työhyvinvoinnin kannalta positiiviseksi seikaksi, mikäli työasiat pyörivät mielessä viimeisenä nukkumaan mennessä ja ensimmäisenä aamulla herätessä.

Vastauksissa ilmeni myös perinteisempiä ajatuksia niin fyysisestä kuin psyykkisestä jaksamisesta. Fyysisellä jaksamisella viitattiin yrittäjän hyvään kuntoon, jolloin työn tekeminen sujua sen puitteissa käymättä kohtuuttoman raskaaksi. Psyykkiseen kuntoon taas liitettiin yleisesti ajatuksia hyvästä mielialasta sekä yleisesti hyvästä jaksamisesta. Eräs haastateltavista nosti termiä määrittellessään esiin myös hänestä työhyvinvointiin kuuluvan, taloudellisen näkökulman.

Tietenkin sitten se, että siitä työstä saa sellaisen summan rahaa, että sillä pärjää. Eikä tarvitse olla miljonääri, mutta ettei koko ajan tarvitse murehtia taloutta. (A4)

#### 5.1.1 Mistä tekijöistä maatalousyrittäjän hyvinvointi koostuu?

Haastattelussa syvennettiin seuraavaksi aihealuetta, joka koski nimenomaisesti maatalousyrittäjien hyvinvointia sekä tekijöitä, joista se koostuu. Vastauksissa nousi esille niin fyysiseen kuin psyykkiseenkin osa-alueeseen liittyviä tekijöitä. Osa vastaajista nosti tässä kohtaa esille myös sosiaaliseen osa-alueeseen kuuluvia tekijöitä. Yleisesti vastaajat olivat sitä mieltä, että maatalousyrittäjän hyvinvointi koostuu sekä fyysisestä että psyykkisestä jaksamisesta. Osa vastaajista painotti vielä enemmän henkisen jaksamisen merkitystä ja tärkeyttä esimerkiksi miettiessään aikakautta, jota maatalousala ja sen yrittäjät elävät tällä hetkellä. Näiden lisäksi esille nousi esimerkiksi tekijöitä, jotka koskivat vapautta päättää omista töistään ja aikatauluistaan.

Haastateltavien keskuudessa nostettiin psyykkistä hyvinvointia käsiteltäessä esille yhteiskunnan ja ilmastonmuutoskeskustelun mukanaan tuoma paine. Positiivisena tekijänä koettiin taas sosiaalisten verkostojen luoma tuki sekä alan yleisen hyväksyttävyyden tunteen tärkeys. Yhteiskunnan luomalla paineella tarkoitettiin esimerkiksi byrokratian tuomia haasteita maatalouden harjoittamiseen. Tuotantoa haastavimmaksi nähtiin lähinnä muuttuvat ja tiukentuvat säännökset sekä uudet direktiivit, joiden kirjo alkaa olla jo suhteellisen laaja. Tällöin byrokraattisen osakokonaisuuden hallinta alkaa vaatia yrittäjältä hyvää tietotaitoa, joka luo taas oman paineensa henkiselle puolelle. Paineen koettiin muodostuvan osittain juuri erilaisten säännösten määrästä, joka maatalousyrittäjän täytyy hallita saadakseen tuotannostaan mahdollisimman paljon irti. Vallitsevalla ilmastonmuutoskeskustelulla viitattiin samoihin kuormittaviin tekijöihin, kun uusia säädöksiä säädetään ja vanhoja tiukennetaan ilmastotoimien nojalla. Ilmastotoimien tärkeyttä ei vähätelty, mutta silti tiedostettiin ja koettiin niiden tuomat kiristyksiset kuormittavina.

Verkostojen olemassaolo ja niiden luoma vertaistuki koettiin yhdeksi maatalousyrittäjän hyvinvoinnin kokonaisuuden vahvistajaksi. Haastatteluissa nousi kuitenkin esille myös niin kutsuttu sosiaalisten verkostojen negatiivinen käänköpuoli. Haastateltavat kokivat kuormituksen kasvavan sosiaalisten verkostojen myötä siinä kohtaa, jos ja kun omaa elinkeinonsa harjoittamista joutui perustelemaan esimerkiksi maatalousalan ulkopuolisille ihmisille, jotka kyseenalaistavat esimerkiksi syitä ja tapoja harjoittaa maataloutta elinkeinona. Kuormittavina seikkoina voitiin henkiseltä osalta kokea myös maatalousalalla työskentelevät, tilan ulkopuoliset ihmiset. Kuormituksen koettiin muodostuvan esimerkiksi asenteista, jotka kyseenalaistivat yrittäjän omia päätöksiä ja selviytymistä työssään.

### **5.1.2 Henkilökohtaiset jaksamista tukevat keinot**

Haastateltavien kanssa käytiin keskustelua myös tekijöistä, jotka auttavat heitä jaksamaan henkilökohtaisella tasolla arjessaan. Vastauksiin sisältyi monenlaisia keinoja, jotka osoittautuivat kuitenkin suhteellisen perinteisiksi. Jokainen haastateltava nimesi omat harrastuksensa työstä syntyvää kuormitusta tasapainottaviksi. Näihin lukeutui muun muassa juokseminen, lenkkeily, saunominen ja hevosharrastus. Harrastusten kirjo oli siis suhteellisen laaja, mutta lähes jokaiseen niistä liittyi jollain tapaa fyysinen liikkuminen. Sykettä jollain tapaa nostattava, itselle mieleinen aktiviteetti koettiin sopivasti ajatukset nollaavana tekemisenä sekä hyvänä keinona ylläpitää fyysisen työn vaatimaa kuntotasoa.

Kyllä se on tuo Bluetooth, Peltorit ja Elisa rajaton puheaika. (A2)

Harrastusten lisäksi haastateltavat kokivat omaa arjessa jaksamistaan tukeviksi tekijöiksi ystävien tapaamisen sekä yleisesti olemassa olevan ja vahvan, lähipiirin muodostaman tukiverkon. Lypsykarja- ja sikatilallisista osa nosti myös esille sosiaalisen median hiljentämisen tiettyjen kanavien osalta. Näillä kanavilla tarkoitettiin lähinnä keskusteluryhmiä, joissa keskusteluiden sävy oli alkanut kääntyä negatiivisuudessa vellovaksi. Samaten tietynlaisen maataloutta koskevan uutisoinnin koettiin tuntuvan siinä määrin pahaa mieltä aiheuttavana, että tämän seikan esille ottaneet pyrkivät seuraamaan vain asiapitoisten lähteiden uutisointia ja niitäkin uutisia hyvin tarkalla seulalla valikoiden.

