

Eläketurvakeskuksen
tutkimuksia



Vanhuuseläkkeelle siirtyminen ja muutos elämänlaadussa

Kyselytutkimus vuosina 2019–2021 palkkatyöstä
vanhuuseläkkeelle siirtyneille

Liisa-Maria Palomäki, Jyri Liukko, Aart-Jan Riekhoff ja
Sanna Tenhunen

Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 03/2024

Vanhuuseläkkeelle siirtyminen ja muutos elämänlaadussa

Kyselytutkimus vuosina 2019–2021 palkkatyöstä
vanhuuseläkkeelle siirtyneille

Liisa-Maria Palomäki, Jyri Liukko, Aart-Jan Riekhoff ja
Sanna Tenhunen

Eläketurvakeskus

00065 ELÄKETURVAKESKUS

Puhelin: 029 411 20

Sähköposti: etunimi.sukunimi@etk.fi

Pensionskyddscentralen

00065 PENSIONSSKYDDSCENTRALEN

Telefon: 029 411 20

E-post: förnamn.efternamn@etk.fi

Finnish Centre for Pensions

FI-00065 ELÄKETURVAKESKUS, FINLAND

Phone: +358 29 411 20

E-mail: firstname.surname@etk.fi

CC BY 4.0

Helsinki 2024

ISBN 978-951-691-370-7 (PDF)

ISSN 1798-7482 (verkkójulkaisu)

Tiivistelmä

Tutkimuksessa selvitetään palkkatyöstä vanhuuseläkkeelle siirtyneiden kokemuksia elämänlaadusta eläkkeelle siirtymisen aikaan. Tarkastelun kohteina ovat elämänlaadun kokonaisuus ja sen osa-alueet. Näitä osa-alueita ovat tyytyväisyys vapaa-ajan määrään ja sosiaalisiin suhteisiin sekä kokemukset terveydestä, jaksamisesta ja taloudellisesta toimeentulosta. Tutkimuksen tarkoituksena on tuoda esiin kattavasti tietoa elämänlaadusta ennen eläkkeelle siirtymistä ja sen jälkeen. Yleiskuvaa syvennetään tarkastelemalla muutosta eri väestöryhmien välillä.

Tutkimus perustuu Eläketurvakeskuksen laajaan vuonna 2022 kerättyyn Työstä eläkkeelle -kyselytutkimukseen. Kyselyyn vastasi 3 378 vuosien 2019–2021 aikana palkkatyöstä vanhuuseläkkeelle siirtynyttä henkilöä ja kyselyn vastausaste oli 68 prosenttia. Kyselyssä vastaajia pyydettiin arvioimaan elämänlaatuaan ennen eläkkeelle siirtymistään ja nykyisin. Nykytilanteeseen viitataan tutkimuksessa eläkkeelle siirtymisen jälkeisenä aikana. Eläkkeelle siirtymisen ja kyselyyn vastaamisen välisen ajan pituus vaihteli vajaasta vuodesta reiluun kolmeen vuoteen.

Kokonaisuudessaan tutkimus piirtää myönteisen kuvan eläkkeelle siirtyneiden elämänlaadusta ennen eläkkeelle siirtymistä ja muutaman vuoden sisällä sen jälkeen. Usealla elämänlaadun osa-alueella myönteiset arviot olivat yleisempiä eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Muutamalla osa-alueella, kuten toimeentulossa ja sosiaalisissa suhteissa, arviot olivat kielteisempiä.

Enemmistö koki elämänlaatunsa kokonaisuuden hyväksi sekä ennen että jälkeen eläkkeelle siirtymisen, erityisesti naisten ja nuorempana eläköityneiden tilanne parantui

Suurin osa arvioi elämänlaatunsa kokonaisuuden melko hyväksi tai hyväksi ennen eläkkeelle siirtymistä ja sen jälkeen. Hyväksi elämänlaatunsa kokevien osuus vastaajista kasvoi 37 prosentista 51 prosenttiin. Elämänlaatunsa enintään kohtalaiseksi kokevien osuus laski hieman alle viidesosasta reiluun kymmenesosaan.

Naisista ja 63-vuotiaana eli pääosin alimmassa vanhuuseläkeikässä eläkkeelle siirtyneistä useampi koki elämänlaatunsa hyväksi eläkkeelle siirtymisen jälkeen kuin ennen eläkkeelle siirtymistä. Nämä ovat ryhmiä, joissa elämänlaatu oli miehiä ja vanhempaa eläköityneitä heikompi ennen eläkkeelle siirtymistä. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen sukupuolten ja eri ikäisinä eläkkeelle siirtyneiden elämänlaadussa ei ollut enää tilastollisesti merkitseviä eroja. Sen sijaan toimihenkilö- ja työntekijäammateissa työskennelleiden elämänlaadussa ei ollut eroja ennen eläkkeelle siirtymistä, mutta eläkkeelle siirtymisen jälkeen ylempänä toimihenkilönä työskennelleet kokivat elämänlaatunsa muita useammin hyväksi.

Tyytyväisyys vapaa-ajan määrään huomattavasti aiempaa korkeampi, tyytyväisyys sosiaaliin suhteisiin hieman matalampi

Vapaa-aika on elämänalue, johon oltiin huomattavasti useammin tyytyväisiä eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Hyvin tyytyväisiä vapaa-aikansa määrään oli eläköitymisen jälkeen 75 prosenttia vastaajista, mikä on 57 prosenttiyksikköä suurempi osuus kuin ennen eläkkeelle siirtymistä. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen muita useammin hyvin tyytyväisiä vapaa-aikansa määrään olivat esimerkiksi 63-vuotiaana tai nuorempaa eläköityneet, toimihenkilöinä työskennelleet ja suurempituloiset. Nämä ovat ryhmiä, joissa hyvin tyytyväisiä oli huomattavasti aiempaa useampi.

Eläkkeelle siirtymisen jälkeen tyytyväisyys sosiaaliin suhteisiin oli hieman matalampaa kuin ennen eläkkeelle siirtymistä. Edelleen kuitenkin 75 prosenttia vastaajista oli hyvin tai melko tyytyväisiä sosiaaliin suhteisiinsa. Korkeintaan kohtalaisen tyytyväisten osuus nousi 19 prosentista 25 prosenttiin. Tyytyväisyydessä sosiaaliin suhteisiin oli vähemmän väestöryhmien välisiä eroja kuin muilla elämänlaadun osa-alueilla.

Kokemus terveydentilasta hieman aiempaa parempi, jaksamisessa selkeämpi muutos

Eläkkeelle siirtymisen jälkeen neljä viidestä (81 %) koki terveytensä hyväksi tai melko hyväksi. Terveydentila koettiin melko hyväksi eläkkeelle siirtymisen jälkeen hieman useammin kuin ennen eläkkeelle siirtymistä. Muunnellut kokemukset terveydestä olivat vastaavasti hieman harvinaisempia. Väestöryhmittäiset erot olivat samanlaisia ennen eläkkeelle siirtymistä ja sen jälkeen. 63-vuotiaana eläköityneet, työntekijänä työskennelleet ja pienempituloiset kokivat terveytensä hyväksi hieman muita ryhmiä harvemmin.

Eläkkeelle siirtymisen jälkeen noin puolet arvioi jaksamisensa hyväksi. Osuus nousi 15 prosenttiyksiköllä eläkkeelle siirtymistä edeltävästä tilanteesta. Väestöryhmittäiset erot jaksamisessa tasoittuivat sukupuolten ja eri ikäisinä eläkkeelle siirtyneiden välillä. Naisista ja 63-vuotiaana eläköityneistä aiempaa useampi koki jaksamisensa hyväksi. Ennen eläkkeelle siirtymistä heidän jaksamisensa oli miehiä ja muun ikäisenä eläköityneitä heikompa, mutta eläkkeelle siirtymisen jälkeen sukupuolten ja eri ikäisinä eläköityneiden jaksamisessa ei ollut enää eroja. Sen sijaan sosioekonomisten ryhmien välille syntyi eroja jaksamisessa vasta eläkkeelle siirtymisen jälkeen: ylempinä toimihenkilöinä työskennelleet kokivat jaksamisensa työntekijöinä työskennelleitä useammin hyväksi.

Toimeentulon koettiin heikentyneen, silti menojen kattaminen monelle melko helppoa

Valtaosa (90 %) koki tavanomaisten menojensa kattamisen vähintään melko helpoksi ennen eläkkeelle siirtymistä. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen moni koki menojensa kattamisen vaikeammaksi, mutta edelleen kaksi kolmesta arvioi suoriutuvansa menoista melko helposti. Jonkinasteiset vaikeudet kattaa menoja olivat eläkkeelle siirtymisen jälkeen yleisempiä kaikissa väestöryhmissä, mutta erityisesti pienempituloisten, vuokralla asuvien, ei-parisuhteessa olevien ja terveytensä kohtalaiseksi tai sitä heikommaksi ennen eläkkeelle siirtymistä arvioineiden tilanne korostui muita heikompana.

Hieman yli puolet (56 %) vastaajista arvioi kotitaloutensa tulojensa vähentyneen selvästi ja noin kolmannes (34 %) arvioi niiden vähentyneen jonkin verran eläkkeelle siirryttäessä. Toimeentulo eläkkeellä vastasi kuitenkin monen odotuksia. Noin kaksi kolmasosaa (64 %) arvioi toimeentulonsa eläkkeellä vastaavan suunnilleen heidän odotuksiaan ja odotuksia vaikeammaksi toimeentulonsa koki joka neljäs (27 %) vastaaja. Naiset, 63–65-vuotiaana eläkkeelle siirtyneet, terveytensä heikommaksi kokee neet ja muutamat muut ryhmät arvioivat muita useammin tulojensa vähentyneen selvästi eläkkeelle siirtymisen myötä. Samoissa ryhmissä toimeentulo eläkkeellä oli myös ollut odotettua vaikeampaa.

Kysymykset elämänlaadusta ja työurien pidentäminen

Tulosten mukaan aiempaa useampi arvioi elämänlaatuaan myönteisemmin eläkkeelle siirtymisen jälkeen, vaikka taloudellisen toimeentulon koettiin olevan aiempaa heikompaa. Kokemukset elämänlaadun muutoksista antavat pohjaa keskustelulle siitä, mitkä näkökulmat saattavat vaikuttaa eläkkeelle siirtymisen ajoitukseen ja millaisilla keinoilla näihin voitaisiin vaikuttaa.

Muutokset vapaa-ajassa, sosiaalisissa suhteissa, terveydessä ja jaksamisessa sekä toimeentulossa ovat asioita, joita moni saattaa pohtia tehdessään päätöksiä vanhuuseläkkeelle siirtymisestä. Eläkkeelle siirtyminen voi parantaa elämänlaatua niillä, jotka ovat esimerkiksi kokeneet työn liian kuormittavana ja joilla on jaksamisen kanssa haasteita tai jotka toivovat enemmän vapaa-aikaa.

Tulokset antavat viitteitä siitä, että työurien pidentämistavoitteen toteutumiseksi tulevaisuudessa tulisi kiinnittää huomiota toimiin jotka auttavat ikääntyneitä työntekijöitä ylläpitämään elämänlaadun eri osatekijöitä työelämässä ollessaan. Tällaisia toimia voisivat olla erilaiset työelämän joustot ja työtehtävien muokkaukset, liittyen erityisesti työaikaan ja työn kuormittavuuteen.

Summary

In this study we examine the perceived quality of life of people who have retired with an old-age pension. We look at overall quality of life and related aspects: satisfaction with the amount of leisure time and social relations, as well as a subjective assessment of health, ability to cope and financial situation. The aim of the study is to provide comprehensive information on quality of life before and after retirement. We add to the overall picture by looking at changes between different demographic groups.

The study is based on the comprehensive survey “From work to retirement” conducted by the Finnish Centre for Pensions in 2022. A total of 3,378 persons retiring from gainful employment on an old-age pension between 2019 and 2021 responded to the survey (68% response rate). Respondents were asked to rate their quality of life before retirement and at the time of responding. In the study, we refer to the time of responding as the period after retirement. The period between actual retirement and time of response can vary between one and three years.

Overall, the study paints a positive picture of the quality of life of new pensioners before and a few years after retirement. Positive assessments of several aspects of quality of life were more frequent after retirement. The assessments were more negative for income and social relations.

Quality of life before and after retirement improved particularly for women and younger pensioners

Most respondents rated their overall quality of life before and after retirement as fairly good or good. The proportion of respondents who felt their quality of life was good rose from 37 to 51 per cent. The proportion of respondents who described their quality of life as fair, rather poor or poor fell from just under a fifth to more than a tenth.

Most women and people who retired at age 63 (that is, at their retirement age) felt that their quality of life after retirement was better than their quality of life before retirement. These were groups who rated their pre-retirement quality of life lower than men and those who retired at a later age. After retirement, there were no statistically significant differences

in quality of life between the sexes and between pensioners of different ages. In contrast, there were no differences in pre-retirement quality of life between blue-collar workers and white-collar workers, but post-retirement quality of life was more often favourable for upper white-collar workers.

Significantly higher satisfaction with amount of leisure time and slightly lower satisfaction with social relations than before

Leisure time is one area of life with which people were significantly more satisfied after retirement. 75 per cent of the respondents were very satisfied with the amount of their leisure time after retirement. This is an increase of 57 percentage points compared to the situation before retirement. Those who retired at age 63 or younger, white-collar workers and those with higher incomes were more likely than others to be satisfied with the amount of leisure time they had after retirement. These are groups in which a much higher proportion were very satisfied than before retirement.

Satisfaction with social relations was slightly lower after retirement than before. Nevertheless, around 75 per cent of the respondents were very or fairly satisfied with their social relations after retirement. The proportion of people who were only moderately satisfied increased from 19 to 25 per cent. There were fewer differences between population groups in satisfaction with social relations than in other aspects of quality of life.

Perceptions of health slightly better than before, with significant change in ability to cope

Four in five (81%) perceived their health as good or fairly good after retirement. People were slightly more likely to perceive their health as fairly good after retirement than before retirement. Correspondingly, other perceptions of health were slightly less common. The differences between demographic groups were similar before and after retirement. Those who retired at age 63, blue-collar workers and those on lower incomes were slightly less likely than others to feel that their health was good.

About half of the respondents assessed that their ability to cope was good after retirement. This was 15 per cent more than before retirement. Differences by demographic group levelled off between the sexes and people retiring at different ages. Increasing proportions of women and

people retiring at age 63 assessed that their ability to cope was good. Before retirement, their ability to cope was lower than that of men and those who retired at other ages, but after retirement there were no further differences in the ability to cope between the sexes and those who retired at different ages. In contrast, there were differences in post-retirement ability to cope between demographic groups: white-collar workers were more likely than blue-collar workers to find their ability to cope as good.

Income perceived as lower, but many found it fairly easy to make ends meet

The majority (90%) felt that it was at least fairly easy to cover day-to-day expenses before retirement. This was perceived to be more difficult after retirement, although two in three still felt they could meet their expenses fairly easily. While all demographic groups were more likely to experience some degree of difficulty in meeting expenses after retirement, the situation was perceived to be worse particularly by those on low incomes, renters, single pensioners and those who rated their pre-retirement health as fair or poorer than in other groups.

Just over half (56%) of the respondents estimated that their household income had fallen significantly, and around a third (34%) estimated that it had fallen somewhat when they retired. For many, however, economic wellbeing in retirement followed their expectations. Around two thirds (64%) felt that their income in retirement would be as they had expected, while one in four (27%) felt that their income fell short of their expectations.

Women, those who retired between the ages of 63 and 65, those who rated their health as poorer and a few other groups of respondents were more likely than others to say that their income in retirement had fallen significantly. These same groups were also more likely to feel that their income in retirement had fallen short of their expectations.

Quality of life issues and working longer

The results show that a higher proportion of people evaluated their quality of life more positively than before retirement, despite a perceived lower level of financial well-being. These experiences of changes in quality of life provide a basis for a debate on what aspects may shape the timing of retirement and what might be done to influence those aspects.

Changes in leisure time, social relations, health, ability to cope and income are issues that many people may consider when making decisions about retirement. Retirement can improve the quality of life for those who, for example, have found work too demanding, have difficulty coping or want more leisure time.

The findings suggest that to achieve the goal of longer working lives in the future, attention should be paid to measures that help older workers maintain different aspects of quality of life during their working lives. Such measures could include different forms of work-life flexibility and work task modification and relate specially to working time and workload.

Sisältö

Tiivistelmä	5
Summary	9
1 Johdanto	14
2 Aiempi tutkimus eläkkeelle siirtymisestä ja elämänlaadun muutoksesta	17
2.1 Eläkkeelle siirtymisen ja elämänlaadun muutoksen tutkimus yleisesti.....	17
2.2 Eläkkeelle siirtyminen ja elämänlaadun muutos elämän eri osa-alueilla.....	18
3 Työstä eläkkeelle -kyselytutkimus	22
3.1 Otos ja aineisto.....	22
3.2 Kysymykset elämänlaadusta.....	23
3.3 Demografiset ja sosioekonomiset taustatekijät.....	26
3.4 Analyysimenetelmät.....	29
4 Tulokset	31
4.1 Yleiskuva elämänlaadun tasosta ja muutoksesta.....	31
4.2 Elämänlaatu kokonaisuudessaan.....	33
4.3 Tyytyväisyys vapaa-aikaan.....	37
4.4 Tyytyväisyys sosiaalisiin suhteisiin.....	42
4.5 Terveys.....	45
4.6 Jaksaminen.....	48
4.7 Toimeentulo.....	52
5 Yhteenvetoa tuloksista	62
5.1 Elämänlaatu koettiin paremmaksi eläkkeelle siirtymisen jälkeen.....	62
5.2 Elämänlaadun eri osa-alueilla sekä myönteisiä että kielteisiä muutoksia.....	63
5.3 Sukupuolten ja eläkkeellesiirtymisiän mukaiset erot elämänlaadussa tasoittuvat.....	64
5.4 Tulokset tutkimusasetelman valossa.....	66
6 Lopuksi – keskustelua työurien pidentämisestä	67
Lähteet	70
Liitteet	76
Liite 1 Perusjoukko, otos ja katoanalyysi.....	76
Liite 2 Kyselylomake.....	79

1 Johdanto

Eläkkeelle siirtyminen on merkittävä ihmisten vapaa-aikaan, sosiaalisiin suhteisiin, toimeentuloon ja mahdollisesti myös terveyteen vaikuttava elämäntapahtuma. Suomessa oli aiemmin melko yleistä siirtyä eläkkeelle jonkinlaisen varhaiseläkereitin kautta siten, että vanhuuseläkettä edelsi esimerkiksi työttömyys- tai työkyvyttömyyseläke. Työstä vanhuuseläkkeelle siirtyneet ovat nykyään suurin ryhmä vanhuuseläkkeen aloittaneista¹. Eläkkeelle siirtymisen taustalla voi olla monenlaisia esimerkiksi työoloihin tai taloudellisiin kannustimisiin liittyviä tekijöitä. Tällaisia taustatekijöitä on tunnistettu laajasti aiemmissa tutkimuksissa (Järnefelt ym. 2014; Nivalainen ja Järnefelt 2017; Nivalainen & Tenhunen 2018; Nivalainen 2021; 2022; Tenhunen ym. 2023). Tutkimuskirjallisuudessa ei kuitenkaan ole juuri tarkasteltu sitä, miten arviot elämänlaadusta ja sen eri osa-alueista eroavat ennen eläkkeelle siirtymistä ja sen jälkeen. Tämä tutkimusraportti paikkaa kirjallisuudessa olevaa aukkoa tarkastelemalla vanhuuseläkkeelle siirtyneiden kokemuksia elämänlaadusta ja siten syventää ymmärrystä eläkkeelle siirtymisen taustalla olevista tekijöistä ja hyvinvoinnin muutoksista eläkkeelle siirryttäessä.

Palkkatyöstä vanhuuseläkkeelle siirryttäessä työelämään usein kuuluva vakiintunut ajankäytön tapa sekä työhön liittyvät sosiaaliset verkostot ja roolit vaihtuvat merkittävästi lisääntyneeseen vapaa-aikaan. Muutoksen myötä aikaa jää enemmän käytettäväksi esimerkiksi perheen, ystävien ja naapureiden kanssa vietettäväksi ja vapaaehtoiseen työhön (Kauppi ym. 2021), mutta myös vaikkapa itsensä kehittämiseen ja erilaisten hyödykkeiden tuottamiseen kotona (Hurd ja Rohwedder 2008; Bonsang ja Klein 2012; Eismann ym. 2019). Vapaa-ajan lisääntymisen voidaan ajatella olevan myönteinen asia, mutta jos vapaa-aikaa ei osata täyttää mielekkäästi, voidaan eläkkeelle siirtymisen myös ajatella heikentävän hyvinvointia. Toimeentulon näkökulmasta työansiot vaihtuvat eläkkeeseen, jolloin tulot

1 Vuosina 2019–2021 vanhuuseläkkeelle siirtyi työstä, yrittäjyydestä, työttömyydestä tai työvoiman ulkopuolelta vuosittain 40 000–45 000 suomalaista, heistä lähes kolme viidestä oli palkansaajia ennen vanhuuseläkkeen alkua (Tenhunen ym. 2023). Työstä vanhuuseläkkeelle siirtyneiden osuus on noussut vuoden 2006 kolmanneksesta: vuonna 2017 lähes kolme viidestä vanhuuseläkkeen aloittaneesta siirtyi eläkkeelle työelämästä (Nivalainen 2022).

useimmiten pienenevät (Rantala ym. 2023). Fyysisen ja henkisen terveyden näkökulmasta eläkkeelle siirtyminen mahdollistaa aiempaa suuremman ajankäytön terveyden ylläpitoon ja palautumiseen. Työhön mahdollisesti liittyvät stressitekijät vähenevät, mutta toisaalta työn mahdollisesti tarjoamat terveyshyödyt ja työterveyshuolto poistuvat.

Tarve ymmärtää eläkkeelle siirtymisen yhteydessä tapahtuvia muutoksia ei liity vain yksilöiden hyvinvointiin. Väestön ikääntyessä monissa Euroopan maissa tavoitellaan eläkkeelle siirtymisen myöhentämistä muun muassa eläkepolitiikan avulla. Työurien pidentymisellä on myönteisiä vaikutuksia kansantalouteen etuusmenojen vähentymisen ja verotulojen lisääntymisen vuoksi. Hyödyt eivät kuitenkaan ole aivan yksiselitteisiä, sillä eläkkeelle siirtymisellä voi yksilötasolla olla sekä myönteisiä että kielteisiä vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin, ja sitä kautta esimerkiksi tarve käyttää terveyspalveluja voi joko lisääntyä tai vähentyä. Tällaiset vaikutukset voivat edelleen heijastua siihen, kuinka myönteisiä tai kielteisiä vaikutuksia erilaisilla toimenpiteillä loppujen lopuksi on (Gorry ym. 2018).

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan eläkkeelle siirtyneiden kokemuksia elämänlaadusta ja siihen vaikuttavista osatekijöistä, kuten vapaa-ajasta, sosiaalisista suhteista, terveydestä, jaksamisesta ja toimeentulosta. Tutkimuksessa kartoitetaan, miten vastikään eläkkeelle siirtyneet arvioivat elämänlaatuun eläkkeelle siirtymisen molemmiin puolin ja eroavatko arviot vastaajien taustatekijöiden mukaan. Tulosten perusteella rakentuu kuva työstä eläkkeelle siirtyneiden hyvinvoinnista elämän eri osa-alueilla ennen eläkkeelle siirtymistä ja hetki eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Taustatekijöiden mukainen tarkastelu tarjoaa tietoa eläkkeelle siirtymisen yhteydessä tapahtuvista myönteisistä ja kielteisistä muutoksista eri väestöryhmissä. Erot siinä, kuinka hyväksi elämänlaatu arvioidaan ennen eläkkeelle siirtymistä ja sen jälkeen voivat pysyä entisellään, ne voivat kaventua tai tasoittua kokonaan, tai eroja voi syntyä eri väestöryhmissä.

Tutkimus perustuu Eläketurvakeskuksen syksyllä 2022 toteuttamaan laajaan Työstä eläkkeelle -kyselyyn, jossa kartoitettiin mielipiteitä eläkettä edeltäneestä työstä ja työoloista, eläkkeelle siirtymiseen vaikuttavista tekijöistä, työskentelystä eläkkeellä ja elämänlaadusta. Kyselyyn vastasi 3 378 vuosien 2019–2021 aikana palkkatyöstä vanhuuseläkkeelle siirtynyttä henkilöä. Tämä tutkimus päättää Eläketurvakeskuksen neljän tutkimuksen sarjan, jossa samaan kyselyyn pohjautuen on aiemmin julkaistu tutkimukset vanhuuseläkkeelle siirtymisen taustatekijöistä (Tenhunen ym. 2023), vanhuuseläkkeellä työskentelystä (Polvinen ym. 2023) ja työssä jatkamisen

taloudellisista kannustimista (Nivalainen & Tenhunen 2024). Kokonaisuudessaan tutkimukset luovat ajantasaisen kuvan vanhuuseläkkeelle siirtymiseen liittyvistä tekijöistä aikana, jolloin ihmisten elinikä pitenee, lasten lukumäärä vähenee ja maailma kohtaa erilaisia talouteen, terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä kriisejä.

Tämä tutkimus rakentuu siten, että toisessa luvussa esitellään ensiksi elämänlaatuun liittyvää tutkimusta yleisesti ja seuraavaksi nostetaan esiin aiempien tutkimusten tuloksia eläkkeelle siirtymisestä ja elämänlaadun muutoksesta. Kolmannessa luvussa esitellään tutkimuksen aineisto sekä tarkasteltavat kysymykset, taustatekijöiden jakaumat ja tutkimuksessa käytetyt analyysimenetelmät. Neljännessä luvussa esitellään tulokset. Viidennessä luvussa vedetään tuloksia yhteen ja kuudennessa luvussa näistä keskustellaan työurien pidentämistavoitteen näkökulmasta.

2 Aiempi tutkimus eläkkeelle siirtymisestä ja elämänlaadun muutoksesta

2.1 Eläkkeelle siirtymisen ja elämänlaadun muutoksen tutkimus yleisesti

Eläkkeelle siirtymisen vaikutuksista elämän eri osa-alueisiin on vaihtelevasti aiempaa tutkimustietoa. Suomalaisiin kyselytutkimuksiin perustuvaa tutkimustietoa on verrattain vähän. Laajin näihin kysymyksiin erikoistunut tutkimusprojekti on Turun yliopiston FIREA-hanke, jossa seurataan kunta-alalta vuosina 2014–2019 eläköityneiden hyvinvoinnin muutosta eläkkeelle siirtymisen yhteydessä (Turun yliopisto 2023). Tutkimuksen pääpaino on terveydessä ja elintavoissa, mutta tarkastelun kohteena on ollut myös tyytyväisyys elämään ja sosiaaliset suhteet (Kauppi ym. 2021; Prakash ym. 2022). Eläkkeelle siirtyneiden kokemuksia terveyden ja toimeentulon muuttumisesta on selvitetty myös esimerkiksi Eläketurvakeskuksen aiemmassa retrospektiivisiä kysymyksiä sisältäneessä tutkimuksessa (Tuominen ym. 2012). Lisäksi Väestöliiton Sukupolvien ketju-, Ikihyvä Päijät-Häme ja THL:n Suomalaisten hyvinvointi- tutkimuksissa on tarkasteltu ikääntyneiden elämänlaatua ja siinä tapahtuvia muutoksia. Näiden hankkeiden aineistoissa on myös eläkkeelle siirtyviä ikäluokkia, mutta tuloksia ei ole raportoitu eläkkeelle siirtymisen näkökulmasta (Haapola ym. 2013; Vaarama ym. 2014; Hämäläinen ym. 2021).

Kansainvälisessä tutkimuskirjallisuudessa eläkkeelle siirtymisen vaikutuksia on tarkasteltu verrattain paljon ja monen eri tieteenalan kuten taloustieteen, terveystieteen, psykologian ja gerontologian näkökulmista (Hyde ym. 2004; Van Solinge & Henkens 2008; Bender 2012; Bonsang & Klein 2012; Abolhassani & Alessie 2013; Halleröd ym. 2013; Fonseca ym. 2014; Horner 2014; Hansson ym. 2017). Pääpaino tutkimuksissa on ollut yleisen elämäntyytyväisyyden, eri tavoin mitatun terveyden ja psyykkisen hyvinvoinnin ja onnellisuuden muutoksissa, ja tuloksia tulkittu esimerkiksi sopeutumisen näkökulmasta (Van Solinge & Henkens 2008). Yksittäisten kysymysten ohella elämänlaadun mittarina on sovellettu myös useista kysymyksistä koostuvia indeksejä (esim. Carr ym. 2018; Prakash ym. 2022). Elämäntyytyväisyyttä, onnellisuutta, koettua hyvinvointia ja elämän-

laatua pidetään usein toisillensa rinnasteisina lähikäsitteinä. Elämänlaatu on käsitteenä moniulotteinen, eikä sille ole olemassa yksiselitteistä määritelmää tai vakiintuneita mittaustapoja. Usein siihen on sisällytetty esimerkiksi terveyteen ja laajemmin hyvinvointiin, aineellisiin olosuhteisiin, sosiaalisiin suhteisiin ja ympäristöön liittyviä tekijöitä. (Bowling ym. 2002; Walker & Mollenkopf 2007.)

