

PSYKOLOGISKA INSTITUTIONEN



GÖTEBORGS
UNIVERSITET

HEARTS

Hälsa, arbete och pensionering i
Sverige

Hälsa, arbete och pensionering i Sverige – HEARTS

Övergången från arbete till pension är en stor livshändelse. Hur hanterar vi denna omställning? Vilka faktorer påverkar pensionsbeslutet och vilka är de främsta drivkrafterna för att fortsätta arbeta? Här har vi samlat några centrala fynd från HEARTS-projektet.

Vårt samhälle har på senare tid genomgått stora förändringar. Vi lever allt längre och är också i genomsnitt friskare och mer aktiva högre upp i åldrarna. Förändringar på arbetsmarknaden, och flera välfärdsreformer, gör att de som idag lämnar arbetslivet har andra erfarenheter, förutsättningar och förväntningar jämfört med de som gick i pension under senare halvan av 1900-talet. Tidigare forskning och kunskap om pensionering och åldrande har alltså blivit inaktuell.

För att förstå vad det numera innebär att gå i pension krävs ny och uppdaterad kunskap. Med ny kunskap kan samhället också bättre möta de möjligheter och utmaningar som kommer med en åldrande befolkning. Syftet med HEARTS är därför att undersöka hur dagens pensionärer ser på och upplever den livsomställning som pensioneringen innebär.

Om HEARTS

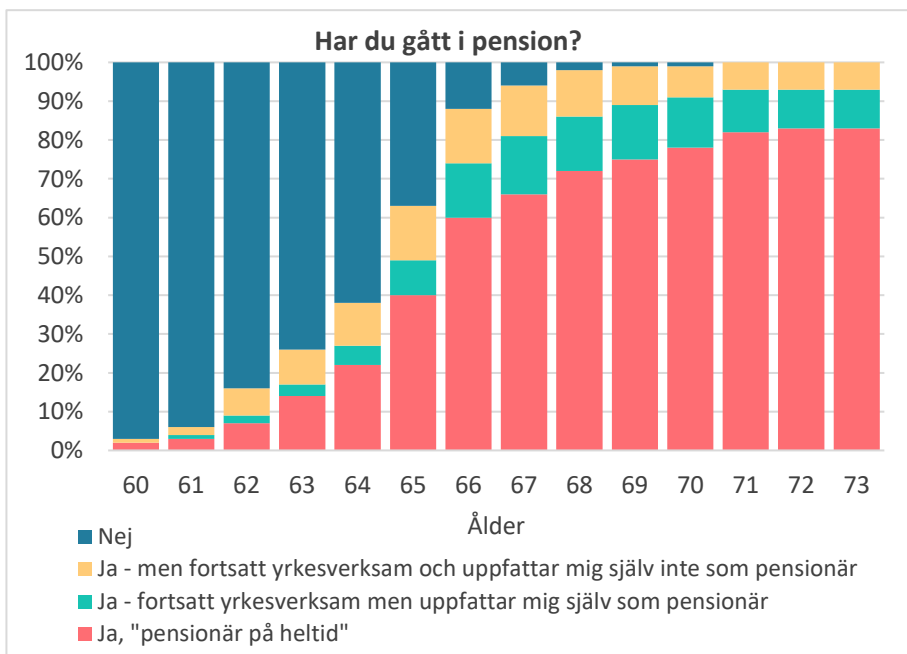
Projektet startade våren 2015 då ett nationellt representativt urval av personer födda mellan 1949 och 1955 fick inbjudan att delta i studien genom att fylla i en enkät. Närmare 6 000 personer från hela Sverige besvarade enkäten, och dessa personer har sedan bjudits in till årliga uppföljningar.

Många har valt att fortsätta i projektet, vilket vi är tacksamma för då alla deltagare på så sätt bidrar till forskningen och till den ökade kunskap vi behöver om övergången mellan arbetsliv och pension.

När blir man pensionär?

I forskningen förekommer en rad olika sätt att mäta när arbetslivet slutar och när pensionärlivet börjar. Beroende på om fokus ligger på yrkesaktivitet eller uttag av ålderspension kan man nå olika slutsatser om vem som är pensionär. Resultaten från HEARTS visar att många fortsätter att arbeta även efter att de börjat ta ut ålderspension. Detta innebär att pensioneringen inte längre är en enhetlig process utan att den kan ske gradvis och pågå under en längre period innan man slutgiltigt lämnar arbetslivet.

