

Tykytin – hyvinvointia sinun ehdoillasi

Työnantajasi on mukana pilotissa, jossa otetaan käyttöön uudenlainen hyvinvointityökalu nimeltä Tykytin. Se on oma digitaalinen hyvinvointikumppanisi, ei perinteinen kysely tai sovellus, vaan helposti lähestyttävä, aidosti hyödyllinen ja käytettävissä silloin kun sinulle parhaiten sopii. Ilman pakkoa, painetta tai kellokortteja.

Tykytin on digitaalinen hyvinvointikaveri, jonka tehtävä on auttaa sinua jaksamaan paremmin sekä töissä että vapaa-ajalla, juuri sinulle sopivalla tavalla. Tykytin mukautuu sinun käyttöösi: se ymmärtää, että hyvinvointi näyttää eri ihmisillä erilaiselta. Se osaa viestiä sujuvasti, oppii ajan myötä tuntemaan tarpeesi, ja antaa vinkkejä, jotka sopivat sinun arkeesi.

Tykytin ei ole ”taas yksi uusi sovellus”, joka sinun on pakko asentaa puhelimeesi. Sen sijaan se on joustava, mukautuva ja aina saatavilla oleva työkalu, joka kulkee mukana juuri siellä missä itsekin olet – töissä, kotona, lenkkipolulla tai vaikkapa mökkilaiturilla. Se on vähän kuin oma henkilökohtainen hyvinvointivalmentajasi, mutta huomattavasti helpompi ja rennomp.

Voit kysyä siltä käytännönläheisiä, tavallisia arkeesi liittyviä kysymyksiä, kuten esimerkiksi *”Miksi väsyttää, vaikka nukun ihan hyvin?”*, tai *”Miten jaksan paremmin yövuoron jälkeen?”*. Kysy mitä tahansa, milloin tahansa – Tykytin ei arvostele tai turhia viisastele (ellet halua), vaan antaa konkreettisia vinkkejä, jotka auttavat sinua aidosti voimaan paremmin.

Tykytintä voi käyttää tavalla. Tulevaisuudessa voit valita itse sinulle sopivimman tavan: haluatko käyttää sitä esimerkiksi tekstiviestillä, sähköpostilla, verkkosivun kautta tai jossakin käyttämässäsi pikaviestipalvelussa. Riippuen valitsemastasi tavasta, ominaisuudet vaihtelevat hieman. Sinun ei tarvitse asentaa mitään, jos et halua. Valinta on sinun.

Tykytin on älykäs, tekoälyä hyödyntävä järjestelmä, joka oppii jatkuvasti sinusta ja tarpeistasi. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, ettei sinun tarvitse käyttää aikaasi pitkien ja tylsien kyselyiden täyttämiseen – Tykytin oppii tuntemaan sinua ja tarpeitasi luonnollisen keskustelun kautta. Mitä enemmän ja avoimemmin keskustelet sen kanssa, sitä paremmin se pystyy tukemaan juuri sinun hyvinvointiasi ja tarjoamaan oikeasti hyödyllisiä suosituksia.

Tekoälyyn ja datan käsittelyyn liittyy usein epäilyksiä ja huolia – esimerkiksi siitä, kuka näkee keskustelusi tai tietosi. Olemme asiasta täysin avoimia: Tykytintä käyttäessäsi voit itse valita, kuinka paljon tietoa haluat jakaa. Voit käyttää Tykytintä myös täysin nimettömästi ja ilman henkilökohtaista tunnistautumista.

Kaikki tieto, jonka päätät jakaa, pysyy luottamuksellisena ja turvallisena. Yksittäisen käyttäjän henkilökohtaiset keskustelut tai vastaukset eivät koskaan päädy työnantajan nähtäväksi. Työnantajasi saa käyttöönsä ainoastaan koostettua, täysin anonymisoitua tietoa koko työyhteisön hyvinvoinnista.

Miksi työnantaja ylipäänsä tarvitsee tällaista tietoa?

Työnantajasi haluaa aidosti ymmärtää, mitä te työyhteisönä tarvitsette voidaksenne paremmin. Kun työnantaja tietää, missä asioissa on haasteita – esimerkiksi taukojen riittävyydessä, stressinhallinnassa tai ergonomiassa – on mahdollista löytää ratkaisuja, jotka auttavat aidosti parantamaan kaikkien hyvinvointia. Näin kaikki hyötyvät, kun työpaikalla voidaan paremmin.

Tykytin on nyt ensimmäisessä kokeiluvaiheessa. Kyseessä on siis pilotti, jossa testataan ja kehitetään toimintoja käyttäjien palautteen pohjalta. Kaikki ominaisuudet eivät vielä ole valmiita, mutta ne täydentyvät ja tarkentuvat pilottijakson aikana. Tämä tarkoittaa myös sitä, että sinulla on mahdollisuus vaikuttaa siihen, millaiseksi Tykytin kehittyy. Voit antaa palautetta, kertoa mikä toimii ja mitä kaipaisit lisää – pienetkin havainnot voivat johtaa isoihin parannuksiin.

Pilotin aikana järjestetään käyttökoulutus, jossa käydään läpi Tykyttimen käyttö ja saat vastaukset kaikkiin kysymyksiin. Jos jokin mietityttää myöhemmin – liittyen esimerkiksi yksityisyyteen, tekoälyyn tai toimintaan yleisesti – voit aina olla yhteydessä meihin.

Ystävällisesti,

Tykytin-tiimi