Eläkkeelle siirtymisen vaikutusta elämänlaatuun ja sen osa-alueisiin tarkastelevissa tutkimuksissa mielenkiinto on kohdistunut erilaisiin taustatekijöihin. Usein näkökulma on liittynyt eläkkeellesiirtymisreittiin, eli siihen onko kokoaikaiselle eläkkeelle siirrytty esimerkiksi työttömyydestä, työkyvyttömyydestä vai muusta pääasiallisesta toiminnasta (Hyde ym. 2004; Halleröd ym. 2013; Palomäki 2019; Sjöberg 2022), mutta mielenkiinnon kohteena on ollut myös eläkkeelle siirtymisen vapaaehtoisuus (Bonsang & Klein 2012). Pienemmässä osassa tutkimuksia on tarkasteltu työstä eläkkeelle siirtyviä, jolloin tutkimuksen kohteena on ollut esimerkiksi eläkkeelle siirtyvien taloudellinen asema (Carr ym. 2018; Sohier ym. 2021) tai erilaiset sosioekonomiset taustatekijät (Prakash ym. 2022). Tarkasteluissa on tyypillisesti huomioitu sukupuolen, siviilisäädyn, terveyden, ammattiaseman, koulutuksen ja tuloryhmien välisiä eroja.

2.2 Eläkkeelle siirtyminen ja elämänlaadun muutos elämän eri osa-alueilla

Useassa viimeaikaisessa tutkimuksessa eläkkeelle siirtymisen on havaittu lisäävän elämänlaatua tai elämään tyytyväisyyttä (Horner 2014; Gorry ym. 2015; Prakash ym. 2022). Esimerkiksi Suomessa kunta-alalta eläköityviä koskevassa tutkimuksessa (Prakash ym. 2022) elämään tyytyväisyyttä selvitettiin elämän mielekkyyden, onnellisuuden, helppouden ja yksinäisyyden näkökulmista. Tutkimus osoitti elämänlaadun parantuneen kaikilla muilla elämän osa-alueilla paitsi yksinäisyydessä, jonka yleisyydessä ei tapahtunut muutosta. Joissakin tutkimuksissa eläkkeelle siirtymisen ei ole havaittu vaikuttavan elämäntyytyväisyyteen (Abolhasani & Alessie 2013; Kesavayuth ym. 2016), mitä on selitetty esimerkiksi sillä, että tyytyväisyys elämään rakentuu usean ulottuvuuden summana ja lisääntynyt vapaa-aika ja heikentynyt toimeentulo ikään kuin kumoavat toistensa vaikutuksen (Bonsang & Klein 2012). Yhteenvetona aiemmista elämänlaatua kokonaisuutena tai sen osa-alueita tarkastelevista tutkimuksista voidaan todeta, että eläkkeelle siirtymisen yhteydessä tapahtuvat muutokset eivät ole kaikille joko myönteisiä tai kielteisiä. Eläkkeelle

siirtymisen konteksti ja eläkkeelle siirtymistä edeltävät olosuhteet vaikuttavat kokemukseen elämänlaadusta eläkkeelle siirtymisen jälkeen (Carr ym. 2018).

Eläkkeelle siirtymisen ja vapaa-ajan välistä yhteyttä on tutkittu esimerkiksi siitä näkökulmasta, kuinka tyytyväisyys vapaa-aikaan muuttuu (Pinquart & Schindler 2009; Bonsang & Klein 2012) ja kuinka osallistuminen erilaisiin vapaa-ajan toimintoihin muuttuu ja heijastuu esimerkiksi mielenterveyteen (Henning ym. 2021). Yhtäältä tutkimukset osoittavat, että tyytyväisyys sekä vapaa-ajan määrään, että yleisemmin vapaa-aikaan lisääntyvät eläkkeelle siirryttäessä (Bonsang & Klein 2012; Nguyen ym. 2020). Toisaalta esimerkiksi Pinquartin ja Schindlerin (2009) Saksassa eläkkeelle siirtyneitä koskevassa tutkimuksessa havaittiin kolmenlaista kehitystä. Ensimmäisessä ja suurimmassa ryhmässä tyytyväisyys yleisesti vapaa-aikaan oli lisääntynyt jo jonkin vuoden ajan ennen eläköitymistä, minkä jälkeen tyytyväisyys pysyi samalla tasolla. Toisessa ryhmässä aiemmin laskenut tyytyväisyys lisääntyi merkittävästi eläkkeelle siirtymisen yhteydessä, minkä jälkeen se hieman vähentyi. Kolmannessa ryhmässä lähtötasoltaan verrattain matala tyytyväisyys ei juurikaan muuttunut eläkkeelle siirryttäessä, mutta lisääntyi myöhemmin. Jälkimmäisissä ryhmissä oli ensimmäiseen ryhmään verrattuna esimerkiksi enemmän naisia ja muita kuin naimisissa olevia.

Eläkkeelle siirtymisen on puolestaan havaittu esimerkiksi Comin ym. (2022) tutkimuksessa muuttavan ihmisten sosiaalista verkostoa niin, että perheen osuus verkostosta kasvaa ja ystävien ja työtovereiden vähenee. Sosiaalisen verkoston koossa ei tapahtunut muutosta, mutta jäljelle jäävät yhteydet voimistuivat ja tyytyväisyys sosiaaliseen verkostoon lisääntyi. Naisilla vähentyi erityisesti ystävien ja miehillä työtovereiden osuus. Suomessa kunta-alalta eläköityviä koskevassa tutkimuksessa (Prakash ym. 2022) yksinäisyyden ei keskimäärin havaittu lisääntyvän tai vähentyvän eläkkeelle siirryttäessä. Esille nousi kuitenkin yksinäisyyden vähentyminen niillä, joilla ei ollut puolisoa. Kauppi ym. (2021) on puolestaan samaiseen tutkimukseen perustuen havainnut, että sosiaaliseen verkostoon kuuluvien määrä pieneni keskimäärin noin yhdellä vähemmän läheisellä jäsenellä eläkkeelle siirryttäessä. Ylempiin ammattiasemiin kuuluvilla toimihenkilöillä pieneni kuitenkin myös läheisten suhteiden määrä. Tämän oletettiin liittyvän siihen, että ylempien toimihenkilöiden lähipiiriin kuuluu useammin myös työtovereita.

Tutkimukset terveyden ja eläkkeelle siirtymisen välisestä yhteydestä osoittavat koetun terveyden pysyvän yleensä joko samanlaisena tai hieman

paranevan eläkkeelle siirryttäessä (Bonsang & Klein 2012; Gorry ym. 2018; Stenholm ym. 2020). Esimerkiksi suurin osa viime vuosina Suomessa kunta-alalta eläköityneistä koki terveytensä hyväksi sekä ennen eläkkeelle siirtymistä että sen jälkeen (Stenholm ym. 2020). Yleiskuvan taustalla on kuitenkin erilaisia kehityspolkuja ja esimerkiksi Tuomisen ym. (2012) Suomessa vuonna 2010 vanhuuseläkkeelle siirtyneitä palkansaajia koskevassa tutkimuksessa havaittiin terveyden parantuvan muita useammin niillä, jotka kokivat terveytensä heikommaksi ennen eläkkeelle siirtymistä. Vastaavasti kansainvälisiä tutkimuksia yhteen vetävässä artikkelissa on havaittu, että yli puolessa 2000-luvulla julkaistussa tutkimuksessa eläkkeelle siirtymisellä ei ollut merkittävää vaikutusta terveydentilaan, mutta yli neljänneksessä on havaittu eläköitymisen ja paremman terveyden välinen yhteys (Filomena & Picchio 2022).

Terveyden yleiskuvaa selkeämmin eläkkeelle siirtymisen on havaittu parantavan psyykkistä hyvinvointia (Nguyen ym. 2020; Okamoto ym. 2022; Prakash ym. 2022). Suomessa elämänlaadun on todettu lisääntyneen eläkkeelle siirryttäessä eniten juuri elämän helpoksi kokemisen alueella, erityisesti naisilla ja terveytensä heikommaksi kokevilla (Prakash 2022). Tällaisia tuloksia on selitetty esimerkiksi Atchleyn (1976) tunnetuksi tekemällä eläkkeelle siirtymisen kuherruskuukauden käsitteellä, jossa vähentyneen stressin myötä henkisen hyvinvoinnin koetaan parantuvan heti eläkkeelle siirtymisen jälkeen, ennen mahdollisia pettymyksen ja uudelleen orientaation vaiheita.

Eläkkeelle siirtymistä on tutkittu myös taloudellisen toimeentulon näkökulmasta. Toimeentulon osalta tulokset ovat yhteneväisiä niin Suomessa kuin muualla Euroopassa – eläkkeelle siirtymisen jälkeen tulojen koetaan keskimäärin riittävän aiempaa heikommin ja tuloihin ollaan tyytymättömämpiä (Bonsang & Klein 2012; Tuominen ym. 2012; Palomäki 2013; 2019). Esimerkiksi vanhuuseläkkeelle vuonna 2010 siirtyneistä palkansaajista ennen eläkkeelle siirtymistä 90 prosenttia ja sen jälkeen 70 prosenttia koki toimeentulonsa vähintään melko helpoksi (Tuominen ym. 2012). Kokemusten toimeentulon muutoksesta on havaittu olevan yhteydessä siihen, millaisesta tilanteesta eläkkeelle on siirrytty. Työstä vanhuuseläkkeelle siirtyneiden on havaittu kokevan tulojen riittävyden heikentyvän keskimääräistä enemmän ja työttömyydestä eläköityneiden kokevan tulojen riittävyden parantuvan keskimääräistä enemmän eläkkeelle siirryttäessä (Palomäki 2019). Tulokset liittyvät muun muassa siihen, että työstä eläköidyttyessä tulot tyypillisesti laskevat ja työvoiman ulkopuolelta tai työttömyydestä

eläköidyttyessä eläke voi esimerkiksi olla edeltävää etuutta suurempi, jolloin toimeentulo voi parantua eläkkeen alkaessa (Rantala ym. 2024).

Vaikka eläkkeelle siirtyessä monen toimeentulo heikkenee, yksi näkökulma asiaan liittyy myös tulomuutoksen ennakointiin. Ruotsissa 70–75-vuotiaille tehdyssä kyselyssä tiedusteltiin, onko heidän taloudellinen tilanteensa nyt huonompi vai parempi kuin he ennen eläkkeelle jäämistään uskoivat sen olevan. Tutkimus paljasti, että noin puolet arvioi tilanteensa olevan nyt huonompi kuin he olivat ajatelleet, ja noin 40 prosenttia arvioi sen olevan suurin piirtein sellainen, kuin he olivat ennen eläkkeelle siirtymistään ajatelleetkin. (Pensionmyndigheten 2020.) Suomalaisilta eläkkeelle jääneiltä tätä ei ole aiemmin kysytty.

3 Työstä eläkkeelle -kyselytutkimus

Tutkimuksen aineistona on Eläketurvakeskuksen keräämä Työstä eläkkeelle -kyselytutkimus², jossa selvitetään työelämästä vastikään vanhuuseläkkeelle siirtyneiden näkemyksiä eläkettä edeltäneestä työstä ja työoloista, eläkkeelle siirtymisen syistä, taloudellisesta toimeentulosta, elämänlaadusta ja eläkkeellä työskentelystä. Tässä tutkimuksessa keskitytään elämänlaatua koskeviin kysymyksiin. Tarkastelun kohteina ovat elämänlaadun kokonaisuus ja sen osa-alueet, joita ovat tyytyväisyys vapaa-ajan määrään ja sosiaalisiin suhteisiin sekä kokemukset terveydestä, jaksamisesta ja taloudellisesta toimeentulosta. Kyselylomake on kokonaisuudessaan liitteessä 2.

3.1 Otos ja aineisto

Kyselyn otos rajattiin Suomessa asuviin henkilöihin, jotka olivat aloittaneet vanhuuseläkkeen vuosina 2019–2021 ja olleet palkkatyössä eläkettä edeltävän vuoden lopussa. Palkkatulon on pitänyt olla vähintään 5 000 euroa vuodessa³. Yrittäjät rajattiin otoksen ulkopuolelle lukuun ottamatta niitä yrittäjiä, joilla oli vanhuuseläkkeelle siirtymistä edeltävänä vuonna voimassa olevan YEL- tai MYEL-vakuutuksen lisäksi myös eläkevakuutettua palkkatuloa vähintään edellä mainitun alarajan verran. Otoksen ulkopuolelle on rajattu osittaiselta vanhuuseläkkeeltä varsinaiselle vanhuuseläkkeelle siirtyneet sekä sen aloittaneet henkilöt. Myöskään osa- tai täyttä työkyvyttömyyseläkettä ennen vanhuuseläkeikää saaneet henkilöt eivät sisälly otokseen.

Alaikäraja otoksessa ei ole, mutta edellytys vanhuuseläkkeelle siirtymisestä asettaa suurimmalle osalle alaikärajaksi viimeistään kyselyä edeltävänä vuonna saavutetun ikäluokan eläkeiän. Otos sisältää myös henkilöitä, joilla on yleisestä eläkeiästä poikkeava sitä matalampi vanhuuseläkkeen alaikäraja. Yläikärajana edellytetään, että vanhuuseläkkeen on

2 Samaa aineistoa on käytetty myös Tenhusen ym. (2023), Polvisen ym. (2023) ja Nivalaisen & Tenhusen (2024) tutkimuksissa, joten aineiston ja taustatekijöiden kuvaus tässä on soveltuvin osin päällekkäinen aiempien raporttien kanssa.

3 Eläkevakuutetun tulon rajauksella pyrittiin siihen, että otos kohdistuisi vakiintuneesti ennen eläkettä työskennelleisiin.

pitänyt alkaa viimeistään 68-vuotiaana. Kyselyn vastaajat olivat ehtineet olla vanhuuseläkkeellä 9 kuukautta – 3 vuotta ja 8 kuukautta. Vastaajat jakautuivat melko tasaisesti eri vuosina eläkkeelle siirtyneisiin. Vastaajista 30 prosenttia oli aloittanut vanhuuseläkkeen vuonna 2019, 34 prosenttia vuonna 2020 ja 36 prosenttia vuonna 2022.

Kysely postitettiin 5 000 satunnaisesti valitulle otokseen kuuluvalla henkilölle elokuun lopussa 2022. Marraskuun loppuun mennessä kyselyyn vastasi 3 378 henkilöä ja vastausaste oli 67,6 prosenttia. Kyselyyn oli mahdollista vastata palauttamalla paperilomake postitse tai sähköisesti verkkosivun kautta. Vastauksista reilu neljännes (28 %) palautettiin sähköisessä muodossa.

Vastauskadon huomioimiseksi aineisto on painotettu siten, että vastanneiden osuudet iän ja sukupuolen mukaan vastaavat osuuksia 2019–2021 palkkatyöstä vanhuuseläkkeelle siirtyneessä väestössä. Otokseen ja painotukseen liittyvät taulukot ovat liitteessä 1. Kaikki tutkimuksessa esitetyt tulokset perustuvat painotettuihin jakaumiin. Painotuksen myötä tutkimuksen tulokset ovat yleistettävissä kyselyn kohderyhmään.

Aineistoon on yhdistetty eläkkeitä ja työuraa koskevia tietoja Eläketurvakeskuksen rekistereistä. Lisäksi aineistoon on lisätty koulutustasoa ja sosioekonomista asemaa koskevat tiedot Tilastokeskuksen rekistereistä.

3.2 Kysymykset elämänlaadusta

Tässä tutkimuksessa elämänlaadun katsotaan koostuvan vapaa-aikaan, sosiaalisiin suhteisiin, terveyteen, jaksamiseen ja taloudelliseen toimeentuloon liittyvistä tekijöistä. Näihin viitataan elämänlaadun osa-alueina. Kyselylomakkeella vastaajia pyydettiin arvioimaan tilanneettaan edellä lueteltuja tekijöitä koskevissa kysymyksissä ennen eläkkeelle siirtymistä ja nykyisin, minkä lisäksi arviota kysyttiin elämänlaadun kokonaisuudesta. Nykytilanteeseen viitataan tarkasteluissa eläkkeelle siirtymisen jälkeisenä aikana. Eläkkeelle siirtymisen ja kyselyhetken välisen ajan pituus vaihteli vajaasta yhdestä vuodesta reiluun kolmeen vuoteen. Analyyseissa vastausasteikot ovat käännetty siten, että korkeammat arvot merkitsevät parempaa elämänlaatua.

Elämänlaadun kokonaisuus, terveys ja jaksaminen

Elämänlaadun kokonaisuutta koskeva kysymys esitettiin seuraavasti: ”Millainen elämänlaatunne kokonaisuudessaan oli ennen eläkkeelle jäämistä? Entä nykyisin?”. Arviossaan vastaaja on voinut pohtia elämänsä eri osa-alueita ja muodostaa näiden pohjalta arvion kokonaisuudesta, mutta yhtä lailla arvio on voinut muodostua ilman sen tarkempia pohdintoja, tai siinä on voinut painottua jokin elämän osa-alue.

Terveyttä koskeva kysymys esitettiin seuraavasti: ”Millainen terveydentilanne oli ennen eläkkeelle jäämistä? Entä nykyisin?” ja jaksamista koskeva seuraavasti: ”Millainen jaksamisenne oli ennen eläkkeelle jäämistä? Entä nykyisin?”. Jaksamisen erottelu terveydestä erillisenä osa-alueena perustuu Työstä eläkkeelle -kyselyä edeltäneeseen alustavaan kyselyyn, jossa vanhuuseläkkeelle siirtyneitä pyydettiin kertomaan omin sanoin eläkkeellesiirtymispäätöksen taustalla olevista syistä (Tenhunen 2022). Tässä yhteydessä jaksaminen nousi esille terveydestä erillisenä elämänlaadun osa-alueena.

Elämänlaadun kokonaisuutta, terveyttä ja jaksamista pyydettiin arvioimaan ennen eläkkeelle siirtymistä ja sen jälkeen asteikolla 1) hyvä, 2) melko hyvä, 3) kohtalainen, 4) melko huono, 5) huono tai en osaa sanoa. Koska verrattain harva vastaaja koki tilanteensa näillä elämänlaadun osa-alueilla heikommaksi, on huonoksi, melko huonoksi ja kohtalaiseksi tilanteensa kokeneet yhdistetty samaan ryhmään taustatekijöiden mukaisissa tarkasteluissa.

Vapaa-aika ja sosiaaliset suhteet

Vapaa-aikaa ja sosiaalisia suhteita koskevissa kysymyksissä vastaajia pyydettiin arvioimaan tilannettaan tyytyväisyyden kautta. Vapaa-ajan kohdalla kiinnostus kohdistui sen määrään ja kysymys esitettiin seuraavasti: ”Miten tyytyväinen olitte vapaa-aikanne määrään ennen eläkkeelle jäämistä? Entä nykyisin?”.

Sosiaalisia suhteita koskeva kysymys oli muotoiltu seuraavasti: ”Miten tyytyväinen olitte yleisesti sosiaaliin suhteisiinne ennen eläkkeelle jäämistä? Entä nykyisin?”. Vastaajan tehtäväksi jäi päättää, millaista sosiaalisten suhteiden kokonaisuutta hän arvioi. Sosiaalisilla suhteilla viitataan yleisesti esimerkiksi perheeseen, ystäviin ja naapureihin, minkä ohella esimerkiksi työpaikan sosiaalisilla suhteilla voi olla työssä käyvillä keskeinen rooli. Tyytyväisyyttä arvioidessaan vastaaja on voinut pohtia esimerkiksi sosiaalisten suhteiden tai niiden puutteen tuottamia myönteisiä tai kielteisiä tunteita.

Tyytyväisyyttä vapaa-ajan määrään ja sosiaalisiin suhteisiin ennen eläkkeelle siirtymistä ja sen jälkeen pyydettiin arvioimaan asteikolla 1) hyvin tyytyväinen, 2) melko tyytyväinen, 3) kohtalaisen tyytyväinen, 4) en kovin tyytyväinen, 5) en lainkaan tyytyväinen tai en osaa sanoa. Myös näissä kysymyksissä kolme vähiten tyytyväistä luokkaa (ei lainkaan tyytyväinen, ei kovin tyytyväinen ja kohtalaisen tyytyväinen) on yhdistetty samaan ryhmään taustatekijöiden mukaisissa tarkasteluissa.

Toimeentulo

Taloudelliseen toimeentuloon liittyviä kokemuksia selvitettiin kolmessa erillisessä kysymyksessä. Tulojen riittävyttä menojen kattamiseen pyydettiin arvioimaan seuraavasti: ”Kun kotitaloutenne kaikki tulot otetaan huomioon, miten saitte tavanomaiset menonne niillä katetuksi ennen eläkkeelle jäämistä? Entä nykyisin?”. Arvio pyydettiin antamaan kuusiportaisella asteikolla 1) suurin vaikeuksin, 2) vaikeuksin 3) pienin vaikeuksin 4) melko helposti 5) helposti 6) erittäin helposti tai en osaa sanoa. Taustatekijöiden mukaisissa tarkasteluissa vaikeuksia kokeneet (suurin vaikeuksin, vaikeuksin ja pienin vaikeuksin) on yhdistetty yhteen ryhmään, melko helpoksi menojen kattamisen kokeneet ovat omana ryhmänään ja helpoksi tai hyvin helpoksi menojen kattamisen kokeneet on yhdistetty samaan ryhmään.

Kyselyssä tiedusteltiin myös kokemusta kotitalouden tulotason muuttumisesta vastaajan eläkkeelle siirtymisen aikaan. Kysymys oli muotoiltu seuraavasti: ”Kun kotitaloutenne kaikki tulot otetaan huomioon, ovatko tulot eläkkeelle siirtymisenne myötä 1) vähentyneet selvästi 2) vähentyneet jonkin verran 3) pysyneet suunnilleen ennallaan 4) kasvaneet jonkin verran ja 5) kasvaneet selvästi.” Harva arvioi tulojen pysyneen suunnilleen ennallaan, kasvaneen jonkin verran tai kasvaneen selvästi, minkä vuoksi näitä vastauksia käsitellään omana ryhmään taustatekijöiden mukaisessa tarkastelussa.

Lisäksi tiedusteltiin, miten odotukset toimeentulosta eläkkeellä ovat toteutuneet. Kysymys oli muotoiltu seuraavasti: ”Millainen toimeentulonne eläkkeellä on odotuksiinne nähden?” Vastausvaihtoehtoina oli 1) vaikeampaa kuin odotin, 2) hieman vaikeampaa kuin odotin, 3) vastannut suunnilleen odotuksiani, 4) hieman helpompaa kuin odotin, 5) helpompaa kuin odotin sekä en osaa sanoa. Taustatekijöiden mukaisessa tarkastelussa toimeentulonsa odotuksia vaikeammaksi ja hieman vaikeammaksi kokeneet on yhdistetty omaksi ryhmäkseen sekä toimeentulonsa odotuksia hieman helpommaksi ja helpommaksi kokeneet omaksi ryhmäkseen.

3.3 Demografiset ja sosioekonomiset taustatekijät

Elämänlaatua ennen eläkkeelle siirtymistä ja sen jälkeen tarkastellaan väestöryhmittäin demografisten, sosioekonomisten ja vastaajan terveydentilaa kuvaavien taustatekijöiden mukaan. Demografisiin tekijöihin kuuluvat sukupuoli, ikä eläkkeen alkaessa ja tieto parisuhteesta. Sosioekonomisina tekijöinä tarkastellaan vastaajan sosioekonomista asemaa ennen eläkkeelle siirtymistä, kotitalouden tuloja sekä toimeentuloon liittyvien kysymysten kohdalla asumismuotoa. Näistä sosioekonominen asema ja terveys kuvaavat vastaajien yksilöllisiä resursseja, siinä missä tiedot puolisoista, kotitalouden tuloista sekä asumismuodosta kertovat vastaajien sosiaalisista ja taloudellisista resursseista. Kaikki ovat tekijöitä, jotka voivat olla yhteydessä niin eläkkeelle siirtymiseen kuin elämänlaatuunkin.

Taulukossa 3.1 esitetään aineiston painotettu jakauma tässä tutkimuksessa käytettyjen taustatekijöiden suhteen. Osa taustatiedoista perustuu kyselyssä annettuihin vastauksiin (sukupuoli, terveydentila, parisuhdetilanne, kotitalouden tulot), osa Eläketurvakeskuksen ja Tilastokeskuksen rekistereistä liitettyihin tietoihin (ikä eläkkeen alkaessa ja sosioekonominen asema).

Tieto sukupuolesta perustuu kyselyn vastaukseen. Enemmistö (61 %) vastaajista oli naisia. Pieni osa vastaajista määritteli sukupuolekseen muu, ei halunnut kertoa sukupuoltaan tai jätti kysymykseen vastaamatta (alle prosentti vastaajista). Heitä ei erotella raportin tarkasteluissa pienen vastaajamäärän vuoksi.

Tieto iästä vanhuuseläkkeen alkaessa on liitetty rekistereistä. Yleisin ikä siirtyä eläkkeelle oli 63 vuotta. Vastaajista 45 prosenttia oli jäänyt eläkkeelle tässä iässä, joka useimmiten tarkoittaa ikäluokan alinta vanhuuseläkeikää – ikää, jolloin eläke on mahdollista nostaa ilman varhennusvähenyksiä. Vastaajista viisi prosenttia oli jäänyt eläkkeelle tätä nuorempana. Heillä oli useimmiten yleistä vanhuuseläkeikää alempi henkilökohtainen tai ammatillinen eläkeikä. 64- tai 65-vuotiaina eläkkeelle oli siirtynyt 40 prosenttia vastaajista. Vanhimmat olivat jääneet eläkkeelle otoksen ikärajan mukaisesti 68-vuotiaina. 66–68-vuotiaina vanhuuseläkkeelle siirtyneitä on noin kymmenen prosenttia vastaajista.

Sosioekonominen asema viittaa vanhuuseläkkeen alkamisvuotta edeltävän vuoden rekisteritietoon. Mikäli tietoa ei tuolle vuodelle löytynyt, käytettiin edellisten vuosien tietoa. Vastaajista suurin osa (44 %) oli työskennellyt

ennen eläkkeelle siirtymistään alempana toimihenkilönä. Ylempänä toimihenkilönä oli työskennellyt noin 30 prosenttia ja työntekijänä 24 prosenttia vastaajista. Yrittäjät, työttömät ja muuta eläkettä ennen vanhuuseläkkeelle siirtymistä saaneet eivät kuuluneet otokseen. Muu-ryhmään kuuluvia oli kolme prosenttia vastaajista.

Terveys viittaa vastaajien omaan arvioon terveydentilastaan ennen eläkkeelle siirtymistä. Suurin osa (43 %) vastaajista koki terveytensä hyväksi. Melko hyväksi terveytensä koki 34 prosenttia. Koska vain pieni osa vastaajista arvioi terveytensä huonoksi tai melko huonoksi (yhteensä 6 %), on nämä vastaajat yhdistetty taustatekijöiden mukaisissa tarkasteluissa terveytensä kohtalaiseksi kokeviin ja ryhmään viitataan käsitteellä terveytensä enintään kohtalaiseksi kokevat.

Tieto parisuhdetilanteesta perustuu kyselyn vastaukseen. Parisuhteessa oleviin on luokiteltu vastaajat, jotka kertoivat olevansa naimisissa, rekisteröidyssä parisuhteessa tai avoliitossa. Eronneet tai asumuserossa olevat, lesket ja naimattomat on yhdistetty omaksi ryhmäkseen.

Kotitalouden tulot on johdettu kyselyn kohdasta, jossa vastaajia pyydettiin arvioimaan kotitalouden yhteenlasketut nettotulot ja valitsemaan sopiva vaihtoehto kymmenen tuloluokan välillä. Tulona on käytetty luokan ylärajaa, joka on skaalattu kotitalouden koon perusteella jakamalla ylärajan mukaiset tulot kotitalouden koon neliöjuurella. Kaksi ylintä tuloluokkaa on yhdistetty, ja heidän tulonaan on käytetty toiseksi ylimmän luokan ylärajaa⁴. Tässä tutkimuksessa skaalatut nettotulot on jaettu kolmeen ryhmään euromääräisten rajojen perusteella. Alimpaan tuloryhmään kuuluivat vastaajat, joiden skaalatut kotitalouden tulot jäivät alle 2 000 euroon kuukaudessa. Heitä oli reilu neljännes vastanneista (27 %). Keskimmäiseen tuloryhmään, 2 000–2 999 euron kuukausituloja saaviin kotitalouksiin, kuului lähes puolet vastanneista (47 %). Ylimpään tuloryhmään kuuluvien kotitalouksien skaalatut tulot olivat vähintään 3 000 euroa kuukaudessa. Tähän ryhmään kuuluvia oli myös noin neljännes vastanneista (26 %).

Suurin osa (87 %) vastaajista kertoi asuvansa omistusasunnossa. Joka kymmenes asui vuokra-asunnossa ja loput asumisoikeus-, osaomistus- tai jossain muussa asumistyyppissä.

