



**TURUN  
YLIOPISTO**

# **Työelämän epävarmuus ja hyvinvointi**

Epätyypillisten työsuhdemuotojen yhteys koettuun hyvinvointiin Euroopassa

Sosiaalipolitiikka  
pro gradu -tutkielma

Laatija:  
Oona Jakonen

19.5.2025  
Turku

Turun yliopiston laatujärjestelmän mukaisesti tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu  
Turnitin OriginalityCheck -järjestelmällä.

Pro gradu -tutkielma

**Oppiaine:** Sosiaalipolitiikka

**Tekijä:** Oona Jakonen

**Otsikko:** Työelämän epävarmuus ja hyvinvointi – Epätyypillisten työsuhdemuotojen yhteys koettuun hyvinvointiin Euroopassa

**Ohjaaja:** Professori Heikki Ervasti

**Sivumäärä:** 64 sivua

**Päivämäärä:** 19.5.2025

Globalisaatio, teknologinen kehitys ja erilaiset kriisit ovat aiheuttaneet monenlaisia muutoksia niin työelämään kuin yksilöiden arkeen. Muutosten myötä työelämään on kehittynyt uudenlaisia epätyypillisiä työsuhdemuotoja, jotka ovat haastaneet perinteistä kokoaikatyötä sekä kasvattaneet huolta työn epävarmuudesta ja sen yhteydestä hyvinvointiin. Työelämän ja hyvinvoinnin yhteyttä on tutkittu jonkin verran, mutta tutkimus on keskittynyt pitkälti psykologisiin tekijöihin. Taloudellisiin tekijöihin ja toimeentuloon on kiinnitetty vähemmän huomiota.

Tämä pro gradu -tutkielma tutkii, missä määrin työelämän epävarmuus on yhteydessä yksilön subjektiiviseen hyvinvointiin eri Euroopan alueilla. Tutkielman tavoitteena on selvittää, ovatko erilaiset epätyypilliset työsuhdemuodot yhteydessä koettuun hyvinvointiin, vaihteleeeko yhteys Euroopan eri alueilla ja mitkä ovat keskeisimmät välittävät tekijät itsearvioidussa hyvinvoinnissa.

Tutkielma on kvantitatiivinen tutkimus, jossa hyödynnetään lineaarista monitasoregressioanalyysia, lineaarista regressioanalyysia ja ajallista vertailua. Tutkielman aineistona käytetään European Social Survey -kyselytutkimuksen 6 ja 11 kyselykierroksia vuosilta 2012 ja 2023. Otokseen valittiin 20 maata, jotka osallistuivat molemmille kierroksille. Nämä maat ovat: Belgia, Sveitsi, Kypros, Saksa, Espanja, Suomi, Ranska, Iso-Britannia, Unkari, Irlanti, Islanti, Italia, Liettua, Alankomaat, Norja, Puola, Portugali, Ruotsi, Slovenia ja Slovakia. Vastaajia oli yhteensä 34 348.

Tutkielman tulosten mukaan toimeentulovaikeudet selittävät kaikista tutkielmassa tarkasteltavina olevista taustatekijöistä vahvimmin hyvinvoinnin laskua. Toimeentulovaikeuksilla on vahvin yhteys hyvinvoinnin laskuun Etelä-, Keski- ja Itä-Euroopan maissa. Monitasomallin tulokset osoittavat, että erilaisista epätyypillisistä työsuhdemuodoista osa-aikainen työ on vahvimmin yhteydessä heikompaan hyvinvointiin. Tarkemmassa maaryhmittäisessä vertailussa osa-aikatyön yhteys koetun hyvinvoinnin laskuun verrattuna perinteiseen palkkatyöhön ilmenee ainoastaan Pohjoismaissa. Muissa maaryhmissä yksikään tarkastelluista työsuhdemuodoista ei osoita tilastollisesti merkitsevää yhteyttä parempaan tai heikompaan hyvinvoinnin tasoon verrattuna perinteiseen palkkatyöhön. Demografisia tekijöitä tarkasteltaessa havaittiin, että naiset, yksinhuoltajat ja yksinelävät raportoivat merkitsevästi heikompaan hyvinvointia verrattuna miehiin ja lapsiperheisiin. Muut demografiset tekijät, kuten iän neliö, ikä ja koulutustaso eivät ole yhteydessä koettuun hyvinvointiin. Kahta eri tutkimusajankohtaa vertailtaessa keskeisimmät erot liittyivät ikään, sukupuoleen ja maaryhmien välisiin eroihin.

Tutkielman tulokset osoittavat toimeentulon turvaamisen olevan keskeisin tekijä hyvinvoinnin kannalta jokaisessa maaryhmässä, mikä korostaa taloudellisen toimeentulon ensisijaisuutta psykologisiin tekijöihin verrattuna. Tutkielman perusteella epätyypillisiin työsuhteisiin liittyvistä ongelmista toimeentulon merkitystä ei voi väheksyä ja toimeentulon merkitys pitäisi ymmärtää työmarkkinapolitiikassa. Sukupuolittuneita rakenteellisia ongelmia tulee tarkastella kriittisesti ja pyrkiä ehkäisemään epävarmuustekijöiden kasautumista naisille ja erityisesti yksinhuoltajaaideille.

**Avainsanat:** epätyypilliset työsuhdemuodot, koettu hyvinvointi, psykologiset tekijät, taloudellinen toimeentulo, työelämän epävarmuus

# Sisällysluettelo

<b>1</b>	<b>Johdanto</b>	<b>4</b>
<b>2</b>	<b>Työelämän epävarmuus</b>	<b>8</b>
2.1	Globaalit megatrendit ja 2000-luvun kriisit	9
2.2	Epättyypilliset työsuhteet ja perinteinen palkkatyö	14
<b>3</b>	<b>Työn yhteys hyvinvointiin</b>	<b>19</b>
3.1	Hyvinvoinnin laaja-alainen luonne	19
3.2	Työ ja hyvinvointi	20
<b>4</b>	<b>Tutkimusasetelma</b>	<b>28</b>
4.1	Tutkimustehtävä	28
4.2	Aineiston kuvaus	28
4.3	Muuttujat	30
4.3.1	Selitettävä muuttuja	30
4.3.2	Selittävät muuttujat	30
4.4	Tutkimusmenetelmä	32
<b>5</b>	<b>Tulokset</b>	<b>34</b>
5.1	Työsuhdemuoto hyvinvoinnin selittäjänä	37
5.2	Demografiset tekijät hyvinvoinnin selittäjinä	43
5.3	Taloudelliset tekijät hyvinvoinnin selittäjinä	45
<b>6</b>	<b>Johtopäätökset ja pohdintaa</b>	<b>47</b>
	<b>Lähteet</b>	<b>56</b>

# 1 Johdanto

Työllä on syvälinen ja laaja-alainen yhteys yksilön elämänlaatuun. Se muovaa identiteettiä, on keskeinen osa arkea ja toimii monelle ensisijaisena toimeentulon lähteenä, mitkä kaikki vaikuttavat koettuun hyvinvointiin. Tässä tutkielmassa tarkastellaan erilaisten työsuhdemuotojen yhteyttä yksilön itsearvioimaan hyvinvointiin Euroopan eri alueilla. Näiden subjektiivisten kokemusten ymmärtäminen edellyttää myös työelämän rakenteellisen kehityksen tarkastelua.

Työelämä on jatkuvassa muutoksessa ja yhteiskuntakehityksen polku esiteollisesta yhteiskunnasta nykyiseen tieto- ja informaatioyhteiskuntaan on ollut pitkä ja monivaiheinen. Työelämän muutoksen myötä on kehittynyt uudenlaisia työnteon tapoja ja joustavampia työaikoja. Toisaalta samaan aikaan työelämässä tapahtuneet muutokset ovat luoneet uusia haasteita nyky-yhteiskunnille: työsuhteet ovat muuttuneet monimuotoisemmiksi, työolosuhteet ovat monimutkaistuneet ja epätyypillisten työsuhteiden osuuden on esitetty kasvaneen työmarkkinoilla. (esim. Kalleberg 2000; 2018; Eurostat 2024a.) Epätyypillisten työsuhteiden, kuten osa-aikaisten ja määräaikaisten työsuhteiden sekä yksityisyrittäjyyden on havaittu asettavan työntekijät eriarvoiseen asemaan verrattuna vakituiseen ja perinteiseen työsuhteeseen, mikä havainnollistaa uusien työsuhdemuotojen mukanaan tuomaa ongelmallisuutta (Schoukens & Barrio 2017, 331–332; Kalleberg 2018; Mattila 2019, 18–25; Inanc & Kalleberg 2022, 18–25). Muutokset ovat luoneet uudenlaista työelämän epävarmuutta, mikä on huolestuttava ilmiö, sillä työn epävarmuuden on havaittu muun muassa heikentävän yksilöiden terveyttä (Kinnunen ym. 2004; László ym. 2010).

Teknologian kehitykset, kuten automatisaatio, etätöön yleistyminen, digitalisaatio ja tekoälyn kehittyminen, ovat tuoneet mukanaan niin mahdollisuuksia kuin haasteita yksilöille ja yhteiskunnille. Yhä useampi työ voidaan automatisoida, mikä vaikuttaa yksilöiden työmahdollisuuksiin ja arvoon työmarkkinoilla (esim. Bessen 2019; Greve 2020, 163–167). Etätö on taas lisännyt joustavuutta, mutta samalla se on lisännyt työstressiä ja aiheuttanut häiriöitä työn ja perhe-elämän tasapainoon (Kim ym. 2020, 900–908; Ray & Pana-Cryan 2021, 7–16). Digitalisaation kehitys on puolestaan mahdollistanut esimerkiksi alustatyön kasvun (Seppänen ym. 2022), mutta tekoälyn nopea kehitys on herättänyt pelkoa työpaikkojen vähenemisestä ja työn luonteen muuttumisesta (Hinks 2024). Yhteiskunnallista keskustelua on aiheuttanut myös palkattoman työn, kuten kotityön, yhteys hyvinvointiin ja hyvinvointiongelmien sukupuolittunut luonne (Fahlén 2014, 380–388; Seedat & Rondon

2021; De Alwis ym. 2022). Lisäksi toistuvat taloudelliset ja sosiaaliset kriisit, kuten koronapandemia ja 2000-luvun alun finanssikriisi, ovat korostaneet tätä epävarmuutta entisestään. Kriisit ovat muokanneet työelämää ja synnyttäneet keskustelua työelämän vakaudesta ja tulevaisuudesta

Koronapandemialla ja finanssikriisillä on ollut muun muassa työelämän muutosten kautta laaja yhteys yksilöiden taloudelliseen ja henkiseen hyvinvointiin. Koronapandemian myötä lomautusten määrä kasvoi ja etätyö yleistyi laajemmaksi osaksi työelämää (esim. Eurofound 2020). Finanssikriisi puolestaan korosti pitkäaikaisten työllisyysnäköymien epävarmuutta, mikä heijastui työmarkkinoiden epävarmuutena, työsuhdemuutoksina ja työntekijöiden kasvaneena stressinä (Melvin & Taylor 2009). Molemmat kriisit ovat osoittaneet, kuinka kansalliset ongelmat voivat kehittyä nopeasti globaaleiksi ja kuinka globaalit haasteet voivat laaja-alaisesti muokata työelämän rakenteita ja vaikuttaa yksilöiden hyvinvointiin.

Erilaiset työelämää haastaneet megatrendit ja kriisit ovat entisestään korostaneet hyvinvointivaltioiden merkitystä. Erilaisten järjestelmien ja palveluiden tarjoajina niillä on keskeinen rooli negatiivisten vaikutusten lieventäjinä sekä hyvinvoinnin ja yksilöiden elämänlaadun turvaajina taloudellisesti epävarmoina aikoina (Gallie 2007; Kalleberg 2018; Pfortner 2023). Työelämän muutokset ovat herättäneet keskustelua niin työelämän huonontumisesta kuin vastakkaisista näkemyksistä, samalla kun hyvinvointivaltioiden roolia muutosten vaikutusten lieventäjinä yksilöiden hyvinvointiin on pohdittu yhä enemmän (ks. Pfortner 2023).

Hyvinvointi on laaja käsite, jota voidaan tarkastella psyykkisellä, sosiaalisella, fyysisellä ja taloudellisella tasolla. Koettua hyvinvointia voidaan myös tutkia ja selittää demografisilla tekijöillä, kuten iällä, sukupuolella, koulutustaustalla ja perhetaustalla. Taloudellisen toimeentulon merkitys hyvinvoinnin selittäjänä on saanut yllättävän vähän huomiota, erityisesti työelämän tutkimuksessa. Koettu toimeentulo on yksilön subjektiivinen arvio taloudellisesta tilanteestaan, mikä tarjoaa täydentävää näkökulmaa objektiivisiin tulotason tarkasteluihin. Subjektiivinen näkökulma on tärkeä objektiivisen tulotason näkökulman rinnalla, sillä näin voidaan tulkita laaja-alaisemmin sitä, minkälainen tulotaso on oikeastaan yhteydessä parempaan koettuun hyvinvointiin.