För att bättre förstå pensioneringsprocessen har vi låtit de personer som kombinerar arbete och pension själva avgöra om de ser sig själva som pensionärer eller inte. Ungefär 30 % fortsätter att arbeta efter att de börjat ta ut ålderspension, men endast hälften av dessa uppfattar sig själva som pensionärer. Figuren nedan visar hur andelen pensionärer förändras mellan 60 och 73 års ålder. Före 65 är det relativt få som ser sig själva som pensionärer, men andelen ökar som förväntat med stigande ålder, vilket kan kopplas till såväl minskad arbetsomfattning som sociala normer om när pensionärlivet börjar.

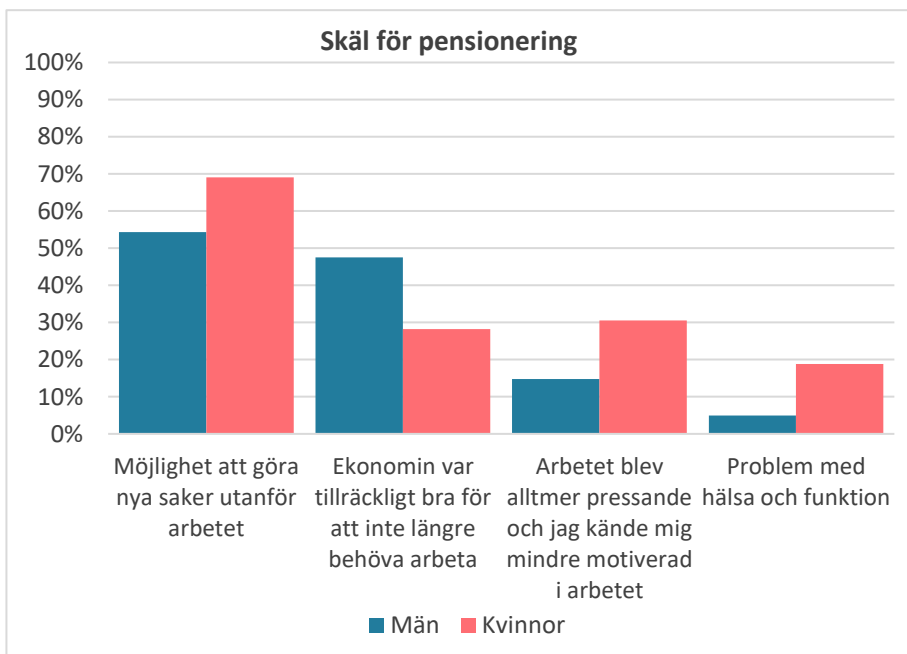


Skäl för pensionering

För att förstå hur dagens pensionärer upplever övergången från arbete till pension är det viktigt att få kunskap om vilka faktorer och omständigheter som påverkar pensionsbeslutet.

I en rapport till Försäkringskassan har vi sammanställt de vanligaste skälen för att gå i pension och hur dessa skiljer sig mellan olika grupper. Resultaten visar att majoriteten ser fram emot pensioneringen. Möjligheten att göra nya saker utanför arbetet och längtan efter att få mer kontroll över sitt liv var de främsta drivkrafterna för att lämna arbetslivet.

Resultaten visar också betydande skillnader mellan olika grupper. Män angav i större utsträckning än kvinnor att de gick i pension därför att ekonomin var tillräckligt bra (se figuren nedan). Samtidigt var det fler kvinnor än män som rapporterade hälsorelaterade motiv och att arbetet blev alltmer krävande. Dessa skäl var också vanligare bland dem som gick i pension före 65 års ålder, vilket innebär att förutsättningarna för fortsatt arbete skiljer sig väsentligt mellan män och kvinnor.