Yksi haastateltavista nosti myös hieman humoristisesti esille jaksamista tukevana seikkana sen, että aviopuolisoista toisella on päivätyö maatilalla ulkopuolella. Tässäkin perimmäisenä ajatuksena oli kuitenkin palkkatyön antama huojennus sekä tuki esimerkiksi tilan ja kodin taloudelliseen vahvistukseen. Riittävä unensaanti nostettiin myös esille joidenkin haastateltavien keskuudessa, sillä sen merkitys omalle hyvinvoinnille koettiin ehdottomasti tärkeimmäksi.

## **5.2 Maatalousyrittäjien kokemus oman työhyvinvointinsa tasosta**

Maatalousyrittäjien kokemus omasta, henkilökohtaisesta työhyvinvoinnistaan ja sen tasosta vaihteli haastateltavien kesken suhteellisen laajalla skaalalla. Samaten syyt, jotka olivat vaikuttaneet työhyvinvoinnin huonontumiseen tai parantumiseen vuosien aikana, vaihtelivat. Vallitsevan kustannuskriisin olemassaoloa ja sen mahdollisia vaikutuksia käytiin myös keskusteluissa läpi. Kukaan maatalousyrittäjistä ei kuitenkaan nostanut oma-aloitteisesti kustannuskriisiä esiin, vaan aihetta päädyttiin käsittelemään vasta haastatteluun laaditun kysymyksen kautta.

### **5.2.1 Maidontuottajat**

Maidontuottajat kokivat keskimäärin oman työhyvinvointisi tilanteen hyväksi. Osa koki tason jopa parantuneen tehtyjen investointien kautta viime vuosien aikana. Osa koki tilanteen riippuvan hieman päivästä ja ennen kaikkea siitä, miten tasaisesti oli päässyt pitämään lomaa ja lepäämään. Arjesta irrottautuminen koettiin siis positiiviseksi vaikuttimeksi, vaikka oma työ

onkin mieluisaa. Itse työtä ja sen suurta määrää ei koettu merkittävästi negatiivisimpana vaikuttimena hyvinvointiin. Huonontavina seikkoina nähtiin enemmänkin ulkopuolelta tulevat paineet ja arvostelu. Lisäksi henkilökohtaisessa elämässä tapahtuvat mullistukset, kuten läheisen kuolema tai suuret rakennusprojektit, koettiin tietyllä tapaa kausittain tekijöinä, jotka lisäsivät väsymyksen määrää. Tietyllä tapaa osan oli vaikea nimetä yhtä absoluuttista totuutta, koska työhyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä pystytään nimeämään niin useita ja osa vaikuttajista on hyvinkin kunkin kasvukauden ajankohtaan sidottuja. Päällimmäisenä mieleen jäi kuitenkin se, että sitä paremmaksi työhyvinvoinnin taso koettiin, mitä paremmin yrittäjä oli nukkunut. Tällöin koettiin sekä mielialan että fyysisen puolen voivan paremmin.

### 5.2.2 Broilerintuottajat

Siipikarjantuottajat kokivat haastatteluissa työhyvinvointinsa tämänhetkisen tason pääsääntöisesti hyväksi. Arkeen koettiin mahtuvan yksittäisiä päiviä tai hyvin lyhyitä ajanjaksoja, kun koettiin väsymystä tai oltiin muutoin huonommalla tuulella. Siipikarjantuottajienkin keskuudessa itse työ koettiin kuitenkin niin mielekkääksi, ettei sen sisällön ja mahdollisen sesongin tuoman kiireen itsessään koettu vaikuttavan työhyvinvointiin huonontavasti. Kustannuskriisistä ja tuotantopanosten hinnannousuista keskustellessa todettiin asian luovan tietynlaista ärsytystä, mutta oikeastaan senkään ei koettu vaikuttavan itse työhön. Asia siis tiedostettiin, mutta tuotanto ja työt jatkuivat entiseen malliin. Lisäksi koettiin, että kaikki eteen tulevat asiat olisivat suhteellisen helposti järjesteltävissä ja neuvoteltavissa tilanteeseen sopivaksi, mikäli vaikeuksia ilmenisi esimerkiksi rahoituksen suhteen. Yhteisenä punaisena lankana kyseisen tuotantos suunnan tuottajilla piili kyvyssä vaikuttaa omiin asioihinsa mahdollisimman paljon. Mitä enemmän kyettiin järjestelemään ja kontrolloimaan asioita muuttuvien tilanteiden mukaan, sitä paremmalla tolalla oli myös henkinen jaksaminen.

Osa siipikarjantuottajista koki henkistä puolta eniten nakertavana sen, millainen yhteiskunnan asennoituminen on nykypäivänä maatalouteen. Koettiin, että maatalousyrittäjien syyllistäminen on lisääntynyt viime vuosina suhteettoman paljon. Osa tuottajista koki asenteiden parantuneen hieman covid-19-viruksen ja Ukrainan sodan myötä, kun omavaraisen ruuantuotannon tärkeys on tiedostettu konkreettisemmin. Parannettavaa asenteissa olisi kuitenkin jollain saralla edelleen. Kun tähän yhdistetään kiristyvät säädökset ja laaja byrokratian viidakko, koettiin näiden seikkojen yhdessä olevan tietyllä tapaa eniten työhyvinvointia syövä tekijä. Maatalousyrittäjien on kuitenkin hallittava työssään useita eri osa-alueita, jolloin jatkuvasti

lisääntyvä ja hankaloituva paperitöiden määrä tuntui tietyssä mielessä kohtuuttomalta. Hankalaksi koettiin juuri lukumäärällisesti runsas ja suhteellisen usein muuttuva ja tiukentuvien säännösten kirjo, esimerkiksi tukipolitiikan osalta. Suurimman paineen byrokratian suhteen luo juuri se, että onhan kaikki vaadittava paperityö muistettu täyttää ajallaan oikein.