Aiemmissa tutkimuksissa on painotettu erityisesti psykologista näkökulmaa työelämän epävarmuuden ja hyvinvoinnin yhteyden tarkastelussa. Työelämässä tapahtuneet muutokset, kuten työsuhteiden pirstaloituminen ja työolojen heikentyminen, ovat kasvattaneet työelämän

epävarmuutta ja herättäneet tutkimusmielenkiintoa erityisesti psykologisella alueella. Tämä on johtanut tarkasteluun siitä, miten epävarmuus vaikuttaa esimerkiksi yksilöiden sosiaaliseen, psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin, kuten perhe-elämän tasapainotusongelmiin, sosiaalisiin suhteisiin sekä mielenterveys- ja liikuntaelinongelmiin (ks. Sverke ym. 2002; Hakanen ym. 2006; Sloan 2012, 14–25; Kim ym. 2020; Padrosa ym. 2022; Abdul Jalil ym. 2023). Yksilön hyvinvointiin vaikuttavat siis sekä taloudelliset että ei-taloudelliset tekijät. Ei-taloudelliset tekijät, kuten sosiaaliset suhteet, tulkitaan usein psykologisiksi tekijöiksi (esim. Livingston ym. 2022). Vain vähäinen tutkimus on kuitenkin huomionnut taloudellisten tekijöiden yhteyden hyvinvointiin työelämän ja hyvinvoinnin tutkimuksissa

Sosiaalitieteellinen tutkimus on haastanut ja kritisoinut psykologista näkökulmaa sen rajallisuudesta erityisesti taloudellisen toimeentulon huomioimisessa hyvinvoinnin selittäjänä. Toimeentulon voidaan nähdä olevan yksi keskeisimmistä, ellei tärkein, tekijöistä, jotka motivoivat yksilöä osallistumaan työelämäänsä ja määrittävät yksilön elintason. Työn mukana tulevien tärkeiden elementtien, kuten yhteenkuuluvuuden merkitystä yksilön hyvinvoinnin myötävaikuttajana tulee huomioida työelämän ja hyvinvoinnin tutkimuksessa. Tästä huolimatta taloudellisen toimeentulon näkökulma on olennainen osa tieteellistä tarkastelua, kun tutkitaan työelämän epävarmuuden ja hyvinvoinnin yhteyttä, sillä toimeentulo määrittää merkittävästi yksilön resursseja muuhun toimintaan. Tämän perusteella työelämän ja hyvinvoinnin välisen yhteyden tarkasteluun tulee sisällyttää taloudellisen toimeentulon ulottuvuus.

Tässä pro gradu -tutkielmassa tutkitaan, ovatko epätyypilliset työsuhteet yhteydessä yksilöiden kokemaan hyvinvointiin, vaihteleeko yhteys eri Euroopan alueilla ja onko välittävänä tekijänä ensisijaisesti psykologiset vai muut tekijät, kuten koettu toimeentulo. Tutkimusaihe on ajankohtainen, sillä elämänlaatu, elämään tyytyväisyys ja taloudellinen toimeentulo ovat teemoja, jotka herättävät laajaa kansainvälistä kiinnostusta ja huolta. Erityisesti epätyypillisten työmuotojen yleistymisen ja toimeentuloon kohdistuvat heikennykset ovat herättäneet huolta, minkä seurauksena yksilöiden hyvinvointi on noussut yhä keskeisemmäksi yhteiskunnalliseksi puheenaiheeksi. Tämän tutkielman avulla voidaan saada arvokasta tietoa siitä, miten työmarkkinoiden muutokset vaikuttavat yksilöiden kokemaan hyvinvointiin ja mitkä ovat keskeisimmät välittävät tekijät paremmassa tai huonommassa koetussa hyvinvoinnin tasossa.

Tutkielman tulokset voivat toimia suuntaviivoina päätöksenteossa ja tukea sellaisten työkäytäntöjen ja poliittisten ratkaisujen kehittämistä, jotka edistävät yksilöiden hyvinvointia niin työelämässä kuin sen ulkopuolella. Tämä tutkielma täydentää olemassa olevaa työelämä tutkimusta ja tuo lisäarvoa hyvinvointikeskusteluun tuomalla taloudellisen toimeentulon hyvinvointitutkimuksen keskiöön. Tällä tutkielmalla pyritään täyttämään aiempaa tutkimusaukkoa ja tutkimaan, ovatko hyvinvointia välittävät tekijät ensisijaisesti psykologisia, kuten aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, vai selittykö koettu hyvinvointi sittenkin taloudellisella toimeentulolla työsuhdemuotoa ja muita psykologisia tekijöitä vahvemmin.

Tämä pro gradu -tutkielma rakentuu kuudesta luvusta. Luvut 2 ja 3 muodostavat tutkielman teoreettisen viitekehyksen. Luku 2 tarkastelee työelämän epävarmuutta, erilaisten megatrendien ja kriisien yhteyttä työelämän muutoksiin sekä epätyypillisten työsuhdemuotojen ja perinteisen palkkatyön eroavaisuuksia. Luku 3 tarkastelee hyvinvoinnin laaja-alaista luonnetta ja sen keskeisimpiä tutkimuksellisia lähestymistapoja. Kolmannessa luvussa käsitellään lisäksi työn ja hyvinvoinnin aiempaa tutkimusta, ja kuinka työelämän on havaittu olevan yhteydessä hyvinvointiin. Luvussa 4 esitellään tutkimusasetelma sisältäen tutkielman tutkimuskysymykset, käytettävä aineisto ja tutkimusmenetelmä. Luvussa 5 esitetään analyysiprosessi ja analyysiin pohjautuvat tulokset. Luku 6 kokoaa tutkielman löydökset, esittää johtopäätökset ja laajentaa ne yhteiskunnalliseen kontekstiin tarjoten politiikkasuosituksia sekä ehdotuksia jatkotutkimuksiin.

## 2 Työelämän epävarmuus

Työ ja työelämä ovat jatkuvassa muutoksessa ja usein tavoilla, jotka havaitaan kunnolla vasta ajan kuluessa. Työelämän muutokset kehittyvät usein hitaasti ja huomaamatta, mutta niillä voi olla kauaskantoisia vaikutuksia niin yksilöiden kuin yhteiskuntien hyvinvointiin. Useimmiten työelämän muutoksilla on merkittävä vaikutus niin yksilöiden kuin yhteiskuntien hyvinvointiin. Viime vuosina työelämän muutosta ovat vauhdittaneet useat laajat yhteiskunnalliset ilmiöt ja megatrendit, kuten globalisaatio ja teknologiakehitys. Nämä megatrendit ovat muokanneet työn sisältöä, rakenteita ja merkitystä sekä kansallisella että kansainvälisellä tasolla. Megatrendeillä viitataan yleisimmin erilaisiin suuntauksiin, jotka muokkaavat laajasti elämän eri osa-alueita, kuten taloutta, politiikkaa, ympäristöä sekä sosiaalisia että kulttuurisia ulottuvuuksia eri maissa ja tasoilla (Kuhn & Margellos 2022, 21). On tärkeää tunnistaa megatrendit, sillä niiden avulla voidaan tarkastella työelämän muutoksia ja ennakoida niin kehitystä kuin tulevia haasteita. Megatrendien lisäksi yhteiskuntia kohdanneet kriisit, kuten 2000-luvun alun finanssikriisi ja koronapandemia, ovat olleet vaikuttamassa merkittävästi työelämän muutokseen.

Työelämän kehitys on tuonut mukanaan hyötyjä, kuten lisännyt joustavuutta arkeen. Samalla työelämän muutos on tuonut negatiivisia seurauksia yksilöille, kuten voimistanut työn intensiteettiä luoden uudenlaista stressiä hyvinvointia heikentäen. (Franke 2015; Kim ym. 2020, 900–908.) Erilaisten megatrendien ja kriisien seurauksena etätyö, digitalisaatio, tekoäly ja automaatio ovat saaneet uudenlaiset olosuhteet ja muodot nykypäivän työelämässä. Tämä on myötävaikuttanut positiivisiin työelämän muutoksiin, mutta myös kääntöpuolenaan luonut uudenlaista työelämän epävarmuutta, kuten työsuhteen epävarmuutta. Työsuhteen epävarmuus on subjektiivinen tunne siitä, että nykyinen työ on uhattuna ja työn jatkuvuus ei ole varmaa. Työsuhteen epävarmuuteen on yleisesti läheisesti liitoksissa taloudellinen epävarmuus ja huoli tulevaisuudesta. (Greenhalgh & Rosenblatt 1984, 438–448; Sverke ym. 2002, 249–259.)

Työsuhteen epävarmuuteen voidaan nähdä olevan läheisesti liitoksissa työelämän muutoksen mukana syntyneet uudenlaiset työsuhdemuodot perinteisen palkkatyön rinnalle. Uudet epätyypilliset työsuhdemuodot ovat haastaneet nyky-yhteiskuntia vastaamaan uudenlaisiin ongelmiin, kuten sosiaaliturvan tasa-arvoiseen takaamiseen työsuhdemuodosta riippumatta. Lisäksi epätyypillisten työsuhdemuotojen on esitetty haastavan perinteistä palkkatyötä (esim. Pyöriä & Ojala 2012, 178–185). Kuitenkaan kaikki tutkimukset eivät tue tätä väitettä vaan

vastakkaisia näkemyksiä on esitetty (esim. Pyöriä & Ojala 2016; Eurostat 2024a; Manning & Mazeine 2024). Tähän perustuen on mielenkiintoista tutkia, kuinka epätyypilliset työsuhdemuodot ovat yhteydessä yksilön kokemaan hyvinvointiin. Seuraavaksi käsitellään tarkemmin työelämän muutosta megatrendien, finanssikriisin ja koronapandemian myötä 2000-luvulla. Lopuksi siirrytään tarkastelemaan erilaisia epätyypillisiä työsuhdemuotoja ja näiden yhteyttä yksilöiden hyvinvointiin sekä kokemukseen työn mielekkyydestä ja turvallisuudesta

## **2.1 Globaalit megatrendit ja 2000-luvun kriisit**

Yksi merkittävimmistä megatrendeistä työelämän muutoksessa on ollut globalisaatio, sillä sen merkitys työelämässä ja työsuhdemuotojen muokkaantumisessa on ollut suuri. Globalisaation myötä ihmiset, tieto, pääomat ja teknologia liikkuvat ja ylittävät kansallisia rajoja entistä nopeammin, minkä myötä niin kehitykset kuin kriisit leviävät usein maailmanlaajuisesti, eivätkä niiden hyödyt tai haitat rajoitu vain yksittäisten valtioiden sisälle (OECD 2010, 7–10). Globalisaation ja työelämän muutoksen tutkimuksissa on noussut esiin globaalin työn käsite. Globaalin työn käsitteellä viitataan analyysiin, jonka mukaan yhä etääntyneemmät sosiaaliset suhteet muodostavat sen, mitä työ on ja miten ihmiset kokevat työn nykypäivänä (Jones 2007).

Vuosien 2008–2009 maailmanlaajuinen finanssikriisi toi esiin globalisaation negatiivisen ulottuvuuden. Finanssikriisi aiheutti suurimmat taloudelliset haitat sitten 1930-luvun laman ja kriisi saavutti laajasti eri valtioita ympäri maailman. Kriisin vaikutukset näkyvät yhä eri yhteiskunnissa ja maailman taloudessa, vaikka itse kriisistä on kulunut jo vuosia. Finanssikriisi heijastuu nykypäivän työelämän muutokseen muun muassa lisääntyneenä työmarkkinoiden epävarmuutena, työsuhdemuutoksina ja työntekijöiden kasvaneena stressinä. (Melvin & Taylor 2009.) Finanssikriisin vaikutusta työpävarmuuteen on tutkittu muun muassa työsuhdemuotojen muutoksen näkökulmasta. Pasi Pyöriä ja Satu Ojala (2016) osoittivat tutkimuksellaan taloussuhdanteiden, kuten vuosien 2008–2009 finanssikriisin, olleen yhteydessä niin sanotun prekaarin työntekijäryhmän, eli epävarmoissa ja epävakaisissa työsuhteissa työskentelevien, määrälliseen kasvuun, osoittaen näiden työsuhteiden osuuden kasvaneen lievästi finanssikriisin aikana. Lisäksi työn epävarmuuden on osoitettu olevan syklistä (Manning & Mazeine 2024). Tämä osoittaa erinomaisesti työmarkkina-asemaan ja työllistymiseen liittyvien pelkojen ja riskien olevan suhdanneherkkiä.

Toinen merkittävä megatrendi työelämässä on ollut teknologian kehitys, joka globalisaation tavoin on vaikuttanut merkittävästi työelämän muutokseen. Teknologian kehitys on mahdollistanut olosuhteet uusille työnteon tavoille, joustavammille työajoille ja tukenut niin yksilöiden kuin yhteiskuntien hyvinvointia ja kehitystä. Samaan aikaan teknologinen muutos on luonut uudenlaisia haasteita, kun työsuhteet ovat muuttuneet monimuotoisemmiksi, epätyypilliset työsuhteet ovat kasvattaneet osuuttaan työmarkkinoilla ja epätyypillisissä työsuhdemuodoissa on entistä heikompi sosiaaliturva. (Kalleberg 2000; 2018.) Teknologinen kehitys on vahvistanut muun muassa etätöön, digitalisaation, tekoälyn ja automaation roolia työelämässä eri yhteiskunnissa. Näiden kehityssuuntien yhteydestä yksilöiden hyvinvointiin on esitetty aiemmassa kirjallisuudessa moninaisia ja osin ristiriitaisia näkemyksiä.