4 Tällä tekniikalla kotitalouden tulot tulevat osalle ylimmässä tuloryhmässä olevia ali-arvioiduksi. Tässä tutkimuksessa kotitalouden tulotasoa käytetään kuitenkin vain suhteellisena taustatekijänä, jolloin tulotason absoluuttista arvoa tärkeämpää on vastaajien sijoittuminen tuloryhmiin suhteessa toisiinsa.

Taulukko 3.1

Vastaajien painotetut jakaumat demografisten ja sosioekonomisten taustatekijöiden ja terveydentilan mukaan, % & N.

Taustatekijät	%	N
Sukupuoli		
Nainen	61,3	2 051
Mies	38,7	1 295
Kaikki	100,0	3 346
Ikä eläkkeen alkaessa		
Alle 63 v	5,4	182
63 v	44,9	1 518
64 tai 65 v	39,9	1 346
66 v tai vanhempi	9,8	332
Kaikki	100,0	3 378
Sosioekonominen asema		
Ylempi toimihenkilö	29,7	1 003
Alempi toimihenkilö	43,5	1 468
Työntekijä	23,7	801
Muu	3,1	106
Kaikki	100,0	3 378
Terveydentilanne ennen eläkkeelle jäämistä		
Hyvä	43,0	1 447
Melko hyvä	34,0	1 142
Kohtalainen	17,1	576
Melko huono	4,3	144
Huono	1,6	53
En osaa sanoa	0,1	2
Kaikki	100,0	3 364
Parisuhdetilanne		
Parisuhteessa	71,3	2 406
Ei parisuhteessa	28,7	968
Kaikki	100,0	3 374
Kotitalouden tulot, skaalattu		
Alle 2 000 e/kk	27,3	881
2 000 – 2 999 e/kk	47,1	1 518
3 000 e/kk tai enemmän	25,6	824
Kaikki	100,0	3 223
Asumismuoto		
Omistusasunto	85,6	2 877
Vuokra-asunto	10,6	361
Asumisoikeus- tai osaomistus- tai muu asuntotyyppi	3,8	126
Kaikki	100,0	3 364

3.4 Analyysimenetelmät

Eläkkeelle siirtymisen aikaan tapahtuvia muutoksia elämänlaadussa tutkitaan vertaamalla vastaajien kokemuksia elämänlaadusta ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Kyselyn elämänlaatua koskeviin kysymyksiin osattiin vastata hyvin. Puuttuvien vastausten määrä oli enimmillään muutamia kymmeniä ja en osaa sanoa -vastausten lukumäärä oli monessa kysymyksessä vain muutama. En osaa sanoa -vastaukset on määritetty puuttuviksi, eivätkä ne sisälly keskiarvoihin tai prosenttiosuuk-sina esitettyihin jakaumiin.

Tulososion ensimmäisessä luvussa (4.1) luodaan yleiskuva elämänlaadun tasosta ja sen eri osa-alueilla tapahtuneista muutoksista esittämällä vastaukset näihin kysymyksiin kuviossa keskiarvoina. Elämänlaadun arvioissa tapahtuvien muutosten yleisyyttä tarkastellaan tämän jälkeen lähemmin prosenttiosuuk-sina ensin kaikkien vastaajien keskuudessa ja sitten taustatekijöiden mukaan luvuissa 4.2–4.6. Taustatekijöiden mukaisissa tarkaste-luissa esitetään ensin sukupuolen ja eläkkeellesiirtymisiän mukaiset erot ja sen jälkeen sosioekonomisen aseman, terveyden sekä laajemmin vas-taajien resursseja kuvaavien parisuhdetilanteen ja kotitalouden tulojen mukaiset erot. Toimeentuloa koskevissa kysymyksissä vastauksia tarkastel-laan myös asumismuodon mukaisissa ryhmissä.

Taustatekijöiden mukaisten erojen tilastollinen merkitsevyys on testattu Pearsonin Khiin neliötestillä sekä ryhmien sisällä että ryhmien välillä ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Kuvioissa ryhmän nimen (esim. nainen) kohdalla esitetty merkintä kuvaa elämän-laadun muutoksen, eli ennen-jälkeen vertailun, tilastollista merkitse-vyyttä kyseisessä ryhmässä. Kuvion alla esitetyt merkitsevyydet puoles-taan kuvaavat eroja muuttujaryhmien (esim. nainen/mies) välillä erikseen ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen.

Elämänlaadun eri osa-alueita koskevien tulosten vertailussa on huomioi-tava erot kysymysten muotoiluissa. Osassa kysymyksiä vastaajia pyyde-tään suoraan arvioimaan elämänlaatunsa tasoa (elämänlaatu kokonaisuudessaan, terveys, jaksaminen, menojen kattaminen) ja osassa kysymyksiä vastaajia pyydetään arvioimaan sitä, kuinka tyytyväisiä he ovat elämän-laatuunsa (vapaa-aika, sosiaaliset suhteet). Toimeentuloon liittyvät kysy-mykset eroavat muiden osa-alueiden kysymyksistä siten, että aihepiiristä kysytään yhden kysymyksen sijaan useampia kysymyksiä (menojen katta-minen, tulojen muutos sekä odotukset toimeentulosta eläkkeellä). Myös

sekä vastausvaihtoehtojen sisällöissä että lukumäärissä on eroja. Paremmin vertailtavissa ovat vastaukset kysymyksiin, joiden esitysmuoto ja vastausasteikko ovat samoja.

Tutkimuksessa tehdään päätelmiä eroista elämänlaadussa ennen eläkkeelle siirtymistä ja sen jälkeen retrospektiivisiin kysymyksiin perustuvien vastausten pohjalta. Niihin tiedetään liittyvän ongelmia esimerkiksi ihmisten kyvyssä muistaa asioita, erityisesti jos näitä ei koeta tärkeiksi. Vastajilla on myös taipumus raportoida asenteita ja tunteita, jotka ovat enemmän yhdenmukaisia nykytilanteen kanssa (Hipp ym. 2020). Tästä huolimatta vastaajien näkemykset elämänlaadusta ennen eläkkeelle jäämistä ovat arvokkaita, sillä niiden avulla voidaan kuvata hyvin sitä, millaisena muutoksena eläkkeelle siirtyminen koetaan jälkeen päin arvioituna.

4 Tulokset

Muutoksia elämänlaadun kokonaisuudessa, vapaa-ajassa, sosiaalisissa suhteissa, terveydessä, jaksamisessa ja toimeentulossa tarkastellaan ensin vastausten keskiarvoilla alaluvussa 4.1. Nämä luovat yleiskuvan elämänlaadun tasosta ja siinä tapahtuneen muutoksen suuruudesta ja suunnasta. Tämän jälkeen kokemuksia elämänlaadusta ennen eläkkeelle siirtymistä ja sen jälkeen tarkastellaan tarkemmin osa-alueittain alaluvuissa 4.2–4.6. Ensimmäisten vastausten jakaumat esitetään kaikissa vastausluokissa ja sen jälkeen luokiteltuina taustatekijöiden suhteen. Tulokset perustuvat kysymyksiin, joissa vastaajaa pyydettiin arvioimaan elämänlaatuaan ennen eläkkeelle siirtymistä ja nykyisin. Nykytilanteeseen, jolloin vastaajat olivat olleet eläkkeellä vajaan vuoden reiluun kolmeen vuoteen, viitataan eläkkeelle siirtymisen jälkeisenä aikana.

4.1 Yleiskuva elämänlaadun tasosta ja muutoksesta

Tulokset piirtävät pääosin myönteisen kuvan eläkkeelle siirtyneiden elämänlaadusta ennen eläkkeelle siirtymistä ja muutaman vuoden sisällä sen jälkeen. Työstä eläkkeelle siirtyneet kokivat elämänlaatunsa kokonaisuuden keskimäärin melko hyväksi (keskiarvo 4,11 asteikolla 1–5) ennen eläkkeelle siirtymistä. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen aiempaa useampi koki elämänlaatunsa hyväksi ja sille annettujen arvioiden keskiarvo oli 4,37.⁵

Muutokset elämänlaadussa koettiin myönteisiksi vapaa-aikaan, jaksamiseen ja terveyteen liittyvissä kysymyksissä. Ennen eläkkeelle siirtymistä tyytyväisyys vapaa-ajan määrään oli verrattain matalaa, vaikka tähänkin oltiin kohtalaisen tyytyväisiä (keskiarvo 3,46). Vastaajat olivat myös kokeneet jaksamisensa keskimäärin melko hyväksi (keskiarvo 3,93). Samoin kokemus terveydentilasta ennen eläkkeelle siirtymistä asettui keskimäärin melko hyvälle tasolle (keskiarvo 4,13).

5 Lisätarkasteluissa (ei raportoitu) huomioitiin myös eläkkeellä vietetyn ajan pituus, mutta sen mukaisia eroja ei havaittu. Kokemukset elämänlaadun kokonaisuudesta ennen eläkkeelle siirtymistä ja sen jälkeen olivat samanlaisia vuosina 2019, 2020 ja 2021 eläkkeelle siirtyneillä.

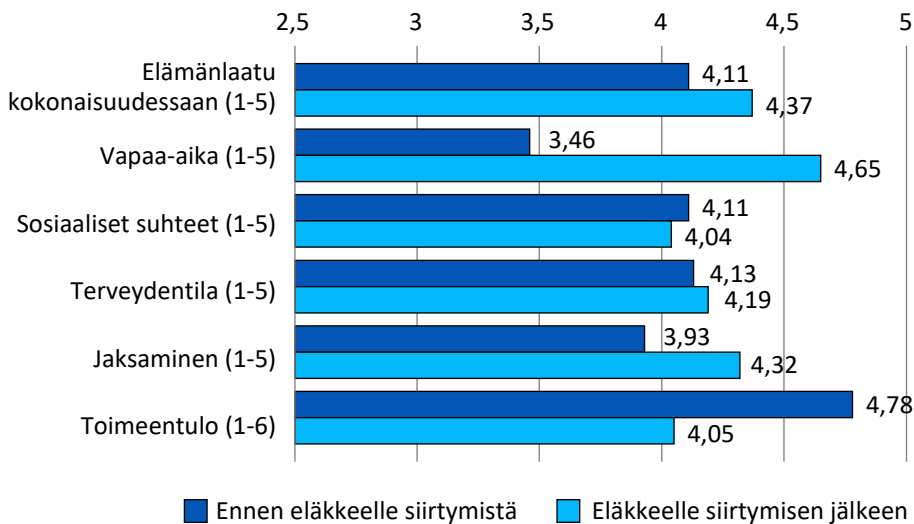
Eläkkeelle siirtymisen jälkeen tyytyväisyys vapaa-ajan määrään oli huomattavasti korkeammalla tasolla, valtaosa vastaajista (75 %) oli siihen hyvin tyytyväisiä (keskiarvo 4,65). Myös jaksaminen koettiin paremmaksi eläkkeelle siirtymisen jälkeen, jaksamisen keskiarvo oli 4,32. Terveystila koettiin puolestaan keskimäärin vain hieman paremmaksi: vastausten keskiarvo oli eläkkeelle siirtymisen jälkeen 4,19.

Arviot elämänlaadussa jäivät eläkkeelle siirtymisen jälkeen heikommiksi sosiaalisiin suhteisiin ja toimeentuloon liittyvissä kysymyksissä. Ennen eläkkeelle siirtymistä vastaajat olivat keskimäärin melko tyytyväisiä sosiaalisiin suhteisiinsa (keskiarvo 4,11). Eläkkeelle siirtymisen jälkeen tyytyväisyys oli hieman matalampaa (keskiarvo 4,04).

Tulojen riittävydestä menojen kattamiseen kysyttiin kuusiportaisella asteikolla, eivätkä keskiarvot siten ole vertailukelpoisia muihin elämänlaadun osa-alueisiin. Kuitenkin arvioissa tapahtuneen muutoksen suunta osoittaa, että menot saatiin katetuksi käytettävissä olevilla tuloilla aiempaa heikemmin. Ennen eläkkeelle siirtymistä menojen kattaminen koettiin useimmiten helpoksi (keskiarvo 4,75) ja eläkkeelle siirtymisen jälkeenkin useimmiten melko helpoksi (keskiarvo 4,05).

Kuvio 4.1

Arviot elämänlaadun kokonaisuudesta ja sen osa-alueista ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen (asteikolla 1–5 tai 1–6), keskiarvo.

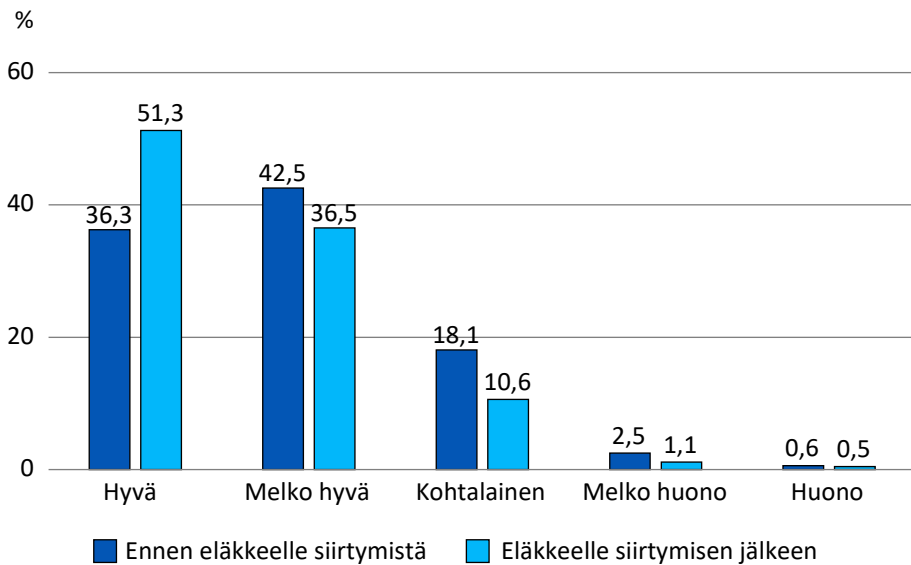


4.2 Elämänlaatu kokonaisuudessaan

Suurin osa vastaajista arvioi elämänlaatunsa vähintään melko hyväksi sekä ennen eläkkeelle siirtymistä että sen jälkeen (Kuvio 4.2). Ennen eläkkeelle siirtymistä elämänlaatunsa koki melko hyväksi vajaa puolet (43 %) ja hyväksi reilu kolmannes (36 %) vastaajista. Vajaalla viidesosalla elämänlaatu oli kohtalainen ja vain muutamalla prosentilla melko huono tai huono. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen hyväksi elämänlaatunsa kokeneita oli noin 15 prosenttiyksikköä enemmän ja puolet (51 %) vastaajista koki elämänlaatunsa hyväksi. Aiempaa harvempi arvioi elämänlaatunsa melko hyväksi, kohtalaiseksi, melko huonoksi tai huonoksi.

Kuvio 4.2

Elämänlaatu ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen, %.

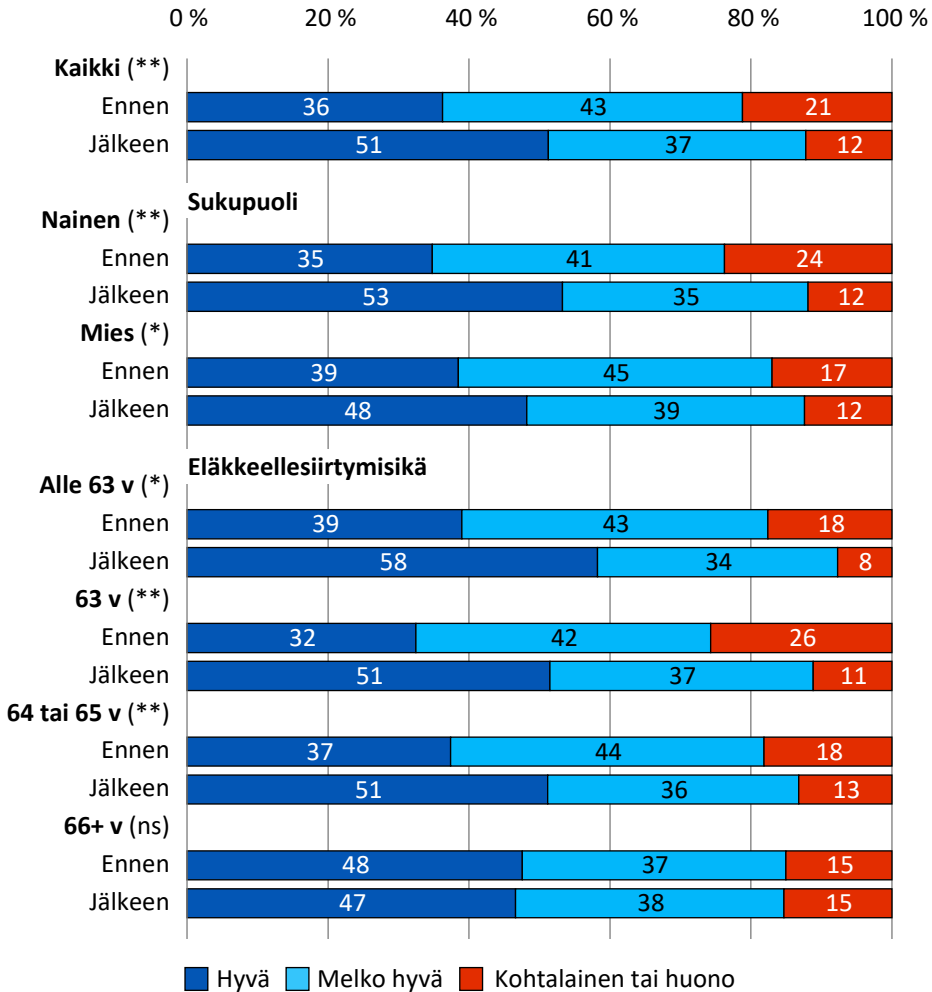


Taustatekijöiden mukainen tarkastelu

Ennen eläkkeelle siirtymistä naiset kokivat elämänlaatunsa hyväksi hieman miehiä harvemmin ja vastaavasti useammin enintään kohtalaiseksi (Kuvio 4.3). Molemmilla sukupuolilla elämänlaatunsa hyväksi arvioineiden osuus oli korkeampi eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Naisilla nousua tapahtui miehiä useammin. Tämän seurauksena naisten ja miesten elämänlaadussa ei ollut eroja enää eläkkeelle siirtymisen jälkeen.

Kuvio 4.3

Elämänlaatu ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen sukupuolen ja eläkkeellesiirtymisikä mukaan, %.



Ryhmiä sisäisten (esim. naiset ennen vs. jälkeen) erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan:

n.s. ei merkitsevää, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Ryhmiä välisten erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan (ei esitetty kuviossa):

Sukupuoli: ennen *, jälkeen n.s.

Ikäryhmät: ennen **, jälkeen n.s.

63-vuotiaina eläköityneet kokivat elämänlaatunsa enintään kohtalaiseksi muita ikäryhmiä useammin ennen eläkkeelle siirtymistä. Eläkkeelle siirtymisen myötä elämänlaatunsa hyväksi arvioineiden osuus kasvoi tässä ryhmässä muita useammin, eikä eläkkeelle siirtymisen jälkeen elämänlaadussa ollut enää ikäryhmien välisiä eroja. 66-vuotiaina tai sitä vanhempana eläkkeelle siirtyneet kokivat elämänlaatunsa nuorempina eläköityneitä useammin hyväksi ennen eläkkeelle siirtymistä, mutta toisin kuin nuorempana eläkkeelle siirtyneillä, eläköitymisen jälkeen heidän ryhmässään elämänlaatunsa hyväksi arvioineiden osuus pysyi samana.

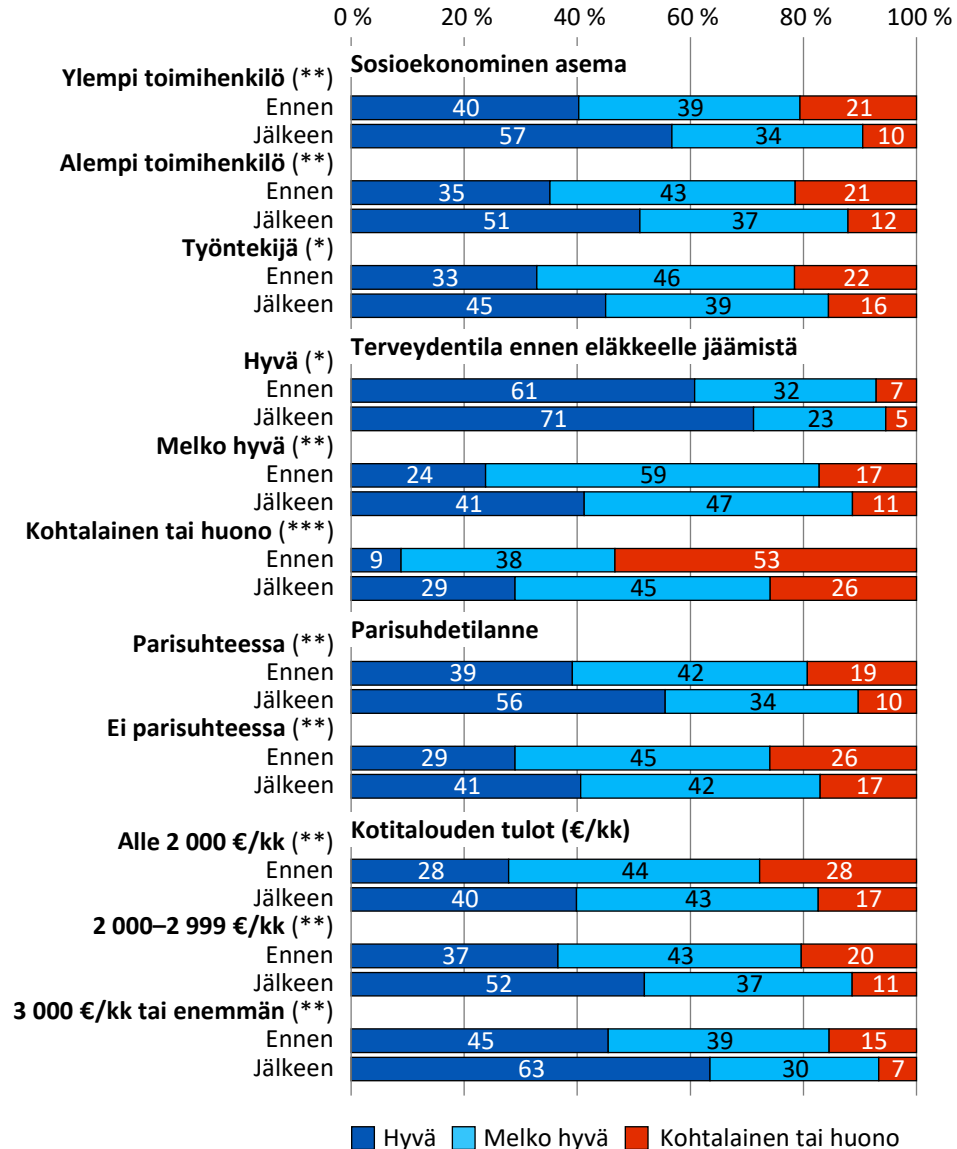
Toimihenkilö- ja työntekijäammateissa työskennelleiden elämänlaadussa ei ollut eroja ennen eläkkeelle siirtymistä, mutta eläkkeelle siirtymisen jälkeen ylempänä toimihenkilönä työskennelleet kokivat elämänlaatunsa alempana toimihenkilönä tai työntekijänä työskennelleitä useammin hyväksi (Kuvio 4.4). Vastaavasti ylempinä toimihenkilöinä työskennelleet kokivat muita harvemmin elämänlaatunsa enintään kohtalaiseksi. Työntekijätaustaiset taas arvioivat hieman muita harvemmin elämänlaatunsa hyväksi eläkkeelle siirtymisen jälkeen.

Terveys on merkittävä elämänlaadun tekijä. Mitä heikommaksi terveys koettiin ennen eläkkeelle siirtymistä, sitä heikompana myös elämänlaatu pidettiin sekä ennen eläkkeelle siirtymistä että sen jälkeen. Eläkkeelle siirtymisen myötä terveyden mukaiset erot säilyivät selkeinä, vaikka aiempaa suurempi osuus terveytensä heikommaksi arvioineista koki elämänlaatunsa paremmaksi.

Parisuhteessa olevat kokivat elämänlaatunsa hyväksi ennen eläkkeelle siirtymistä useammin kuin ne, jotka eivät ole parisuhteessa. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen molemmissa ryhmissä elämänlaatu arvioitiin useammin hyväksi, mutta parisuhdetilanteen mukaiset erot pysyivät samansuuntaisina. Myös tulot heijastuvat suoraviivaisesti elämänlaatuun. Elämänlaatu koettiin sekä ennen eläkkeelle siirtymistä että sen jälkeen sitä paremmaksi, mitä suuremmat kotitalouden tulot ovat. Elämänlaadun hyväksi kokeneiden osuus kasvoi kaikissa tuloluokissa suunnilleen yhtä usein, minkä seurauksena erot elämänlaadussa tuloluokkien välillä pysyivät myös ennallaan.

Kuvio 4.4

Elämänlaatu ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen sosioekonomisen aseman, terveydentilan, parisuhdetilanteen ja kotitalouden tulojen mukaan, %.



Ryhmien sisäisten (esim. ylempät toimihenkilöt ennen vs. jälkeen) erojen tilastollinen merkittävyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan: n.s. ei merkitsevä, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Ryhmien välisten erojen tilastollinen merkittävyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan (ei esitetty kuviossa):

Sosioekonominen asema: ennen n.s., jälkeen **

Terveystila: ennen ***, jälkeen ***

Parisuhdetilanne: ennen ***, jälkeen ***

Kotitalouden tulot: ennen ***, jälkeen ***

Arviot elämänlaadun kokonaisuudesta olivat myönteisimpiä eläkkeelle siirtymisen jälkeen kaikissa väestöryhmissä lukuun ottamatta 66-vuotiaana tai sitä vanhempana eläköityneitä. Väestöryhmittäiset erot niin tasoittuivat, pysyivät ennallaan kuin niitä syntyikin. Ennen eläkkeelle siirtymistä elämänlaadussa oli sukupuolen ja eläkkeellesiirtymisiän mukaisia eroja. Naisilla ja nuorempana eläköityneillä arviot elämänlaadusta olivat ennen eläkkeelle siirtymistä matalampia kuin miehillä ja vanhempana eläkkeelle siirtyneillä, mutta eläkkeelle jälkeen siirtymisen sukupuolen ja eläkkeellesiirtymisiän mukaiset erot tasoittuivat. Elämänlaatu arvioitiin paremmaksi eläkkeelle siirtymisen jälkeen yhtä lailla terveydentilan, parisuhdetilanteen ja kotitalouden tulojen mukaisissa ryhmissä, minkä vuoksi erot ryhmien välillä säilyivät. Sosioekonomisen aseman kohdalla taas eroja ei ollut ennen eläkkeelle siirtymistä, mutta eläkkeelle siirtymisen jälkeen toimenkilötaustaiset arvioivat elämänlaatuaan työntekijöinä työskennelleitä myönteisemmin.

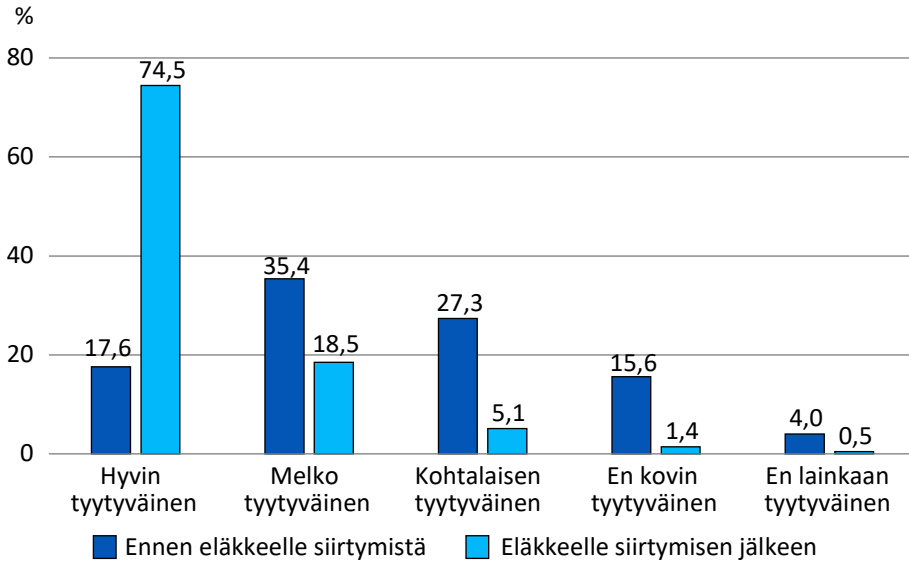
4.3 Tyytyväisyys vapaa-aikaan

Eläkkeelle siirtymisen jälkeen selvästi aiempaa useampi oli hyvin tyytyväinen vapaa-aikansa määrään (Kuvio 4.5). Ennen eläkkeelle siirtymistä vastaajat olivat vaihtelevan tyytyväisiä siihen, miten paljon heillä oli vapaa-aikaa käytössään: vajaa viidesosa (18 %) vastaajista oli hyvin tyytyväisiä ja reilu kolmasosa (35 %) melko tyytyväisiä vapaa-aikansa määrään. Tyytymättömiä oli muihin elämän osa-alueisiin verrattuna enemmän. Reilu neljäsosa (27 %) vastaajista oli kohtalaisen tyytyväisiä ja noin joka viides (20 %) ei ollut kovin tai lainkaan tyytyväisiä vapaa-aikansa määrään.