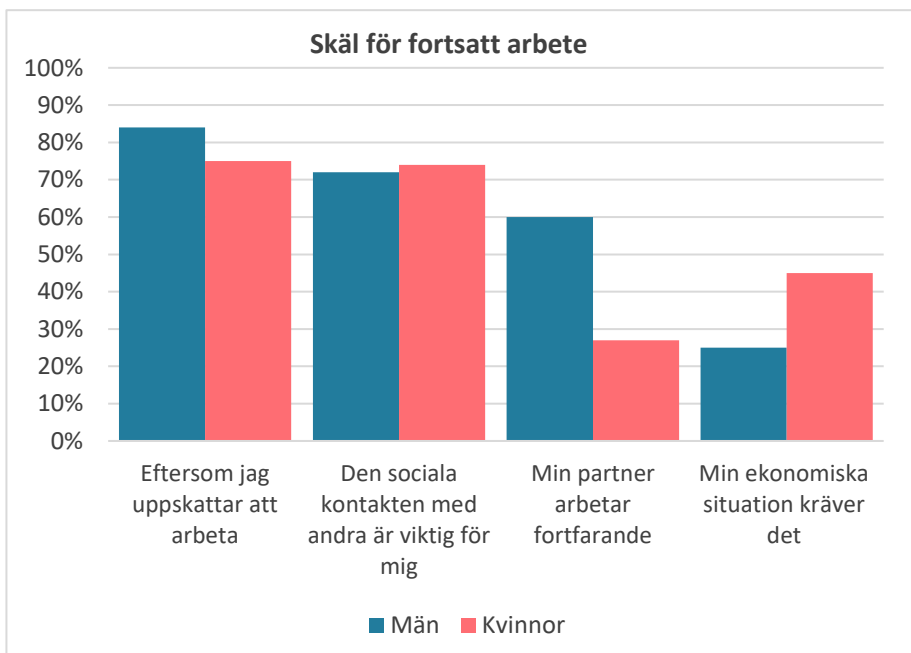


Skäl för fortsatt arbete

För att förstå de möjligheter och utmaningar vi står inför med höjda pensionsåldrar har vi undersökt skillnader mellan de som går i pension vid 65 års ålder och de som fortsätter att arbeta högre upp i åldrarna. Resultaten visar att män och personer med högre utbildning är överrepresenterade bland dem som fortsätter att arbeta efter 65.

God hälsa och möjligheten att påverka sin arbetsituation är en förutsättning för att kunna fortsätta att arbeta högre upp i åldrarna. I en rapport till Delegationen för senior arbetskraft visar vi också att trivsel med arbetet och behovet av social stimulans och en meningsfull sysselsättning är viktiga drivkrafter för fortsatt yrkesarbete.

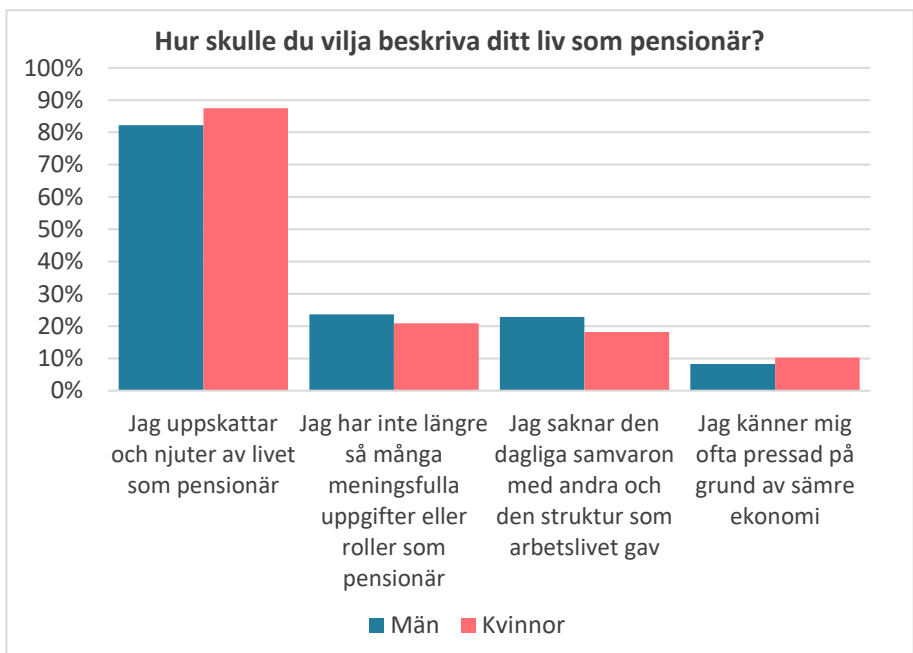
Ekonomiska förutsättningar och familjerelaterade omständigheter har också stor betydelse, men dessa skäl skiljer sig mellan män och kvinnor. Män anger i större utsträckning än kvinnor att de fortsätter att arbeta för att deras partner fortfarande arbetar, medan skäl kopplade till den ekonomiska situationen är vanligare bland kvinnor (se figuren nedan).