Etätöitä tarkasteltaessa on tärkeää huomioida, että se on tapa uudelleenorganisoida työtä eikä erillinen työsuhdemuoto. Etätöksi kuvaillaan työtä, jota voidaan tehdä työpaikalla, mutta jota kuitenkin tehdään kotona, liikkuvassa työssä tai etätoimistossa. Etätöskentelylle on ominaista sen suorittaminen tietotekniikan avulla ja esimerkiksi yhteydenpito työnantajaan hoidetaan useimmiten tietoliikenneyhteyksin. (Nieminen 2020, 42–43.) Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että etätöskentelyllä on ollut myönteisiä vaikutuksia yksilötasolla, sillä etätöskentelyn on havaittu olevan yhteydessä muun muassa parempaan työtyytyväisyyteen (Ray & Pana-Cryan 2021, 7–16).

Toisaalta etätöskentelyn on osoitettu olevan yhteydessä kasvavaan työstressiin sekä työn ja perhe-elämän yhteensovittamisen haasteisiin verrattaessa yksilöihin, jotka eivät ole koskaan työskennelleet kotona (Kim ym. 2020, 900–908; Ray & Pana-Cryan 2021, 7–16).

Kääntöpuolenaan etätö on tuonut teknologisen kehittymisen myötä uudenlaista suoriutumispainetta, työn ylikuormittumista ja painetta suoriutua työtehtävistä ajallaan. Tämä voi haastaa työntekijöiden rutiineja ja elämäntapoja sekä etätöskentelystä johtuva vuorovaikutuksen puute voi heikentää yksilöiden terveyttä ja hyvinvointia. (Matli 2020.)

Etätöskentelyn määrää lisännyt koronapandemia on vaikuttanut merkittävästi työelämään ja työnteontapoihin monissa maissa. Työelämässä koronapandemia myötävaikutti muun muassa joustavien työtapojen yleistymistä ja uuden teknologian nopeaa käyttöönottoa, mitkä ovat tutkimusten mukaan vaikuttaneet työntekijöiden hyvinvointiin. (Shamsi ym. 2021.) Joissain maissa, joissa ei ollut entuudestaan etätöikäytäntöä, tapahtui koronan pakottamana valtava muutos työnteon tavoissa. Aiemmin harkinnanvaraisesta joustavasta työpolitiikasta tuli koronan myötä pakollista useilla työpaikoilla. (Matli 2020; Franken ym. 2021.)

Koronapandemia pakotti yhteiskunnat arvioimaan, mitkä työt voidaan toteuttaa etätyönä ja mitkä vaativat läsnäoloa (Gallacher & Hossain 2020). Näin ollen pandemia toi mukanaan uudenlaista epävarmuutta työpaikoista ja toimeentulosta erityisesti palvelualoilla, joita ei voida toteuttaa etänä. Etätyöskentelyn myötä uudenlaiset riskit ovat kasvaneet ja luoneet haastetta. Tällaisia riskejä ovat esimerkiksi kyberturvallisuusuhat, jotka vaarantavat niin organisaatioiden kuin yksilöiden tietoturvaa (esim. Georgiadou ym. 2022). Etätyöskentelyn on argumentoitu aiheuttaneen työelämän ja yksityiselämän rajojen hämärtymistä, mutta myös muita työelämään vaikuttaneita tekijöitä on havaittu aiheuttaneen tätä.

Työelämän ja yksityiselämän rajojen hämärtymiseen on vaikuttanut merkittävästi etätyöskentelyn ja koronapandemian lisäksi digitalisaation kehitys. Teknologinen kehitys, kuten tieto- ja viestintätekniikan kehitys, on luonut tilanteen, jossa työntekijöiden yhteys työpaikkaan säilyy helposti myös varsinaisen työpäivän jälkeen. Tämä on johtanut odotuksiin, että työntekijät ovat tavoitettavissa erilaisen tieto- ja viestintätekniikan avulla myös työpäivän jälkeen. (De Alwis ym. 2022.) Samaan aikaan teknologiset edistysaskeleet ovat mahdollistaneet ja kehittäneet uudenlaisia työntekomalleja. Esimerkiksi myöhemmin käsiteltävän alustatyönteon on pitkälti mahdollistanut teknologisen kehityksen myötä kehittyneet digitaaliset työnvälitysmallit (Seppänen ym. 2022).

Digitalisaation on esitetty vaikuttavan teknologisen kehityksen lailla työpaikkojen määrään ja muotoihin. Teknologian ja digitalisaation kehityksen myötä yhä useampi työ voidaan automatisoida tai hoitaa tekoälyn avulla, mikä saattaa vähentää perinteisten työntekijöiden tarvetta ja lisätä työelämän epävarmuutta. Tim Hinks argumentoi vuonna 2024 tekoälyn olevan yksi merkittävimmistä työelämän teknologisista muutoksista ja kuinka sen hyödyntäminen on tuonut mukanaan sekä positiivisia että haasteellisia vaikutuksia. Tekoälyn myönteisiin seurauksiin voidaan lukea työprosessien tehostuminen ja sujuvoituminen, mikä on osaltaan helpottanut niin työntekijöiden kuin yritysten toimintaa. Hinks kuitenkin huomioi tekoälyn mukanaan tuoman kääntöpuolen. Tekoäly on herättänyt huolta ja pelkoa yksilöiden keskuudessa, erityisesti siihen liittyen, mitä tekoäly pystyy saavuttamaan ja kuinka laajasti se voi muuttaa työelämän rakenteita. Tämä pelko on ymmärrettävää, sillä tekoälyn kehittyminen voi tarkoittaa työntekijöiden roolin vähenemistä tietyissä tehtävissä, mikä puolestaan voi vaikuttaa yksilöiden kokemaan epävarmuuteen työsuhteiden ja elinkeinojen turvaamisesta. (Hinks 2024.)

Tekoälyn pelon lisäksi yhteiskunnallista keskustelua on ollut paljon siihen liittyen, kuinka automaatio ja teknologinen kehitys näkyvät työmarkkinoilla työpaikkojen määrissä. Osa tutkimuksista argumentoi automaation ja teknologisen kehityksen vähentävän keskitason työpaikkoja ja rutiinitehtäviä, mikä saattaa syventää työmarkkinoiden polarisaatiota ja eriarvoisuutta. Automatisaation uhkien ei ole kuitenkaan havaittu rajoittuvan vain keskitason työpaikkoihin. Keskitason työpaikkojen lisäksi korkeamman tason ammattien on havaittu olevan automatisaation vaarassa. Teknologiakehityksen seurauksena ei välttämättä ole kuitenkaan aina työttömyys. Automaatio saattaa vaatia työntekijöitä kouluttautumaan ja siirtymään uusille toimialoille, kun vanha työ on pitkälti automatisoitunut. (Bessen 2019; Greve 2020, 163–167.) Tämän perusteella moni yksilö voi jäädä työelämän ulkopuolelle, koska heillä ei ole nykypäivän työmarkkinoilla tarvittavia taitoja, kuten uudenlaista IT-osaamista ja vuorovaikutustaitoja (Adkin & Jones 2008; Greve 2020, 163–167). Tämä korostaa hyvinvointivaltioiden ja organisaatioiden roolia työntekijöiden uudelleen kouluttautumisessa ja työllistymisen tukemisessa.

Tutkimuskirjallisuudessa on esitetty myös automaation ja robotiikan positiivisia vaikutuksia työelämään. Teknologiakehityksen on tutkittu lisäävän työpaikkoja joillekin aloille. Esimerkiksi teollisuuden aloilla kehitys loi aluksi lisää työpaikkoja ja työllistymistä, vaikka myöhemmin kehityksen myötä seurannut tuottavuuden kasvu johti työllisyyden ja työpaikkojen vähenemiseen (Bessen 2019). Chiessä vuonna 2023 toteutettu empiirinen tutkimus osoitti automatisoinnin myötä menetettyjen ja syntyneiden työpaikkojen määrien olevan tasapainossa, minkä seurauksena kokonaisvaikutuksen työvoimaan todettiin olevan vähäinen (Katz ym. 2023). Tämä osoittaa, että teknologinen muutos ei välttämättä vähennä työpaikkoja vaan voi luoda uudenlaisia työpaikkoja. Vastakkaiset tutkimustulokset osoittavat automaation jopa yllättävää luonnetta ja tuottavuuden kasvun roolia työelämän muutoksissa.

Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että työllistymistä epävarmoihin työsuhteisiin voidaan ennustaa yksilön demografisten piirteiden perusteella. Tällaisia piirteitä ovat muun muassa nuori ikä, matala koulutustaso sekä työskentely perinteisillä toimialoilla, kuten rakennusalalla (De Lange ym. 2012, 542–546; Pyöriä & Ojala 2012, 179–183). Sama ilmiö oli havaittavissa myös koronapandemian aikana, kun työpaikan turvattomuus ja lomautukset lisääntyivät. Noin kahdeksan prosenttia työntekijöistä ja kolmetoista prosenttia itseään työllistävästä menetti työnsä, ja työttömyys ja turvattomuuden tunteet kohdistuivat erityisesti nuoriin ja vähemmän koulutettuihin yksilöihin. (Eurofound 2020.) Uudemmat tutkimukset ovat osoittaneet teknologiakehityksen yhteyden työpävarmuuteen vahvistaen heikoimmassa asemassa olevien

kärsivän eniten muutoksista. Esimerkiksi teknologiakehityksen myötä ilmeneviin uusiin ammatteihin tarvitaan enemmän korkeasti koulutettuja, minkä vuoksi heikoimmassa asemassa ovat erityisesti matalasti koulutetut ja pienituloiset työntekijät (esim. Greve 2020, 163–167; Katz ym. 2023). Tämän perusteella voidaan päätellä, että tietyt piirteet saattavat tehdä yksilöstä haavoittuvaisemman työelämän epävarmuuden myllerryksessä.

Megatrendien ja muiden taustatekijöiden yhteys uusiin epätyypillisiin työsuhdemuotoihin on saanut laajaa tutkimuskiinnostusta osakseen. Useat tutkijat ovat olleet yhteisymmärryksessä siitä, että esimerkiksi digitalisaatio liittyy perinteisen kokoaikatyön työpaikkojen vähenemiseen, mikä on luonut tilaa vaihtoehtoisten työsuhteiden muodostumiselle. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että tutkijat ovat olleet yhtä mieltä siitä, että yhteys digitalisaation ja epätyypillisten työsuhdemuotojen kasvun välillä olisi luonteeltaan syy-yhteys.

Yhteisymmärrys on pitkälti painottunut ajatukseen siitä, että digitalisaatio mahdollistaa helpomman siirtymän kokoaikaisesta työsuhteesta epätyypillisiin työsuhdemuotoihin, kuten osa-aikaiseen työsuhteeseen. (Øvretveit 2020, 334–336.) Vaikka globalisaation, teknologian ja yhteiskunnallisten kriisien tuomat muutokset muokkaavat työelämää, perinteisten työtapojen ja toimistotyön on osoitettu säilyvän osana työelämän rakenteita (Vyas 2022, 162–164).

Globaaleista ja teknologisista muutoksista seuraavien tuottavuuspaineiden ja kilpailun myötä työn intensifikaatio on saavuttanut laajempaa huomiota työelämäntutkimuksissa. Työn intensifikaatiolla viitataan esimerkiksi työtaakan kasvuun ja ajankäytön tehostamiseen työn vaatimusten lisääntyessä. (Burchell 2001, 71–72.) Työn intensifikaation on tutkittu olevan yhteydessä lisääntyneeseen stressiin ja työuupumukseen, mikä puolestaan heikentää yksilöiden hyvinvointia (Franke 2015, 20–24). Työn intensifikaatioon liittyy läheisesti myös niin sanottu uuden työn käsite, joka kuvaa työelämän kasvavia vaatimuksia, työelämän pirstoutumista epätyypillisiin työsuhdemuotoihin, lisääntyneitä työmarkkinariskejä sekä työn ja yksityiselämän rajojen hämärtymistä (Koivunen 2016). Näitä ilmiöitä vahvistavat erityisesti tietoteknologian kehitys ja tietointensiivisten prosessien yleistyminen työelämässä ja sen rakenteissa (Jakonen 2014, 287–290).

Uusi työ on nostanut esiin myös sukupuolen merkityksen työelämässä työn feminisoitumisen käsitteen avulla. Tämän mukaan perinteisillä miesvaltaisilla aloilla on yhä enenevässä määrin myös naisia. Lisäksi uuden työn lailla, työn feminisoituminen viittaa työn pirstaloitumiseen epätyypillisiin työsuhdemuotoihin ja työn luonteen laadulliseen muutokseen. Laadullisen

muutoksen seurauksena työ muistuttaa enemmän työtä, joka on ollut naisille tyypillistä, sillä uudessa työssä työntekijöiltä odotetaan yhä parempaa valmiutta, vuorovaikutustaitoja, joustavuutta ja palvelutaitoja. Vaikka työn feminisoituminen saattaa kuulostaa vaikuttavan vain naisiin, vaikuttaa se sekä miehiin että naisiin. (Adkin & Jones 2008.)