### 5.2.3 Sikataloutta edustavat tuottajat

Haastatteluissa kävi ilmi, että sikataloutta edustavat tuottajat kokivat muita selkeämmin työhyvinvointinsa huonontuneen kuluneiden vuosien aikana. Tuotannon suhteen ei ole luovutettu, mutta tilanne tekee silti ajoittain mietteliääksi ja vakavaksi. Suurimmaksi työhyvinvointia nakertavaksi tekijäksi nimettiin sikatalouden jo pidempään jatkunut, huono taloudellinen kannattavuus yhdistettynä sitovaan ja raskaaseen työhön. Tämänkään tuotantosuunnan edustajat eivät kuitenkaan pitäneet työn raskautta itsessään negatiivisena vaikuttimena työhyvinvointiinsa. Ruuhkavuosien ja hektisimmän pikkulapsiajan tuomien haasteiden helpotettua henkisesti eniten kuormittavana pidettiin nimenomaisesti työstä saatavaa, heikkoa rahallista vastinetta.

Lapasia ei ole heitetty vielä nurkkaan, mutta on mennyt huonompaan suuntaan vuosien aikana. (A4)

Kustannuskriisistä keskusteltaessa liikuttiin aika samanlaisten teemojen ympärillä kuin edellistenkin haastateltavien kanssa. Kyseisen tuotantosuunnan tuottajat kokivat, että kustannuskriisi ja sen vaikutukset ovat heidän osaltaan olleet läsnä ajallisesti jo paljon pidempään. Eräs haastateltavista laski, että heidän osaltaan vaikutukset alkoivat hiukan vajaat 15 vuotta sitten, jolloin tehtiin isompia investointeja. Puhutaan siis suunnilleen vuodesta 2008, joten tämän hetken kustannuskriisi ei käytännössä muuttanut asioita isommin. Tilanne koettiin siinä määrin sikatalouden osalta jo niin pitkittyneeksi. Tietyllä tapaa ahdistavimmaksi koettiin se, että sikatalouden tuottajien toiminta on niin pitkälti ulkoapäin ohjailtua. Näillä ulkopuolisilla, tuotantoa ohjailevilla tahoilla tarkoitettiin esimerkiksi teurastamoita. Kyseisen tahon ohjailemana haastateltavat olivat joutuneet muun muassa vaihtamaan tuotantosuuntaa tai vaihtoehtoisesti vähentämään tuotantoa. Tällöin koettiin, että tietynlainen vapaus hallita omaa toimintaa kärsi suhteellisen paljon, mikä vaikutti omalta osaltaan henkisen puolen jaksamiseen.

### 5.3 Kokemukset yhteiskunnan tukitoimista maatalousyrittäjille

Haastatteluissa keskusteltiin myös aihepiiristä, joka koski yhteiskunnan luomia järjestelmiä ja tukitoimia hyvinvoinnin ylläpitoa ja tukemista ajatellen. Keskustelut painottuivat niihin tukitoimiin, jotka on jollain tavalla kohdennettu maatalousyrittäjille. Keskustellessa kartoitettiin muun muassa haastateltavien yleistä tietämystä tarjolla olevista palveluista ja niiden muodoista. Lisäksi keskusteltiin tarjolla olevien tukitoimien ja palveluiden määrästä sekä monipuolisuudesta. Näin pyrittiin kartoittamaan maatalousyrittäjien omia kokemuksia siitä, sisältääkö nykyjärjestelmä ylipäättään tarpeeksi erilaisia, hyvinvointia ja jaksamista tukevia keinoja maatalousyrittäjien näkökulmasta.

Keskusteluissa keskityttiin jokaisen haastateltavan kanssa hyvin pitkälti puhumaan lopulta työterveys- ja maatalouslomituspalveluista. Myös Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen luomasta Väliä viljelijästä -projektista käytiin jonkin verran kaikkien kanssa keskustelua. Vireillä olevista hankkeista tämä osoittautui haastateltaville tutuimmaksi suuren esilläolonsa ansiosta. Työterveyden ja lomitusjärjestelmän tarjoamat palvelut olivat kaikille haastateltaville selkeästi tutuimmat, vaikka esimerkiksi osalla ei harjoittamansa yhtiömuodon vuoksi ollut oikeutta maatalouslomituksen käyttöön. Mahdollisuuksiin hyödyntää koulutus- ja kuntoutuspalveluita otettiin myös keskusteluissa kantaa.

#### 5.3.1 Palveluiden ja hankkeiden määrä

Haastateltavien keskuudessa oltiin pääsääntöisesti yksimielisiä siitä, että hyvinvoinnin tukemiseen kohdennettuja palveluita ja erilaisia hankkeita alkaa määrällisesti olla riittävästi tarjolla. Osan mielestä erilaisia hankkeita ja projekteja alkoi olla ehkä jopa määrällisesti jo liikaa. Tietynlaisten projektien paisunutta määrää kritisoitiin siinä mielessä, miten niistä mahdollisesti saatava apu on kohdennettu. Fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia tukimuotoja ajateltaessa projektien koettiin kohdentuvan sisällöllisesti hyvin pitkälti juuri psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin ja sen tukemiseen. Näiden osa-alueiden tukemista ja avun kohdentamista niihin ei suinkaan kuitenkaan vähätelty. Keskusteluissa nousi kuitenkin useamman kerran esille tilalle saatavan, ulkopuolisen ja luotettavan työvoiman merkitys.

Yksi haastateltavista kiteytti oman ajatuksensa avun kohdentamisesta suuremmissa määrin juuri fyysiseen työvoimaan. Fyysinen työvoima koettiin loppupeleissä hyödyllisimmäksi ja tehokkaimmaksi fyysisen ja sitä kautta myös henkisen jaksamisen tukijaksi. Erityisen tärkeänä

lisätyövoimaa pidettiin niillä tiloilla, joissa maatalousyrittäjän lisäksi työskenteli lukumäärällisesti esimerkiksi vain yksi työntekijä. Tällöin fyysisesti raskaan ja kuormittavan työn lisäksi koettiin henkisen jaksamisen kuormittuvan suuremmin, kun kaikki vastuu ja riskinottojen seuraukset lepäsivät yhden yrittäjän harteilla.