Eläkkeelle siirtymisen jälkeen melkein kaikki vastaajat olivat joko hyvin tai melko tyytyväisiä vapaa-aikansa määrään. Hyvin tyytyväisten osuus kasvoi 57 prosenttiyksiköllä ja kolme neljästä (75 %) oli vapaa-aikansa määrään hyvin tyytyväisiä. Melko tyytyväisten osuus laski 17 prosenttiyksikköä ja enintään kohtalaisen tyytyväisiä vapaa-aikansa määrään olevien osuus oli 40 prosenttiyksikköä pienempi kuin ennen eläkkeelle jäämistä.

Kuvio 4.5

Tyytyväisyys vapaa-aikaa määrään ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen, %.

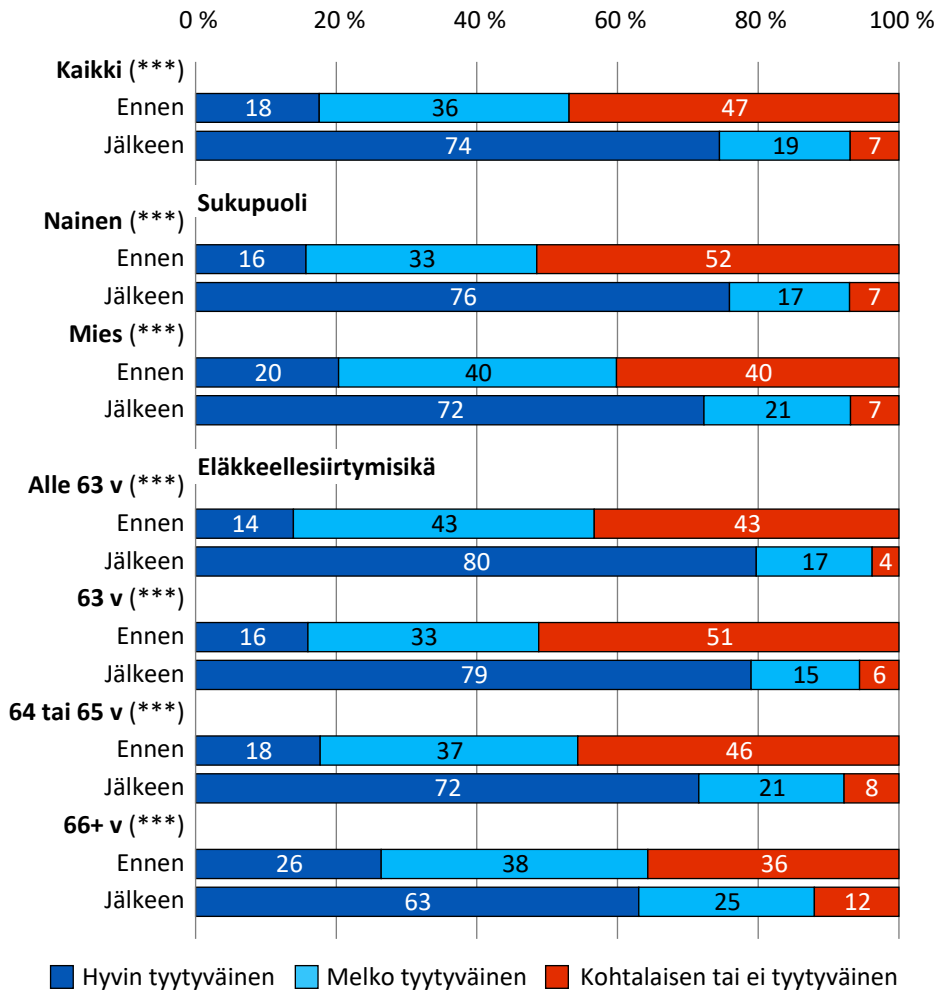
**Taustatekijöiden mukainen tarkastelu**

Naiset olivat miehiä useammin tyytymättömiä vapaa-aikansa määrään ennen eläkkeelle siirtymistä (Kuvio 4.6). Tämä näkyy erityisesti siinä, että naiset olivat miehiä useammin enintään kohtalaisen tyytyväisiä vapaa-aikaansa. Eläkkeellesiirtymisen jälkeen naiset olivat hienokseltaan miehiä useammin hyvin tyytyväisiä vapaa-aikansa määrään.

Ennen eläkkeelle siirtymistä tyytyväisimpiä vapaa-aikaansa määrään olivat 66-vuotiaana tai sitä vanhempana eläköityneet. Tyytymättömiä olivat puolestaan 63-vuotiaana eläköityneet. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen nuorempina eläköityneiden tyytyväisyys vapaa-aikaa määrään yleistyi huomattavasti, ja he olivat tyytyväisempiä vapaa-aikaansa kuin vanhempana eläkkeelle siirtyneet. Vaikka vanhimpana eläköityneidenkin tyytyväisyys vapaa-aikaa määrään lisääntyi selvästi, olivat he nuorempina eläköityneitä harvemmin hyvin tyytyväisiä vapaa-aikaansa.

Kuvio 4.6

Tyytyväisyys vapaa-ajan määrään ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen sukupuolen ja eläkkeellesiirtymisiän mukaan, %.



Ryhmiin sisäisten (esim. naiset ennen vs. jälkeen) erojen tilastollinen merkitsevyys

χ^2 -testin p-arvojen mukaan:

n.s. ei merkitsevä, * p<0,05, ** p<0,01, *** p<0,001

Ryhmiin välisten erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan (ei esitetty kuviossa):

Sukupuoli: ennen ***, jälkeen *

Ikäryhmät: ennen ***, jälkeen ***

Ennen eläkkeelle siirtymistä tyytymättöimpiä vapaa-aikaansa määrään olivat ylempänä toimihenkilönä ja tyytyväisimpiä työntekijäammateissa työskennelleet (Kuvio 4.7). Eläkkeelle siirtymisen jälkeen työntekijöinä työskennelleiden tyytyväisyys yleistyi toimihenkilöinä työskennelleitä vähemmän. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen ylempänä ja alempana toimihenkilönä työskennelleet olivat useammin hyvin tyytyväisiä vapaa-aikansa määrään kuin työntekijöinä työskennelleet.

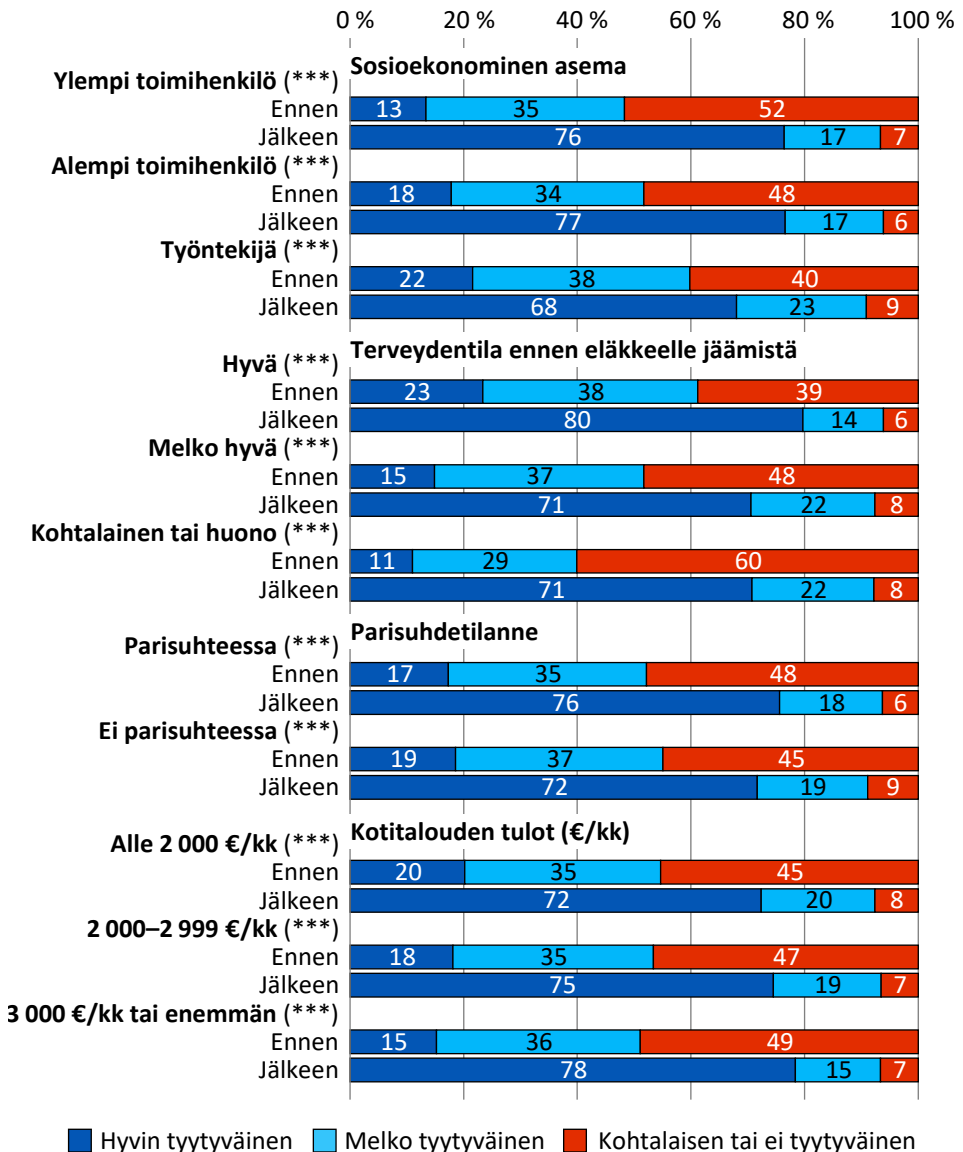
Tyytymättömyys vapaa-ajan määrään oli ennen eläkkeelle siirtymistä sitä yleisempää, mitä heikommaksi terveys koettiin. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen tyytyväisyys vapaa-ajan määrään yleistyi enemmän niillä, joiden terveys oli heikempi. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen tyytyväisimpiä vapaa-aikaansa olivat kuitenkin edelleen ne, joiden terveys oli hyvä. Tyytyväisyydessä vapaa-ajan määrään ei ollut enää eroja terveytensä melko hyväksi ja kohtalaiseksi tai sitä heikommaksi kokeneiden välillä.

Eläkkeelle siirtymisen jälkeen parisuhteessa olevat olivat hieman tyytyväisempiä vapaa-aikaansa määrään kuin ne, jotka eivät ole parisuhteessa. Eroja ryhmien välillä ei ollut ennen eläkkeelle siirtymistä. Myöskään kotitalouden tulojen mukaisia eroja ei ollut ennen eläkkeelle siirtymistä. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen suurempituloiset vastaajat olivat hieman useammin tyytyväisiä vapaa-aikaansa määrään kuin pienempituloiset, mutta erot tuloryhmien välillä jäivät myös pieniksi.

Tyytyväisyys vapaa-ajan määrään oli eläkkeelle siirtymisen jälkeen korkeampaa kaikissa väestöryhmissä. Useat väestöryhmittäiset erot olivat kuitenkin erisuuntaisia tai eroja ryhmien välillä ilmeni vasta eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Ennen eläkkeelle jäämistä vanhimpana eläköityneet, työntekijätaustaiset ja miehet olivat tyytyväisempiä vapaa-aikaansa kuin nuorempina eläköityneet, toimihenkilötaustaiset ja naiset. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen erot näiden ryhmien välillä olivat päinvastaisia. Parisuhdetilanteen ja tuloluokkien välillä eroja oli vasta eläkkeelle siirtymisen jälkeen: parisuhteessa olevat ja suurempituloiset olivat hieman muita tyytyväisempiä vapaa-aikaansa. Terveysten mukaiset erot säilyivät ennallaan, vaikka ne osittain tasoittuivatkin.

Kuvio 4.7

Tyytyväisyys vapaa-ajan määrään ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen sosioekonomisen aseman, terveydentilan, parisuhdetilanteen ja kotitalouden tulojen mukaan, %.



Ryhmiin sisäisten (esim. ylempät toimihenkilöt ennen vs. jälkeen) erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan: n.s. ei merkitsevä, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Ryhmiin välisten erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan (ei esitetty kuviossa): Sosioekonominen asema: ennen ***, jälkeen **

Terveydentila: ennen ***, jälkeen ***

Parisuhdetilanne: ennen n.s., jälkeen *

Kotitalouden tulot: ennen n.s., jälkeen *

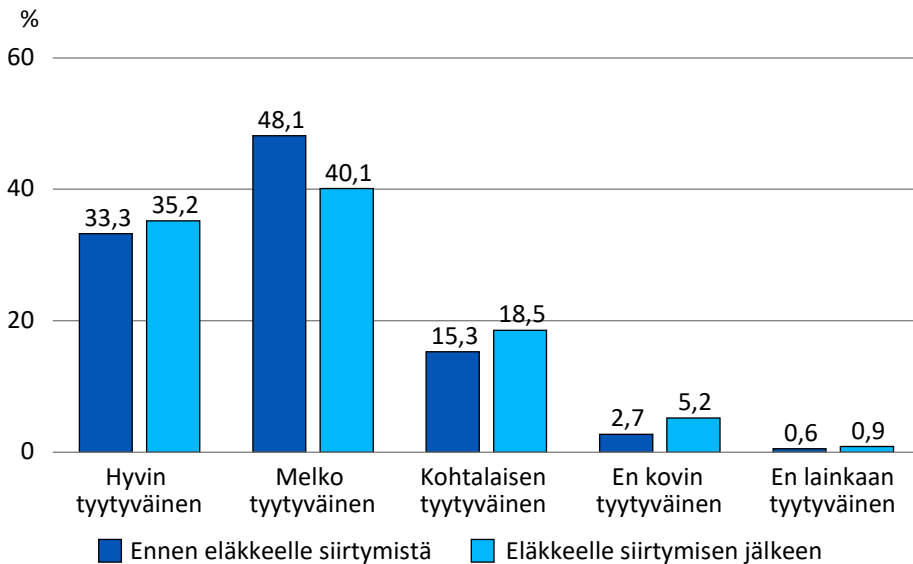
4.4 Tyytyväisyys sosiaalisiin suhteisiin

Suurin osa vastaajista oli vähintään melko tyytyväisiä sosiaalisiin suhteisiinsa sekä ennen eläkkeelle siirtymistä että sen jälkeen (Kuvio 4.8). Ennen eläkkeelle siirtymistä noin puolet (48 %) oli melko tyytyväisiä ja kolmasosa (33 %) hyvin tyytyväisiä sosiaalisiin suhteisiinsa. Vajaalla viidesosalla (19 %) tyytyväisyys oli enintään kohtalaista. Ei kovin tai ei lainkaan tyytyväisiä oli vastaajista yhteensä vain muutama prosentti.

Eläkkeelle siirtymisen jälkeen tyytyväisyys sosiaalisiin suhteisiin oli hie­man matalampaa. Kokonaiskuvassa ero aiempaan ei kuitenkaan ollut suuri. Melko tyytyväisten osuus pieneni 40 prosenttiin ja muiden ryhmien osuudet kasvoivat enintään muutamilla prosenttiyksiköillä. Enintään kohtalaisen tyytyväisiä sosiaalisiin suhteisiinsa eläkkeelle siirtymisen jälkeen oli neljännes (25 %) vastaajista.

Kuvio 4.8

Tyytyväisyys sosiaalisiin suhteisiin ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen, %.



Taustatekijöiden mukainen tarkastelu

Naiset olivat miehiä hieman useammin hyvin tyytyväisiä sosiaalisiin suhteisiinsa ennen eläkkeelle siirtymistä, mutta enintään kohtalaisen tyytyväisiä oli naisista ja miehistä yhtä moni (Kuvio 4.9). Eläkkeelle siirtymisen jälkeen naisista aiempaa useampi oli yhtäältä hyvin tyytyväinen, mutta toisaalta myös enintään kohtalaisen tyytyväisten osuus oli suurempi. Miehet olivat aiempaa useammin enintään kohtalaisen tyytyväisiä sosiaalisiin suhteisiinsa.

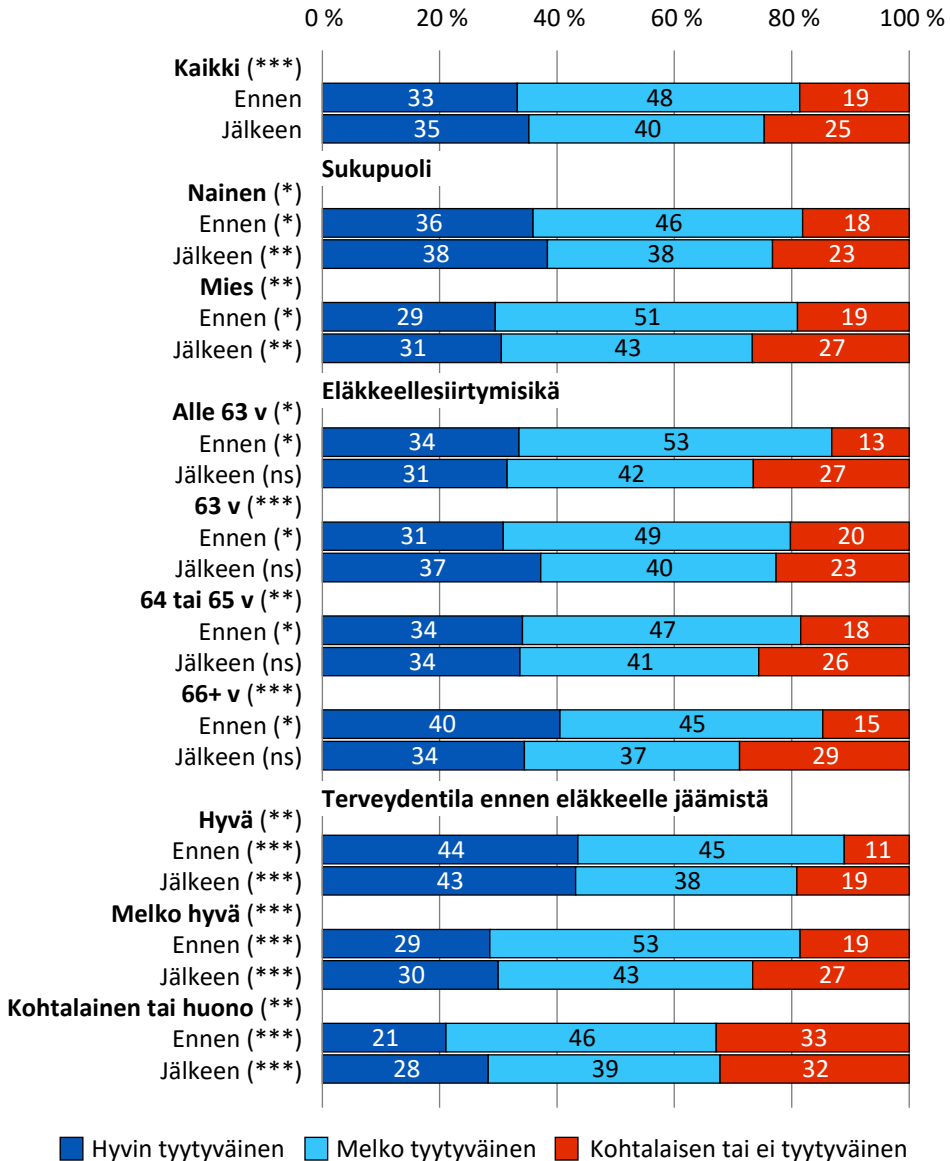
Ennen eläkkeelle siirtymistä tyytyväisimpiä sosiaalisiin suhteisiinsa olivat 66-vuotiaana tai sitä vanhempana eläköityneet ja tyytymättömiä 63-vuotiaana eläköityneet. Jälkimmäisessä ryhmässä oli muita enemmän korkeintaan kohtalaisen tyytyväisiä ja muita vähemmän hyvin tyytyväisiä. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen tyytyväisyydessä sosiaalisiin suhteisiin ei ollut enää eläkkeellesiirtymisiin mukaisia eroja. Tämä johtuu 63-vuotiaana eläköityneiden yleistyneestä ja muiden ikäryhmien vähentyneestä tyytyväisyydestä.

Tyytyväisyys sosiaalisiin suhteisiin oli ennen eläkkeelle siirtymistä sitä yleisempää, mitä parempi vastaajan terveys oli. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen tyytyväisyys sosiaalisiin suhteisiin kuitenkin heikentyi niillä, jotka arvioivat terveytensä hyväksi tai melko hyväksi. Heistä aiempaa useampi oli enintään kohtalaisen tyytyväisiä sosiaalisiin suhteisiinsa. Tyytyväisyys sosiaalisiin suhteisiin sen sijaan yleistyi niillä, joiden terveys oli heikompi. Heistä aiempaa useampi oli sosiaalisiin suhteisiinsa hyvin tyytyväisiä. Ryhmien välisten erojen tasoittumisesta huolimatta terveytensä heikommaksi kokee- neet olivat edelleen muita useammin enintään kohtalaisen tyytyväisiä sosiaalisiin suhteisiinsa.

Tyytyväisyys sosiaalisiin suhteisiin oli eläkkeelle siirtymisen jälkeen hieman matalampaa suurimmassa osassa väestöryhmistä. Kuitenkin muutamissa ryhmissä, kuten naisilla, 63-vuotiaana eläkkeelle siirtyneillä ja terveytensä enintään kohtalaiseksi kokeneilla hyvin tyytyväisten osuus kasvoi hieman. Tyytyväisyydessä sosiaalisiin suhteisiin oli vähemmän väestöryhmien välisiä eroja verrattuna muihin elämän osa-alueisiin. Esimerkiksi sosio-ekonomisen aseman, parisuhdetilanteen ja kotitalouden tulojen mukaisia eroja ei ollut ennen eläkkeelle siirtymistä eikä sen jälkeen. Eläkkeelle siirtymisen myötä sukupuolen mukaiset erot kasvoivat hieman, koska tyytymättömyys yleistyi miehillä naisia enemmän. Erot ikäryhmien välillä puolestaan tasoittuivat johtuen 63-vuotiaana eläköityneiden lisääntyneestä ja vanhimpana eläköityneiden vähentyneestä tyytyväisyydestä.

Kuvio 4.9

Tyytyväisyys sosiaaliin suhteisiin ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen sukupuolen, eläkkeellesiirtymisiä ja terveydentilan mukaan, %.



Ryhmien sisäisten (esim. naiset ennen vs. jälkeen) erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan: n.s. ei merkitsevä, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Ryhmien välisten erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan (ei esitetty kuviossa):

Sukupuoli: ennen *, jälkeen **

Ikäryhmät: ennen *, jälkeen n.s.

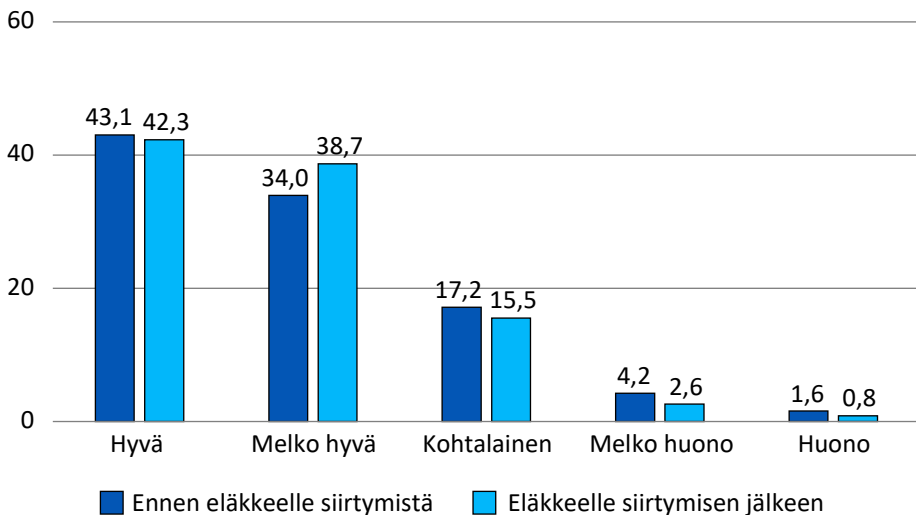
Terveydentila: ennen ***, jälkeen ***

4.5 Terveys

Valtaosa vastaajista koki terveytensä vähintään melko hyväksi sekä ennen eläkkeelle siirtymistä että sen jälkeen (kuvio 4.10). Ennen eläkkeelle siirtymistä hyväksi terveytensä arvioi hieman alle puolet (43 %) ja melko hyväksi noin kolmasosa (34 %) vastaajista. Enintään kohtalaiseksi terveytensä koki hieman harvempi kuin joka neljäs (23 %), ja heistä vain pieni osa koki terveytensä huonoksi tai melko huonoksi. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen hieman aiempaa useampi (39 %) koki terveytensä melko hyväksi ja muunlaisia kokemuksia oli hieman vähemmän.

Kuvio 4.10

Terveydentilanne ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen, %

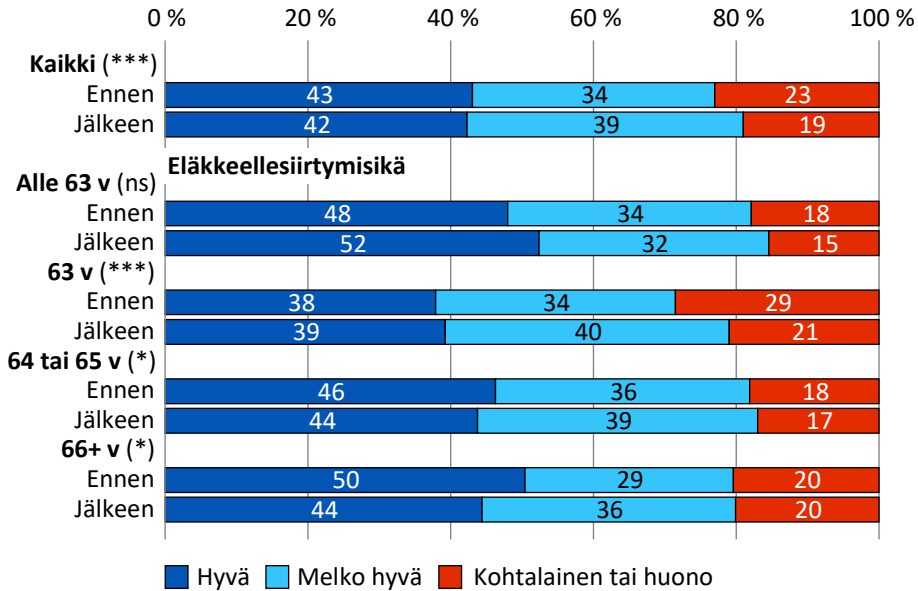


Taustatekijöiden mukainen tarkastelu

Ennen eläkkeelle siirtymistä 63-vuotiaana eläköityneet kokivat terveytensä useammin enintään kohtalaiseksi kuin nuorempana tai vanhempana eläköityneet (Kuvio 4.11). Eläkkeelle siirtymisen jälkeen 63-vuotiaana eläköityneet kokivat terveytensä aiempaa harvemmin enintään kohtalaiseksi, mutta hyväksi sen arvioi käytännössä yhtä moni kuin ennen eläkkeelle siirtymistä. Vanhempana eläköityneiden arviot terveydestä puolestaan olivat heikompia eläkkeelle siirtymisen jälkeen: aiempaa harvempi heistä arvioi terveytensä hyväksi. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen terveytensä kokivat parhaimmaksi alle 63-vuotiaana eläköityneet. Naisten ja miesten kokemuksissa terveydestä ei ollut eroja ennen eläkkeelle siirtymistä eikä eläkkeelle siirtymisen jälkeen.

Kuvio 4.11

Terveydentilanne ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen eläkkeellesiirtymisiän mukaan, %.