Työelämän muutoksilla on ollut moninaisia vaikutuksia työtehtäviin, työn sujuvuuteen ja siten yksilöiden hyvinvointiin. Globalisaation ja teknologisen kehityksen myötä muun muassa kilpailukenttä on muuttunut tasapuolisemmaksi niin maiden kuin yksilöiden välillä. Tämän lisäksi työelämä on tietyiltä osa-alueiltaan tullut entistä joustavammaksi. Globalisaatioon liittyy kuitenkin merkittäviä haasteita, kuten työpaikkojen ulkoistamista, ympäristökysymyksiä sekä yksilöiden vaikeuksia sopeutua nopeasti muuttuviin teknologisiin ja taloudellisiin olosuhteisiin. (Friedman 2005; Ray & Pana-Cryan 2021.) Aiemman tutkimuskirjallisuuden valossa voidaan päätellä tiettyjen ammattien ja alojen olevan alttiimpia työelämän muutoksille. Kuitenkin yrityksillä, organisaatioilla ja yhteiskunnallisilla päättäjillä on mahdollisuus vaikuttaa siihen, mitkä alat ja ammatit kokevat muutoksia ja millä tavoin nämä muutokset tapahtuvat.

## **2.2 Epätyypilliset työsuhteet ja perinteinen palkkatyö**

Globalisaation ja teknologisen kehityksen myötä epätyypillisten työsuhteiden osuudesta työmarkkinoilla on esitetty toisistaan poikkeavia näkemyksiä, joissa osa tutkimuksista korostaa kasvua, kun taas toiset kyseenalaistavat sen (esim. Pyöriä ja Ojala 2012; Pyöriä & Ojala 2016; Kalleberg 2018; Katz ym. 2023; Manning & Mazeine 2024). Epätyypillisiä työsuhdemuotoja ovat esimerkiksi määräaikaiset sopimukset, osa-aikatyöt, freelancertyöt ja itsenäinen urakointi (Kalleberg 2000; Pärnänen & Sutela 2014, 7–16; Walton 2016, 120). Epävarmoille työsuhteille on ominaista työtuntien vähäinen määrä verrattaessa perinteiseen palkkatyöhön, työsuhteen määräaikaisuus, mahdolliset palkkaongelmat ja heikommat työolosuhteet (Kalleberg 2000; 2003, 160; 2018). Määräaikainen työsopimus tarkoittaa työsuhdetta, joka päättyy ennalta sovittuna ajankohtana tai tietyn ehdon täytyessä, kuten projektin päättyessä. Määräaikaisia sopimuksia ovat esimerkiksi kausityö, tarvittaessa töihin kutsuttavat, koulutusopimukset ja vuokratyösopimukset. (OECD 2014, 146; Nieminen 2020, 39.) Osa-aikatyö viittaa työhön, jossa palkka on useimmiten normaalin palkan mukainen, mutta työntekijä tekee säännöllistä työaikaa vähemmän työtunteja. (Thurman & Trah 1990, 23–24; Nieminen 2020, 40–41; Eurostat 2024a). Osa-aikainen työsopimus voi perustua osapäiväiseen, osaviikkoiseen tai osavuotiseen työhön (Nieminen 2020, 40).

Itsenäinen urakoitsija on työtä tekevä yksilö, joka ei ole työntekijä, mutta joka on palkattu palvelusopimuksen perusteella (Walton 2016, 120). Freelancertyötä kuvataan usein keikkaluonteiseksi työksi, jota suoritetaan lyhytaikaisina projekteina tai määräaikaisten työ- tai toimeksiantosopimusten puitteissa. Freelancereiden asema sijoittuu perinteisen palkkatyön ja yrittäjyyden välimaastoon, sillä he voivat työskennellä joko työsuhteessa toimeksiantajaan tai itsenäisinä yrittäjinä oman yrityksen tai toiminimen kautta. Freelancerit voivat saada korvauksensa joko palkkiona suoritetusta työstä tai perinteisen palkan muodossa, riippuen heidän työnsä luonteesta ja sopimusmuodosta. (Pärnänen & Sutela 2014, 7–16; Mattila 2019, 24.)

Freelancertyön kanssa läheisesti liitoksissa on alustatyö ja alustavälitteinen työ, sillä työmuodoissa ilmenee samanlaisia piirteitä. Kuitenkin eronteko on tärkeää, koska kaikki freelancerit eivät ole alustatyöntekijöitä ja päinvastoin. Alustatalous, alustatyö ja alustavälitteinen työ ovat saaneet laajaa yhteiskunnallista huomiota nopean kasvunsa ja työolosuhteiden tuoman epävarmuuden myötä. Alustatalous luo digitaalisen alustan, jossa alustavälitteisen työn ja alustatyön työskentely tapahtuu. Alustavälitteisen työn ja alustatyön välillä on kuitenkin selvä ero, vaikka molemmat työt tapahtuvat digitaalisilla alustoilla. Alustavälitteinen työ on työnteon muoto, jossa digitaalisilla alustoilla työvoiman kysyntä ja tarjonta kohtaavat. Toisin sanoen organisaatiot ja yksilöt hyödyntävät digitaalisia alustoja löytääkseen muita yksilöitä ja organisaatioita, jotka tarjoavat palveluita ja ratkaisuja maksua vastaan. Alustavälitteisen työn esimerkkinä voidaan pitää esimerkiksi Boltia, jossa henkilöstöpalveluyritys käyttää alustaa työntekijöiden ja työn yhdistämiseen, mutta itse työ tehdään esimerkiksi rakennustyömaalla vuokratyönä. (Mattila 2019, 11–25.)

Alustatyö on alustavälitteisen työn kapeampi muoto, jossa alustayhtiö pilkkoo työn tehtäviksi, kontrolloi työsuoritusta tai mahdollistaa asiakkaalle työn kontrolloinnin. Alustatyössä alustana toimii digitaalinen sovellus, jonka kautta alustayritykset muun muassa tarjoavat työtehtäviä itsenäisille ”työntekijöille”, jolloin nämä työntekijät joko ottavat tai eivät ota työtä vastaan. Alustatyö on nyky-yhteiskunnissa kasvava ilmiö, jossa työtä tehdään toimeksiantoina digitaalisten alustojen, kuten Uberin kautta. (Mattila 2019, 18–25.) Uber-kuljettajat suorittavat työn yleensä toimeksiantona eli yrittäjinä, mikä osoittaa työmuodon läheistä muotoa itsenäisen urakoinnin kanssa. Kuitenkin työtä kontrolloidaan ja vähäisen aktiivisuuden tai alhaisten luokituspisteiden takia kuljettaja saattaa menettää pääsyn työhön joksikin tunneiksi tai pidemmäksikin ajaksi. (Koivusalo ym. 2024, 8–9.)

Alustatyö on saanut yhteiskunnallista huomiota työmuodon epämääräisyyden vuoksi: alustatyön työntekijöillä ei ole juurikaan perinteisen työntekijän oikeuksia tai turvaa eikä yrittäjän vapauksia. Lisäksi alustatyötä tekevillä ei useimmiten ole selkeää työnantajaa tai päinvastoin heillä on useampi työnantaja samanaikaisesti. Alustavälitteisen ja alustatyön tutkimuksissa on havaittu selkeää sukupuolijakauma, sillä miehet tekevät tätä työtä naisia useammin. Alustavälitteisen ja alustatyön kasvavan piirteen vuoksi onkin tärkeää huomioida näiden epäkohdat, jotta kaikkien työntekijöiden työoloja ja hyvinvointia voidaan edistää. (Mattila 2019, 18–34.)

Perinteisellä palkkatyöllä kuvataan useimmiten ensisijaista työsopimusta, joka on yhden työnantajan, vakituisella työajalla sovittu, sosiaalisesti turvattu ja toistaiseksi voimassa oleva työsuhde (Kalleberg 2003, 158; Eurofound 2017; Nieminen 2020, 39). Epätyypillisissä työsuhteissa työskenteleviltä saattaa puuttua tämä vakauden tunne, joka on yhdistävä piirre epätyypillisten työsuhdemuotojen työntekijäryhmille ja voi heijastua negatiivisesti heidän hyvinvointiinsa ja elämänlaatuunsa (Standing 2011, 1–25). Edellä mainitut erot perinteisen vakaan palkkatyön ja uusien epätyypillisten työsuhdemuotojen välillä ovat tuoneet muun muassa prekariaatin käsitteen työelämäntutkimuksen keskiöön.

Prekariaatilla viitataan ryhmään ihmisiä, joita yhdistävät epävarmat ja epävakaat työsuhteet sekä perinteisten työntekijän oikeuksien, kuten vakituisen työsopimuksen ja kattavan sosiaaliturvan, puuttuminen. Tämä tekee heidän asemastaan työmarkkinoilla haavoittuvan ja altistaa heidät jatkuvalla taloudellisella epävarmuudelle. Prekariaatille on lisäksi ominaista kokemus ammatillisen identiteetin ja arvon puutteesta. Monet eivät tunne kuuluvansa mihinkään tiettyyn ammattiryhmään tai työyhteisöön, mikä saattaa heikentää heidän ammatillista identiteettiään ja vaikeuttaa urakehitystä. Tämä kaikki voi luoda tunnetta ulkopuolisuudesta ja epävarmuutta omasta tulevaisuudesta työmarkkinoilla. (Standing 2011, 1–25.) Prekariaatin ja alustatyön määritelmien valossa uudenlaisia alustatyöntekijöitä, kuten Uber- ja Wolt-kuljettajia, on perusteltua pitää nykypäivän uutena prekariaattiryhmänä.

Prekariaattia tarkasteltaessa on tärkeää ymmärtää, että kyseessä on monimuotoinen ryhmä, joka sisältää erilaisista taustoista tulevia yksilöitä, kuten nuoria, freelancereita, siirtolaisia ja muita epävarmoissa työsuhteissa työskenteleviä. Näiden yksilöiden kokemukset ja tarpeet vaihtelevat, mikä tekee prekariaatin ilmiöstä erityisen monisyisen ja merkityksellisen tutkimuskohteen. (Standing 2011, 1–25.) Prekaarisella työllä on useissa tutkimuksissa todettu olevan laaja-alaisia ja negatiivisia yhteyksiä yksilöiden hyvinvointiin niin Euroopassa kuin

Euroopan ulkopuolella (esim. Bhattacharya & Ray 2021; Donnelly 2022; Hannerz ym. 2023). Prekaarisen työn tekijöillä on esimerkiksi havaittu olevan useimmin fyysisiä ja psyykkisiä haasteita verrattaessa normaaliin palkkatyöhön (Bhattacharya & Ray 2021). Tämä korostaa prekaariseen työhön liittyvän tutkimuksen tärkeyttä, jotta nämä epäkohdat saataisiin tunnistettua, ymmärrettyä ja ratkaistua.

Epätyypillisten työsuhteiden on esitetty haastavan perinteistä palkkatyötä, mikä on aiheuttanut kasvavaa huolta työn turvallisuudesta, epävarman työn yleistyvyydestä ja siten työelämän huonontumisesta (esim. Siltala 2004). Pasi Pyöriä ja Satu Ojala osoittivat tutkimuksellaan (2012, 178–185) Suomessa epävarmuustekijöiden kasautuvan yhtäaikaaisesti noin joka kymmenelle työntekijälle, mikä voimistaa työn prekarisoitumista näiden ryhmien kohdalla. Tämän perusteella työelämän huonontumiselle on havaittavissa joitakin viitteitä, mutta epätyypillisten työsuhteiden osuus verrattaessa perinteiseen palkkatyöhön ei ole vielä niin suuri, että voitaisiin puhua perusteellisesta muutoksesta työmarkkinoilla. Useat tutkimukset ovat esittäneet myös vastakkaisia näkemyksiä koskien väitteitä työelämän huonontumisesta.

Työelämän huonontumisen ja epävarman työn yleistymisen väitteelle ei ole löytynyt tutkimuskentällä suurta näyttöä, kun ilmiötä on tutkittu erilaisin mittarein (Pyöriä & Ojala 2016, 52–60; Manning & Mazeine 2024). Uudemmat työelämä tutkimukset ovat osoittaneet, että perinteinen palkkatyö on edelleen keskeisin ja vallitsevin työsuhdemuoto, vaikka epätyypilliset työsuhteet, kuten määräaikaisten ja osa-aikaisten työt, ovat kasvattaneet osuuttaan työmarkkinoilla, mikä on osaltaan aiheuttanut laajenevaa huolta. Tästä huolimatta epätyypillisten työsuhteiden osuus on pysynyt suhteellisen maltillisena verrattuna perinteiseen palkkatyöhön ja esimerkiksi prekariaatin osuus palkansaajista on pysynyt lähes ennallaan viime vuosikymmenien aikana. (Pyöriä & Ojala 2016; Eurostat 2024a.) Vaikka työelämän huonontuminen ei saa selkeää tukea, on tärkeää olla varovainen työmarkkinoiden ja työepävarmuuden tarkastelussa. Esimerkiksi Alan Manning ja Graham Mazeine (2024) pohtivat tuloksissaan, kuinka työelämä saattaa näyttäytyä tilastollisesti myönteiseltä mutta samalla palkkaepätasa-arvo on monessa maassa korkeammalla kuin aiemmin.