Tällöin ajatus siitä, että tilan kiireiden keskellä täytyisi ehtiä ajamaan jokin määrittelemätön kilometrimäärä, esimerkiksi erilaisiin hyvinvointia tukeviin koulutuksiin, tuntui enemmän henkistä kuormaa ja kiirettä lisäävältä tekijältä. Näin on etenkin, jos osallistuminen aiheuttaa sen, että tilan töihin on herättävä esimerkiksi aamulla merkittävästi aikeisemmin ehtiäkseen hoitamaan kaiken. Illalla kotiin palatessa vastassa ovat jälleen askareet. Tällöin luonnollisesti jaksamista tukevaksi ajateltu ja tarjottu koulutuspäivä alkaakin kääntyä enemmän haitaksi kuin hyödyksi. Varsinkin tilakokojen ja sitä kautta lisääntyneen tuntityömäärän myötä tällainen päivän aikatauluja venyttävä ja mahdollista kiirettä aiheuttava tekijä koettiin avuksi tarjotun tukimuodon vaikutusta heikentäväksi.

### **5.3.2 Palveluiden ja tukimuotojen esille tuonti**

Palveluista ja siitä, miten yhteiskunta tuo ne esille, mielipiteitä virisi suuntaan ja toiseen haastateltavien keskuudessa. Eroja mielipiteisiin syntyi myös jonkin verran eri tuotantosuuntien maatalousyrittäjien välille. Samaten tuotantovuosien suhteen niin kutsuttuihin ääripäihin syntyi eroja mielipiteiden ja ajatusten suhteen. Ääripäillä tarkoitetaan tässä kohtaa nuoria ja jo pitkään alalla olleita maatalousyrittäjiä. Pääsääntöisesti haastateltavat olivat kuitenkin kaikki sitä mieltä, että tarjottuja tukimuotoja sekä palveluita tuodaan riittävästi esille ja maatalousyrittäjien tietoon.

Sikataloutta edustavat haastateltavat nostivat esille kuitenkin näkökulman, joka tuki riittävää tukitoimien ja palvelujen esille tuontia yhteiskunnan osalta. He kuitenkin täydensivät ajatustaan mietteellä, joka koski kynnystä hakeutua tarvittaessa avun piiriin. Ajatus kiteytyi lauseeksi siitä, onko kynnys avun piiriin hakeutumiselle sitä kipeimmin tarvitsevalle henkilölle edelleen liian korkea. Tällä korkealla kynnyksellä tarkoitettiin keskustelujen edetessä yhteiskunnassamme vallitsevia, tiettyjä ennakkoluuloja esimerkiksi psykologin puheille hakeutumisesta. Lisäksi sikatilayrittäjien kanssaan keskusteltiin yleisesti siitä, moniko apua tarvitseva kokee mahdollisesti jäävänsä ilman ratkaisua, jolloin esimerkiksi pelkän keskusteluavun



piiriin hakeutuminen saattaa tuntua turhautavalta. Näin voi tapahtua esimerkiksi tilanteessa, jossa tilan talous sukeltaa ja rahat ovat loppu.

Huomattavimmat eroavaisuudet haastateltavien antamiin vastauksiin koskien palveluiden esille ja saataville tuontia syntyivät siipikarjantuottajien joukossa. Puolet haastateltavista oli vastauksissaan yleiseksi muodostuneen linjan kannalla, eli vastaukset tukivat hyvää ja selkeää esillä oloa. Toinen puolisko haastateltavista oli sitä mieltä, että niin kutsuttaja isoja, valtavirran väyliä tuodaan esille jossain määrin. Heistä maatalousyrittäjä jätettiin kuitenkin loppukädessä liiaksi yksin selvittämään ja etsimään apua tarjoavia tahoja ja väyliä. Tietoisia oltiin esimerkiksi Välitä Viljelijästä -projektista, muttei niinkään siihen tarkemmin sisältyvistä ja sen alaisuuteen kelpuutettavista, esimerkiksi keskusteluapua tarjoavista tahoista.

Tilanteeseen tyytymättömimmät maatalousyrittäjät kokivat, että saadakseen apua täytyy yrittäjän olla jo päätynyt eräänlaiseen Force Majeure -tilanteeseen. Toisin sanoen he kokivat, että maatalousyrittäjän tulee joutua fyysisesti tai henkisesti todella kiperään ja ylitsepääsemättömään tilanteeseen, ennen kuin esimerkiksi Melalta eli Maatalousyrittäjien eläkelaitokselta saa minkäänlaista tukea. Kyseiset yrittäjät olivat kokeneet nimenomaisesti Melan kanssa asioinnin epämiellyttävimmäksi ja vaikeimmaksi. Asioinnin ja palvelujen paremmin esille tuonnin kehittämisessä olisi siis osan mielestä toivomisen varaa. Asioinnin suhteen tarkoitettiin nimenomaan juuri erikoisempia kriisitilanteita ja niiden ratkomista.

### **5.3.3 Palvelujen hyödyntäminen ja niiden koettu tarpeellisuus**

Haastateltavien maatalousyrittäjien kanssa keskusteltiin myös siitä, mitä yhteiskunnan maatalousyrittäjille tarjoamia palveluja he ovat henkilökohtaisesti hyödyntäneet. Keskusteltiin myös siitä, ovatko hyödynnetyt palvelut keskittyneet enemmän selkeästi fyysisiin, sosiaalisiin tai psyykkisiin tukimuotoihin vai onko näihin kaikkiin hyvinvoinnin osa-alueisiin keskittyviä palveluja hyödynnetty kenties hieman limittäin. Selkeästi eniten haastateltavien maatalousyrittäjien keskuudessa oli hyödynnetty maatalouslomitus- ja työterveyspalveluja. Lisäksi Välitä Viljelijästä -projektia oli hyödynnetty sikatilallisten keskuudessa.