Anpassning till livet som pensionär

Att gå i pension och lämna arbetslivet är en stor omställning. Pensioneringen prövar vår förmåga att anpassa oss, inte bara till åldersrelaterade biologiska förändringar, utan också till de nya möjligheter och förväntningar som finns i vår sociala miljö. Resultaten från HEARTS visar att de flesta hanterar övergången bra och till och med rapporterar något högre välbefinnande efter, jämfört med före, pensioneringen. Men det finns också stora individuella skillnader och anpassningen till livet som pensionär varierar beroende på en rad olika faktorer och omständigheter.

Ekonomiska förutsättningar och arbetets betydelse för vår identitet, sociala gemenskap och dagliga struktur är några av de faktorer som påverkar hur pensioneringen upplevs. Ca 20 % av de som gått i pension anger att de saknar den dagliga samvaron med andra och den struktur som arbetslivet gav (se figuren nedan). Ungefär lika många upplever att de inte längre har så många meningsfulla uppgifter eller roller, och ca 10 % känner sig pressade på grund av sämre ekonomi. För dessa personer kan en gradvis nedtrappning av arbete bidra till en smidigare övergång.



Pandemins konsekvenser

Våren 2020 slog covid-19-pandemin till med full kraft. Resultaten från HEARTS har varit värdefulla för att förstå hur äldre personer upplever och påverkas av pandemin. På uppdrag av Folkhälsomyndigheten har vi sammanställt en rapport om pandemins konsekvenser för hälsa och välbefinnande.

Resultaten från undersökningen 2020 visar en hög grad av oro för den egna eller närståendes hälsa. Oron för konsekvenser på viktiga samhällsfunktioner var dock större, och majoriteten uppgav att de, för att minska risken för smittspridning, undvek nära kontakter med andra. Under det första året av pandemin fann vi ingen negativ påverkan på självskattad hälsa och livstillfredsställelse, men andelen som kände sig ensamma ökade. I fortsatta studier kommer vi att analysera hur hälsa och välbefinnande har förändrats under den senare delen av pandemin.

Fakta om HEARTS

- HEARTS är en befolkningsbaserad enkätundersökning om övergången mellan arbetsliv och pension. Projektet har en så kallad longitudinell design där deltagarna följs över tid.
- Deltagarna rekryterades via Statens personadressregister (SPAR). Urvalet inkluderade 14 990 personer i Sverige, födda mellan 1949 och 1955.
- 5 913 personer mellan 60 och 66 år besvarade den första enkäten 2015. Våren 2023, när deltagarna är mellan 68 och 74 år, genomförs den nionde undersökningen.
- Projektet har hittills resulterat i 3 avhandlingar, ett 30-tal vetenskapliga artiklar och flera rapporter till olika myndigheter.
- Resultaten har fått stor spridning både inom och utanför vetenskapssamhället genom föreläsningar och artiklar i facktidskrifter och nyhetsmedia.
- HEARTS finansieras av Forskningsrådet för hälsa, arbetsliv och välfärd (Forte).

HEARTS

undersöker övergången mellan arbetsliv och pension. Resultaten visar sammantaget att:

- Många fortsätter att arbeta även efter pensioneringen
- De flesta ser fram emot och trivs med livet som pensionär
- Det finns stora skillnader i förutsättningarna att påverka när och hur man går i pension

Våren 2022 fattade riksdagen beslut om höjda pensionsåldrar. Detta innebär att skillnaderna mellan de som kan och vill fortsätta arbeta och de som inte har samma möjligheter riskerar att öka. Vilka konsekvenser det får för hälsa och välbefinnande senare i livet är ännu okända. Genom fortsatta uppföljningar hoppas vi kunna bidra med mer kunskap om hur vi bäst kan möta dessa utmaningar.



Forskargruppen bakom HEARTS.

Vill du veta mer om HEARTS?

Besök vår hemsida www.gu.se/forskning/hearts
eller kontakta oss via
e-post: hearts@psy.gu.se | telefon: 031-786 16 76