Perinteisen ja epätyypillisten työmuotojen lisäksi yhteiskunnallista keskustelua on sävyttänyt yhä enemmän työpaikan ja työpäivän ulkopuolella tehtävä palkaton työ. Palkaton työ, kuten kotityöt, on saanut yhä enemmän huomiota osana työelämäkeskusteluja korostaen sukupuolen merkitystä työelämää koskevissa kysymyksissä. Kotona tehtävät työt ilmentävät työn jatkuvuutta työelämän ulkopuolelle yksityiselämään. Kotitöistä aiheutuvan stressin on

havaittu olevan rinnastettavissa työstressiin, sillä sukupuoliroolit tekevät työ- ja yksityiselämän rajojen hallinnasta merkittävän haasteen naisille. (De Alwis ym. 2022.) Kotitöiden ja perheenhoidon päävastuu, jotka usein nähdään olevan naisten vastuulla, on osoitettu olevan yhteydessä naisten kokemaan stressiin, mielenterveysongelmiin ja heikentyneeseen hyvinvointiin, sillä se lisää paineita kotona. (Fahlén 2014, 380–388; Seedat & Rondon 2021.) Tämän vuoksi työelämäkeskusteluissa on tärkeää huomioida myös palkaton työ, joka jatkuu kotona ja voi vaikuttaa merkittävästi hyvinvointiin ja suoriutumiseen työelämässä sekä palkattoman työn sukupuolittunut luonne.

Uudet epätyypilliset työsuhdemuodot ovat tärkeä huomioida sekä työmarkkinoilla että poliittisessa päätöksenteossa. Vaikka laajassa mittakaavassa niiden vaikutukset eivät välttämättä aiheuta huolta, yksilötasolla ne voivat olla merkittävä määrittäjä yksilön hyvinvoinnin kannalta. Toisaalta työsuhteen epävarmuudessa esiintyy maakohtaisia eroavaisuuksia. Eroavaisuuksia on selitetty esimerkiksi eri maissa vallitsevien erilaisten työmarkkinapolitiikoiden, työehtosopimusten kattavuuksien ja saatavilla olevien työttömyysetuuksien pohjalta. Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet työsuhteen mukanaan tuoman sosiaaliturvan asettavan perinteiset palkkatyöläiset ja epätyypillisissä työsuhteissa työskentelevät eriarvoiseen asemaan. (Schoukens & Barrio 2017, 331–332; Kalleberg 2018; Inanc & Kalleberg 2022, 18–25.) Tämä eriarvoisuus korostaa tarvetta tarkastella työsuhteiden yhteyttä hyvinvoinnin tasoon, jotta työmarkkinoiden oikeudenmukaisuus ja kokonaisvaltainen hyvinvointi voidaan turvata kaikille työntekijöille riippumatta heidän työsuhdemuodostaan.

### 3 Työn yhteys hyvinvointiin

Hyvinvointia voidaan tarkastella useista eri näkökulmista ja esimerkiksi työ vaikuttaa yksilöiden hyvinvointiin laaja-alaisesti muun muassa taloudellisella, sosiaalisella, henkisellä ja fyysisellä tasolla. Tämän perusteella voidaankin todeta, että jo pelkästään työelämällä on monialainen ja monikanavainen yhteys yksilöiden hyvinvointiin. Hyvinvoinnin ulottuvuuksien lisäksi hyvinvoinnin mittaustavat voivat tuottaa keskenään huomattavan erilaisia tuloksia. Tämän vuoksi on tärkeää huomioida eri mittareiden tarjoamat haasteet ja mahdollisuudet niitä analysoitaessa.

Aiempi tutkimus työelämän epävarmuuden ja hyvinvoinnin yhteydestä on keskittynyt pitkälti psykologiseen näkökulmaan, kuten psyykkiseen näkökulmaan. Sen sijaan hyvin vähän huomiota tutkimuksissa on saanut taloudellinen näkökulma, kuten missä määrin koettu toimeentulo selittää hyvinvoinnin eroja. Tähän pohjaten pyrin tässä luvussa esittelemään aiempaa psykologista sekä sosiaalitieteellistä tutkimusta, ja huomioin taloudellisen toimeentulon näkökulman haastaen psykologista lähestymistapaa. Seuraavaksi käsitellään hyvinvoinnin käsitteen laaja-alaista luonnetta ja aiempia tutkimuksia työelämän epävarmuuden ja hyvinvoinnin välisestä yhteydestä.

#### 3.1 Hyvinvoinnin laaja-alainen luonne

Hyvinvointi on moniulotteinen ilmiö. Työhyvinvoinnin tutkimuksissa hyvinvointia on lähestytty pitkälti psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin näkökulmasta. Psyykkisen hyvinvoinnin kautta voidaan tutkia esimerkiksi työn yhteyttä mielenterveyteen ja stressinhallintaan (Hakanen ym. 2006; Padrosa ym. 2022; Abdul Jalil ym. 2023). Fyysinen hyvinvointi taas tarkastelee esimerkiksi yksilöiden terveydentilaa, työn fyysisen rasituksen ja työturvallisuuden merkitystä työntekijöiden hyvinvointiin (Ferguson & Dawson 2012). Sosiaalinen hyvinvointi huomioi vuorovaikutuksen merkityksen kollegoiden kanssa, sosiaalisen tuen, työpaikan yhteisöllisyyden sekä työn ja perhe-elämän tasapainon yhteyden hyvinvointiin (Sloan 2012; Abdul Jalil ym. 2023). Taloudellisen hyvinvoinnin näkökulman sisältävä vähäinen tutkimus on tarkastellut esimerkiksi työelämän epävarmuuden vaikutuksia yksilöiden tuloihin ja tähän liittyviä haasteita hyvinvoinnin kannalta (esim. Ervasti & Venektolis 2010; Lindberg ym. 2024).

Yksilöiden hyvinvointia tutkittaessa on tärkeä huomioida hyvinvoinnin tutkimuksen kaksijakoisuus subjektiiviseen ja objektiiviseen näkökulmaan. Subjektiivinen hyvinvointi

liittyy pääasiallisesti yksilön omaan henkilökohtaiseen kokemukseen elämästään, kuten elämän merkityksellisyyden tunteeseen, tyytyväisyyteen omaa elämää kohtaan, koettuun hyvinvointiin ja onnellisuuteen (Alatartseva & Barysheva 2015, 36–42; Kalleberg 2018, 9). Objektiivinen hyvinvointi taas sisältää materiaalisen ja ennalta asetetun odotuksen siitä, mitä yksilö tarvitsee ollakseen ulkoisten mittareiden mukaan hyvinvoiva. Tällaisia tekijöitä ovat esimerkiksi tulot, koulutusmahdollisuudet ja terveydenhuollon saavutettavuus. (Alatartseva & Barysheva 2015, 36–42.) Molemmat näkökulmat ovat tärkeitä, kun tarkastellaan hyvinvointia laaja-alaisesti. Kuitenkin tässä tutkimuksessa pääpaino on subjektiivisessa hyvinvoinnissa eli siinä, miten yksilö itse kokee ja arvioi oman hyvinvointinsa.

Käytettäessä subjektiivisen hyvinvoinnin mittaria, tulee tulosten analyysissa olla varovainen, sillä subjektiivinen mittari saattaa antaa länsimaisista yhteiskunnista liian positiivisen kuvan. Mittaria käytettäessä merkillepantavaa onkin, kuinka se saattaa jättää tulosten ulkopuolelle esimerkiksi sosiaaliset ja kulttuuriset vaikutukset sekä tutkimuksen tekoajankohdan merkityksen. Sosiaalisten ja kulttuuristen tekijöiden vakiointi voi johtaa negatiivisempaan tulokseen kuin ilman niiden huomioimista. (Eckersley 2009.) Yksilöt usein vertaavat omaa tilaansa ulkopuolisiin, kuten sosiaalisiin ja kulttuurisiin odotuksiin. Esimerkiksi tulovertailu parempituloisen kanssa saattaa aiheuttaa yksilölle kokemuksen toimeentulovaikeuksista, vaikka hänen tulotonsa objektiivisin mittarein riittäisi arjen tarpeisiin. Tämä olosuhde saattaa myötävaikuttaa yksilön arvioimaan hyvinvointinsa huonommin, kuin mitä se olisi esimerkiksi objektiivisin mittarein tarkasteltuna. (Kraft & Kraft 2023.)

Subjektiivisen hyvinvoinnin mittaria on kritisoitu sen kyvyttömyydestä toimia hyvinvoinnin absoluuttisena mittarina, sillä sen antama käsitys poikkeaa usein muiden mittareiden, kuten mielenterveyttä koskevien arvioiden, tuloksista (Mackū ym. 2020). Toisaalta subjektiivisen hyvinvoinnin mittaria on pidetty hyödyllisenä mittarina tutkittaessa yksilöiden kokemia tunteita ja hyvinvointia, sillä mittarin avulla voidaan vertailla demografisten ja psykologisten ominaisuuksien vaikutuksia hyvinvointiin (Kahneman & Krueger 2006; Eckersley 2009). Jälkimmäisen teorian perusteella subjektiivinen mittari sopii tähän tutkielmaan erinomaisesti.

### **3.2 Työ ja hyvinvointi**

Aiempi tutkimus on osoittanut merkittävän yhteyden työelämän ja hyvinvoinnin välillä, kun ilmiötä on tutkittu psykologisten tekijöiden avulla. Työelämän epävarmuustekijöiden, kuten työllistymisen epävarmuuden ja prekariaattiin kuulumisen, on havaittu vaikuttavan kielteisesti yksilön terveydentilaan (László ym. 2010; Macmillan & Shanahan 2021; Inanc & Kalleberg

2022; Pfortner 2023, 271–276). Psykkisellä tasolla on havaittu, että määräaikaissa työsuhteissa olevilla yksilöillä on suurempi kokemus epävarmuudesta, mikä kasvattaa heidän riskiään altistua psyykkisille terveysongelmille, kuten stressille, ahdistuneisuudelle ja masennukselle, verrattuna vakituisissa työsuhteissa työskenteleviin (Hannerz ym. 2023). Toisaalta määräaikaisen työsuhteen ei voida sanoa määrittävän täysin yksilön mielenterveyttä, sillä kaikki tutkimukset eivät ole täysin tukeneet määräaikaisen työsuhteen merkittävää yhteyttä mielenterveysongelmiin verrattuna vakinaiseen työsuhteeseen (esim. Hannerz ym. 2022). Taloudellisen näkökulman huomioiva tutkimus koronapandemiaan ja työn menetykseen liittyen osoitti tulojen menetyksen olevan vahvemmin yhteydessä masennukseen ja paniikkikohtauksiin psykologisten tekijöiden sijaan (De Miquel ym. 2022). Tämä haastaa psykologisen näkökulman asemaa hyvinvoinnin ensisijaisena selittäjänä

Fyysisellä tasolla työn epävarmuuteen liittyvä stressi voi ilmetä erilaisina oireina, kuten päänsärkynä, unettomuutena sekä tuki- ja liikuntaelinongelmina (Sverke ym. 2002). Sally Fergusonin ja Drew Dawsonin vertaileva tutkimus (2012) 12 tunnin ja 8 tunnin vaikutuksesta työntekijän hyvinvointiin korosti työn vaikutuksen riippuvuutta moniin eri tekijöihin, kuten yksilön työtehtävään, demografisiin tekijöihin ja työn luonteeseen. Tutkimus osoitti, että 12 tunnin vuorojen jälkeen uniaika voi lisääntyä, mutta joidenkin työntekijöiden kotielämä saattaa heikentyä. Tuloksissa mielenkiintoista oli, että 8 tunnin vuoroissa turvallisuus voi parantua, mutta fyysiset ja psykologiset terveysvaikutukset saattavat huonontua. Fergusonin ja Dawsonin tutkimus on mielenkiintoinen, sillä yhteiskunnallista keskustelua on värittänyt viime vuosina jälleen lyhyemmän työviikon teema, jolloin työviikot ovat esimerkiksi nelipäiväisiä tai työpäivät kuuden tunnin mittaisia (esim. Äijö 2019; Valkama 2024).

Sosiaalisella tasolla työn epävarmuus, kollegoiden välinen negatiivissävytteinen vuorovaikutus sekä työn- ja perhe-elämän yhtensovittamisen haasteet saattavat heikentää yksilöiden hyvinvointia esimerkiksi lisäämällä koettua stressiä (Sloan 2012, 14–25; Kim. ym 2020). Malesiassa tehty tutkimus työn epävarmuuden ja psykologisen hyvinvoinnin välisestä suhteesta epävarmojen työntekijöiden keskuudessa osoitti työn epävarmuuden olevan negatiivisesti yhteydessä työ- ja yksityiselämän tasapainoon ja psykologiseen hyvinvointiin. Sen sijaan työ- ja yksityiselämän tasapaino oli yhteydessä parempaan psykologiseen hyvinvointiin, mikä korostaa entisestään tämän merkitystä yksilön hyvinvoinnille. (Abdul Jalil ym. 2023.) Työsuhteen mukanaan tuoman epävarmuuden on havaittu vaikuttavan yksilön itsensä lisäksi myös puolisoon. Esimerkiksi määräaikaisella työllä on osoitettu olevan puolisoiden hyvinvointiin yhtä haitallisia vaikutuksia kuin mitä työttömyydellä itsellään on.

(Inanc 2018, 545–556.) Tämä osoittaa työelämän epävarmuuden laaja-alaisen vaikutuksen, joka voi ulottua ja heijastua monille elämänalueille, kuten yksityiselämään ja perhesuhteisiin (Mauno ym. 2017).

Työelämän hyvinvointiongelmista on havaittavissa selkeä sukupuolinäkökulma. Työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisen haasteet on havaittu olevan sukupuolittuneita, ja työpaikan epävarmuus vaikuttaa naisiin ja miehiin eri tavoin: naiset kokevat enemmän huolta työn ja perheen yhdistämisestä, kun taas miehet kokevat todennäköisemmin stressiä perheen taloudellisista haasteista (Mauno ym. 2017). Naiset työskentelevät miehiä useammin epävarmoissa työsuhteissa, kuten osa-aikatyössä, mikä ilmentää työmarkkinoiden sukupuolittunutta rakenneongelmaa (Fahlén 2014).