Maidontuottajien keskuudessa selkeästi eniten hyödynnettiin maatalouslomituksen palveluja. Järjestelmä ja sen tarjoama palvelu koettiin tarpeelliseksi, sillä sitä kautta yrittäjälle aukeni mahdollisuus irrottautua omasta arjestaan. Osa haastateltavista koki kuitenkin ajoittain haastavaksi toivottujen ja suunniteltujen lomituksien järjestymisen. Hankaluuksia oli joko

lomittajien vähyyden vuoksi tai vaihtoehtoisesti sen, että tilalle ei saatukaan tiettyä ja toivottua lomittajaa. Tämä ajatusmalli tutusta lomittajasta perustettiin siihen, että usein tilalla käyvä lomittaja tuntee talon työskentelytavat sekä eläimet paremmin kuin täysin uusi ja vieras lomittaja. Jatkuvasti uuden lomittajan perehdyttäminen koettiin tietyllä tapaa raskaaksi, varsinkin tiloilla, joissa tuli hallita monenlaisia kokonaisuuksia esimerkiksi tilanteessa, jossa tilalla oli hoidettavana useampi eri eläinlaji. Maatalouslomitukseen lisäksi maidontuottajat hyödynsivät työterveyttä maatalousyrittäjille tarjottujen terveystarkastusten muodossa. Työterveyden koettiin olevan yleisesti tarpeellinen palvelu, vaikkei sitä joutuisikaan henkilökohtaisesti kovin usein hyödyntämään. Lisäksi alueen työterveyshuollon tason koettiin parantuneen merkittävästi, kun siitä huolehtiva organisaatio vaihtui joitakin vuosia sitten.

Haastatteluun osallistuneet siipikarjantuottajat hyödynsivät maatalouslomitusta joko itsejärjestettynä tai harjoittamansa yhtiömuodon vuoksi eivät ollenkaan. Työterveyttä hyödynnettiin siipikarjantuottajien keskuudessa maidontuottajien tapaan maatalousyrittäjille tarjottujen terveystarkastusten muodossa kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemisessa. Heidänkin keskuudessaan työterveyshuollon koettiin olevan hyödyllinen, etenkin jos ja kun ikääntymisen myötä alkaa ilmetä erilaisia vaivoja. Nyt työterveyttä hyödynnettiin ja se koettiin tarpeelliseksi lähinnä satunnaisten terveystarkastusten muodossa. Sosiaalista hyvinvointia pyrittiin tukemaan osallistumalla esimerkiksi tuottajatilaisuuksiin ja osa maatalousyrittäjistä osallistui myös Maa-seutunuorten järjestämiin tapahtumiin ja toimintaan. Tämän koettiin tukevan sekä psyykkistä että sosiaalista hyvinvointia samanhenkisten ihmisten kanssa olemisen sekä arjesta irrottumisen muodossa.

Sikatilalliset hyödynsivät tarjolla olevista, fyysisen hyvinvoinnin tukemiseen tarjotuista palveluista maatalouslomitusta, kuten valtaosa muistakin haastateltavista. Lomituksesta ja sen tarpeellisuudesta oli samanlaisia ajatuksia kuin maidontuottajilla. Ongelmalliseksi nähtiin järjestelmän toiminnassa suhteellisen pitkälti samat tekijät kuin muidenkin haastateltavien keskuudessa, jotka kokivat lomitujärjestelmässä olevan puutteita. Toisin sanoen ammattitaitoisten lomittajien vähyytensä sekä varmuus lomittajien saannista, varsinkin tilalle entuudestaan tuttujen ja sinne toivottujen lomittajien saamisesta, koettiin ajoittain turhan epävarmaksi.

Maatalouslomitukseen lisäksi kyseisen tuotantosuunnan yrittäjät hyödynsivät Työterveyden terveystarkastuksia. Nämä voidaan laskea fyysisen hyvinvoinnin lisäksi myös psyykkistä ja sosiaalistakin hyvinvointia tukeviksi. Sekä työterveyslääkärin että hoitajan luona tehdyt käynnit koettiin hyödyllisiksi. Haastateltavien keskuudesta löytyi myös maatalousyrittäjiä, jotka

olivat oma-aloitteisesti tihentäneet terveystarkastuksissa käyntiä, sekä työterveyslääkärillä että työterveyshoitajalla tehtäviä käyntejä. Sikatilalliset kokivat myös työterveyshuollon parantuneen sen jälkeen, kun palvelua hoitava organisaatio oli alueella vaihtunut. Muista haastateltavista poiketen sikatilalliset olivat hyödyntäneet myös Välitä Viljelijästä -projektin palveluita psyykkisen hyvinvoinnin tueksi. Henkilökohtaisesti he kokivat projektin kautta hyödynnetyt palvelut tarpeellisiksi ja sellaisiksi, että jokaisen olisi hyvä hyödyntää esimerkiksi tarjottua keskusteluapua edes kerran, vaikka sitten pelkästään kokeilumielessä.

## 6 YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSET

### 6.1 Työskentely alati muuttuvissa ja vaikeutuviissa tuotanto-olosuhteissa

Tämän opinnäytetyön yhtenä tavoitteena oli selvittää, millaiseksi haastateltavat maatalousyrittäjät kokevat työskentelyn nykyisten olosuhteiden luomissa realiteeteissa. Tämä tavoite pyrittiin saavuttamaan muun muassa selvittämällä, ovatko maatalousyrittäjät kokeneet muuttuneiden realiteettien vaikuttaneen esimerkiksi koettuun työhyvinvointiin sekä työn mielekkyyteen. Käytännössä muuttuneilla realiteeteilla tarkoitetaan siis etupäässä tuotantokustannusten räjähdysmäistä nousua. Nimenomaisesti puhutaan vieläpä tuotannon pyörimisen kannalta suhteellisen olennaisista kustannuksista, kuten sähköstä, polttoaineesta ja lannoitteista.

Ennen haastatteluita lähtökohtainen oletus oli, että kustannuskriisistä ja sen vaikutuksista saatettaisiin tulla mitä luultavimmin puhumaan suhteellisen paljon maatalousyrittäjien omasta aloitteesta. Onhan kyseinen, taloudellinen huono kannattavuus vaivannut maatalousyrittäjiä jo suhteellisen pitkään ennen viimeisintäkin kustannusten nousua. Haastatteluiden aikana kävi kuitenkin kerta toisensa jälkeen ilmi, ettei kustannuskriisin koettu olevan suurin maatalousyrittäjien huolenaihe tai arkea kuormittavin tekijä ainakaan tähän tutkimusotantaan osuneiden maatalousyrittäjien keskuudessa. Yksi toisensa jälkeen haastateltavat totesivat tiedostavansa vallitsevan taloudellisen tilanteen. Sen ei kuitenkaan annettu ylen määrin vaikuttaa fyysiseen työntekoon. Enemmänkin kustannuskriisiin suhtauduttiin asenteella, että asian vakavuus pitää tiedostaa, mutta sen ei saa antaa hallita ajatuksia ja arkea.