Ryhmien sisäisten (esim. alle 63 v ennen vs. jälkeen) erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan: n.s. ei merkitsevä, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Ryhmien välisten erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan (ei esitetty kuviossa): lkäryhmät: ennen ***, jälkeen **

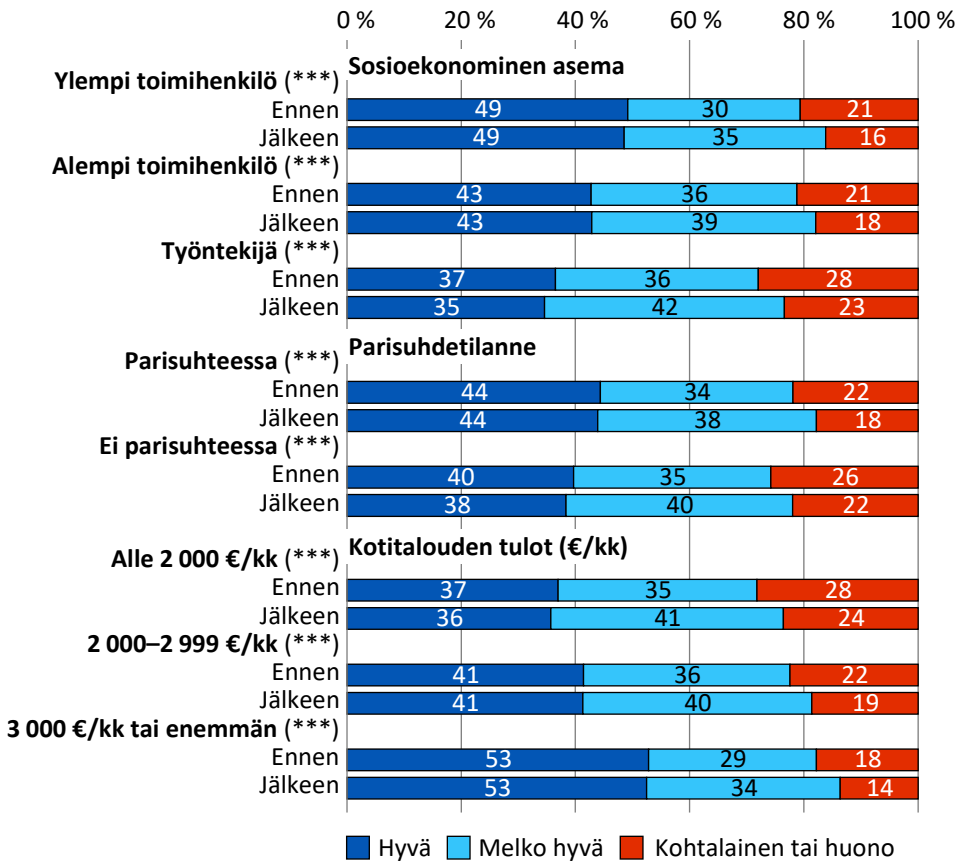
Terveytensä hyväksi arvioiminen sekä ennen eläkkeelle siirtymistä että sen jälkeen oli sitä yleisempää, mitä korkeampi vastaajan sosioekonominen asema oli (Kuvio 4.12). Parhaimmaksi terveytensä kokivat ylempänä toimihenkilönä ja heikoimmaksi työntekijänä työskennelleet. Alempana toimihenkilönä työskennelleiden arviot terveydestään sijoittuivat näiden ryhmien väliin. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen terveys koettiin suunnilleen yhtä usein hyväksi kuin aiemminkin, mutta kokemukset enintään kohtalaisesta terveydestä olivat hieman harvinaisempia kaikissa ryhmissä. Erot ryhmien välillä säilyivät ennallaan.

Parisuhteessa olevat kokivat terveytensä hieman useammin hyväksi ja harvemmin enintään kohtalaiseksi ennen eläkkeelle siirtymistä kuin ne, joilla ei ole parisuhdetta. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen molemmissa ryhmissä hieman aiempaa useampi koki terveytensä melko hyväksi ja harvempi enintään kohtalaiseksi. Erot ryhmien välillä pysyivät ennallaan.

Ennen eläkkeelle siirtymistä terveys koettiin sitä paremmaksi mitä suuremmat vastaajan kotitalouden tulot ovat. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen arviot terveydestä olivat hieman myönteisempiä eri tulotasoilla ja erot tulo-ryhmien välillä pysyivät ennallaan.

Kuvio 4.12

Terveydentilanne ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen sosioekonomisen, parisuhdetilanteen ja kotitalouden tulojen mukaan, %.



Ryhmien sisäisten (esim. ylempät toimihenkilöt ennen vs. jälkeen) erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan: n.s. ei merkitsevää, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Ryhmien välisten erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan (ei esitetty kuviossa):

Sosioekonominen asema: ennen ***, jälkeen ***

Parisuhteetilanne: ennen *, jälkeen **

Kotitalouden tulot: ennen ***, jälkeen ***

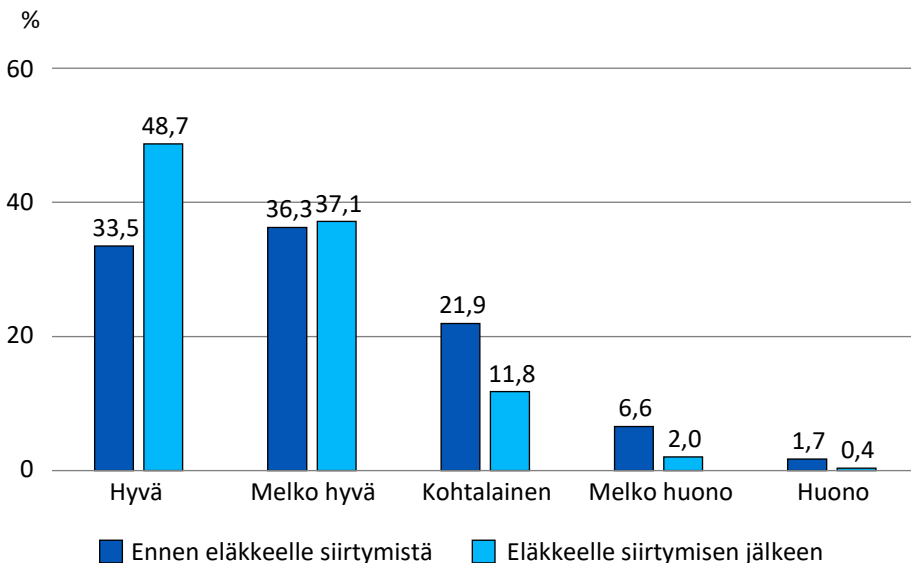
Eläkkeelle siirtymisen jälkeen hieman aiempaa useampi koki terveytensä melko hyväksi ja harvempi enintään kohtalaiseksi. Hyväksi terveytensä arvioineiden osuus pysyi samalla tasolla kuin ennen eläkkeelle siirtymistä. Arviot terveydentilasta ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen seurasivat samaa trendiä melkein kaikissa väestöryhmissä ja erot väestöryhmien välillä pysyivät pitkälti samanlaisena eläkkeelle siirtymistäessä. Ikäryhmien väliset erot kuitenkin tasoittuivat hienokseltaan eläkkeelle siirtymisen jälkeen ja alle 63-vuotiaana eläköityneet kokivat terveytensä muita useammin ja 63-vuotiaana eläköityneet edelleen muita ikäryhmiä harvemmin hyväksi.

4.6 Jaksaminen

Työstä eläkkeelle siirtymisen jälkeen arviot jaksamisesta olivat hieman aiempaa parempia. Ennen eläkkeelle siirtymistä kokemukset jaksamista olivat vaihtelevia (kuvio 4.13). Noin kolmasosa (34 %) vastaajista koki jaksamisensa hyväksi ja käytännössä yhtä suuri osuus (36 %) melko hyväksi. Reilulla viidesosalla (22 %) jaksaminen oli kohtalaista. Harvempi kuin joka kymmenes (8 %) koki jaksamisensa melko huonoksi tai huonoksi.

Kuvio 4.13

Jaksaminen ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen, %.



Eläkkeelle siirtymisen jälkeen hyväksi jaksamisensa kokeneiden osuus kasvoi selvästi (15 prosenttiyksikköä) ja noin puolet (49 %) vastaajista koki jaksamisensa hyväksi. Melko hyväksi jaksamisensa koki yhtä moni kuin aiemminkin. Kokemukset kohtalaisesta tai sitä heikommasta jaksamisesta puolestaan vähentyivät 16 prosenttiyksiköllä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen jaksamisensa kohtalaiseksi arvioi 12 prosenttia vastaajista, ja huonoksi tai melko huonoksi jaksamisensa arvioineita oli enää vain pari prosenttia.

Taustatekijöiden mukainen tarkastelu

Naiset kokivat jaksamisensa miehiä selkeästi useammin kohtalaiseksi tai sitä huonommaksi ennen eläkkeelle siirtymistä (Kuvio 4.14). Eläkkeelle siirtymisen jälkeen naisten arviot jaksamisesta olivat useammin aiempaa myönteisempiä ja sukupuolten välisiä eroja ei enää ollut.

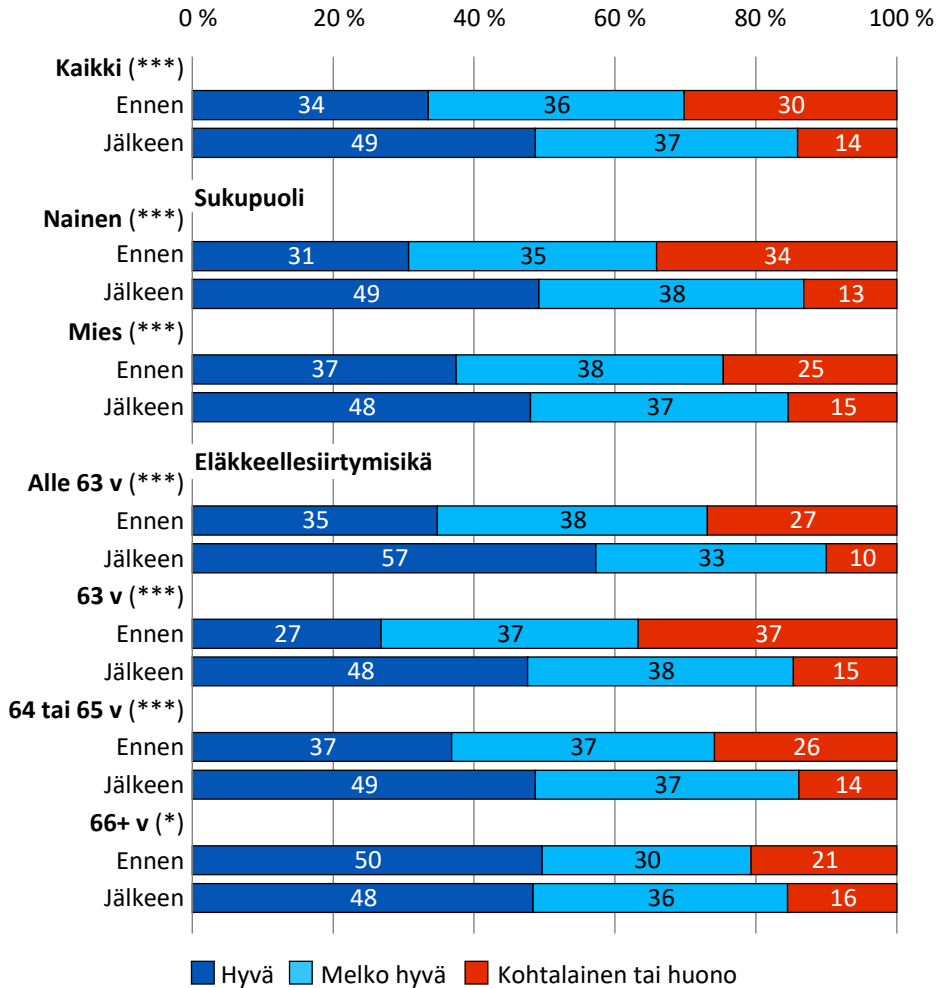
Kokemus jaksamisesta ennen eläkkeelle siirtymistä vaihteli huomattavasti myös eläkkeellesiirtymisiän mukaan. 63-vuotiaana eläköityneet kokivat jaksamisensa muun ikäisenä eläköityneitä useammin enintään kohtalaiseksi ja harvemmin hyväksi. 66-vuotiaana tai vanhempana eläköityneiden jaksaminen oli puolestaan muita useammin hyvä. Muussa iässä eläköityneet arvioivat jaksamisensa näiden ikäryhmien välille. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen 63-vuotiaana tai nuorempana eläköityneet arvioivat jaksamistaan selkeästi aiempaa myönteisemmin, eikä jaksamisessa ollut enää myöskään eläkkeellesiirtymisiän mukaisia eroja.

Toimihenkilöinä ja työntekijäammateissa työskennelleiden jaksamisessa ei ollut eroja ennen eläkkeelle siirtymistä (Kuvio 4.15). Eläkkeelle siirtymisen jälkeen toimihenkilöinä työskennelleiden arviot jaksamisesta olivat myönteisempiä kuin työntekijätaustaisilla. Eläkkeen siirtymisen jälkeen ylempänä toimihenkilönä työskennelleet kokivat jaksamisensa muita useammin hyväksi ja vastaavasti harvemmin enintään kohtalaiseksi. Työntekijäammateissa työskennelleet puolestaan kokivat jaksamisensa hieman muita useammin enintään kohtalaiseksi eläkkeelle siirtymisen jälkeen.

Paremmaksi terveytensä kokeneet arvioivat myös jaksamisensa muita useammin hyväksi sekä ennen eläkkeelle siirtymistä että sen jälkeen. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen jaksaminen koettiin paremmaksi kaikissa terveyden mukaisissa ryhmissä. Ryhmien väliset erot pysyivät ennallaan, vaikkane, joiden terveys oli heikompi, arvioivat jaksamisensa aiempaa paremmaksi muita useammin.

Kuvio 4.14

Jaksaminen ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen sukupuolen ja eläkkeellesiirtymisikä mukaan, %.



Ryhmien sisäisten (esim. naiset ennen vs. jälkeen) erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan: n.s. ei merkitsevä, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

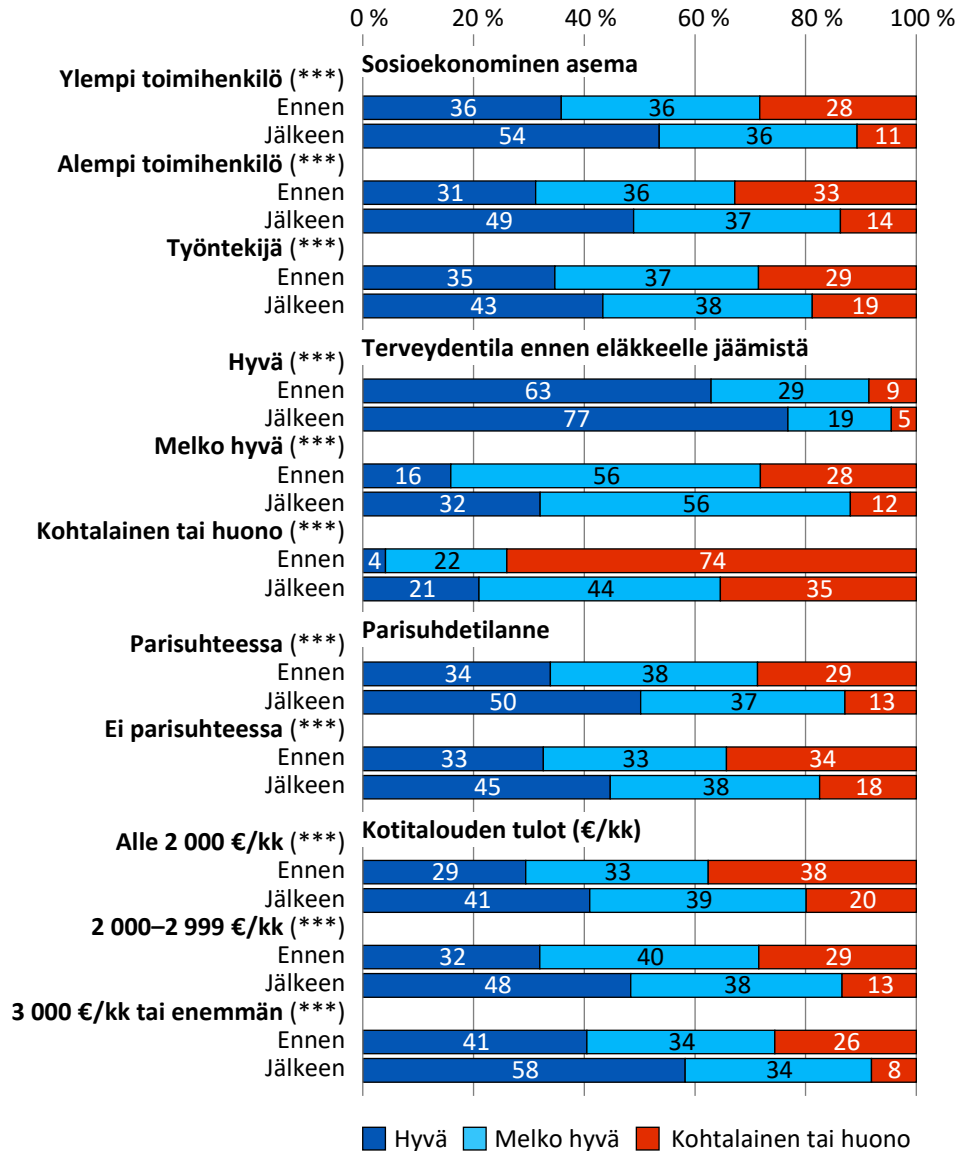
Ryhmien välisten erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan (ei esitetty kuviossa):

Sukupuoli: ennen ***, jälkeen n.s.

Ikkäryhmät: ennen ***, jälkeen n.s.

Kuvio 4.15

Jaksaminen ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen parisuhdetilanteen ja kotitalouden tulojen mukaan, %.



Ryhmiin sisäisten (esim. ylempät toimihenkilöt ennen vs. jälkeen) erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan: n.s. ei merkitsevä, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Ryhmiin välisten erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan (ei esitetty kuviossa):

Sosioekonominen asema: ennen n.s., jälkeen ***

Terveystila: ennen ***, jälkeen ***

Parisuhdetilanne: ennen **, jälkeen **

Kotitalouden tulot: ennen ***, jälkeen ***

Vastaajat, jotka eivät ole parisuhteessa, kokivat jaksamisensa hieman heikomaksi kuin parisuhteessa olevat ennen eläkkeelle siirtymistä. Heidän jaksamisensa oli hieman useammin enintään kohtalaista kuin parisuhteessa olevilla. Jaksamisen hyväksi kokemisessa ei ollut parisuhdetilanteen mukaisia eroja. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen parisuhteessa olevat kokivat jaksamisensa hieman ei-parisuhteessa olevia useammin hyväksi.

Jaksaminen koettiin sekä ennen eläkkeelle siirtymistä että sen jälkeen sitä paremmaksi, mitä suuremmat kotitalouden tulot ovat. Ennen eläkkeelle siirtymistä pienempituloiset vastaajat arvioivat jaksamisensa useimmiten enintään kohtalaiseksi, vaikka myös myönteisemmät kokemukset olivat verrattain yleisiä. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen pienempituloiset kokivat jaksamisensa yhtä yleisesti hyväksi tai melko hyväksi, mutta edelleen viidenneksellä jaksaminen oli enintään kohtalaista. Suurempituloisista selvä enemmistö ja keskituloisista hienoinen enemmistö koki jaksamisensa hyväksi. Erot tuloryhmien välillä pysyivät ennallaan.

Eläkkeelle siirtymisen jälkeen jaksaminen koettiin aiempaa useammin hyväksi kaikissa väestöryhmissä lukuun ottamatta vanhimpana eläköityneitä. Muutoksen suuruudessa oli kuitenkin selkeitä ryhmien välisiä eroja. Naisilla ja 63-vuotiaana tai nuorempana eläkkeelle siirtyneillä myönteisemmät kokemukset jaksamisesta yleistyivät muita ryhmiä enemmän, minkä myötä sukupuolen ja eläkkeelle siirtymisiän mukaisia eroja ei ollut enää eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Ennen eläkkeelle siirtymistä jaksamisessa ei ollut eroja sosioekonomisten ryhmien välillä, mutta eläkkeelle siirtymisen jälkeen eroja muodostui: toimihenkilötaustaiset kokivat jaksamisensa työntekijätaustaisia useammin hyväksi. Terveystilan mukaisia eroja oli edelleen eläkkeelle siirtymisen jälkeen, vaikka huonoksi terveytensä kokeista aiempaa harvempi koki jaksamisensa enintään kohtalaiseksi. Parisuhdetilanteen ja kotitalouden tulojen mukaiset erot pysyivät entisellään.

4.7 Toimeentulo

Yksi työstä vanhuuseläkkeelle siirtymiseen liittyvistä muutoksista on tulolähteen muuttuminen palkkatulosta eläketuloksi ja siihen useimmiten liittyvä tulotason muutos. Kotitalouden tulot muodostuvat kuitenkin useasta tulonlähteestä ja niihin sisältyvät myös mahdollisen puolison tulot, minkä vuoksi kuva tulotason muuttumisesta eläkkeelle siirryttäessä ei välttämättä

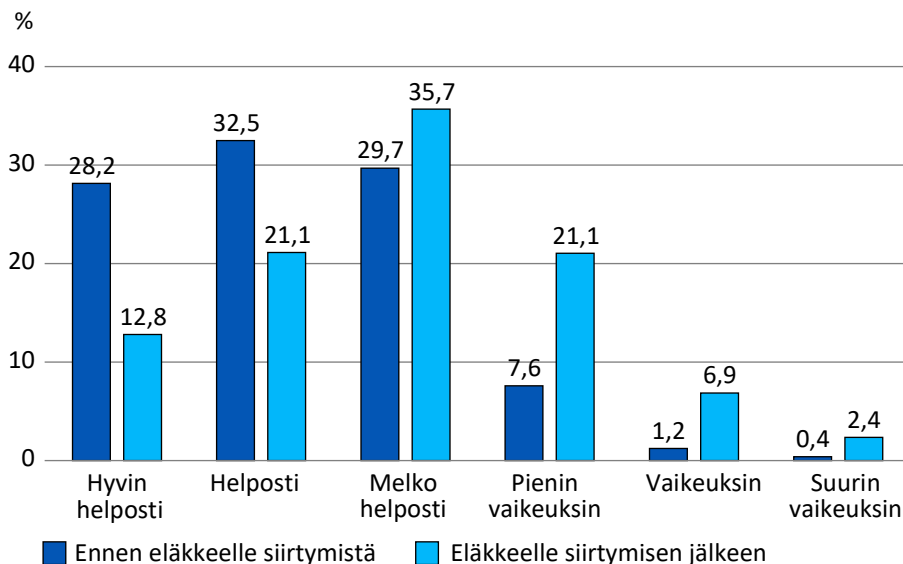
ole aivan selkeä⁶. Lisäksi toimeentulon kokemukseen vaikuttavat tulojen riittävyys menojen kattamiseen sekä kulutukseen liittyvät toiveet, joka tekee toimeentulon ja sen muutoksen arvioimisen euromääräisten tulojen vertailua moniulotteisemmaksi kysymykseksi⁷. Seuraavaksi tarkastellaan eläkkeelle siirtyneiden kokemuksia menojen kattamisen vaikeudesta tai helpoudesta, kotitalouden tulojen suuruuden muutoksesta sekä siitä, millaiseksi toimeentulo eläkkeellä on koettu odotuksiin verrattuna.

Menojen kattaminen

Suurin osa vastaajista koki tavanomaisten menojen kattamisen vähintään melko helpoksi ennen eläkkeelle jäämistä (Kuvio 4.16). Hyvin helpoksi menojen kattamisen koki reilu neljännes (28 %) ja helpoksi kolmannes (33 %) vastaajista. Peräti 90 prosenttia arvioi saaneensa menot katetuksi vähintään melko helposti.

Kuvio 4.16

Menojen kattaminen kotitalouden tuloilla ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen, %.



⁶ Katso esimerkiksi Rantala ym. (2023), jossa nostetaan esiin erilaisia mittareita tulojen muutoksesta eläkkeelle siirryttäessä.

⁷ Toimeentulon moninaisuudesta katso esimerkiksi Kuivalainen ym. (2022).

Eläkkeelle siirtymisen jälkeen kokemukset jonkinasteisista menojen kattamisen vaikeuksista olivat yleisempiä. Hyvin helpoksi menojen kattamisen arvioineiden osuus, 13 prosenttia, oli noin puolet ennen eläkkeelle jäämistä näin arvioineiden osuudesta. Kuitenkin vähintään melko helpoksi menojen kattamisen koki edelleen kaksi kolmesta (70 %) vastaajasta. Lähes joka kymmenes (9 %) arvioi tavanomaisten menojen kattamisen onnistuvan vaikeuksin tai suurin vaikeuksin.

Sekä naiset että miehet kokivat menojen kattamisessa vaikeuksia useammin eläkkeelle jäämisen jälkeen kuin ennen sitä (Kuvio 4.17). Naisten kohdalla tavanomaisten menojen kattamisessa vaikeuksia kokevien osuus kolminkertaistui. Miehistä vaikeuksia kokevien osuus kasvoi hieman enemmän, mutta edelleen vaikeudet menojen kattamisessa olivat yleisempiä naisilla kuin miehillä.

Ennen eläkkeelle siirtymistä 66-vuotiaana tai sitä vanhempana eläkkeelle siirtyneet kokivat yleisimmin menojen kattamisessa vaikeuksia. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen vaikeudet olivat yleisimpiä 63-vuotiaana sekä 64–65-vuotiaana eläkkeelle siirtyneillä. Helppomiksi menojen kattamisen eläkkeelle siirtymisen jälkeen kokivat ne, jotka olivat siirtyneet eläkkeelle alle 63-vuotiaana.

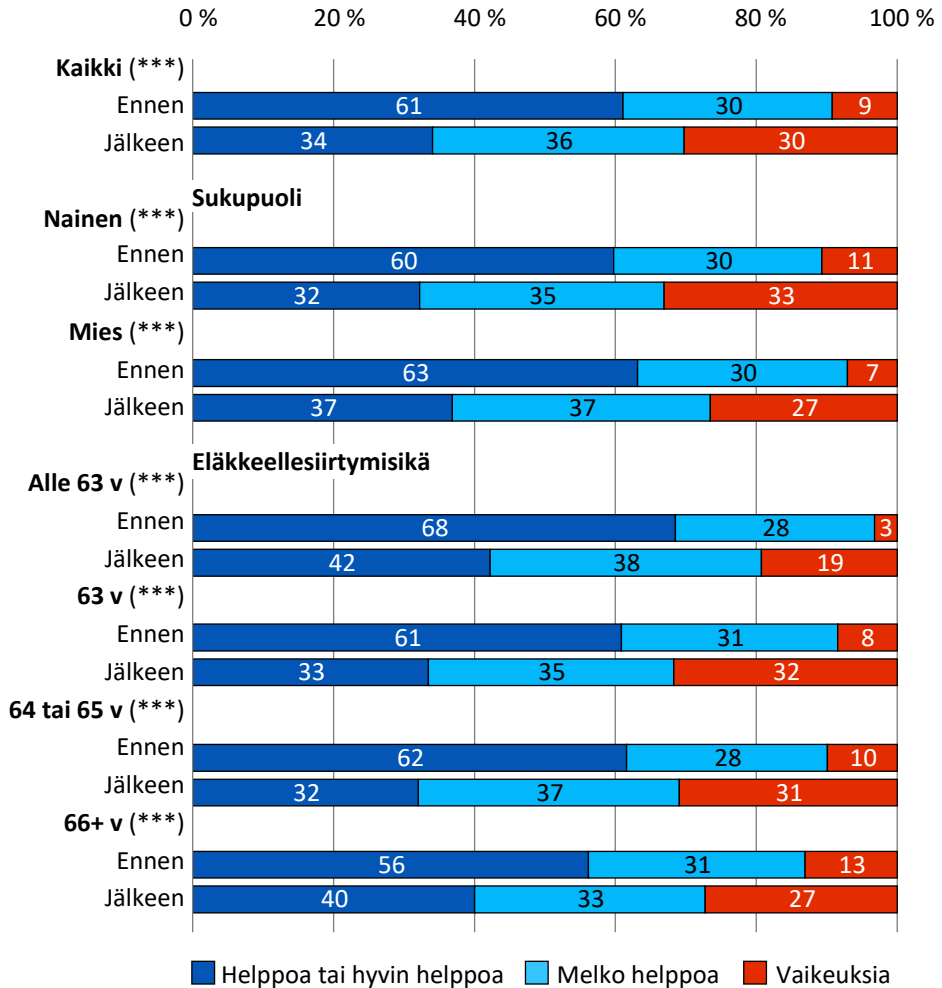
Sosioekonomisten ryhmien väliset erot kokemuksissa menojen kattamisesta olivat samanlaiset sekä ennen eläkkeelle siirtymistä että sen jälkeen (Kuvio 4.18). Ylempinä toimihenkilöinä työskennelleet kokivat menojen kattamisen useammin helpoksi, työntekijäammateissa toimineet taas arvioivat useammin, että heillä oli vaikeuksia selvittää tavanomaisista menoista. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen kokemus menojen kattamisen vaikeuksista oli aiempaa yleisempää kaikissa sosioekonomisissa ryhmissä.

Vastaavasti terveydentilan mukaiset erot menojen kattamisessa olivat samanlaisia sekä ennen eläkkeelle siirtymistä että sen jälkeen. Vaikeudet menojen kattamisessa olivat yleisempiä niillä, joiden terveys oli heikempi. Menojen kattamisen vaikeudet olivat kaikissa ryhmissä noin kolme kertaa yleisempiä eläkkeelle siirtymisen jälkeen kuin ennen sitä.

