Eläketurvakeskus
PENSIONSSKYDDSCENTRALEN

Työn imun ja henkisen kuormittumisen yhteys eläkeaikeisiin työkyvyn mukaan

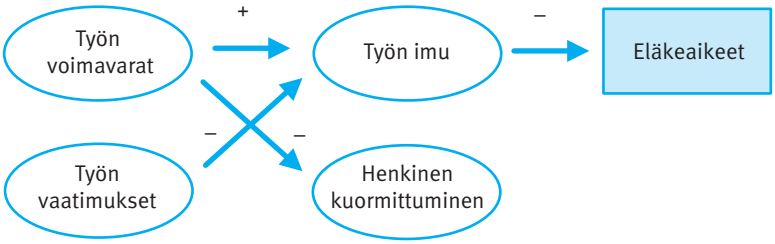
Riku Perhoniemi

Henkisen työhyvinvoinnin merkitys ikääntyvien palkansaajien työurille riippuu heidän työkyvystään. Valtaosalla ikääntyvistäkin palkansaajista työkyky on hyvällä tasolla, jolloin aikeita jatkaa pitkään työuralla näyttävät edistävän työn imun kokemukset.

Mitä aiheesta tiedettiin ennestään

- Työolot vaikuttavat lainsäädännön ohella siihen, kuinka aikaisin työntekijät suunnittelevat siirtyvänsä eläkkeelle.
- Henkinen kuormittuminen ja työn imu ovat työhyvinvoinnin kaksi itsenäistä ulottuvuutta.
- Tutkimusten mukaan työn imu pitää yllä aikomusta pitkään työuraan, kun taas henkinen kuormittuminen lisää aikeita eläköityä aikaisin.
- Työn imun ja henkisen kuormittumisen yhteyttä eläkeaikeisiin ei ole vertailtu – kummalla on suurempi merkitys.

Mikä selittää yli 49-vuotiaiden palkansaajien eläkeaikeita, kun työkyky on hyvä?



Lähde: Työolotutkimus 2013.

Mitä uutta tässä tutkimuksessa selvisi

- Niillä yli 49-vuotiailla palkansaajilla, joiden työkyky oli hyvä, työn imu vahvisti halua jatkaa työssä pitkään. Sen sijaan henkinen kuormittuminen ei ollut heillä yhteydessä eläkeaikeisiin.
- Palkansaajilla, jotka arvioivat työkykynsä heikentyneeksi, vain henkinen kuormittuminen selitti aikeita siirtyä eläkkeelle, työn imulla ei ollut merkitystä.
- Siten valtaosalle palkansaajista työn imun kokemuksilla ja työssä vallitsevilla voimavaroilla on keskeinen merkitys pitkään työssä jatkamisen kannalta.
- Tulosten perusteella positiivista esimiestyötä, työyhteisötaitoja ja oppimismahdollisuuksia olisi kehitettävä nykyistä painokkaammin työurien pidentämiseksi.

Perhoniemi, Riku: Työn imu ja henkisen kuormittumisen yhteydet eläkeaikeisiin työkyvyn mukaan. Teoksessa Järnefelt, Noora (toim.) Työolot ja työurat – tutkimuksia työurien vakaudesta ja eläkkeelle siirtymisestä, Eläketurvakeskuksen tutkimuksia 08/2016.