Haastateltavat olivat tuotannon jatkamisen ja harjoittamisen kannalta siis suhteellisen optimistisia, vaikka ajat ovat esimerkiksi taloudellisesti haastavat. Valtaosa oli tilanteessa, jossa he kokivat kykenevänsä hallitsemaan ja vaikuttamaan oman yrityksenä asioihin hyvin. Tämä lienee suurimpia vaikuttavia tekijöitä siihen, että suhtautuminen oli pysynyt osalla yrittäjistä näin optimistisena ja tyyneenä.

### 6.2 Koettu työhyvinvointi ja työn mielekkyys

Haastateltavat kokivat tuotantosuunnasta riippumatta kuormittavimmaksi työskentelyn nykypäivän byrokratian vaatimusten sekä vahvana vellovan ilmastonmuutoskeskustelun- ja politiikan keskellä. Osa haastateltavista koki astetta suuremmissa määrin kuin toiset, mutta

tässäkin vaikuttivat yksilölliset kokemukset ja erot tuotantosuuntien vaatiman byrokratian välillä. Jokainen haastateltavista maatalousyrittäjistä koki, että jo itsessään raskas ja fyysinen työ ei muodostunut työhyvinvoinnille ongelmaksi. Mahdollisia notkahduksia työhyvinvoinnin ja työn mielekkyyden suhteen alkoi tapahtua, kun tällaiseen työhön yhdistettiin suuresti tuotantoa ulkopuolelta ohjaileva taho tai ihmisten tuotantoa tuomitseva asenne.

### **6.2.1 Kiristyvän byrokratian vaikutukset työhyvinvointiin**

Haastateltavat kokivat suhteellisen yhtenevästi, että vaatimukset byrokratian suunnalta kasvavat ja tiukkenevat jopa ajoittain kohtuuttomasti suurilta osin juuri ilmastonmuutoksen torjumis- ja hidastamiskeinojen vuoksi. Kiristyvät säännökset vaativat paneutumista ja tuovat usein mukanaan lisää paperitöitä, mikä lisää jo entisestään suuren työmäärän lisääntymistä. Lisäksi erilaiset tarkastuskäynnit lisäävät maatalousyrittäjän kuormitusta, etenkin jos tarkastuksia osuu tilalle lyhyen ajan sisällä useampia. Tällöin tarkastukset katkaisevat tilan muut työt ainakin muutamaksi tunniksi, jolloin työt on pakko hoitaa vasta näiden tilakäyntien jälkeen. Yksi maatalousyrittäjistä totesikin hieman pilke silmäkulmassa, että ajallisesti tehtäisiin huomattavaa työtuntien säästöä, kun kaikki tarkastajat kävisivät samana päivänä.

### **6.2.2 Ilmastonmuutoskeskustelun luoma jännite**

Ilmastonmuutoskeskustelun suhteen tunnelmat olivat myös hieman vaihtelevat. Suurimmaksi kuormittajaksi keskustelun tiimoilta kuitenkin nimettiin juuri yleiset asenteet, jotka kohdistuvat maatalousyrittäjiin. Lisäksi ulkopuolelta tuleva paineistus koettiin kasvavaksi. Maatalousyrittäjän pitäisi pystyä harjoittamaan yritystoimintaansa mahdollisimman päästöttömästi ja puhtaasti. Vaikka puhtaamman ja ilmastoystävällisemmän tuotannon eteen on tehty jo kovasti töitä, päällimmäisenä tuntui silti olevan riittämättömyyden tunne. Käytännössä katsoen siis koettiin, että aktiivisista ja parantavista toimista huolimatta mikään ei tunnu riittävän. Ruuvi kiristyy jatkuvasti, mikä haastaa kotimaisen tuotannon järkevää harjoittamista ajoittain aika tavalla. Ilmastonmuutoskeskustelun kylkiäisenä haastateltavat nostivat esille alan ulkopuolisten ihmisten asenteet maatalousyrittäjien kohtaan. Ulkopuolisilla tahoilla tarkoitettiin sekä tavallisia kuluttajia että erilaisia virkamiestahoja. Näiden tahojen koettiin vaikuttavan ennen kaikkea maatalousyrittäjän psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin.

### 6.2.3 Maatalousyrittäjien kokema alan hyväksyttävyyden

Vallitsevista asenteista haastateltavilla oli hienoisia näkemuseroja. Eroja ajatuksissa saattoi olla jopa samaa tuotantosuuntaa edustavien maatalousyrittäjien välillä. Tähän vaikuttanee paljon henkilökohtainen kokemus. Osa koki esimerkiksi kuluttajien asenteen parantuneen kotimaista ruoantuotantoa ja maatalousyrittäjien työtä kohtaan jo nyt huomattavalla tavalla. Suurimman herätyksen osa haastateltavista koki kuluttajien asenteissa tapahtuneen Ukrainan ja Venäjän välisen sodan alettua pian Covid-19-kriisin perään. Tällöin koettiin omavaraisen ruoantuotannon merkityksen konkretisoituneen kuluttajille siinä määrin, että asenteissa tapahtui sen suhteen parannusta. Esiin nousi edelleen kuitenkin myös ajatuksia, joiden mukaan muun yhteiskunnan asenteissa olisi kaikesta tapahtuneesta huolimatta vieläkin parannettavaa.

### 6.3 Maatalousyrittäjien henkilökohtaiset parannusehdotukset tukitoimiin

Opinnäytetyön tavoitteisiin kuului myös selvittää, miten hyvin maatalousyrittäjät kokevat voivansa vaikuttaa esimerkiksi omaan työhyvinvointiinsa ja millä keinoin. Haastatteluissa kävi ilmi, että maatalousyrittäjät olivat kyllä suhteellisen hyvin tietoisia esimerkiksi yhteiskunnan tarjoamista tukitoimista, niin fyysisistä kuin psyykkisistä hyvinvoinnin tukemisen muodoista. Sosiaalista hyvinvointia jokainen tuntui hoivaavan ja ylläpitävän omalla, itselleen sopivalla tavalla. Sosiaalisen hyvinvoinnin ylläpitoon keskityttiin lähinnä pitämällä yhteyttä ystäviin, kollegoihin ja turvautumalla omaan henkilökohtaiseen tukiverkkoon. Fyysistä hyvinvointia tuettiin oma-aloitteisesti liikkumalla, työergonomiasta huolehtimalla ja siihen investoimalla sekä työterveyden rutiinitarkastusten muodossa. Psyykkistä hyvinvointia taas pyrittiin ylläpitämään ja hoivaamaan sosiaalisen hyvinvoinnin ohella. Pääsääntöisesti koettiin vaikutusmahdollisuudet omaan hyvinvointiin hyviksi, etenkin fyysisellä ja sosiaalisella puolella.