Menojen kattamisen vaikeudet olivat yleisempiä niillä, jotka eivät ole parisuhteessa. Parisuhteessa olevilla vaikeuksien kokeminen yleistyi enemmän eläkkeelle siirtymisen myötä kuin niillä, jotka eivät ole parisuhteessa. Kuitenkin ero säilyi samansuuntaisena: parisuhteessa olevat kokivat vähemmän vaikeuksia menojen kattamisessa myös eläkkeelle siirtymisen jälkeen.

Kuvio 4.17

Menojen kattaminen kotitalouden tuloilla ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen sukupuolen ja eläkkeellesiirtymisiän mukaan, %.



Ryhmiin sisäisten (esim. naiset ennen vs. jälkeen) erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan: n.s. ei merkitsevä, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

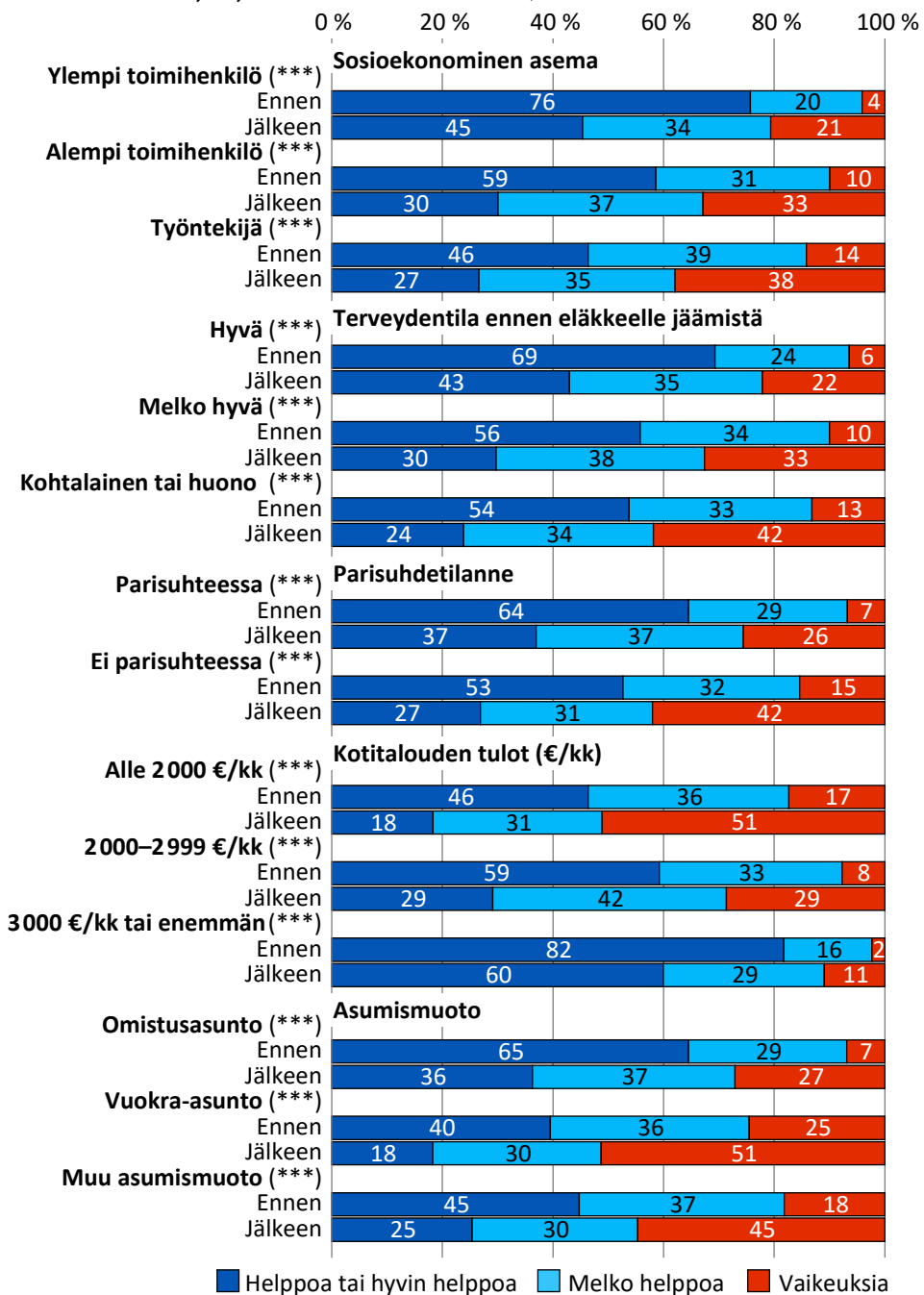
Ryhmiin välisten erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan (ei esitetty kuviossa):

Sukupuoli: ennen **, jälkeen ***

Ikäryhmät: ennen **, jälkeen **

Kuvio 4.18

Menojen kattaminen kotitalouden tuloilla ennen eläkkeelle siirtymistä ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen sosioekonomisen aseman, terveydentilan, parisuhdetilanteen, kotitalouden tulojen ja asumismuodon mukaan, %.



Ryhmiin sisäisten (esim. ylempät toimihenkilöt ennen vs. jälkeen) erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan: n.s. ei merkitsevää, * p<0,05, ** p<0,01, *** p<0,001

Ryhmiin välisten erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan (ei esitetty kuviossa): Sosioekonominen asema: ennen ***, jälkeen ***, Terveydentila: ennen ***, jälkeen ***, Parisuhdetilanne: ennen ***, jälkeen ***, Kotitalouden tulot: ennen ***, jälkeen ***, Asumismuoto: ennen ***, jälkeen ***

Puolet pienempituloisiin kotitalouksiin kuuluvista koki vaikeuksia tavanomaisten menojen kattamisessa eläkkeelle siirtymisen jälkeen, ylimmässä tuloryhmässä vain noin kymmenesosalla oli vaikeuksia. Menojen kattamisen vaikeudet olivat eläkkeelle siirtymisen jälkeen yleisempiä kaikissa tulo-ryhmissä, eniten ne olivat yleistyneet pienituloisimmilla kotitalouksilla.

Menojen kattamisen vaikeudet olivat yleisempiä vuokra-asunnossa asuvilla. Heistä ennen eläkkeelle jäämistä neljännes, ja eläkkeelle jäämisen jälkeen puolet koki vaikeuksia tavanomaisten menojen kattamisessa. Menojen kattamisen vaikeudet yleistyivät myös omistusasunnossa asuvilla eläkkeelle jäämisen jälkeen.

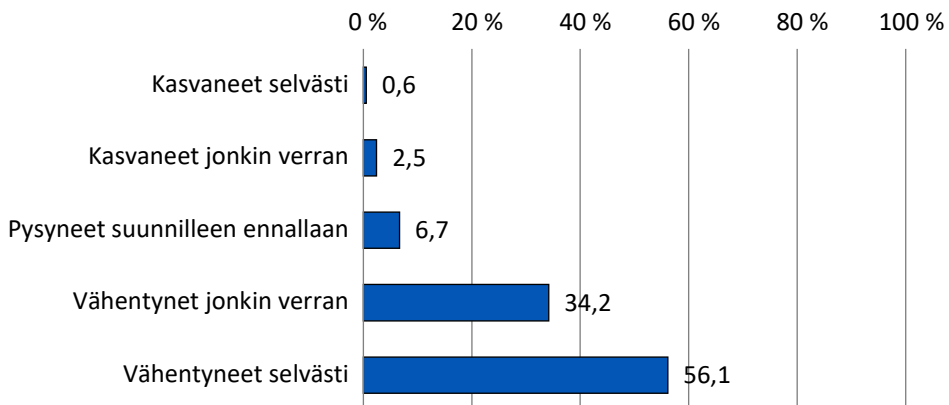
Menojen kattamisen vaikeudet yleistyivät kaikissa tarkastelluissa väestöryhmissä selvästi eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Väestöryhmien väliset erot pääosin säilyivät ennallaan. Ainoastaan vanhimpina eläkkeelle siirtyneillä vaikeudet yleistyivät muun ikäisinä eläkkeelle siirtyneitä vähemmän, jolloin eläkkeellesiirtymisiän mukaiset erot menojen kattamisen vaikeuksissa hieman tasoittuivat eläkkeelle siirtymisen jälkeen.

Muutos tuloissa

Suurin osa vastaajista arvioi, että eläkkeelle siirtymisen myötä heidän kotitaloutensa tulot olivat vähentyneet (Kuvio 4.19). Hieman yli puolet arvioi tulojen vähentyneen selvästi ja noin kolmannes kertoi niiden vähentyneen jonkin verran. Noin kymmenesosa vastanneista kertoi kotitalouden tulojen pysyneen suunnilleen ennallaan tai kasvaneen.

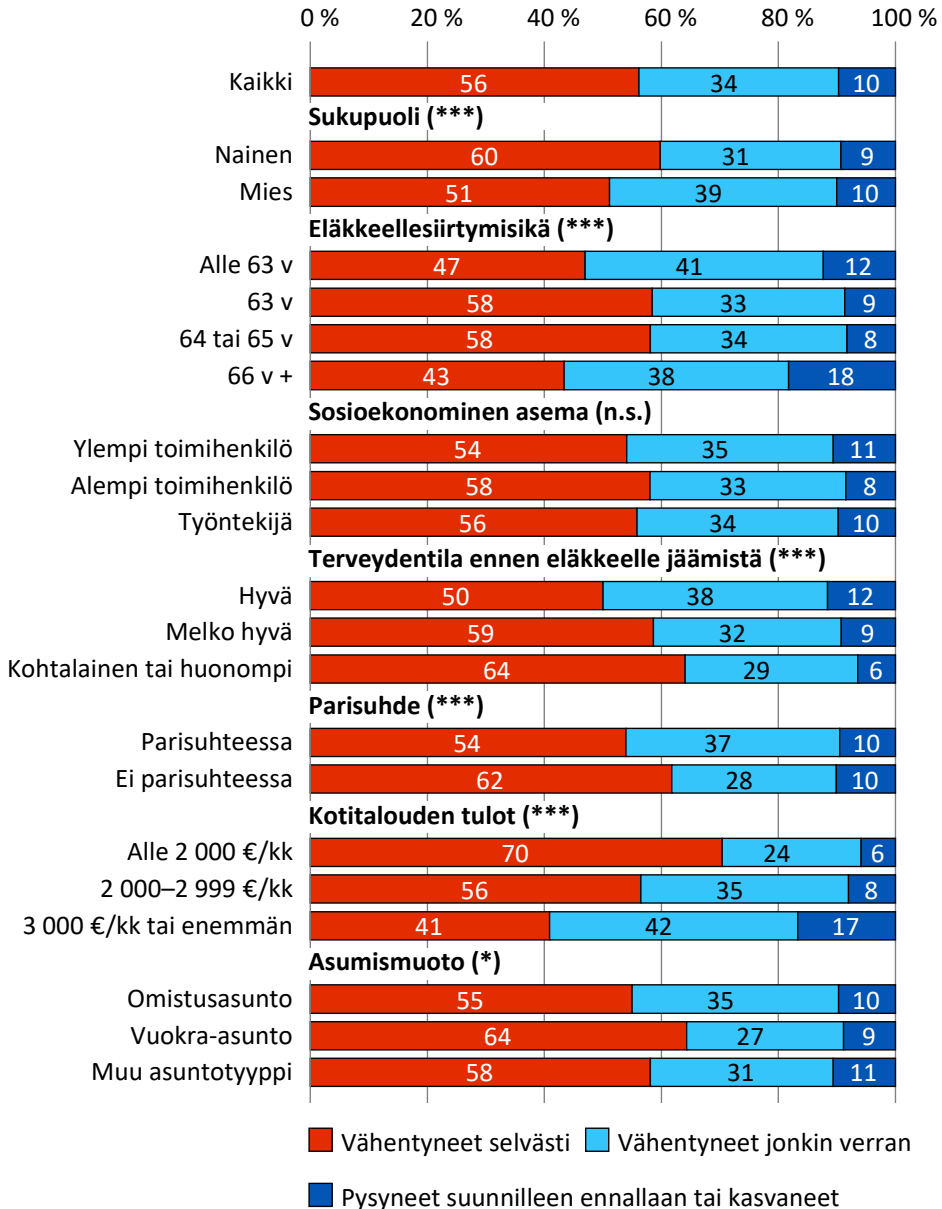
Kuvio 4.19

Kokemus kotitalouden kaikkien tulojen muutoksesta eläkkeelle siirtymisen myötä, %.



Kuvio 4.20

Kokemus kotitalouden kaikkien tulojen muutoksesta eläkkeelle siirtymisen aikaan taustatekijöiden mukaan, %.



Erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan:
 n.s. ei merkitsevä, * p<0,05, ** p<0,01, *** p<0,001

Naiset arvioivat miehiä useammin kotitaloutensa tulojen vähentyneen selvästi heidän siirtyessään eläkkeelle (kuvio 4.20). Eläkkeelle siirtymisikä oli yhteydessä arvioon tulojen muutoksesta. Alle 63-vuotiaina ja 66-vuotiaana tai sitä vanhempana eläkkeelle siirtyneet kokivat muita harvemmin kotitalouden tulojen vähentyneen selvästi. Vanhimpana eläkkeelle siirtyneiden kotitalouksissa myös kokemus tulojen ennallaan pysymisestä tai noususta oli keskimääräistä yleisempi.

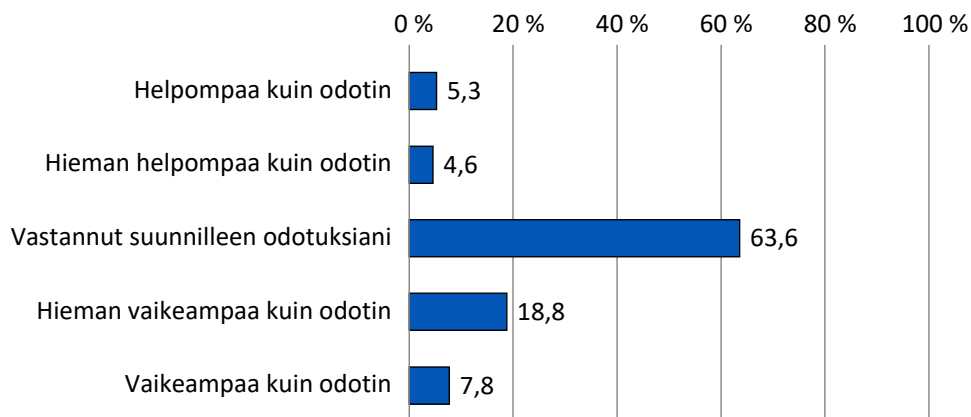
Terveytensä heikentyneeksi ennen eläkkeelle siirtymistään arvioineet, muut kuin parisuhteessa olevat sekä vuokra-asunnossa asuvat arvioivat useammin, että kotitalouden tulot olivat laskeneet selvästi. Myös pienempituloisiin kotitalouksiin kuuluvat arvioivat useammin tulojensa laskeneen, kun korkeampituloisissa kotitalouksissa tulojen ennallaan pysyminen ja nousu olivat keskimääräistä yleisempiä. Vuokra-asunnossa asuvat kokivat hieman muita useammin kotitalouden tulojen vähentyneen selvästi. Sen sijaan kokemuksessa tulojen muutoksesta ei ollut eläkkeelle siirtymistä edeltävän sosioekonomisen aseman mukaisia eroja.

Toimeentulo eläkkeellä odotuksiin nähden

Toimeentulo eläkkeellä vastaa monen odotuksia, vaikka osalla on vaikeuksia odotettua enemmän. Lähes kaksi kolmasosaa (64 %) vastaajista arvioi, että heidän toimeentulonsa eläkkeellä vastasi suunnilleen heidän odotuksiaan (Kuvio 4.21). Reilu neljännes (27 %) vastanneista koki toimeentulon vaikeammaksi, kuin he olivat odottaneet. Joka kymmenes sen sijaan koki eläkeajan toimeentulon odotettua helpommaksi.

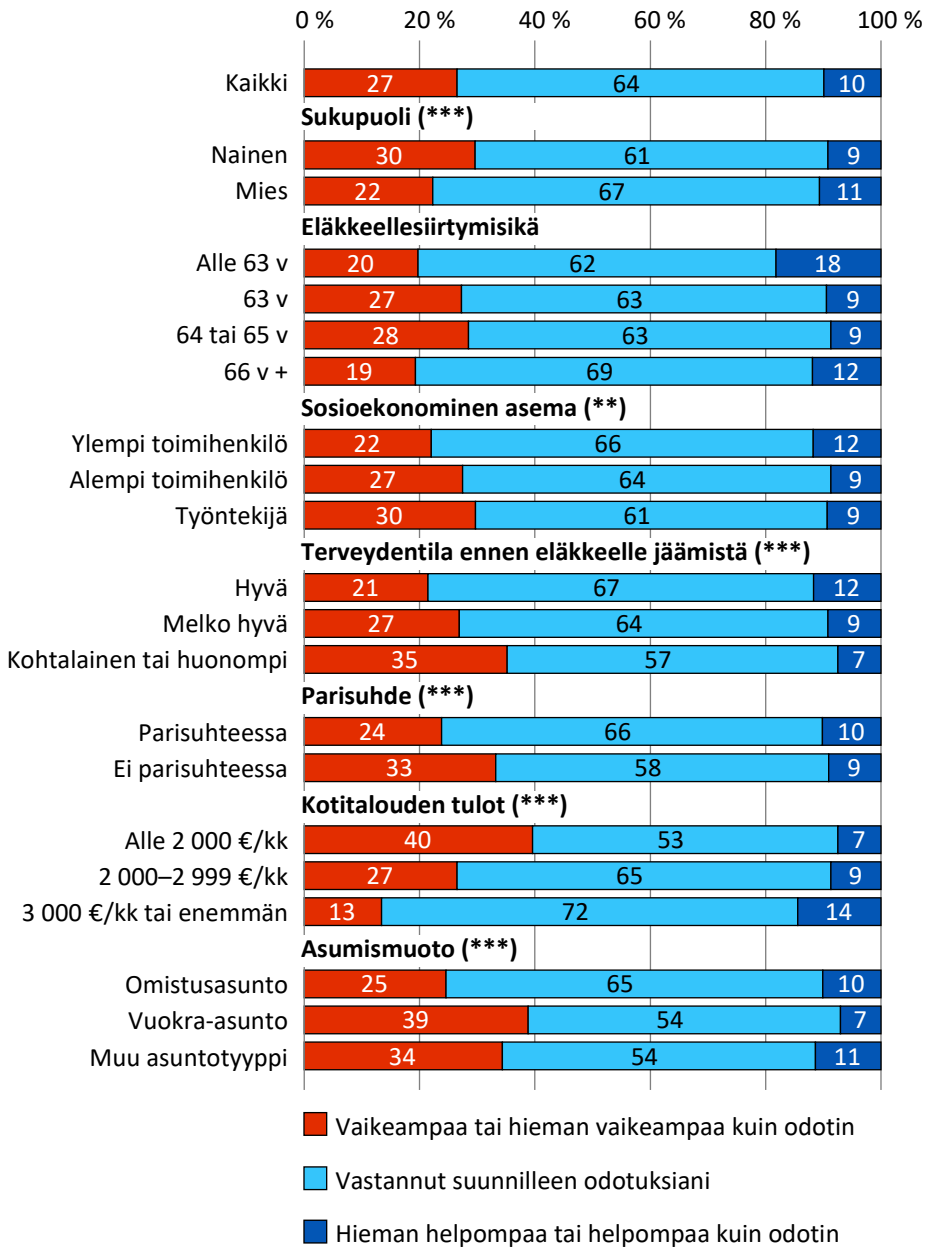
Kuvio 4.21

Kokemus toimeentulosta eläkkeellä odotuksiin nähden, %.



Kuvio 4.22

Kokemus toimentulosta eläkkeellä odotuksiin nähden taustatekijöiden mukaan, %.



Erojen tilastollinen merkitsevyys χ^2 -testin p-arvojen mukaan:
 n.s. ei merkitsevä, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Kokemukset toimeentulon muutoksesta vaihtelivat jonkin verran taustatekijöiden suhteen (Kuvio 4.22). Naiset, 63–65-vuotiaana eläkkeelle siirtyneet sekä työntekijäammateissa työskennelleet kokivat muita useammin toimeentulonsa olevan vaikeampaa eläkkeellä kuin he olivat odottaneet. Yleisintä kokemus odotuksia vaikeammasta toimeentulosta oli pienempituloisten, terveytensä kohtalaiseksi tai sitä huonommaksi arvioineiden sekä vuokra-asunnossa asuvien vastaajien kohdalla. Odotuksia helpommaksi toimeentulonsa kokivat muita useammin alle 63-vuotiaana eläkkeelle siirtyneet ja suurempituloisiin kotitalouksiin kuuluvat vastaajat.

5 Yhteenvetoa tuloksista

Työstä eläkkeelle siirtymisen myötä elämän eri osa-alueilla tapahtuu merkittäviä muutoksia. Työn tarjoama elämänsisältö arjen aikatauluineen ja rutiineineen ja toisaalta myös vaatimuksineen ja etuineen vaihtuu lisääntyneeseen vapaa-aikaan. Samalla sosiaaliset verkostot ja pääasiallinen toimeentulon lähde muuttuvat. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin, millaiseksi elämänlaatu koettiin ennen eläkkeelle siirtymistä ja sen jälkeen kokonaisuudessaan ja sen eri osa-alueilla: vapaa-ajassa, terveydessä, jaksamisessa, sosiaalisissa suhteissa ja taloudellisessa toimeentulossa.

Tutkimus perustuu Eläketurvakeskuksen laajaan vuoden 2022 lopussa kerättyyn Työstä eläkkeelle -kyselyyn. Kyselyyn vastasi 3 378 vuosien 2019–2021 aikana palkkatyöstä vanhuuseläkkeelle siirtynyttä henkilöä. Kyselyssä vastaajia pyydettiin arvioimaan elämänlaatuaan ennen eläkkeelle siirtymistään ja nykyisin eli kyselyhetkellä. Eläkkeelle siirtymisen ja kyselyhetken välisen ajan pituus vaihteli vajaasta yhdestä vuodesta reiluun kolmeen vuoteen.

5.1 Elämänlaatu koettiin paremmaksi eläkkeelle siirtymisen jälkeen

Tulokset piirtävät pääosin myönteisen kuvan eläkkeelle siirtyneiden elämänlaadusta ennen eläkkeelle siirtymistä ja hieman sen jälkeen. Palkkatyöstä eläkkeelle siirtyneet kokivat elämänlaatunsa kokonaisuuden keskimäärin melko hyväksi ennen eläköitymistään, ja eläkkeelle siirtymisen jälkeen aiempaa useampi arvioi sen hyväksi. Tuloksemme ovat yhdenmukaisia viimeaikaisten kansainvälisten tutkimusten kanssa, joissa on havaittu elämänlaadun parantuneen työstä eläkkeelle siirryttäessä (Carr ym. 2018; Sohier ym. 2021). Myös Suomessa kunta-alalla vuosina 2014–2019 eläköityneiden elämänlaadun on todettu parantuneen eläkkeelle siirryttäessä (Prakash ym. 2022). Elämänlaadun kokonaisuuden parantumisen voidaan ajatella oleva sellainen eläkkeelle siirtymistä puoltava vetotekijä, jossa myönteiseksi koetut muutokset ovat suurempia kuin kielteiseksi koetut muutokset elämän eri osa-alueilla.

5.2 Elämänlaadun eri osa-alueilla sekä myönteisiä että kielteisiä muutoksia

Elämänlaadun kokonaisuuden parantumisen taustalla on erisuuruisia ja erisuuntaisia muutoksia elämänlaadun eri osa-alueilla. Vapaa-aikaan, jaksamiseen ja toimeentuloon liittyvissä kysymyksissä arviot muuttuivat enemmän kuin muilla osa-alueilla. Tyytyväisyys vapaa-ajan määrään yleistyi huomattavasti, mikä ei sinällään ole yllättävä tulos, ja se vastaa aiempia tutkimustuloksia (esim. Nguyen ym. 2020). Tyytyväisyys vapaa-ajan määrään yleistyi kuitenkin vähemmän pidempään työssä jatkaneilla. Tulos kertonee siitä, että pidempään työssä jatkaneet kokivat työn ja vapaa-ajan määrän suhteen vastaavan paremmin heidän toiveitaan kuin aiemmin eläköityneet. Lisääntyvä vapaa-aika harrastusmahdollisuuksineen on tunnistettu yhdeksi keskeiseksi syyksi siirtyä eläkkeelle heti alimmassa eläkeiässä (Tenhunen ym. 2023).

Eläkkeelle siirtymisen jälkeen aiempaa useampi arvioi jaksavansa hyvin. Myös aiemmissa tutkimuksissa on havaittu psyykkisen hyvinvoinnin parantuneen eläkkeelle siirtymisen jälkeen (Okamoto ym. 2022; Nguyen ym. 2020). Esimerkiksi Suomessa kunta-alalta eläköityneet ovat kokeneet elämänlaatunsa parantuneen elämän eri osa-alueista eniten juuri elämän helpoksi kokemisen alueella (Prakash ym. 2022). Jaksamisen parantuminen liittyy pitkälti työstä johtuvista kuormitustekijöistä irtautumiseen, mutta lisääntyneen vapaa-ajan myötä ikääntyneillä on myös enemmän mahdollisuuksia edistää omaa hyvinvointiaan ja palautua muista elämästä kuormittavista tekijöistä. Jaksamisen parantumisen voidaan olettaa liittyvän eläkkeelle siirtymistä välittömästi seuraavaan ajanjaksoon, jolloin hyvinvoinnin koetaan lisääntyvän. Tähän ajanjaksoon on kirjallisuudessa viitattu esimerkiksi eläkkeelle siirtymisen kuherruskuukautena (Atchley 1976).

Toimeentulo koettiin usean eri kysymyksen valossa heikommaksi eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Aiempaa harvempi koki tulojen riittävän menojen kattamiseen helposti, vaikka edelleen enemmistölle menojen kattaminen oli melko helppoa. Kokemus tulojen riittävyuden heikentymisestä vastaa työstä eläkkeelle siirtyneiden toimeentulokokemuksia laajemminkin Euroopan eri maissa (Palomäki 2019). Lisäksi lähestulkoon kaikki vastaajat arvioivat kotitaloutensa tulojen pienentyneen ainakin jonkin verran. Toimeentulossa tapahtuneet muutokset olivat kuitenkin pääosin odotettuja, vaikka reilu neljännes arvioi toimeentulonsa odotettua vaikeammaksi.

Verrattuna Ruotsissa hieman vanhemmille eläkeläisille tehtyyn kyselyyn, vastikään vanhuuseläkkeelle siirtyneiden suomalaisten joukossa toimeentulon muutokset oli osattu ennakoida paremmin. Ruotsin kyselyssä puolet arvioi toimeentulonsa heikommaksi kuin he olivat odottaneet (Pensionmyndigheten 2020).

Sosiaalisissa suhteissa ja terveydessä eläkkeelle siirtymistä edeltävät ja sen jälkeiset arviot olivat lähempänä toisiaan kuin muilla elämänlaadun osa-alueilla. Tyytyväisyys sosiaaliin suhteisiin eläkkeelle siirtymisen jälkeen oli keskimäärin hieman aiempaa matalampaa, ja kokemus terveydestä hieman aiempaa myönteisempää. Nämä havainnot vastaavat pitkälti viimeaikaisia tutkimustuloksia. Esimerkiksi Suomessa kunta-alalta eläköityneiden kokemukset terveydestä pysyivät pitkälti samoina eikä yksinäisyys lisääntynyt tai vähentynyt eläkkeelle siirryttäessä (Stenholm ym. 2020; Prakash ym. 2022). Terveyteen liittyvien muutosten on havaittu tapahtuvan pitkälti vasta kun eläkkeellä on vietetty useampi vuosi (Gorry ym. 2018).

Tyytymättömyyden hienoinen yleistyminen sosiaaliin suhteisiin liittyy työpaikan sosiaalisten suhteiden merkitykseen. Tenhusen ym. (2023) tutkimuksen mukaan valtaosalle työstä eläkkeelle siirtyneistä työpaikan sosiaaliset suhteet olivat olleet vähintään melko tärkeitä. Kun työpaikan tarjoama luontainen mahdollisuus ylläpitää tätä osaa sosiaalisesta verkostosta poistuu, vähentää se oletettavasti tyytyväisyyttä sosiaaliin suhteisiin etenkin niillä, jotka kokevat työtoverit läheisinä. Kaupin ym. (2021) tutkimuksessa on havaittu, että työstä eläkkeelle siirtymisen myötä sosiaalisista verkostoista katoaa keskimäärin yksi ihminen verkoston uloimmasta piiristä, mutta ylemmillä toimihenkilöillä vähentyi jäseniä myös sisimmästä piiristä. Tutkimuksessamme ei kuitenkaan havaittu sosioekonomisen aseman mukaisia eroja tyytyväisyydessä sosiaaliin suhteisiin, vaan erot liittyivät pikemminkin sukupuoleen ja eläkkeelle siirtymisikään. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen miehet ja 66-vuotiaana tai sitä vanhempana eläkkeelle siirtyneet olivat aiempaa tyytymättömpiä sosiaaliin suhteisiinsa.

