

SISÄLLYS

Anne Mäkikangas, Saija Mauno ja Taru Feldt

Alkusanat7

Matti Vartiainen

1 Johdanto: Työpsykologian ja hyvinvointi-
tutkimuksen kehitys Suomessa 11

I Työstressi



Taru Feldt, Ulla Kinnunen ja Saija Mauno

2 Työstressin teoreettisia malleja:
Kolme klassikkoa ja yksi tulokas..... 39

Saija Mauno, Mari Huhtala ja Ulla Kinnunen

3 Työn laadulliset kuormitustekijät73

II Työhyvinvointi ja sitä tukevat voimavarat



Anne Mäkikangas ja Jari Hakanen

4 Työstä hyvinvointia, mutta millaista?
Työhyvinvoinnin monet kuvaajat.....103

Ulla Kinnunen

5 Työstä palautuminen 127

Piia Seppälä ja Jari Hakanen

6 Työn voimavarat, vaatimukset ja niiden
tuunaaminen 149

Anne Mäkikangas, Taru Feldt, Mari Huhtala ja Katriina Hyvönen

7 Persoonallisuuden merkitys
työhyvinvoinnissa 169

III Työhyvinvoinnin edistäminen



Anne Rantala ja Marja Hättinen

8 Työterveyshuoltotoiminta: Työterveyspsykologin
tehtävät työkyvyn ja työhyvinvoinnin
edistämässä 195

*Raimo Lappalainen, Päivi Lappalainen, Anne Puolakanaho, Kirsi
Salonen ja Katriina Hyvönen*

9 Uudet lupaavat työhyvinvointi-
interventiot 217

Kirjoittajat 244

Asiahakemisto 248