

## TERVEYSPSYKOLOGIAN PÄIVÄT 7.-8.11.2022

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL),  
Mannerheimintie 166, A-talo, Helsinki

### Tiistai 7.11.2023 Aamupäivä

9.00–10.00 Ilmoittautuminen ja aamukahvi

9.40–9.45 Terveystieteiden päivien 2023 avaus

9.45–10.45 **Keynote-esitys:**  
*Katja Kokko* (Gerontologian tutkimuskeskus, Jyväskylän yliopisto)  
**Mielen hyvinvointi ja terveyskäyttäytyminen myöhäsaikaisuuden kynnyksellä: elämäkulun näkökulma**

10.45–11.00 Tauko

11.00–12.30 Suullisten esitysten rinnakkaisessiot I

#### Symposium: Sisu työelämässä

Sali 2

Puheenjohtaja Ilmari Määttä

Pentti Henttonen ym.  
Onko sisu yhteydessä esihenkilöiden hyvinvointiin ja työtehoon?

Umair Ali Khan  
Sisu and well-being studied by machine learning

Johanna Vuori  
Esihenkilö ja sisu

#### Interventiotutkimus

Sali 3

Puheenjohtaja Aleksis Aronen

Meeri Keurulainen ym.  
Kroonista väsymysoireyhtymää (ME/CFS) sairastavien terveystieteiden ryhmäkuntoutus -muutosintervention esittely sekä tutkittavien kokemuksia sen hyödyistä ja haitoista

Kristiina Räihä ym.  
University Students' Descriptions of Succeeded Changes During Study-Integrated ACT -Based Intervention Course

Sari Koski ym.  
Helppokäyttöisen hyvinvointia edistävän verkkoympäristön avulla on mahdollista edistää heikommassa työmarkkina-asemassa olevien osallisuuden kokemusta

(Peruttu: Johanna Roponen ym.  
Ruokaa Mielelle: Ruokavaliointerventio masennuksen hoidon tukena)

**Tiistai 7.11.2023**  
**Iltapäivä**

**12.30–13.15** **Lounas** (omakustanteinen)  
**Huom!** Lounaan tarjoilu päättyy yksityistilaisuuden vuoksi klo 13.00, mutta ruokailla voi klo 13.15 saakka.

**13.30–14.30** **Keynote-esitys:**  
*Marianna Virtanen* (Itä-Suomen yliopisto)  
**Mitkä ovat ilmastonmuutoksen vaikutukset mielenterveyteen ja työelämään?**

**14.30–14.45** **Tauko**

**14.45–16.15** **Suullisten esitysten rinnakkaisessiot II**

**Hyvinvointi I**

**Hyvinvointi II**

**Symposium: Health behavior change – From basic science to interventions**

Sali 1

Sali 2

Sali 3

Puheenjohtaja Olli Kiviruusu

Puheenjohtaja Petri Karkkola

Chair Keegan Knittle

Taina Hintsu ym.  
Ylisitoutumisen yhteydet työkykyyn, työstressiin ja työuupumukseen opettajilla

Krista Kauppi ym.  
Mistä osa-alueista hyvinvointi koostuu suomalaisten kansalaisten mielestä?

Weldon Green  
Identifying novel determinants of physical activity in inactive parent-child dyads

Kirsikka Selander ym.  
Vanhustyö kuormittaa henkisesti, ei niinkään fyysisesti

Ilkka Piironen ym.  
Merkityksellisyys ja kiinnostus ympäröiviin tapahtumiin koherenssin tunne -asteikossa ennakoivat kuolleisuutta itäsuomalaisilla miehillä

Keegan Knittle  
Which self-enactable techniques can increase autonomous motivation? Implications for physical activity promotion from an expert opinion study

Jenni Radun ym.  
Vaikuttaako oppimistilojen joustavuus ja yhteisopettajuus opettajien työhyvinvointiin ja tilatytyväisyyteen?

Jutta Karhu ym.  
Optimismien ja pessimismien yhteydet fyysiseen aktiivisuuteen aikuisuudessa

Daniel Phipps  
PerheLiikunta (PeLi) intervention development and protocol for a feasibility RCT

Marika Kontturi ym.  
Selittävätkö uniongelmat työstressin ja työkykytrajektoreiden välistä yhteyttä työuran loppupuolella?