5.3 Sukupuolten ja eläkkeellesiirtymisiän mukaiset erot elämänlaadussa tasoittuvat

Eläkkeelle siirtymisen jälkeen erot elämänlaadussa ja sen osa-alueilla väestöryhmien välillä yleisemmin joko tasoittuivat tai pysyivät ennallaan, mutta niitä myös syntyi. Ensimmäiseen kehityskulkuun liittyen naiset kokivat elämänlaatunsa kokonaisuuden, jaksamisensa ja vapaa-aikansa

määrän miehiä heikommaksi ennen eläkkeelle siirtymistä. Eläkkeelle siirtymisen myötä naisten myönteiset arviot elämänlaadusta yleistyivät näillä osa-alueilla miehiä enemmän niin, että sukupuolten välillä ei ollut enää juurikaan eroja näissä kysymyksissä. Vastaavasti 63-vuotiaana eli pitkälti alimmassa vanhuuseläkeikässä eläköityneet olivat taloudellista toimeentuloa lukuun ottamatta kaikilla tarkastelluilla elämänalueilla harvemmin tyytyväisiä elämäänsä ennen eläköitymistään kuin myöhemmin eläkkeelle jääneet. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen nuorempina eläköityneiden myönteiset arviot elämänlaadusta yleistyivät myöhemmin eläkkeelle siirtyneitä useammin. Tämän myötä esimerkiksi elämänlaadun kokonaisuudessa tai jaksamisessa ei ollut eläkkeellesiirtymisiän mukaisia eroja enää eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Näissä kahdessa ryhmässä (naisten ja alimman eläkeiän kynnyksellä vanhuuseläkkeelle siirtyneiden) tiedetään Tenhusen ym. 2023 tutkimuksen perusteella olevan yleistä, että muun muassa työn kuormittavuus ja halu viettää enemmän vapaa-aikaa läheisten ja harrastusten parissa olivat vaikuttaneet heidän eläkkeelle siirtymiseensä.

Monet väestöryhmittäiset erot elämänlaadussa pysyivät ennallaan eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Esimerkiksi heikommaksi terveytensä kokeneiden elämänlaatu oli kaikilla elämänlaadun osa-alueilla paremmaksi terveytensä kokeneita selkeästi useammin korkeintaan kohtalainen ennen eläkkeelle siirtymistä. Eläkkeelle siirtymisen jälkeen myönteiset arviot elämänlaadusta yleistyivät erityisesti niillä, joiden terveys oli heikompi, mutta siitä huolimatta heidän elämänlaatunsa jäi muita heikommaksi. Vastaavasti pienempituloiset arvioivat elämänlaatunsa suurempituloisia harvemmin myönteiseksi ennen eläkkeelle siirtymistä. Vaikka myönteiset kokemukset elämänlaadusta yleistyivät myös pienempituloisilla, jäi heidän elämänlaatunsa suurempituloisia heikommaksi myös eläkkeelle siirtymisen jälkeen.

Joidenkin väestöryhmien elämänlaadussa havaittiin eroja vasta eläkkeelle siirtymisen jälkeen, vaikka tällainen muutos ei ollut kovin yleinen. Esimerkiksi ennen eläkkeelle siirtymistä ylempinä ja alemmina toimihenkilöinä ja työntekijöinä työskennelleiden elämänlaadun kokonaisuudessa tai jaksamisessa ei ollut eroja. Eläkkeelle siirtymisen myötä ylempinä toimihenkilöinä toimineiden elämänlaadun kokonaisuus ja jaksaminen parantuivat enemmän kuin muilla, mikä synnytti eroja sosioekonomisten ryhmien välille.

5.4 Tulokset tutkimusasetelman valossa

Tuloksia tulkittaessa on hyvä huomioida tutkimuksen otokseen liittyviä asioita. Tässä tutkimuksessa muodostunut kuva elämänlaadusta koskee muutaman vuoden sisällä palkkatyöstä vanhuuseläkkeelle siirtyneitä. He ovat esimerkiksi terveyteen ja toimeentuloon liittyvissä kysymyksissä paremmassa tilanteessa kuin esimerkiksi työttömyydestä tai työkyvyttömyyseläkkeeltä vanhuuseläkkeelle siirtyneet. Lisäksi tarkasteltava ajanjakso on suhteellisen lyhyt. Kyselyyn vastanneet ovat ehtineet olla vanhuuseläkkeellä korkeintaan reilut kolme vuotta. Siten tulosten perusteella ei voida tehdä päätelmiä elämänlaadun muutoksista pidemmällä aikavälillä.

Tutkimuksessa vastaajia pyydettiin arvioimaan elämänlaatuaan vastaushetkellä ja retrospektiivisesti ennen eläkkeelle siirtymistään. Tuloksia elämänlaadun muutoksesta ei voida tulkita eläkkeelle siirtymisen vaikutusten näkökulmasta. Jotta muutosten voitaisiin sanoa johtuvan nimenomaan eläkkeelle siirtymisestä, tulisi tutkimusasetelman olla monipuolisempi.

6 Lopuksi – keskustelua työurien pidentämisestä

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on laajentaa ymmärrystä siitä, millaisia muutoksia tapahtuu elämänlaadussa ja sen eri osatekijöissä, kun siirytään palkkatyöstä vanhuuseläkkeelle. Tulosten perusteella elämänlaatua arvioitiin eläkkeelle siirtymisen jälkeen keskimäärin myönteisemmin kuin ennen eläköitymistä monella elämänlaadun osa-alueella. Ainoastaan tulojen riittävyyden kohdalla arviot eläkkeelle siirtymisen jälkeen kertoivat aiempaa yleisemmistä vaikeuksista, mutta eläkkeelle siirtymisen jälkeenkin suurin osa koki menojen kattamisen vähintään melko helpoksi. Vaikka eläkkeelle siirtyminen on merkittävä muutos ihmisen elämäkulussa, ei se tutkitussa ryhmässä, eli suoraan palkkatyöstä eläkkeelle siirtyneillä, näytä olevan sellainen tapahtuma, joka herättäisi suurta huolta elämänlaadun heikkenemisestä.

Tulosten valossa on mahdollista pohtia hieman tarkemmin tavoitetta työurien pidentämisestä, joka on viime vuosina ollut runsaasti esillä. Myönteisten elämänlaatua koskevien arvioiden yleistyminen eläkkeelle siirtymisen jälkeen kertoo siitä, että työelämään liittyy työntekijöitä, joiden vuoksi työuraa ei ehkä haluta jatkaa pidempään. Lisäksi nämä tekijät vaihtelevat melko paljon muun muassa sukupuolen ja eläkkeellesiirtymisiän mukaan. Esimerkiksi havainto siitä, että naisilla ja alimmassa vanhuuseläkeikässä eläkkeelle siirtyneillä arviot eläköitymisen jälkeisestä elämänlaadusta muuttuvat useammin myönteiseen suuntaan kuin miehillä ja vanhempana eläkkeelle siirtyneillä, herättää laajemman yhteiskunnallisen kysymyksen työssä jatkamisen tukemisesta. Tulos antaa viitteitä siitä, että jos halutaan tukea työssä jatkamista esimerkiksi ikäluokan tavoite-eläkeikään asti, on syytä pohtia uudenlaisia keinoja alinta vanhuuseläkeikää lähestyvien työssä jaksamisen tukemiseksi ja heidän elämänlaatunsa kohentamiseksi kiinnittäen huomiota erityisesti niihin, jotka kokevat elämänlaatunsa heikommaksi.

Aiemman eläköitymisen tiedetään olevan yhteydessä muun muassa työn kuormittavuuteen, jaksamiseen ja haluun viettää enemmän vapaa-aikaa läheisten kanssa ja harrastuksissa (Tenhunen ym. 2023). Tämän tutkimuksen tulosten perusteella erilaiset työelämän joustot ja työtehtävien muokkaukset voisivat auttaa jaksamaan pidempään etenkin sellaisissa tapauksissa, joissa tällaiset toimet tukisivat elämänlaatua kokonaisvaltaisesti.

Nämä toimet voivat liittyä erityisesti työaikaan ja työn kuormittavuuteen, sillä monet ihmiset kuitenkin pitävät työstään ja kokevat esimerkiksi työhön liittyvät sosiaaliset suhteet tärkeiksi (Tenhunen ym. 2023). Tässä työnantajilla on tärkeä rooli. Viimeaikaisten kyselytutkimusten mukaan työnantajien asenteet vanhempia työntekijöitä kohtaan ovat muuttuneet aiempaa myönteisemmiksi, mutta haasteena on se, että tämä ei kuitenkaan ole aina näkynyt vanhempia työntekijöitä arvostavana ja tukevana henkilöstöpolitiikkana (Järnefelt ym. 2022; Riekhoff ym. 2023).

Samalla on hyvä pitää mielessä, että hyvätkään työelämän käytännöt eivät välttämättä lisää ihmisten elämänlaatua, varsinkaan jos sen heikkeneminen liittyy terveyteen tai työelämän ulkopuolisiin huoliin, esimerkiksi vastuisiin läheisistä. Tämän vuoksi voidaan yksilöiden hyvinvoinnin näkökulmasta nähdä perusteltuna, että niillekin ikääntyneille työntekijöille, joiden elämänlaatu on syystä tai toisesta heikentynyt, olisi myös jatkossa olemassa eläkereitti, jonka turvin viettää laadukkaaksi koettua elämää. Tutkimuksen tulokset kertovat siitä, että nykyinen joustava mahdollisuus siirtyä eläkkeelle itse valittuna hetkenä alimmassa vanhuuseläkeiässä tai sen jälkeen, tukee selkeästi vanhuuseläkkeelle siirtyvien hyvinvointia.

Toisaalta tutkimus osoitti työssä muutaman vuoden alinta vanhuuseläkeikää vanhemmaksi eli 66-vuotiaiksi tai sitä vanhemmiksi jatkaneiden kokeneen elämänlaatunsa ennen eläkkeelle siirtymistään muita paremmaksi, eikä elämänlaadun koettu enää parantuvan eläkkeelle siirryttäessä. Tulos kertonee näiden tietyllä tavalla valikoituneiden vastaajien voimavaroista ja lisäksi toimivista työelämän käytännöistä, mutta mahdollisesti myös siitä, että mielekkäässä ja kuormitukseltaan sopivassa työssä pysyminen edesauttaa elämänlaadun ylläpitämistä muun muassa tarjoamalla mielekästä tekemistä ja sosiaalisia kontakteja. Eläkepolitiikan suunnittelussa olisi hyvä pitää mielessä myös tämä näkökulma.

Työolojen lisäksi kiinnostava kysymys on myös se, kuinka paljon eläkkeen karttumisesta, lykkäyskorotuksesta ja elinaikakertoimen vaikutuksen pienentymisestä johtuva eläkkeen paraneminen työuran pidentyessä painaa vaakakupissa suhteessa elämänlaadun kohentumiseen. Vastikään julkaisussa tutkimuksessaan Nivalainen ja Tenhunen (2024) havaitsivat, että osalla eläkkeelle siirtyneistä sekä työolot että taloudelliset kannustimet voivat vaikuttaa kiinnostukseen jatkaa työssä pidempään. Nämä vaikutukset korostuvat eri väestöryhmissä: naisilla, pienempää eläkettä saavilla ja puutteita jaksamisessa ja terveydessä kokeneet arvioivat muita useammin, että työoloihin liittyvät parannukset olisivat todennäköisesti kannustaneet

heitä jatkamaan työssä pidempään. Miehillä, korkeampaa eläkettä saavilla ja terveytensä ja jaksamisensa hyväksi kokeneilla taas taloudelliset kannustimet olisivat kannustaneet jatkamaan pidempään. Tulokset tukevat tämän tutkimuksen löydöksiä elämänlaadun ja sen osa-alueiden merkityksestä eläkkeelle siirtymisen ajoittumiseen: jaksamisen ja terveyden tukeminen työuran loppuvaiheessa voi näkyä sekä parantuneena elämänlaatuna että pidempinä työurina.

Väestön edelleen ikääntyessä monissa Euroopan maissa keskustellaan eläkkeelle siirtymisen myöhentämistä muun muassa eläkepolitiikan avulla. Keskusteluissa korostuvat usein työurien pidentymisen myönteiset vaikutukset kansantalouteen ja eläke-etuuksiin. Työurien pidentämistavoitetta tulisi kuitenkin aika ajoin tarkastella myös laajemmin ikääntyneiden elämänlaatuun liittyvien näkökulmien kautta. Näitä näkökulmia tarkastelemalla on mahdollista tehdä päätelmiä siitä, kuinka realistisena tavoitetta voi pitää ja minkälaisia asioita tavoitteen saavuttaminen saattaa edellyttää työpaikoilla ja yhteiskunnassa yleisemmin. Elämänlaatua laajemmin tarkasteltaessa on mahdollista syventää ymmärrystä siitä, millaisin toimenpitein työuria voidaan edelleen pidentää. Eläkkeelle siirtyminen on aina moniulotteinen päätös, johon vaikuttavat muun muassa työelämään, omaan elämäntilanteeseen ja eläkejärjestelmään liittyvät tekijät.

Lähteet

- Abolhassani, M. & Alessie, R. (2013) Subjective well-being Around Retirement. *De Economist* 161(3): 349–366. <https://doi.org/10.1007/s10645-013-9209-1>
- Atchley, R. C. (1976) *The sociology of retirement*. Schenkman: Cambridge, MA.
- Bender, K. A. (2012) An analysis of well-being in retirement: The role of pensions, health, and ‘voluntariness’ of retirement. *The Journal of Socio-Economics* 41(4): 424–433. <https://doi.org/10.1016/j.socec.2011.05.010>
- Bonsang, E. & Klein, T. J. (2012) Retirement and subjective well-being. *Journal of Economic Behavior & Organization* 83(3): 311–329. <https://doi.org/10.1016/j.jebo.2012.06.002>
- Bowling, A., Banister, D., Sutton, S., Evans, O. & Windsor, J. (2002) A multidimensional model of the quality of life in older age. *Aging & Mental Health* 6(4): 355–371. <https://doi.org/10.1080/1360786021000006983>
- Carr, D. C., Moen, P., Perry Jenkins, M. & Smyer, M. (2018) Postretirement life Satisfaction and financial vulnerability: The moderating role of control. *The Journals of Gerontology: Series B* 75(4): 849–860. <https://doi.org/10.1093/geronb/gby105>
- Comi, S. L., Cottini, E. & Lucifora, C. (2022) The effect of retirement on social relationships. *German Economic Review* 23(2): 275–299. <https://doi.org/10.1515/ger-2020-0109>
- Eismann, M., Verbeij, T. & Henkens, K. (2019) Older workers’ plans for activities in retirement: The role of opportunities, spousal support, and time perception. *Psychol Aging* 34(5): 738–749. <https://doi.org/10.1037/pag0000377>
- Filomena, M. & Picchio, M. (2023) Retirement and health outcomes in a meta-analytical framework. *Journal of Economic Surveys* 37(4): 1120–1155. <https://doi.org/10.1111/joes.12527>

- Fonseca, R., Kapteyn, A., Lee, J., Zamarro, G. & Feeney, K. (2014) A longitudinal study of well-being of older Europeans: does retirement matter? *Population Ageing* 7(1): 21–41. <https://doi.org/10.1007/s12062-014-9094-7>
- Gorry, A., Gorry, D. & Slavov, S. N. (2018) Does retirement improve health and life satisfaction? *Health Economics* 27(12): 2067–2086. <https://doi.org/10.1002/hec.3821>
- Haapola, I. (2013) Vanhuusikä muutoksessa: Ikihyvä Päijät-Häme -tutkimuksen tuloksia 2002–2012. Päijät-Hämeen sosiaali-ja terveysyhtymän julkaisuja 72: Lahti.
- Halleröd, B., Örestig, J. & Stattin, M. (2013) Leaving the labour market: the impact of exit routes from employment to retirement on health and wellbeing in old age. *European Journal of Ageing* 10(1): 25–35. <https://doi.org/10.1007/s10433-012-0250-8>
- Hansson, I., Buratti, S., Thorvaldsson, V., Johansson, B. & Berg, A. I. (2017) Changes in life satisfaction in the retirement transition: interaction effects of transition type and individual resources. *Work, Aging and Retirement* 4(4): 352–366. <https://doi.org/10.1093/workar/wax025>
- Henning, G., Stenling, A., Bielak, A. A. M., Bjälkebring, P., Gow, A. J., Kivi, M., Muniz-Terrera, G., Johansson, B. & Lindwall, M. (2021) Towards an active and happy retirement? Changes in leisure activity and depressive symptoms during the retirement transition. *Aging & Mental Health* 25(4): 621–631. <https://doi.org/10.1080/13607863.2019.1709156>
- Hipp, L., Bünning, M., Munnes, S. & Sauermann, A. (2020) Problems and pitfalls of retrospective survey questions in COVID-19 studies. *Survey Research Methods* 14(2): 109–114. <https://doi.org/10.18148/srm/2020.v14i2.7741>
- Horner, E. M. (2014) Subjective well-being and retirement: analysis and policy recommendations. *Journal of Happiness Studies* 15(1): 125–144. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9399-2>
- Hurd, M. D. & Rohwedder, S. (2008) The retirement consumption puzzle: Actual spending change in panel data. NBER Working Paper Series No. 13929. <https://doi.org/10.3386/w13929>

- Hyde, M., Ferrie, J., Higgs, P., Mein, G. & Nazroo, J. (2004) The effects of pre-retirement factors and retirement route on circumstances in retirement: findings from the Whitehall II study. *Ageing and Society* 24(2): 279–296. <https://doi.org/10.1017/S0144686X03001624>
- Hämäläinen, H., Danielsbacka, M., Hägglund, A. E., Rotkirch, A. & Tanskanen, A. O. (2021) Sukupolvien suhteet: Ikääntyminen ja vuorovaikutuksen muutos suurten ikäluokkien ja aikuisten lasten elämänculussa. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D64/2021. Väestöliitto: Helsinki. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2022012710871>
- Järnefelt, N., Nivalainen, S., Salokangas, S. & Uusitalo, H. (2014) Sosioekonomiset erot – työurat, eläkkeelle siirtyminen ja eläkejärjestelmä. Eläketurvakeskuksen raportteja 01/2014 Eläketurvakeskus: Helsinki. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-691-194-9>
- Järnefelt, N., Riekhoff, A.-J., Laaksonen, M. & Liukko, J. (2022) Työnantajien näkemyksiä eläke-iästä ja työurien pidentämisestä: Työnantajatutkimusten tuloksia vuosilta 2004, 2011 ja 2021 Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 01/2022 Eläketurvakeskus: Helsinki. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-691-344-8>
- Kauppi, M., Virtanen, M., Pentti, J., Aalto, V., Kivimäki, M., Vahtera, J. & Stenholm, S. (2021) Social network ties before and after retirement: a cohort study. *European Journal of Ageing* 18(4): 503–512. <https://doi.org/10.1007/s10433-021-00604-y>
- Kesavayuth, D., Rosenman, R. E. & Zikos, V. (2016) Retirement, personality, and well-being. *Economic Inquiry* 54(2): 733-750. <https://doi.org/10.1111/ecin.12307>
- Kuivalainen, S. & Rantala, J. & Ahonen, K. & Kuitto, K. & Palomäki, L.-M. & Liukko, J. (toim.) (2022) Eläkkeet ja eläkeläisten toimeentulo: kehitys vuosina 1995–2020. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 6/2022. Helsinki: Eläketurvakeskus. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-691-357-8>
- Nguyen, H., Mitrou, F., Taylor, C. L. & Zubrick, S. R. (2020) Does retirement lead to life satisfaction? Causal evidence from fixed effect instrumental variable models. Life course centre working paper no. 2020-10. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3634335>

- Nivalainen, S. (2021) Eläkeaikeiden muutos vuosina 2008–2018 ja eläkeaikeet vuonna 2018. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 02/2021 Eläketurvakeskus: Helsinki. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-691-331-8>
- Nivalainen, S. (2022) Sosioekonomiset erot: vanhuuseläkkeelle siirtyminen ja työurat 2006, 2011 ja 2017. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 03/2022. Eläketurvakeskus: Helsinki. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-691-347-9>
- Nivalainen, S. & Järnefelt, N. (2017) Eläkeaikeet ja toteutunut eläkkeelle siirtyminen: sukupuolen, työskentelysektorin ja muuttuneiden elämäntilanteiden vaikutukset. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 06/2017. Eläketurvakeskus: Helsinki. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-691-282-3>
- Nivalainen, S. & Tenhunen, S. (2018) Eläketietous, taloudellisten kannustimien vaikuttavuus ja eläkeaikeet. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 01/2018. Eläketurvakeskus: Helsinki. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-691-286-1>
- Nivalainen, S. & Tenhunen, S. (2024) Taloudelliset kannustimet vai työolot – Mikä saisi jatkamaan työssä pidempään? Kyselytutkimus vuosina 2019–2021 palkkatyöstä vanhuuseläkkeelle siirtyneille. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 2/2024. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-691-367-7>
- Okamoto, S., Kobayashi, E. & Komamura, K. (2022) The retirement–health puzzle: a sigh of relief at retirement? *The Journals of Gerontology: Series B* 78(1): 167–178. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbac127>
- Palomäki, L.-M. (2013) Eläkkeelle siirtyminen ja subjektiivinen taloudellinen hyvinvointi : tulomuutosten ja toimeentulokokemusten tarkastelua. *Yhteiskuntapolitiikka* 78(4): 378–394. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201312097583>
- Palomäki, L.-M. (2019) Does it matter how you retire? Old-age retirement routes and subjective economic well-being. *Social Indicators Research* 142(2): 733–751. <https://doi.org/10.1007/s11205-018-1929-9>
- Pensionmyndigheten (2020) Blev det som du tänkt dig? En studie bland 70–75-åringar. Pensionmyndigheten.

- Pinquart, M. & Schindler, I. (2009) Change of leisure satisfaction in the transition to retirement: a latent-class analysis. *Leisure Sciences* 31(4): 311–329. <https://doi.org/10.1080/01490400902988275>
- Polvinen, A., Tenhunen, S., Järnefelt, N., Kivelä, M., Kuivalainen, S., Nivalainen, S. & Sten-Gahmberg, S. (2023) Työnteko vanhuuseläkkeellä: kyselytutkimus palkkatyöstä vanhuuseläkkeelle vuosina 2019–2021 siirtyneille. *Eläketurvakeskuksen tutkimuksia* 04/2023: Helsinki. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-691-364-6>
- Prakash, K. C., Virtanen, M., Törmälehto, S., Myllyntausta, S., Pentti, J., Vahtera, J. & Stenholm, S. (2022) Changes in life satisfaction during the transition to retirement: findings from the FIREA cohort study. *European Journal of Ageing* 19(4): 1587-1599. <https://doi.org/10.1007/s10433-022-00745-8>
- Rantala, J., Pyy-Martikainen, M. & Riihelä, M. (2023) Tulojen muuttuminen eläkkeelle siirryttäessä. *Kansantaloudellinen aikakauskirja* 119(4).
- Riekhoff, A.-J., Järnefelt, N., Laaksonen, M. & Liukko, J. (2023) Labour shortages and employer preferences in retaining and recruiting older workers. *International Journal of Manpower*, ahead of print publication.
- Sjöberg, O. (2022) Routes to retirement, working conditions and quality of life in comparative perspective. *Health & Place* 75: 102797. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2022.102797>
- Sohier, L., Van Ootegem, L. & Verhofstadt, E. (2021) Well-being during the transition from work to retirement. *Journal of Happiness Studies* 22(1): 263–286. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00228-6>
- Stenholm, S., Virtanen, M., Pentti, J., Oksanen, T., Kivimäki, M. & Vahtera, J. (2020) Trajectories of self-rated health before and after retirement: evidence from two cohort studies. *Occupational and Environmental Medicine* 77(2): 70–76. <https://doi.org/10.1136/oemed-2019-106026>
- Tenhunen, S. (2022) Työstä eläkkeelle – ihana vai kamala muutos? [blogikirjoitus] ETK.fi Saatavilla 2.9.2022 <https://www.etk.fi/blogit/tyosta-elakkeelle-ihana-vai-kamala-muutos>

- Tenhunen, S., Järnefelt, N., Nivalainen, S., Polvinen, A. & Riekhoff, A.-J. (2023) Työ, terveys ja sosiaaliset suhteet vanhuuseläkkeelle siirtymisen taustalla. Kyselytutkimus työstä vanhuuseläkkeelle siirtyneille. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 03/2023: Helsinki. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-691-363-9>
- Tuominen, E., Tuominen, K. & Kahma, N. (2012) Joustava vanhuuseläkeikä. Työnantaja- ja työntekijäkyselyihin perustuva tutkimus joustavan eläkeiän toimivuudesta. Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 02/2012: Helsinki. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-691-171-0>
- Turun yliopisto (2023) Finnish Retirement and Aging study (FIREA). Saatavilla 30.1.2024. <https://sites.utu.fi/firea>
- Vaarama, M., Mukkila, S. & Hannikainen-Ingman, K. (2014) Suomalaisten elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa Vaarama, M., Karvonen, S., Kestilä, L., Moisio, P. & Muuri, A. (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2014. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos: Helsinki. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-302-015-3>
- Van Solinge, H. & Henkens, K. (2008) Adjustment to and satisfaction with retirement: two of a kind? *Psychology and Aging* 23(2): 422-434. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.23.2.422>
- Walker, A. & Mollenkopf, H. (2007) International and multidisciplinary perspectives on quality of life in old age. Teoksessa Mollenkopf, H. & Walker, A. (toim.) *Quality of life in old age: international and multidisciplinary perspectives*. Springer: Social Indicators Research Series: Dordrecht, 3-13.

Liitteet

Liite 1 Perusjoukko, otos ja katoanalyysi

Tutkimuskysymysten tarkkuuden varmistamiseksi tutkimus on rajattu vastaajien vanhuuseläkkeelle siirtymisen ajankohdan ja sitä edeltävän työskentelyn mukaan. Tutkimuksen tulokset ovat yleistettävissä vain tähän rajattuun ryhmään.

Liite 1.1 Perusjoukko

Työstä eläkkeelle -kyselytutkimuksen perusjoukko koostuu vuosina 2019–2021 työelämästä vanhuuseläkkeelle siirtyneistä, jotka ovat vanhuuseläkkeen alkaessa olleet enintään 68-vuotiaita. Työstä eläkkeelle -kysely lähetettiin 5 000 Suomessa asuvalle henkilölle, joiden vanhuuseläke oli alkanut vuonna 2019, 2020 tai 2021. Edellytyksenä oli, että henkilön äidinkieli on suomi tai ruotsi ja hänellä on lähiosoite Suomessa.

Tutkimuksessa keskitytään suoraan työstä vanhuuseläkkeelle siirtyneisiin. Tästä syystä otos on poimittu niiden henkilöiden joukosta, jotka ovat olleet palkkatyössä vanhuuseläkettä edeltävän vuoden lopussa. Rajauksessa on käytetty ehtona eläkevakuutuksen voimassaoloa ja eläkevakuutuksen mukaista palkkatuloa. Eläkevakuutetun palkkatulon on täytynyt olla vähintään 5 000 euroa vuodessa.

Tutkimus on rajattu palkkatyössä oleviin. Yrittäjät, joilla on ollut voimassa YEL- tai MYEL-vakuutus eivät ole mukana, ellei heillä ole myös eläkevakuutettua työtä vanhuuseläkettä edeltävän vuoden lopussa.

Tutkimuksen perusjoukossa ei ole mukana muulta eläkkeeltä vanhuuseläkkeelle siirtyneitä. Edellytyksenä on, ettei vanhuuseläkkeen alkua edeltävien kahden vuoden aikana henkilöllä ole ollut voimassa mitään työkyvyttömyyseläkettä (täyttä työkyvyttömyyseläkettä, osatyökyvyttömyyseläkettä tai kuntoutustukea) tai muuta omaan karttuneeseen eläkkeeseen perustuvaa eläkettä (kuten maatalouden erityiseläkkeitä tai osittaista vanhuuseläkettä).

Liite 1.2 Otos, vastanneet ja katoanalyysi

Tutkimus perustuu yksinkertaiseen satunnaisotantaan perusjoukosta. Tutkimuksen otos on kuvattu sukupuolen, vanhuuseläkkeen aloitusvuoden sekä ikäluokan (ikä vuoden 2021 lopussa) mukaan taulukossa L1.1. Otos kuvastaa edellä määriteltyä perusjoukkoa.

Otoksessa on enemmän naisia, 59 prosenttia. Otokseen valikoituneista vuonna 2019 vanhuuseläkkeen aloittaneita on 30 prosenttia perusjoukosta, 2020 34 prosenttia ja vuonna 2021 36 prosenttia.

Ikäjakauma on laajempi, koska otos perustuu vanhuuseläkkeen aloitusvuoteen ilman alaikärajaa. Kyselyvuotta edeltävän vuoden lopussa (2021) viisi prosenttia otokseen kuuluvista on 63-vuotiaita tai tätä nuorempia. Suurimmat ikäryhmät ovat 64- ja 65-vuotiaat.

Taulukko L1.1

Otoksen ja vastanneiden jakaumat sukupuolen, vanhuuseläkkeen aloitusvuoden ja ikäluokan mukaan.