Yhteiskunnan tukitoimien hyödyntäminen esimerkiksi psyykkisen hyvinvoinnin osalta oli kuitenkin suhteellisen vähäistä. Kahdeksasta haastateltavasta kaksi oli hyödyntänyt esimerkiksi ulkopuolista keskusteluapua ja kokenut sen itselleen hyväksi vaihtoehdoksi. Loput haastateltavista joko kokivat, ettei kyseinen psyykkistä hyvinvointia tukeva muoto ollut heille henkilökohtaisesti tarpeellinen, tai vaihtoehtoisesti koettiin, ettei kyseinen tukimuoto kuitenkaan antaisi ratkaisua omiin, henkilökohtaisiin tarpeisiin. Tämän takia esimerkiksi keskusteluapua ei haluttu hyödyntää, koska sen ei koettu muuttavan asioita mihinkään suuntaan. Tästä seurasi

vastaavasti turhautuminen, joka ei ainakaan kannustanut maatalousyrittäjää suuremmissa määrin hyödyntämään esimerkiksi Välitä Viljelijästä -projektin palveluja.

#### **6.4 Johtopäätökset**

Opinnäytetyön haastattelujen ja yhteenvedon pohjalta voidaan tulla tiettyihin johtopäätöksiin. Maatalousyrittäjät kokivat, että pelkkä kustannuskriisi ei vaikuta yksittäisenä tekijänä merkittävästi maatalousyrittäjän hyvinvointiin. Sakkaava hyvinvointi on monesta osa-alueesta rakentuva lopputulema, jossa yksi tekijä vaikuttaa toiseen ketjureaktion omaisesti. Voidakseen hyvin jokaisen hyvinvoinnin osa-alueen on oltava kunnossa, jolloin osa-alueet tukevat toinen toistaan kokonaisvaltaisesti. Rahallisesti hyvästä tuloksesta ei siis kärjistettynä ole hyötyä, jos yrittäjä on ajanut itsensä työuupumukseen tulosta tavoitellessaan. Maatalousyrittäjän hyvinvointia ja jaksamista tulisi siis kartoittaa nykyistä tiheämpään esimerkiksi työterveyden ja erilaisten neuvojen taholta. Tällöin kartoituksesta koituva vastuu jakautuisi tasaisemmin yhteiskunnan eri organisaatioille.

Haastateltavat kokivat, että tilakokojen kasvaessa nuoria ja tulevia maatalousyrittäjiä pitäisi jollain konstilla valmistaa tulevaan nykyistä paljon enemmän jo heidän opintojensa aikana. Paineet esimerkiksi yhteiskunnan puolelta kasvavat jatkuvasti. Valmistamista tarvittaisiin etenkin johtamisen ja organisoinnin tärkeyden osalta unohtamatta kuitenkin oman henkilökohtaisesta jaksamisesta huolehtimisen tärkeyttä. Samaten sosiaalisen hyvinvoinnin kipukohdista ja voimavaroista, sekä niiden vaikutuksesta yksilön arkeen. Hyvinvoiva ja jaksava yrittäjä on ikään kuin yksi vankimmista tuotannon kulmakivistä. Jos maatalousyrittäjä kuvainnollisesti kaatuu kasvavan kuorman ja paineen alla, kaataa se pahimmillaan käytännössä koko yritystoiminnan.

#### **6.5 Tulosten luotettavuus**

Haastattelut toteutettiin keskustelun kaltaisina ja haastateltaville tutussa ympäristössä heidän kotonaan. Näin pyrittiin luomaan haastattelutilanteesta mahdollisimman rento ja huoleton. Läsä ei ollut haastatteluun kuulumattomia osapuolia, jotka olisivat saattaneet vaikuttaa vastauksiin ja niiden totuudenmukaisuuteen. Haastateltavien vastaukset ovat siis henkilökohtaisiin kokemuksiin pohjautuvia, mutta silti niistä on löydettävissä paljon yhteneviä piirteitä ja

ajatuksia. Koska tutkimus oli otannan lukumäärältä pieni, estää se tulosten yleistämisen kaikkiin maatalousyrittäjiin.



## LÄHTEET

Ala-Siurua, M. (16.5.2022). Maatalouden tuotantopanosten hinnat ampaisivat EU-ajan hurjimpaan nousuun – lannoitteet kallistuneet peräti 97 prosenttia. *Maaseudun tulevaisuus*.

<https://www.maaseuduntulevaisuus.fi/maatalous/a6328308-2a31-42a7-b979-ebd6f07aa1f0>

Huoltovarmuuskeskus. (11.2. 2022). *Huoltovarmuuden tilannekuva: maatalouden kannattavuuskriisi syö tuotantonäkymiä*. <https://www.huoltovarmuuskeskus.fi/a/huoltovarmuuden-tilannekuva-maatalouden-kannattavuuskriisi-syo-tuotantonakymia>

Jyväskylän yliopisto. (2015a). *Menetelmäpolku*. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku>

Jyväskylän yliopisto. (2015b). *Tutkimusstrategiat: Määrällinen tutkimus*.

<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/maarallinen-tutkimus>

Jyväskylän yliopisto. (2021a). *Aineistonhankintamenetelmät: Haastattelut*.

<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankintamenetelmät/haastattelut>

Jyväskylän yliopisto. (2021b). *Tutkimusstrategiat: Laadullinen tutkimus*.