Naisten on havaittu raportoivan miehiä enemmän mielenterveysongelmia. Toisaalta epävarman työn yhteys mielenterveyteen on aiemman tutkimuksen mukaan havaittu olevan vahvempi miehillä kuin naisilla. (Padrosa ym. 2022.) Työelämän muutokset saattavat luoda taloudellista epävarmuutta, jonka on esitetty olevan yhteydessä haasteisiin perheen perustamisessa ja heikompaan subjektiiviseen hyvinvointiin (Kalleberg 2018, 11). Aiemman tutkimuskirjallisuuden perusteella on perusteltua todeta, että esimerkiksi miesten kokema työelämän epävarmuus ja siitä seuraava taloudellinen stressi perhe-elämässä sekä mielenterveysongelmat ovat ensisijaisesti taloudellisista tekijöistä johtuvia ilmiöitä, mikä haastaa jälleen psykologista näkökulmaa. Tämä korostaa myös demografisten tekijöiden keskeisyyttä työelämän ja hyvinvoinnin tutkimuksissa.

Demografiset tekijät ovat tärkeää huomioida hyvinvointia tutkittaessa, sillä on oleellista tunnistaa, onko jokin sukupuoli, ikäryhmä, koulutustaso tai perhetausta merkittävästi yhteydessä parempaan tai heikompaan hyvinvointiin. Vuonna 2010 tehty poikkileikkaustutkimus työepävarmuuden ja terveyden yhteydestä ei löytänyt merkittäviä eroavaisuuksia iän, sukupuolen, koulutuksen tai siviilisäädyn mukaan. (László ym. 2010.) Eri tutkimukset ovat kuitenkin esittäneet vastakkaisia tuloksia. Sukupuolittuneet erot hyvinvoinnissa ovat ilmenneet useiden tutkimusten myötä osoittaen naisilla olevan suurempi todennäköisyys heikompaan subjektiiviseen hyvinvointiin verrattaessa miehiin (esim. Padrosa ym. 2022; Yoon ym. 2023).

Sukupuolen lisäksi iän on havaittu voivan ennakoida työperäisen stressin ja työtyytyväisyyden todennäköisyyttä. Esimerkiksi ikääntymisen myötä työstressin todennäköisyyden on havaittu laskevan samalla lisäten työtyytyväisyyttä ja terveitä päiviä.

(Ray & Pana-Cryan 2021, 15). Toisaalta Rachel Donnelly havaitsi vuonna 2022 julkaisemassaan tutkimuksessaan, että keski-ikässä koettu suurempi altistuminen työelämän epävarmuudelle, kuten työttömyydelle, riittämättömille työtunneille ja epävarmalle työpaikalle, ennakoi enemmän kroonisia sairauksia 65 ikävuoden jälkeen. Näin ollen voidaan todeta, että sukupuolella ja iällä saattaa olla yhteys yksilön kokemaan hyvinvointiin.

Koulutustason ja subjektiivisen hyvinvoinnin välinen yhteys on saanut laajaa huomiota tutkimuksissa. Australian väestöaineistoon pohjannut tutkimus havaitsi vuonna 2018 elämäntyytyväisyyden ja terveydellisen aseman kehittyvän positiivisesti koulutustason kasvaessa. Kuitenkin edellä mainittu positiivinen suhde oli monimutkainen ja yhtenä selittävänä tekijänä pidettiin yksilön omia odotuksia elämän eri osa-alueilta. Matalammin koulutettu yksilö saattaa esimerkiksi odottaa elämältään vähemmän ja olla tyytyväinen vähempään kuin korkeammin koulutettu. Tutkimus osoitti mielenkiintoisia havaintoja koulutuksen ja subjektiivisen hyvinvoinnin väliltä mutta korosti myös subjektiivisten arviointien analysoinnin haasteellisuutta. (Kristoffersen 2018.)

Aiempi tutkimus perherakenteesta hyvinvointia selittävänä tekijänä on hyvin yksimielistä. Yksilöt, joilla on vahvat perhesiteet, kokevat korkeampaa subjektiivista hyvinvointia verrattuna niihin, joilla on heikommat tai ei lainkaan perhesiteitä. Esimerkiksi naimisissa olevat parit raportoivat aiemman tutkimuksen mukaan korkeampaa tyytyväisyyttä elämään, onnellisuuteen, terveyteen ja taloudelliseen hyvinvointiin verrattuna yksineläjiin. Sen sijaan lasten läsnäolo ei ole suoraan yhteydessä parempaan hyvinvointiin. Tuloksia on selitetty muun muassa yksilöllisillä ja kulttuurisilla tekijöillä. Esimerkiksi perhe voi toimia taloudellisten kriisien aikana suojana negatiivisilta vaikutuksilta hyvinvointiin. (De Rosa & Rizzoli 2021, 215–242.) Perherakenteen tarkastelussa huomionarvoista on, että yksinhuoltajaäitien määrä on useimmiten selvästi suurempi kuin yksinhuoltajaisien (Eurostat 2024b). Kaiken kaikkiaan edellä mainittujen demografisten tutkimusten perusteella voidaan olettaa, että työelämän ja hyvinvoinnin välinen yhteys vaihtelee, sukupuolen, iän, koulutustason ja perhetaustan mukaan.

Psykologisten tekijöiden ohella sosiaalitieteellinen tutkimus on tuonut esiin taloudellisten tekijöiden yhteyden hyvinvointiin pyrkien täydentämään työelämän ja hyvinvoinnin tutkimuksissa usein sivuutettua taloudellisen toimeentulon näkökulmaa. Heikki Ervastin ja Takis Venetokliksen vuonna 2010 tekemä tutkimus työttömyydestä ja subjektiivisesta hyvinvoinnista osoitti, että kohtuullinen elintaso työttömyyden aikana voi ehkäistä

hyvinvointia heikentäviä tekijöitä, kuten mielenterveysongelmia ja stressiä, ja siten suojata yksilöä esimerkiksi masennukselta (Ervasti & Venetoklis 2010, 136–137). Tutkimus osoitti ja vahvisti taloudellisen toimeentulon keskeisen merkityksen hyvinvoinnin edistäjänä työelämää koskevilla tutkimuksissa.

Uudemmat tutkimukset ovat tukeneet taloudellisen toimeentulon näkökulman merkitystä työelämäntutkimuksissa. Työpaikan epävarmuuden on todettu lisäävän taloudellisia huolia, erityisesti perustarpeiden, kuten ruoan ja toimeentulon turvaamisen osalta, mikä havainnollistaa työelämän epävarmuuden konkreettisia vaikutuksia yksilöiden arjessa (Abdul Jalil ym. 2023, 8–9). Pelastakaa Lapset ry:n keväällä 2021 keräämään kyselyaineistoon pohjannut tutkimus vahvisti vuonna 2024 taloudellisen stressin negatiivista yhteyttä subjektiiviseen hyvinvointiin, ottaen huomioon sosioekonomiset tekijät sekä muut subjektiiviseen hyvinvointiin vaikuttavat tekijät aiemman tutkimuksen mukaan. Tutkimus osoitti taloudellisen stressin yltävän vanhempien ohitse lasten subjektiiviseen hyvinvointiin. (Lindberg ym. 2024.) Tämä korostaa sitä, että työepävarmuuden tuomat haasteet eivät rajoitu vain yksilöön itseensä, vaan yltää yksilön lisäksi muihin, mikä korostaa taloudellisen toimeentulon merkitystä subjektiivisen hyvinvoinnin muokkaajana ja sen jopa ylisukupolvista tunnetta.

Tulotason ja hyvinvoinnin välisessä yhteydessä erityisesti matalan tulotason on todettu olevan yhteydessä heikompaan mielenterveyteen. Tutkimukset viittaavat siihen, että taloudelliset tappiot, kuten tulojen vähentyminen, vaikuttavat mielenterveyteen voimakkaammin kuin taloudelliset voitot. Tämä korostaa entisestään toimeentulon merkitystä hyvinvoinnille ja haastaa näkemyksen, jossa mielenterveyden ongelmat nähdään ensisijaisesti johtuvan psykologisista tekijöistä. (esim. De Miquel ym. 2022; Thomson ym. 2022.) Lisäksi tulotason ja tulovertailun on esitetty vaikuttavan itsetuntoon, joka taas on suoraan yhteydessä itsearvioituun hyvinvointiin (Kraft & Kraft 2023, 8–10). Tämän perusteella on tärkeää tuoda taloudellinen näkökulma työepävarmuuden ja koetun hyvinvoinnin tutkimuksiin, sillä esimerkiksi osa-aikatyössä työtunnit ovat kokoaikaista työsuhdetta vähäisemmät, mutta tuntipalkka on molemmissa työsuhdemuodoissa useimmiten samansuuruinen (Thurman & Trah 1990, 23–24; Nieminen 2020, 40–41; Eurostat 2024a). Uusien epätyypillisten työsuhdemuotojen seurauksena saattaa olla heikommat tulot, minkä voidaan päätellä olevan aiemman kirjallisuuden perusteella yhteydessä heikompaan hyvinvointiin.

Toimeentulovaikeuksiin liittyy läheisesti taloudellisen niukkuuden käsite. Taloudellisella niukkuudella viitataan subjektiiviseen kokemukseen tulojen puuttumisesta tai niiden vähäisyydestä (Shah ym. 2012; Mullainathan & Shafir 2013). Koettu toimeentulo on tärkeä erottaa tulotasosta hyvinvointia tutkittaessa, sillä yksilö voi kokea toimeentulonsa heikommaksi kuin toinen, jolla on sama tulotaso. Tähän yhteyteen vaikuttaa se, että yksilöt arvioivat taloudellista tilannettaan sekä objektiivisesti taloudellisten tulojen perusteella että subjektiivisesti vertaamalla omia tulojaan henkilökohtaisiin ja sosiaalisiin odotuksiin (Kraft & Kraft 2023). Toisaalta alhaisen tulotason on osoitettu olevan johdonmukaisesti yhteydessä heikompaan hyvinvointiin ja korkeamman taloudellisen niukkuuden tunteen on osoitettu olevan yhteydessä alhaisempaan hyvinvoinnin tunteeseen (Caballero ym. 2022). Tämä osoittaa koetun toimeentulon merkityksen hyvinvointitutkimuksen keskiössä, sillä taloudellisella niukkuudella on suora yhteys yksilöiden hyvinvointiin, päätöksentekoon ja kognitiiviseen toimintaan, mikä kaikki voi selittää työn epävarmuuden negatiivisia vaikutuksia mielenterveyteen (Mani ym. 2013).

Sosiaalipoliittisilla järjestelmillä on havaittu olevan laaja-alainen yhteys työelämän epävarmuuden ja koetun hyvinvoinnin välisen yhteyden muokkaajana. Susanne Fahlén vuonna 2014 tekemä tutkimus kymmenessä Euroopan maassa osoitti sukupuolten väliset erot työn ja kodin välisten konfliktien kokemisessa vaihtelevan merkittävästi maittain. Tutkimuksen mukaan ero on pienin maissa, joissa on vahvat hyvinvointivaltiot ja tasa-arvoon tähtäävät politiikat, kuten joustavat työajat, kattava lastenhoito ja vanhempainvapaat. Tällaisia maita ovat esimerkiksi Pohjoismaat, kuten Ruotsi ja Tanska. Sen sijaan maissa, joissa työn ja perheen tasapainoa tukevat politiikat ovat heikkoja ja perinteiset sukupuolinnormit hallitsevat, kuten Unkarissa ja Espanjassa, sukupuolten välinen ero konflikteissa on huomattavan suuri. Näissä yhteiskunnissa naisilla on usein päävastuu kotitöistä ja perheen huolehtimisesta, mikä lisää heidän kokemuksiaan kotiin liittyvistä paineista. Miehet taas kokevat enemmän työpaineisiin liittyviä konflikteja. (Fahlén 2014, 380–388.) Lisäksi anteliaan sosiaaliturvan ja kattavien sosiaalietuuksien on havaittu olevan yhteydessä taloudellisen epävarmuuden vähenemiseen ja parempaan koettuun hyvinvointiin (Kalleberg 2018).

Eryityisesti pohjoismaisen hyvinvointivaltiomallin on osoitettu lieventävän työelämän epävarmuuden kielteisiä vaikutuksia, erityisesti työepävarmuuden ja hyvinvoinnin välisessä yhteydessä (Gallie, 2007, 283–291; Fahlén 2014, 380–388; Pfortner 2023.). Epävarmoissa työsuhteissa olevat työntekijät raportoivat usein pohjoismaisessa hyvinvointivaltiomallissa paremmasta tai saman tasoisesta terveydentilasta verrattuna vakituisiin työntekijöihin. Sen

sijaan muissa hyvinvointivaltioissa, kuten keskieurooppalaisessa tai anglosaksisessa hyvinvointivaltiomallissa, työelämän epävarmuuden on havaittu olevan yhteydessä huonompaan terveydentilaan, mukaan lukien heikompaan itsearviointiin, tuki- ja liikuntaelinten vaivoihin, vammoihin ja mielenterveysongelmiin. Itä-Euroopan ja Itä-Aasian hyvinvointivaltioissa epävarmuus työelämässä näyttäisi myös lisäävän terveysongelmia. (Kim ym. 2012.)