Igor Radun  
Are you afraid of flying? Would you also be afraid of riding in automated vehicles?

Matthias Aulbach  
Adding smartphones to a group-based diabetes prevention program: From observation to intervention

## Keskiviikko 8.11.2023 Aamupäivä

**8.30–9.00 Ilmoittautuminen**

**9.00–9.15 Suomen Psykologisen Seuran terveystieteiden jaoksen pro gradu -palkinto**  
Terveystieteiden professori Taina Hintsa

**9.15–10.15 Keynote-esitys**  
*Hanna Konttinen* (Helsingin yliopisto)  
**Hyvinvointi lautasella: psykologia terveellisen ja kestävänsyömis-**  
**edistämiseksi**

**10.15–10.30 Tauko**

**10.30–12.00 Suullisten esitysten rinnakkaisseminaarit III**

**Hyvinvointi III**

**Symposium: Oivalluksia  
psykoterapeuttisista hoitoprosesseista  
rekisteriaineistoissa**

Sali 2

Sali 3

Puheenjohtaja: Marika Kontturi

Puheenjohtaja: Jaakko Tammilehto  
Alustaja: Tom Rosenström

Jaana-Pia Mäkinen & Jari Hakanen:  
Työhyvinvointi Suomen tuomioistuimissa –  
mikä sitä selittää?

Sanna Mylläri ym.  
Läheisistä ihmisistä kirjoittaminen on  
yhteydessä keskimääräistä parempaan  
nettiterapian hoitovasteeseen

Aleksis Aronen ym.  
Tunneälykkyyden, resilienssin ja työn imun  
väliset yhteydet rehtoreilla, esihenkilöillä ja  
urheiluvalmentajilla

Veera Malkki ym.  
Psykoterapiasuuntauksen valinnan optimointi  
kohdennetun oppimisen keinoin

Petri Karkkola & Taina Hintsa  
Työn turhakkeet, psykologisten perustarpeiden  
frustraatio ja uupumus pitkittäisasetelmassa –  
mitkä ovat muutoksen mekanismit?

Eeva Rikandi ym.  
Unettomuuden nettiterapian vaikutus  
unettomuuden häittä-asteeseen  
psykoosipotilailla

Yasushi Suko ym.  
Luonnonäänten kuunteleminen toistuvasti voi  
olla palauttavampaa kuin lempimusiikin  
kuunteleminen

Jaakko Tammilehto ym.  
Masennus- ja ahdistusoireilun välinen  
dynamiikka masennuksen nettiterapiassa

## Keskiviikko 8.11.2023 Iltapäivä

### 12.00–12.30 Posterinäyttely

Leevi Saukkola  
Whole-body vibrotactile stimulation,  
evoked electrophysiological responses  
and stress-related physiological  
correlates – a pilot study

Jaana Laitinen ym.  
Työyhteisön psykologinen turvallisuus  
tukee työstä palautumista ja vähentää  
työn kuormitustekijöiden haitallista  
vaikutusta sosiaali- ja terveysalalla

Jasmine Gustafsson ym.  
Mental health profiles of Finnish  
adolescents before and after the peak of  
the COVID-19 pandemic

Johanna Ahola ym.  
Miten persoonallisuuden piirteet  
kytkeytyvät elintapojen kokonaisuuteen?  
Henkilösuuntautunut lähestymistapa

Johanna Kemppainen & Markku  
Timonen  
Association between depressive  
symptoms and cognitive and structural  
social capital dimensions among  
participants of the Northern Finland  
Birth Cohort 1966

Virve Pekurinen ym.  
Mielen hyvinvoinnin aiheet nuorten  
seuraamien tubettajien videoissa

Eetu Soini ym.  
Depression and physical activity in the  
elderly; symptom-specific approach

Marianna Virtanen ym.  
Työn muokkaus mielen terveyden tueksi  
työpaikoilla

### 12.30–13.15 Lounas (omakustanteinen)

### 13.15–14.15 Keynote-esitelmä:

*Paula Salo* (Turun yliopisto)

### Psykologian rooli ilmastonmuutoksen hillitsemisessä

### 14.15–14.30 Terveystieteiden päivien 2023 päätös