Taustatekijä	Otos lukumäärä	Otos Osuus, %	Vastanneet lukumäärä	Vastanneet Osuus, %
Sukupuoli				
Nainen	2 948	59,0	2 068	61,2
Mies	2 052	41,0	1 310	38,8
Vanhuuseläkkeen aloitusvuosi				
2019	1 515	30,3	1 018	30,1
2020	1 682	33,6	1 143	33,8
2021	1 803	36,1	1 217	36,0
Ikäluokka				
63 v tai nuorempi	263	5,3 %	170	5,0 %
64 v	1 300	26,0 %	864	25,6 %
65 v	1 569	31,4 %	1 088	32,2 %
66 v	988	19,7 %	682	20,2 %
67 v tai vanhempi	880	17,6 %	574	17,0 %
Yhteensä	5 000	100 %	3 378	100 %

Kyselyyn vastanneet eivät eroa otoksen perusjoukosta vanhuuseläkkeen aloitusvuoden tai ikäjakauman suhteen. Sen sijaan kyselyyn vastanneista hieman suurempi osa on naisia. Ero on tilastollisesti erittäin merkitsevä

(χ^2 -testin merkitsevyyttä kuvastava p-arvo alle 0,001). Sukupuolittain tarkasteltuna naisten kohdalla myös vastanneiden ikäjakauma eroaa jonkin verran otoksen jakaumasta. Myös tämä ero on tilastollisesti merkitsevä (χ^2 -testin merkitsevyyttä kuvastava p-arvo oli 0,050). Vanhuuseläkkeen aloitusvuoden suhteen sekä mies- että naisvastaajien jakauma vastaa otoksen jakaumaa.

Vastauskadon korjaavat painokertoimet on laskettu sukupuolen ja ikäluokan perusteella. Ryhmien osuudet otoksen perusjoukossa ja vastanneissa sekä kunkin ryhmän painokertoimet on esitetty taulukossa L1.2. Painokertoimet on laskettu kullekin ikäryhmälle sukupuolittain siten, että

$$\text{Paino} = \text{aineiston koko} \times \frac{\text{ryhmän osuus otoksessa}}{\text{vastanneiden lukumäärä ryhmässä}},$$

missä aineiston koko on kaikkien vastaajien lukumäärä, eli 3 378.

Painotettuna vastaajakunta on edustava otoksen perusjoukkoon nähden ja tulokset yleisestettävissä otoksen rajausten mukaisille henkilöille. Tutkimuksen analyyseissä käytetään painokertoimilla painotettuja osuuksia.

Taulukko L1.2

Ikäjakaumat sukupuolen mukaan otoksessa ja vastanneissa sekä painokertoimet.

Taustatekijä	Osuus otoksessa (%)	Osuus vastanneissa (%)	Painokerroin
Naiset			
63 v tai nuorempi	3,9	3,9	0,967526
64 v	26,6	26,6	0,963037
65 v	31,2	32,1	0,937484
66 v	20,2	20,7	0,939210
67 v tai vanhempi	18,1	16,7	1,040736
Miehet			
63 v tai nuorempi	7,2	6,8	1,115879
64 v	25,1	24,0	1,110222
65 v	31,6	32,4	1,031681
66 v	19,2	19,4	1,045318
67 v tai vanhempi	16,9	17,4	1,028216

Liite 2 Kyselylomake



Eläketurvakeskus
PENSIONSSKYDDSCENTRALEN

Työstä eläkkeelle -kyselytutkimus

Tällä kyselyllä kartoitamme vuosina 2019–2021 vanhuuseläkkeen aloittaneiden kokemuksia eläkkeelle jäämisestä sekä ajasta ennen eläkkeelle jäämistä. Kysymme teiltä eläkkeelle jäämistä edeltäneestä työstänne ja työoloistanne, syistä eläkkeelle jäämiseenne taustalla sekä taloudellisesta toimeentulostanne eläkkeellä. Lisäksi selvitämme kiinnostustanne ja kokemuksianne eläkkeen rinnalla työskentelystä, koronaviruspandemian vaikutuksista eläkkeelle jäämiseenne sekä kysymme, mitä haluaisitte kertoa eläkkeelle jäämistä suunnitteleville.

Olette yksi 5 000:sta tutkimukseen satunnaisesti valitusta henkilöstä. Jokainen vastaus on tärkeä, sillä tutkimukseen arvottua henkilöä ei voida korvata toisella.

Lomakkeen täyttöohjeet:

Vastatkaa merkitsemällä rasti oikean tai sopivimman vaihtoehdon kohdalla olevaan ruutuun. Mikäli vahingossa teette merkinnän väärään ruutuun, mustatkaa väärä ruutu kokonaan ja merkitkää rasti oikeaan ruutuun.

Sisällys

OSA 1: Taustatiedot	2
OSA 2: Työ ennen eläkkeelle jäämistä	3
OSA 3: Sosiaaliset ja terveydelliset tekijät	6
OSA 4: Taloudellinen toimeentulo	9
OSA 5: Ansiotyö eläkkeen rinnalla	11
OSA 6: Koronapandemian vaikutukset ja kokemukset eläkkeelle jäämisestä	14

OSA 1: Taustatiedot

1. Syntymävuosi

--	--	--	--

2. Sukupuoli

- 1 Nainen
 2 Mies
 3 Muu / En halua kertoa

3. Milloin jätite eläkkeelle?

kuukausi		vuosi			

4. Oliko teillä voimassa yleisestä eläkeiästä poikkeava eläkeikä?

- 1 Ei.
 2 Kyllä, julkisen sektorin ammatillinen eläkeikä _____ v _____ kk.
 3 Kyllä, julkisen sektorin henkilökohtainen eläkeikä _____ v _____ kk.
 4 Kyllä, jokin muu yleisestä eläkeiästä poikkeava eläkeikä _____ v _____ kk.
 5 En osaa sanoa.

5. Oliko teillä työnantajan hankkima lisäeläke, joka mahdollisti eläkkeelle jäämisen ennen vanhuuseläkkeen alaikäraja?

- 1 Ei.
 2 Kyllä, lisäeläkkeen alaikäraja oli _____ v _____ kk.
 3 En osaa sanoa.

6. Kuinka monta henkilöä kotitaloudessanne asuu yhteensä (laskekaa mukaan myös itsenne)?

7. Siviilisäätty

- 1 Naimissa tai rekisteröidyssä parisuhteessa
 2 Avoliitossa
 3 Eronnut tai asumuserossa
 4 Leski
 5 Naimaton

8. Jos teillä on puoliso, mitä hän teki pääasiallisesti silloin, kun te jätte eläkkeelle? Entä nykyisin? Rastikaa vastaus kumpaankin kysymyksen.

	Ennen eläkkeelle jäämistä	Nykyisin
Puoliso oli / on ansiotyössä.	₁ <input type="checkbox"/>	₁ <input type="checkbox"/>
Puoliso oli / on eläkkeellä.	₂ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>
Puoliso ei ollut / ole työssä eikä eläkkeellä.	₃ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>
Ei ollut / ole puolisoa.	₄ <input type="checkbox"/>	₄ <input type="checkbox"/>

9. Millaisessa asunnossa asutte?

- ₁ Omassa ja/tai puolison omistusasunnossa
₂ Asumisoikeus- tai osaomistusasunnossa
₃ Vuokra-asunnossa
₄ Muu

OSA 2: Työ ennen eläkkeelle jäämistä

Tässä osiossa kysymme työstänne ennen eläkkeelle jäämistä. Kysymykset käsittelevät työn merkitystä, työpaikan ilmapiiriä ja olosuhteita sekä työnantajan toimintaa. Lisäksi osiossa kysytään työssä jatkamiseen kannustavista asioista.

10. Oliko työsuhteenne ennen eläkkeelle jäämistä

- ₁ Vakituinen
₂ Määräaikainen
₃ Muu

11. Oliko työsuhteenne

- ₁ Kokoaikainen
₂ Osa-aikainen
₃ Muu

12. Oliko työsuhteenne

- ₁ Säännöllinen päivätyö (6–18) ₅ Kaksivuorotyö, johon sisältyy yötyötä
₂ Säännöllinen iltatyö ₆ Kolmivuorotyö
₃ Säännöllinen yötyö ₇ Sait itse päättää työaikasi sijoittelusta
₄ Kaksivuorotyö, johon ei sisälly yötyötä ₈ Muu työaikamuoto

13. Kun ajattelette työtä, josta jätitte eläkkeelle, niin kuinka hyvin seuraavat työhön ja työoloihin liittyvät asiat kuvasivat ajatuksianne työstänne?

	Täysin samaa mieltä	Jokseenkin samaa mieltä	Jokseenkin eri mieltä	Täysin eri mieltä	En osaa sanoa
1. Pidin työstäni.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
2. Koin työni merkitykselliseksi.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
3. Työni oli minulle erittäin tärkeä elämänalue.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
4. Työni oli fyysisesti liian raskasta.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
5. Työni oli henkisesti liian raskasta.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
6. Työyhteisöni ilmapiiri oli hyvä.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
7. Työni oli hyvin johdettua.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
8. Minulla oli hyvät mahdollisuudet vaikuttaa työhöni.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
9. Työaikani olivat joustavat.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
10. Työni oli liian kiireistä tai sitä oli liikaa.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
11. Osaamisvaatimukset lisääntyivät liikaa.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
12. Työnkuvassa tai organisaatiossa tapahtui liikaa muutoksia.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
13. Työni jatkuminen oli epävarmaa.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
14. Työpaikallani arvostettiin ikääntyneiden työntekijöiden osaamista.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
15. Työpaikallani tuettiin työntekijöitä jatkamaan vanhuuseläkeikään asti.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>

14. Kuinka paljon työhön ja työoloihin liittyvät tekijät vaikuttivat eläkkeelle jäämiseenne?

- 1 Paljon
 2 Melko paljon
 3 Melko vähän
 4 Vähän
 5 Ei lainkaan
 6 En osaa sanoa

15. Olisiko jokin tai useammat seuraavista tekijöistä saanut teidät jatkamaan työssä pidempään?

	Todennäköisesti kyllä	Todennäköisesti ei	En osaa sanoa
1. Joustavammat työajat	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>
2. Mahdollisuus osa-aikatyöhön	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>
3. Työmäärän ja kiireen vähentäminen	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>
4. Työtehtävien muuttaminen tai keventäminen	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>
5. Työnantajan toimet työkyvyn tukemiseksi	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>
6. Osaamisen tukeminen koulutusta lisäämällä	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>
7. Korkeampi palkka	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>
8. Parempi työilmapiiri	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>
9. Ikääntyneiden työntekijöiden kokemuksen arvostaminen	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>
10. Työnantajan kannustus jatkamaan	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>
11. Johtamistapojen parantaminen	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>
12. Varmuus työpaikan säilymisestä	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>	₃ <input type="checkbox"/>

16. Olisitteko työnantajan puolesta voinut jatkaa työssä pidempään?

- ₁ Kyllä
₂ En
₃ En osaa sanoa

17. Työeläkejärjestelmä huomioi eliniän pitenemisen ja työssä jatkamisen eläkkeen määrässä. Olitteko eläkkeelle jäädessänne tietoinen siitä, että

	Kyllä	En
1. elinaikakerroin leikkaa kuukausieläkettä pysyvästi silloin, kun alatte nostamaan eläkettä? (Elinaikakerroin ottaa eliniän pidentymisen huomioon pienentämällä kuukausieläkettä siten, että eläkettä maksetaan eläkeaikana keskimäärin sama summa.)	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>
2. eläkkeelle jäämisen lykkääminen vanhuuseläkkeen alaikärajan yli tuo pysyvän korotuksen eläkkeeseen (0,4 % kuukaudessa; 4,8 % vuodessa) ja samalla työskentelystä karttuu uutta eläkettä?	₁ <input type="checkbox"/>	₂ <input type="checkbox"/>

18. Kannustivatko seuraavat taloudelliset asiat myöhentämään eläkkeelle jäämiseen ajankohtaa?

	Kyllä	Ei	En osaa sanoa
1. Elinaikakertoimen eläkettä leikkaava vaikutus kannusti myöhentämään eläkkeelle jäämistä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Eläkkeelle jäämisen lykkäämisestä eläkkeeseen tuleva korotus (0,4 % kuukaudessa; 4,8 % vuodessa) kannusti myöhentämään eläkkeelle jäämistä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Palkasta karttuva eläke kannusti myöhentämään eläkkeelle jäämistä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

OSA 3: Sosiaaliset ja terveydelliset tekijät

Tässä osiossa kysymme, millaiseksi koitte sosiaaliset suhteenne ja terveydentilanne ennen eläkkeelle jäämistä ja sen jälkeen. Lisäksi kysymme näiden tekijöiden vaikutuksesta eläkkeelle jäämiseen.

19. Kuinka tärkeitä työpaikan sosiaaliset suhteet olivat teille ennen eläkkeelle jäämistä?

- Erittäin tärkeitä
 Melko tärkeitä
 Ei kovin tärkeitä
 Ei lainkaan tärkeitä
 En osaa sanoa

20. Vaikuttivatko työpaikan sosiaaliset suhteet eläkkeelle jäämiseen?

- Eivät vaikuttaneet.
 Kyllä, jäin niiden vuoksi myöhemmin eläkkeelle.
 Kyllä, jäin niiden vuoksi aikaisemmin eläkkeelle.
 En osaa sanoa.

21. Miten tyytyväinen olitte yleisesti sosiaaliin suhteisiinne ennen eläkkeelle jäämistä? Entä nykyisin? Rastikaa vastaus kumpaankin kysymykseen.

	Ennen eläkkeelle jäämistä	Nykyisin
Hyvin tyytyväinen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Melko tyytyväinen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kohtalaisen tyytyväinen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En kovin tyytyväinen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En lainkaan tyytyväinen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En osaa sanoa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

22. Miten tyytyväinen olitte vapaa-aikanne määrään ennen eläkkeelle jäämistä? Entä nykyisin? Rastikaa vastaus kumpaankin kysymykseen.

	Ennen eläkkeelle jäämistä	Nykyisin
Hyvin tyytyväinen	1 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>
Melko tyytyväinen	2 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>
Kohtalaisen tyytyväinen	3 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>
En kovin tyytyväinen	4 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
En lainkaan tyytyväinen	5 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
En osaa sanoa	6 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>

23. Millainen terveydentilanne oli ennen eläkkeelle jäämistä? Entä nykyisin? Rastikaa vastaus kumpaankin kysymykseen.

	Ennen eläkkeelle jäämistä	Nykyisin
Hyvä	1 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>
Melko hyvä	2 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>
Kohtalainen	3 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>
Melko huono	4 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
Huono	5 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
En osaa sanoa	6 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>

24. Millainen jaksamisenne oli ennen eläkkeelle jäämistä? Entä nykyisin? Rastikaa vastaus kumpaankin kysymykseen.

	Ennen eläkkeelle jäämistä	Nykyisin
Hyvä	1 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>
Melko hyvä	2 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>
Kohtalainen	3 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>
Melko huono	4 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
Huono	5 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
En osaa sanoa	6 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>

**25. Millainen elämälaatunne kokonaisuudessaan oli ennen eläkkeelle jäämistä? Entä nykyisin?
Rastikaa vastaus kumpaankin kysymyksen.**

	Ennen eläkkeelle jäämistä	Nykyisin
Hyvä	1 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>
Melko hyvä	2 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>
Kohtalainen	3 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>
Melko huono	4 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
Huono	5 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
En osaa sanoa	6 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>

26. Vaikuttivatko seuraavat asiat eläkkeelle jäämiseenne?

	Paljon	Melko paljon	Melko vähän	Vähän	Ei lain- kaan	En osaa sanoa	Ei koske minua
1. Heikentynyt terveys	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>
2. Heikentynyt jaksaminen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>
3. Puolison heikentynyt terveys	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>
4. Omien/puolison vanhempien heikentynyt terveys	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>
5. Halu jäädä eläkkeelle, kun oma tai puolison terveys oli vielä hyvä	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>
6. Lasten tai lastenlasten hoitaminen	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>
7. Halu viettää aikaa läheisten kanssa	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>
8. Lisääntyvä vapaa-aika ja harrastusmahdollisuudet	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>

OSA 4: Taloudellinen toimeentulo

Tässä osiossa kysymme taloudellisesta tilanteestanne ja toimeentulostanne tällä hetkellä sekä ennen eläkkeelle jäämistänne.

27. Arvioikaa, kuinka paljon kotitaloutenne yhteenlasketut nettotulot (tulot verojen jälkeen) ovat kuukaudessa? Laskekaa mukaan kaikkien kotitaloutenne jäsenten saamat eläke-, palkka- ja yrittäjätulot, sosiaalietuudet sekä omaisuustulot.

- 1 Alle 1 000 e/kk
 2 1000 – 1 499 e/kk
 3 1 500 – 1 999 e/kk
 4 2 000 – 2 499 e/kk
 5 2 500 – 2 999 e/kk
 6 3 000 – 3 499 e/kk
 7 3 500 – 3 999 e/kk
 8 4 000 – 4 499 e/kk
 9 4 500 – 4 999 e/kk
 10 5 000 e/kk tai enemmän

28. Kun kotitaloutenne kaikki tulot otetaan huomioon, ovatko tulot eläkkeelle siirtymisenne myötä

- 1 vähentyneet selvästi.
 2 vähentyneet jonkin verran.
 3 pysyneet suunnilleen ennallaan.
 4 kasvaneet jonkin verran.
 5 kasvaneet selvästi.

29. Olitteko selvittänyt eläkkeenne suuruuden ennen eläkkeelle jäämistänne?

- 1 Kyllä
 2 En

30. Olitteko säästänyt eläkeikää varten (esim. talletukset, yksityinen eläkevakuutus, pitkäaikais-säästötili, osakkeet, rahastot)?

- 1 Kyllä, merkittävässä määrin.
 2 Kyllä, jonkin verran.
 3 Olin säästänyt, mutta en eläkeikää varten.
 4 En ollut säästänyt juuri lainkaan.

31. Millainen merkitys säästöillä ja/tai omaisuustuloilla (vuokra-, korko- ja osinkotulot sekä yksityisiin vakuutuksiin perustuvat eläkkeet) on tällä hetkellä kotitaloutenne toimeentulossa?

- 1 Vähäinen
 2 Kohtalainen
 3 Suuri
 4 Minulla ei ole näitä tuloja

32. Oliko kotitaloudellanne asunto- tai muuta velkaa tai kulutusluottoja ennen eläkkeelle jäämistä (luottokorttien maksuaikaa ei lueta velaksi)? Entä nykyisin? Rastikaa vastaus kumpaankin kysymykseen.

	Ennen eläkkeelle jäämistä	Nykyisin
Kyllä	1 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>
Ei	2 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>

33. Kun kotitalouden kaikki tulot otetaan huomioon, miten saitte tavanomaiset menonne niillä katetuksi ennen eläkkeelle jäämistänne? Entä nykyisin? Rastikaa vastaus kumpaankin kysymykseen.

	Ennen eläkkeelle jäämistä	Nykyisin
Suurin vaikeuksin	1 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>
Vaikeuksin	2 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>
Pienin vaikeuksin	3 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>
Melko helposti	4 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>
Helposti	5 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
Hyvin helposti	6 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>
En osaa sanoa	7 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>

34. Millainen toimeentulonne eläkkeellä on odotuksiinne nähden? Toimeentulo eläkkeellä on

- 1 vaikeampaa kuin odotin.
 2 hieman vaikeampaa kuin odotin.
 3 vastannut suunnilleen odotuksiani.
 4 hieman helpompaa kuin odotin.
 5 helpompaa kuin odotin.
 6 En osaa sanoa.

OSA 5: Ansiotyö eläkkeen rinnalla

Tässä osiossa kysymme eläkkeen karttumiseen liittyvistä tiedoistanne, tämänhetkisestä työkyvystä sekä kiinnostuksestanne työskentelyyn vanhuuseläkkeen rinnalla. Osio sisältää kysymyksiä sekä eläkkeen rinnalla työskenteleville että niille, jotka eivät työskentele. Kysymykset 35–37 kysytään kaikilta, ja näiden jälkeen oleva ohje auttaa valitsemaan oikeat jatkokysymykset.

35. Alla on esitetty muutamia asioita vanhuuseläkkeen rinnalla työskentelystä ja siitä kertyvästä eläkkeestä. Tiedättekö, että

	Kyllä	En
1. työskentely vanhuuseläkkeellä ei pienennä eläkettä?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. työskentelystä vanhuuseläkkeellä karttuu uutta eläkettä 68-vuotiaaksi asti?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. myös yli 68-vuotiaana voi työskennellä, mutta työstä ei enää kerry uutta työeläkettä?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. vanhuuseläkkeellä työskentelystä karttuneen työeläkkeen voi nostaa 68-vuotiaana?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. vanhuuseläkkeellä työskentelystä karttunut työeläke pitää hakea erikseen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

36. Oletetaan, että työkykynne on parhaimmillaan saanut 10 pistettä. Minkä pistemäärän antaisitte nykyiselle työkyvyllenne (riippumatta siitä, oletteko ansiotyössä vai ette)?

Vastatkaa ympyröimällä jokin numero nollan ja kymmenen välillä. Vastatkaa nolla, jos olette mielestänne täysin työkyvytön ja kymmenen, jos koette että työkykynne on parhaimmillaan.

täysin työkyvytön

työkyky parhaimmillaan

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

37. Työskentelettekö tai oletteko työskennellyt vanhuuseläkkeen rinnalla?

- Kyllä => siirtyä kysymykseen 38
 En, mutta haluaisin => siirtyä kysymykseen 44
 En, enkä halua => siirtyä kysymykseen 46

Kysymykset 38–43 ovat vain niille, jotka työskentelevät vanhuuseläkkeen rinnalla (tai ovat aiemmin vanhuuseläkkeellä ollessaan työskennelleet, mutta lopettaneet työskentelyn).

38. Työskentelettekö samalla työnantajalla kuin ennen eläkkeelle jäämistä?

- ₁ Kyllä, työskentelen samalla työnantajalla.
- ₂ Työskentelen eri työnantajalla.
- ₃ Työskentelen yrittäjänä, olen aloittanut uuden yritystoiminnan.
- ₄ Työskentelen yrittäjänä, olen jatkanut aiemmin aloittamaani yritystoimintaa.

39. Työskentelettekö samassa tai samankaltaisessa työtehtävässä kuin ennen eläkkeelle jäämistänne?

- ₁ Kyllä
- ₂ En

40. Missä ammatissa työskentelette nyt?

41. Miten paljon työskentelette?

- ₁ Säännöllisesti kokoaikatyössä.
- ₂ Säännöllisesti osa-aikatyössä: noin _____ päivää kuukaudessa, _____ noin tuntia päivässä.
- ₃ Epäsäännöllisesti: noin _____ päivää kuukaudessa, _____ noin tuntia päivässä.
- ₄ Satunnaisesti: noin _____ päivää vuodessa.

42. Kuinka paljon saatte työskentelystä ansiotuloja (bruttona, eli ennen verojen vähentämistä) vuodessa?

Noin _____ euroa vuodessa

43. Kuinka pitkään tällä hetkellä ajattelette jatkavanne työskentelyä?

- ₁ Alle vuoden
- ₂ 1–2 vuotta
- ₃ 3 vuotta tai pidempään
- ₄ En osaa sanoa.

Jatkakaa kysymykseen **44**

Kysymykset 44–45 on tarkoitettu niille, jotka **työskentelevät** tai **haluaisivat työskennellä eläkkeen rinnalla**.

44. Jos työskentelette tai haluaisitte työskennellä eläkkeen rinnalla, haluaisitteko mieluiten työskennellä

- ¹ säännöllisesti kokoaikatyössä.
² säännöllisesti osa-aikatyössä.
³ satunnaisesti.

45. Seuraavat väittämät koskevat mahdollisia syitä työskennellä vanhuuseläkkeen rinnalla. Miten hyvin ne pitävät teidän kohdallanne paikkansa?

	Pitää täysin paikkansa	Pitää jokseenkin paikkansa	Ei pidä juurikaan paikkaansa	Ei pidä lainkaan paikkaansa	En osaa sanoa
1. Haluan työskennellä, koska minulla on vaikeuksia tulla toimeen taloudellisesti.	¹ <input type="checkbox"/>	² <input type="checkbox"/>	³ <input type="checkbox"/>	⁴ <input type="checkbox"/>	⁵ <input type="checkbox"/>
2. Haluan lisäansioita, jotta voin hankkia jotain ylimääräistä (esim. ulkomaanmatka).	¹ <input type="checkbox"/>	² <input type="checkbox"/>	³ <input type="checkbox"/>	⁴ <input type="checkbox"/>	⁵ <input type="checkbox"/>
3. Haluan työskennellä, koska töissä tunnen itseni tarpeelliseksi.	¹ <input type="checkbox"/>	² <input type="checkbox"/>	³ <input type="checkbox"/>	⁴ <input type="checkbox"/>	⁵ <input type="checkbox"/>
4. Haluan työskennellä, koska työ tuo mielenkiintoista tekemistä.	¹ <input type="checkbox"/>	² <input type="checkbox"/>	³ <input type="checkbox"/>	⁴ <input type="checkbox"/>	⁵ <input type="checkbox"/>
5. Haluan työskennellä, koska työhön liittyvät sosiaaliset suhteet ovat minulle tärkeitä.	¹ <input type="checkbox"/>	² <input type="checkbox"/>	³ <input type="checkbox"/>	⁴ <input type="checkbox"/>	⁵ <input type="checkbox"/>
6. Haluan työskennellä, jotta minulle kertyy lisää eläkettä.	¹ <input type="checkbox"/>	² <input type="checkbox"/>	³ <input type="checkbox"/>	⁴ <input type="checkbox"/>	⁵ <input type="checkbox"/>

Jos ette työskentele, **siirtykää kysymykseen 46**.

Jos työskentelette, **siirtykää kysymykseen 47**.

Kysymys 46 on tarkoitettu niille, jotka **eivät työskentele eläkkeen rinnalla.**

46. Seuraavat väittämät koskevat mahdollisia syitä sille, että ei työskentele. Miten hyvin ne pitävät teidän kohdallanne paikkansa?

	Pitää täysin paikkansa	Pitää jokseenkin paikkansa	Ei pidä juurikaan paikkaansa	Ei pidä lainkaan paikkaansa	En osaa sanoa
1. Terveystilani ei mahdollista työskentelyä.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
2. Jaksamiseni ei riitä työskentelyyn.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
3. Sopivaa työtä ei ole tarjolla.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
4. Minua ei palkata ikäni vuoksi.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
5. Työskentely ei ole taloudellisesti kannattavaa.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
6. Työmatkoista aiheutuu liikaa vaivaa.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
7. Haluan nauttia eläkepäivistä.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
8. Perhetilanteeni ei mahdollista työskentelyä.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
9. Koulutukseni ja/tai osaamiseni eivät ole riittäviä.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>
10. Olen jo tehnyt riittävän pitkän työuran.	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>

Jatkakaa kysymykseen 47.

OSA 6: Koronapandemian vaikutukset ja kokemukset eläkkeelle jäämisestä

Tässä osiossa kysymme koronaviruspandemian vaikutuksista eläkkeelle jäämiseenne ja kiinnostukseenne työskennellä eläkkeen rinnalla. Lisäksi kysymme, kuinka tyytyväisiä olette olleet eläkkeelle jäämiseenne ajankohtaan. Lopuksi voitte kirjoittaa omin sanoin huomioitanne ja neuvojanne eläkkeelle jäämistä pohtiville.

47. Koronaviruspandemia levisi Suomessa 2020 alkuvuodesta alkaen. Vaikuttiko pandemiatilanne teidän kohdallanne eläkkeelle jäämisen ajankohtaan?

- 1 Ei vaikuttanut.
- 2 Kyllä, jäin sen vuoksi myöhemmin eläkkeelle.
- 3 Kyllä, jäin sen vuoksi aiemmin eläkkeelle.
- 4 Asia ei koske minua.
- 5 En osaa sanoa.



Eläketurvakeskuksen
tutkimuksia

Vanhuuseläkkeelle siirtyminen ja muutos elämänlaadussa

**Kyselytutkimus vuosina 2019–2021 palkkatyöstä
vanhuuseläkkeelle siirtyneille**

Tutkimuksessa tarkastellaan, miten vastikään työstä vanhuuseläkkeelle siirtyneiden kokemukset elämänlaadun kokonaisuudesta, tyytyväisyydestä vapaa-aikaan ja sosiaalisiin suhteisiin, terveydentilasta ja jaksamisesta sekä toimeentulosta ovat muuttuneet eläkkeelle siirtymisen myötä. Aineistona on Eläketurvakeskuksen vuonna 2022 tekemä Työstä eläkkeelle -kyselytutkimus, johon vastasi 3 378 vuosina 2019–2021 palkkatyöstä vanhuuseläkkeelle siirtynyttä.

Eläketurvakeskuksen tutkimuksia

Eläketurvakeskus on lakisäätäinen työeläketurvan kehittäjä, asiantuntija ja yhteisten palvelujen tuottaja. Tutkimus- ja tieteen sarjassa julkaistaan tutkimuksellisia lähtökohdista tehtyjä ja tieteelliset kriteerit täyttäviä tutkimuksia eläketurvaan ja eläkejärjestelmiin liittyvistä aiheista.



Eläketurvakeskus
PENSIONSSKYDDSCENTRALEN