Toisaalta tutkimukset ovat osoittaneet, että kehittyneet ja vahvat hyvinvointivaltiot eivät aina pysty poistamaan työelämän epävarmuuden kielteisiä seurauksia (László ym. 2010). Tähän pohjautuen maiden välisessä vertailussa on tärkeää ottaa huomioon, mihin hyvinvointijärjestelmään maa kuuluu, jotta tuloksia voidaan arvioida laaja-alaisesti ja analyttisesti. Tällöin voidaan huomioida hyvinvointijärjestelmien erityispiirteet ja niiden vaikutus työelämän epävarmuuden ja hyvinvoinnin välisiin yhteyksiin. Toisaalta pelkän hyvinvointivaltiojärjestelmän tunnistaminen ei aina riitä hyvinvoinnin edistämiseen vaan myös muut ulottuvuudet, kuten taloudelliset ja demografiset tekijät, tutkimusotosten, sosiaalisten olosuhteiden ja tutkimuspaikkojen eroavaisuudet tulee huomioida, sillä nämä tekijät voivat vaikuttaa havaintojen tulkitsemiseen (Kim ym. 2012).

Epävarman työn negatiivista yhteyttä yksilöiden terveyteen ja yhteyden voimakkuuteen on selitetty syvemmin yhteiskunnan turvaverkkojen ja työmarkkinapolitiikan näkökulmista. Ross Macmillanin ja Michael J. Shanahanin vuoden 2021 tutkimustulosten mukaan epävarman työn kielteiset terveysvaikutukset välittyvät kolmen keskeisen mekanismin kautta. Ensinnäkin epävarma työ heikentää itsevarmuutta, sillä työn epävarmuus vähentää hallinnan tunnetta omasta elämästä ja lisää stressiä. Toiseksi tutkimus osoitti epävarman työn heikentävän sosiaalista integraatiota, koska epävarmassa työssä olevilla on vähemmän sosiaalisia kontakteja ja osallistumismahdollisuuksia, mikä voi lisätä eristyneisyyden tunnetta. Kolmanneksi matala sosiaalinen pääoma, eli heikompi luottamus muihin ja yhteisöllisyyden tunne, voi vähentää tukiverkostoja ja heikentää hyvinvointia. (Macmillan & Shanahan 2021.) Aiempien tutkimusten perusteella voidaan todeta sosiaalisen hyvinvoinnin olevan niin psykologisten tekijöiden kuin taloudellisen toimeentulon summa, ja siksi sosiaalista näkökulmaa voi perustellusti kuvata sillaksi näiden edellä mainittujen ulottuvuuksien välillä.

Aiemmat tutkimukset viittaavat työepävarmuuden ja hyvinvoinnin välistä suhdetta selittävän pikemmin psykologiset tekijät kuin taloudellinen toimeentulo, mikä johtuu suurimmaksi osaksi taloudellisen toimeentulon näkökulman vähäisestä tutkimuksesta. Taloudellinen

toimeentulo on keskeinen tekijä hyvinvoinnissa, sillä se vaikuttaa aiemman tutkimuksen mukaisesti suoraan perustavanlaatuisiin tarpeisiin, elämänlaatuun, mielenterveyteen ja elämänhallintaan. Näin ollen on perusteltua ja tärkeää ottaa taloudellisen toimeentulon näkökulma mukaan työelämän ja hyvinvoinnin välisen suhteen tutkimuksiin.

## 4 Tutkimusasetelma

Tässä luvussa esitellään tämän pro gradu -tutkielman tutkimustehtävä ja -kysymykset. Tämän jälkeen käydään läpi tutkielmassa käytettävä aineisto ja sen analysoimiseen valittua tutkimusmenetelmää perusteluineen.

### 4.1 Tutkimustehtävä

Tässä pro gradu -tutkielmassa tutkitaan, missä määrin työelämän epävarmuus on yhteydessä yksilön subjektiiviseen hyvinvointiin eri Euroopan maissa. Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Ovatko erilaiset työsuhdemuodot yhteydessä yksilön itsearvioimaan hyvinvointiin?
2. Ovatko erilaiset epätyypilliset työsuhdemuodot yhteydessä koetun hyvinvoinnin laskuun eri Euroopan maissa?
3. Säilyvätkö erot koetussa hyvinvoinnissa, kun taloudellinen toimeentulo otetaan huomioon, vai selittyvätkö ne muilla, ensisijaisesti psykologisilla tekijöillä?

### 4.2 Aineiston kuvaus

Tutkielmassa käytetään aineistona European Social Survey -kyselytutkimuksen kierrostuloksia vuosilta 2012 ja 2023. European Social Survey (ESS) on vertaileva kyselyaineisto, joka kerätään kahden vuoden välein. ESS-kyselytutkimus mittaa yli 30 Euroopan ja sen lähialueiden maiden eri väestöryhmien asenteita, käyttäytymismalleja ja uskomuksia. Kyselylomake sisältää jokaisella kierroksella samanlaisena toistuvan ydinmoduulin, mutta tämän lisäksi jokaiselle kierrokselle suunnitellaan omat erilliset moduulit. Vaihtuvien moduulien kysymykset tarkennetaan kyseisen kierroksen teeman mukaisesti. Kyselyaineistot ovat vapaasti käytettävissä ja saavutettavissa. (European Social Survey n.d.)

Vuosien 2012 ja 2023 tarkastelu mahdollistaa ajallisen vertailun. Kyselykierrosten noin kymmenen vuoden ero tekee niistä erityisen kiinnostavia tutkielmani kannalta, sillä tavoitteena on tutkia ajankohtien välisiä eroja, ajallisia muutoksia sekä vertailla tuloksien vaihtelua eri maiden välillä. Aineistot sisältävät kysymyksiä liittyen työelämän epävarmuuteen, hyvinvointiin ja erilaisten työsuhdemuotojen yhteydestä hyvinvointiin. European Social Surveyn suorittamat kyselyaineistot ovat hedelmällisiä pro gradu -

tutkielmani kannalta, sillä vastaukset ovat subjektiivisia näkemyksiä vastaajan hyvinvoinnista mutta samalla tarjoavat ajallista ulottuvuutta ja maakohtaista vertailua.

Vuoden 2012 European Social Survey -kierros 6 valikoitui aineistoksi siitä syystä, että kierros on toteutettu ennen koronapandemiaa, mutta vuosien 2007–2008 talouskriisin jälkeen. Tämä tuo mielenkiintoisen näkökulman siihen, kuinka aiempi talouskriisi on saattanut vaikuttaa työelämän epävarmuuteen ja yksilöiden hyvinvointiin ilman koronapandemian aiheuttamia lisävaikutuksia. Vuoden 2012 ESS-kierrokseen osallistui 29 Euroopan ja sen maantieteellisen lähialueen maata (European Social Survey n.d.).

European Social Surveyn 11. kierros vuodelta 2023 tarjoaa ajallisesti sopivan vertailukohdan tutkimukselleni, sillä tämä kierros on kerätty koronapandemian jälkeen. Tämä mahdollistaa pandemian vaikutusten tarkastelun työelämän epävarmuuteen ja hyvinvointiin tarjoten arvokasta tietoa siitä, kuinka kriisi on mahdollisesti muokannut työelämää. Samalla kierros saattaa heijastaa nykypäivän haasteita, kuten työmarkkinatilanteiden epävakautta ja uusien työsuhdemuotojen kasvun merkitystä yksilöiden itsearvioimaan hyvinvointiin. Vuoden 2023 kierrokseen osallistui 31 Euroopan ja sen maantieteellisen lähialueen maata. Kierroksen tulokset ovat tuoreita ja ajankohtaisia, joten nämä soveltuvat hyvin tarkastelemaan sitä, millaisena työelämän epävarmuus ja koettu hyvinvointi näyttäytyvät nykypäivänä ja kuinka ne eroavat 2010-luvun alusta Euroopassa ja sen lähialueilla. (European Social Survey n.d.)

Tutkielmani analysoitavaan aineistoon on otettu mukaan vain ne maat, jotka ovat olleet molemmilla kierroksilla mukana, jotta analyysin vertailtavuus säilyisi eikä havaintojen välinen ero johtuisi tarkasteltavissa olevista maista. Kaiken kaikkiaan 20 maata osallistui molempiin kierroksiin. Nämä maat ovat: Belgia, Sveitsi, Kypros, Saksa, Espanja, Suomi, Ranska, Iso-Britannia, Unkari, Irlanti, Islanti, Italia, Liettua, Alankomaat, Norja, Puola, Portugali, Ruotsi, Slovenia ja Slovakia. Maat on ryhmitelty maaryhmiin vertailtavuuden parantamiseksi ja analyysin jäsentelyn helpottamiseksi.

Maaryhmät ovat seuraavat: Pohjoismaat, johon lukeutuu Islanti, Norja, Ruotsi ja Suomi. Etelä-Eurooppa, johon lukeutuu Espanja, Italia, Kypros ja Portugali. Anglosaksiset maat, johon lukeutuu Irlanti ja Iso-Britannia. Keski-Eurooppa, johon lukeutuu Alankomaat, Belgia, Ranska, Saksa ja Sveitsi. Itä-Eurooppa, johon lukeutuu Liettua, Puola, Slovakia, Slovenia ja Unkari. Maantieteellinen sijainti sekä valtioiden yhtenäiset piirteet, kuten niiden historia, instituutiot ja kulttuuri, toimivat käyttämäni maaryhmittelyn perusteena (esim. Ervasti ym.

2008). Molemmilla kierroksilla oli yhteensä 34 348 vastaajaa: 6. kierroksella oli 17 548 vastaajaa ja 11. kierroksella oli 16 800 vastaajaa.

### 4.3 Muuttujat

Tutkielmassa käytetään valmista aineistoa. Tässä aineistossa on mahdollista käyttää mittaria, joka kattaa melko laajasti mitattavaa ilmiötä. Hyvinvoinnin aiemmassa tutkimuksessa subjektiivista hyvinvointia on lähestytty esimerkiksi elämäntyytyväisyyden, masentuneisuuden, unenlaadun ja onnellisuuden kautta (esim. Sverke ym. 2002; Ferguson & Dawson 2012; De Rosa & Rizzoli; Hannerz ym. 2023). Hyvinvointia kuvaavan selitettävän mittarin muuttujavalinnat perustuvat aiempaan tutkimukseen ja teoriaan. Niin selitettävän muuttujan kuin selittävien muuttujien kannalta tärkeimmät kysymykset löytyvät molemmilta kierroksilta samassa muodossa, mikä vahvistaa analyysin vertailukelpoisuutta ja luotettavuutta. Seuraavaksi käyn läpi tutkielmani selitettävän muuttujan ja selittävät muuttujat, joiden avulla on tarkoitus tutkia epätyypillisten työsuhdemuotojen ja muiden taustatekijöiden yhteyttä koettuun hyvinvointiin Euroopan eri alueilla.

#### 4.3.1 Selitettävä muuttuja

Selitettävänä muuttujana käytetään tässä tutkielmassa asteikkoa, joka on muodostettu molemmista ESS-aineistoista löytyvistä hyvinvointimuuttujista. Asteikossa käytettävät muuttujat ovat luonteeltaan kategorisia, ja ne on mitattu asteikolla 1–4, jossa 1 = en ollenkaan tai vain pienen osan ajasta, 2 = osan ajasta, 3 = suurimman osan ajasta, 4 = kaiken aikaa tai lähes kaiken aikaa. Nämä muuttujat kuvaavat vastaajan itsearvioitua hyvinvointia. Asteikon muuttujat löytyvät aineiston kyselylomakkeiden D-osiosta. Selitettävän asteikon muuttujat ovat kysytyt aineistossa seuraavasti: Kuinka usein viimeisen viikon aikana teistä on tuntunut seuraavalta: Olette tunteneet itsenne masentuneeksi? Teistä tuntui, että kaikki mitä teitte vaati ponnistelua? Nukuitte levottomasti? Olette onnellinen? Tunsitte itsenne yksinäiseksi? Nautitte elämästäsi? Olette surullinen? Tunsitte itsenne saamattomaksi? Hyvinvoinnista luotu asteikko kuvaa subjektiivista hyvinvointia hyödyntäen samoja näkökulmia kuin aiemmat tutkimukset.

#### 4.3.2 Selittävät muuttujat

Muuttujat, joita tässä tutkielmassa käytetään hyvinvointia selittävinä ovat seuraavat: työsuhdemuoto, ikä, iän neliö, sukupuoli (binäärinen), koulutus, perhetausta, tulotaso eli tulodesiilit, yksilön subjektiivinen arvio kotitalouden toimeentulosta ja maaryhmä.

Taulukossa 1 esitetään, miten muuttujia on mitattu ja kysytty aineistossa sekä miten ne on mahdollisesti koodattu analyysia varten.

Taulukko 1. Tutkielman selittävät muuttujat.