<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>

Kallinen, T., & Kinnunen, T. (i.a.). *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/mita-on-laadullinen-tutkimus/johdatus-laadulliseen-tutkimukseen-ja-verkkokasikirjaan/>

Korhonen, S. (11.5.2020). *Psykologi: Ihmisen perimmäistä olemusta etsimässä*. Suomen Psykologiliitto. <https://psykologilehti.fi/ihmisen-perimmaista-olemusta-etsimassa/>

Leinonen, R. (2018). *Sisällönanalyysi*. Spoken. <https://spoken.fi/sisallonanalyysi/>

Lundell, T., Järvinen, J., Nietula, M., Kurki R., & Mäntymaa, J. (4.10.2022). *Ruoka: Kuka tietää ruuan hintakriisissä?* Yle. <https://yle.fi/uutiset/74-20000532>

Maa- ja metsätaloustuottajain keskusliitto (MTK). (15.2.2022). *Maatalousyrittäjää lyödään joka puolelta.* <https://www.mtk.fi/-/karut-tilastot>

Maatalousyrittäjien eläkelaitos (Mela). (i.a.). *Työkykypalvelut: Välitä viljelijästä.* <https://www.mela.fi/tyokykypalvelut/valita-viljelijasta/>

Maatalousyrittäjien eläkelaitos (Mela). (2022). *Maatalousyrittäjän lomituspalvelut.* <https://www.mela.fi/maatalousyrittajat/maatalouslomitus/>

Nurro, M. (2022). Viljelijöiden työhyvinvointi kääntyi laskuun: työ ja hyvinvointi. *Maatilan Pelervo*, 22(10), 56–57.

Näpäri, L. (2017). *Haastattelun lajityypit.* Spoken. <https://spoken.fi/haastattelun-lajityypit/>

Ojanen, M. (2014). *Positiivinen psykologia* (2.uud.p). Edita Prima.

Salmi, P., & Juuti, P. (2014). *Tunteet ja työ: Uupumuksesta iloon.* PS-kustannus.

Seppänen, T. (2018). *Jopa 1100 lypsykarjatilaa lopettaa vuoteen 2020 mennessä – Heikot sadot, tappiot ja uupumus kaatavat maatiloja.* <https://yle.fi/a/3-10339874>

Sosiaali- ja Terveysministeriö. (i.a.). *Työelämä: Työhyvinvointi.* <https://stm.fi/tyohyvinvointi>

Tauriainen, J. (2022a). *Kustannukset syövät maatalouden kannattavuutta.* Luonnonvarakeskus (LUKE). <https://www.luke.fi/fi/uutiset/kustannukset-syovat-maatalouden-kannattavuutta>

Tauriainen, J. (2022b). *Maatalouden kannattavuuden ennustaminen epävarmaa.* Luonnonvarakeskus (LUKE). [Maatalouden kannattavuuden ennustaminen epävarmaa | Luonnonvarakeskus \(luke.fi\)](https://www.luke.fi/maatalouden-kannattavuuden-ennustaminen-epavarmaa-luonnonvarakeskus)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). (14.4.2020). *Elintavat ja ravitsemus: fyysinen kunto ja terveys.* <https://thl.fi/fi/web/elintavat-ja-ravitsemus/liikunta/fyysinen-kunto-ja-terveys>

Tiedenäiset. (24.4.2021). *Mitä on kokonaisvaltainen hyvinvointi?* <https://www.tuumakustanus.fi/artikkelit/kokonaisvaltainen-hyvinvointi>

Tilastokeskus. (16.5.2022a). Maatalouden tuottajahinnat rivakassa nousussa vuoden 2022 ensimmäisellä neljänneksellä. <https://www.stat.fi/julkaisu/ckv9iuvvk0fu90b58n8f5k66h>

Tilastokeskus. (15.8.2022b). Maatalouden tuottajahintojen ripeä nousu jatkui vuoden 2022 toisella vuosineljänneksellä. <https://www.stat.fi/julkaisu/cl1qdik8b9tn10cumv31rdpv2>

Tilastokeskus. (15.11.2022c). Maatalouden tuottajahinnat nousivat 30 % vuoden kolmannella neljänneksellä. <https://www.stat.fi/julkaisu/cksiizkew40ei0b64v1tv5qsb>

Tilastokeskus. (15.2.2022d). Maatalouden tuottajahintaindeksi. [https://www.stat.fi/til/mthi/2021/04/mthi\\_2021\\_04\\_2022-02-15\\_tie\\_001\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/mthi/2021/04/mthi_2021_04_2022-02-15_tie_001_fi.html)

Työterveyslaitos. (i.a.). *Työterveys: Maatalousalan työterveyshuolto.* <https://www.ttl.fi/tee-mat/tyoterveys/maatalousalan-tyoterveyshuolto>

Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminta (STM). (27.11.2020). *Tutkimus: Suomesta puuttuvat yhtenäiset indikaattorit sosiaalisen hyvinvoinnin arviointiin ja seurantaan.* <https://tietokayttoon.fi/-/10616/tutkimus-suomesta-puuttuvat-yhtenaiset-indikaattorit-sosiaalisen-hyvinvoinnin-arviointiin-ja-seurantaan>

Virolainen, H. (2012). *Kokonaisvaltainen työhyvinvointi.* BoD – Books on Demand.

World Health Organization. (2022). *Mental health: Health and Well-Being.* <https://www.who.int/data/gho/data/major-themes/health-and-well-being>

## **7 LIITTEET**

Liite 1. teemahaastattelurunko

**LIITE 1. Teemahaastattelurunko**

Miten määrittäisit omin sanoin termin ”työhyvinvointi”?

Mistä tekijöistä maatalousyrittäjän hyvinvointi mielestäsi koostuu?

- Mikä auttaa sinua itseäsi jaksamaan?
- Miten pidät huolta omasta hyvinvoinnistasi? (Fyysinen, Psyykkinen, Sosiaalinen)

Millaiseksi koet oman työhyvinvointisi tason tällä hetkellä?

- Koetko sen muuttuneen viimeisten vuosien aikana?
- Minkä seikkojen koet vaikuttaneen muutokseen?
- (Mahdollinen kustannuskriisin käsittely, jos ei tule jo aiemmin esille)

Koetko nykyjärjestelmämme sisältävän maatalousyrittäjille tarpeeksi monipuolisia, jaksamista tukevia keinoja?

- Koetko olevasi tietoinen, mitä ja millaisia nämä tarjolla olevat apukeinot ovat? (Fyysistä/Psyykkistä/Sosiaalista jaksamista tukevat keinot?)
- Koetko, että näitä apua tarjoavia tahoja tuodaan riittävästi ja tarpeeksi selkeästi esille?
- Koetko tällaiset palvelut tarpeellisiksi?
- Oletko itse hyödyntänyt joitakin tarjolla olevista palveluista