<b>Muuttuja</b>	<b>Tyyppi / mitta-asteikko</b>	<b>Kuvaus</b>
Työsuhdemuoto	Viisiluokkainen, kategorinen	<p>Normaalityösuhteen muuttuja koodattiin yhdistämällä kokoaikaisen työtunnit ja vakituinen työsuhte.</p> <p>Määräaikainen työsuhte luotiin yhdistämällä kokoaikaisen työtunnit ja määräaikainen työsuhte.</p> <p>Osa-aikainen työsuhdemuoto koodattiin yhdistämällä osa-aikaisen työtunnit (alle 30 h) ja vakituinen työsuhte.</p> <p>Määräaikainen ja osa-aikainen koodattiin niin, että on osa-aikaisen työtunnit mutta määräaikainen työsuhte.</p> <p>Yksinyrittäjä koodattiin niin, että mukaan otettiin vastaajat, jotka ovat ilmoittaneet itsensä yksityisyrittäjiksi ja olevansa vastuussa muista työntekijöistä.</p> <p>1 = normaalityösuhte, 2 = määräaikainen, 3 = osa-aikainen, 4 = määräaikainen ja osa-aikainen, 5 = yksinyrittäjä</p>
Ikä	Jatkuva	Mittaa vastaajan ikää vuosina.
Ikä neliö	Jatkuva	Ikä ei-lineaarisen vaikutuksen huomioimiseksi selittäväksi tekijäksi on muodostettu ikä neliö, $ikä * ikä = ikä^2$
Sukupuoli	Kaksiluokkainen, kategorinen	Kuvaa vastaajan sukupuolta binäärisesti, 1 = mies, 2 = nainen
Koulutustausta	Jatkuva	Kuinka monta vuotta vastaaja on ollut yhteensä koulussa tai opiskelemassa kokopäiväisesti tai osa-aikaisesti.
Perhetausta	Kolmiluokkainen, kategorinen	<p>Perhetaustan muuttuja luotiin niin, että alkuun määriteltiin muuttuja, jossa vastaajalla on puoliso.</p> <p>Sitten koodattiin muuttuja, jossa on huomioitu vastaajat, joilla on lapsia. Yksinelävät ja yksinhuoltajat on huomioitu koodauksessa, jotta ei tule puuttuvia tietoja.</p> <p>Tämän jälkeen yhdistettiin edellä luodut muuttujat kolmiluokkaiseksi kategoriaksi, jossa 1 = lapsiperhe, 2 = lapseton pariskunta, 3 = yksinhuoltaja tai yksinelävä</p>

Taulukko 1. Jatkuu edelliseltä sivulta.

<b>Muuttuja</b>	<b>Tyyppi / mitta-asteikko</b>	<b>Kuvaus</b>
Tuloarvio (tulodesiili)	Kymmenluokkainen, kategorinen	Miten vastaajaa arvioi kotitaloutensa nettotulot kuukaudessa (1.–10. desiili).
Kotitalouden toimeentulo	Neliluokkainen, kategorinen	Minkälaiseksi vastaaja kokee kotitalouden tulot, 1 = tuloilla elää mukavasti, 2 = tuloilla tulee toimeen, 3 = vaikeuksia tulla toimeen, 4 = hyvin vaikeaa tulla toimeen
Maaryhmä	Viisiluokkainen, kategorinen	20 maata on jaettu viisiluokkaiseen maaryhmäkategoriaan, 1 = Pohjoismaat, 2 = Etelä-Eurooppa, 3 = Anglosaksiset maat, 4 = Keski-Eurooppa, 5 = Itä-Eurooppa

#### 4.4 Tutkimusmenetelmä

Tämä pro gradu -tutkielma on vertaileva empiirinen tutkimus. Analyysissä hyödynnetään lineaarista monitasoregressioanalyysia, lineaarista regressioanalyysia ja ajallista vertailua. Regressioanalyysi on joustava ja monipuolinen menetelmä, jonka avulla voidaan tutkia muuttujien välistä suhdetta. Tässä tutkielmassa tutkitaan useamman muuttujan yhteyttä selitettävään muuttujaan, joten hyödynnän usean selittävän muuttujan mallia. Usean selittävän muuttujan regressiomallin kautta voidaan tutkia selitettävän muuttujan vaihtelua useamman muuttujan avulla. Tämä kertoo, mikä on yksittäisen muuttujan yhteys selitettävään muuttujaan, kun muut asetelmassa mukana olevat muuttujat on huomioitu. Lineaarinen regressioanalyysi osoittaa selitettävän ja selittävien muuttujien välistä lineaarista suhdetta. (Nummenmaa ym. 2019, 236–263; Kaakkinen & Ellonen n.d.)

Regressioanalyysin tulkinnassa on kuitenkin rajoituksia, jotka tulee huomioida tulosten tulkinnassa. Tärkein huomio on, että regressioanalyysi kertoo muuttujien välisistä yhteyksistä eikä ilmiöiden välisiä kausaalisuhteita voida esittää pelkän regressioanalyysin avulla. Esimerkiksi yhteiskunnalliset kriisit ja muutokset on syytä ottaa huomioon analysoinnissa. Näin ollen syy-seuraussuhteiden tarkastelu vaatii erityisen tutkimusasetelman. (Kaakkinen & Ellonen n.d.)

Tutkielmassa käytetään kahta eri tutkimusajankohtaa, joten kyseessä on poikkileikkaustutkimus. Ajallisia muutoksia tarkastellaan lisäämällä monitasomalliin jokaisen taustamuuttujan ja ajankohdan välinen yhdysvaikutus. Tässä tutkielmassa lineaarisen monitasoregressioanalyysin ja lineaarisen regressioanalyysin avulla pyritään vastaamaan siihen, ovatko epätyypilliset työsuhdemuodot yhteydessä koettuun hyvinvointiin Euroopan eri

alueilla ja mitkä taustatekijät välittävät hyvinvointia vahvimmin. Lisäksi yhdysvaikutusten avulla voidaan tutkia ajallisia muutoksia vuosina 2012 ja 2023.

Aineiston analyysiin käytettiin Stata 18 -ohjelmistoa. Ohjelmiston avulla muodostettiin pääkomponenttianalyysin avulla useasta muuttujasta koostuva koettua hyvinvointia kuvaava mittari sekä tarkasteltiin hyvinvoinnin keskiarvojakaumaa maittain ja kierroksittain. Lisäksi ohjelmiston avulla luotiin kaksi regressiomallia, joista ensimmäinen on lineaarinen monitasoregressiomalli, johon on sisällytetty kolme mallia eri taustatekijöillä vakioituna. Toinen regressiomalli on lineaarinen regressiomalli, jossa tarkastellaan eri taustatekijöiden yhteyttä hyvinvointiin maaryhmittäin. Keskiarvojakauma ja regressiomallit ovat painotettu, joten aineiston katoa ja otantakehikkoa on korjattu. Tuloksia tulkitaan referenssikategorioiden ja tilastollisen merkitsevyyden avulla. Merkitsevyys on malleissa osoitettu tähtien (\*) avulla. Jos muuttujan p-arvo on alle 0.05, voidaan sen vaikutuksen ajatella olevan tilastollisesti merkitsevä.

## 5 Tulokset

Tämän tutkielman tavoitteena oli tarkastella, ovatko erilaiset työsuhdemuodot yhteydessä yksilön itsearvioimaan hyvinvointiin eri Euroopan maissa ja mitkä tekijät välittävät vahvimmin hyvinvointia. Analyysin ensimmäisessä vaiheessa esitetään pääkomponenttianalyysin avulla useasta muuttujasta luotu koettua hyvinvointia kuvaava mittari, joka toimii analyysin selitettävänä muuttujana. Hyvinvointimittarin luomisen jälkeen havainnollistetaan kuvion 1 avulla hyvinvoinnin keskiarvon jakautumista tarkasteltavissa olevissa Euroopan maissa. Tämän jälkeen analysoidaan lineaarisen monitasoregressioanalyysin avulla, missä määrin erilaiset taustamuuttujat, kuten työsuhdemuoto, demografiset tekijät, taloudellinen tilanne ja maaryhmä ovat yhteydessä koettuun hyvinvointiin ja sen vaihteluun. Mallien avulla tarkastellaan sitä, miten selittävien muuttujien yhteys hyvinvointiin muuttuu, kun muita taustatekijöitä vakioidaan mukaan. Seuraavaksi tarkastellaan tuloksia maaryhmittäin lineaarisen regressioanalyysin avulla ja tulkitaan hyvinvointia selittävien yhteyksien maaryhmittäistä luonnetta. Viimeiseksi tulkitaan vuosien 2012 ja 2023 keskeisimmät ajalliset muutokset yhdysvaikutustuloksien avulla.

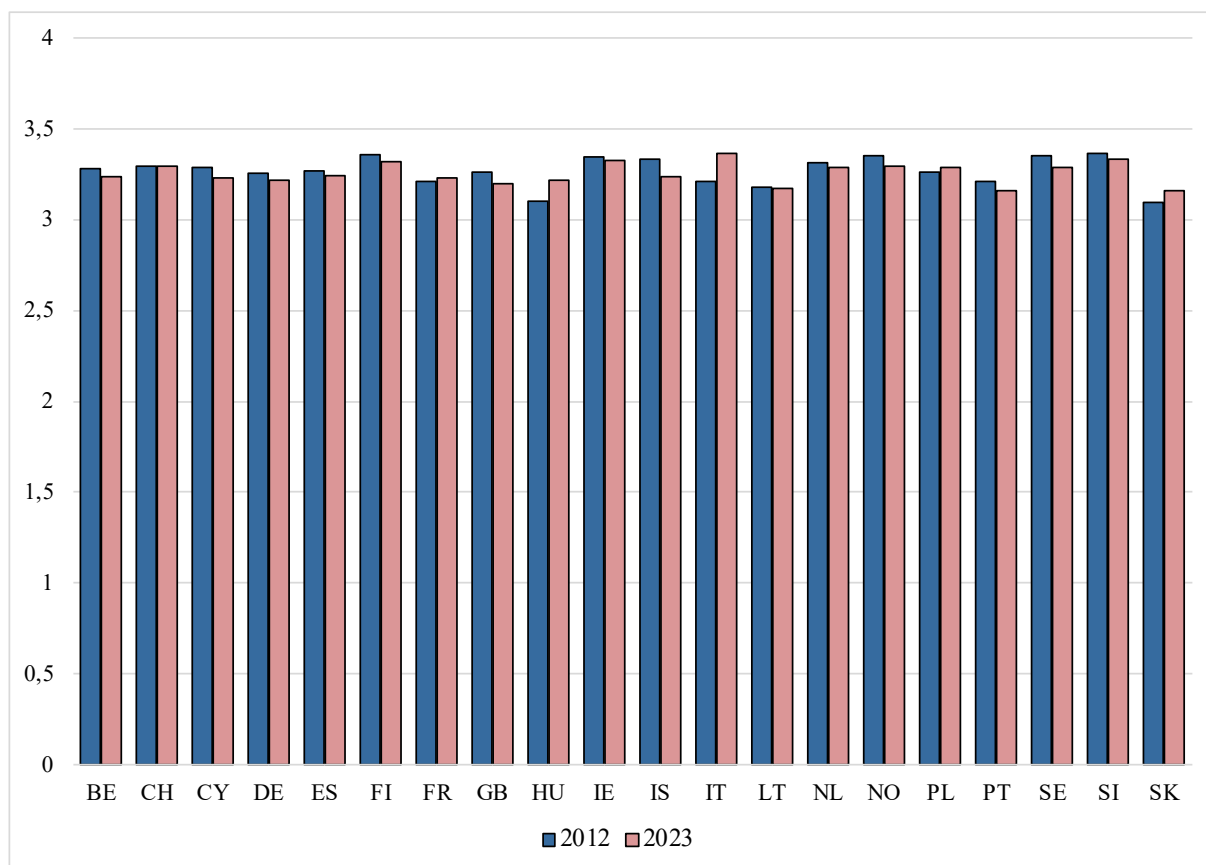
Taulukko 2. Pääkomponenttianalyysi. Yhden komponentin ratkaisu.

Muuttuja	Factor1
Saamattomuuden tunne	0.641
Elämästä nauttiminen	0.612
Masentuneisuuden tunne	0.749
Tunne jatkuvasta ponnistelusta	0.638
Yksinäisyyden tunne	0.624
Surullisuuden tunne	0.739
Unenlaatu	0.535
Onnellisuuden tunne	0.643
Ominaisarvo	3.396

Analyysissa raportoin pääkomponenttianalyysin tuloksia, jossa analyysi on tehty yhden tekijän (komponentin) avulla. Pääkomponenttianalyysissa analysoitujen muuttujien keskinäisen yhteyden voimakkuutta tarkistellaan muuttujien latauksien kautta (taulukko 2). Pääkomponenttianalyysin tuottamat lataukset kuvaavat sitä, kuinka voimakkaasti kukin muuttuja liittyy tiettyyn pääkomponenttiin. Latausten arvot vaihtelevat -1:n ja 1:n välillä. Mitä lähempänä latauksen itseisarvo on lukuarvoa yksi, sitä vahvemmin muuttuja latautuu

kyseiseen pääkomponenttiin. Mikäli lataus on lähellä nollaa, ei muuttujalla ole merkittävää yhteyttä kyseiseen komponenttiin. (Nummenmaa ym. 1997, 231.)

Pääkomponenttianalyysin mukaan ominaisarvo on 3.396, mikä osoittaa tekijän olevan merkittävä ja selittävän merkittävän osan datasta. Toisin sanoen komponentti selittää noin 3.396 yksikköä kokonaisvariانسista. Pääkomponenttianalyysissä erityisen merkittävää olivat muuttujien masennuksen kokemuksen ja surullisuuden tunteen latautumisarvot, joiden mukaan nämä muuttujat latautuvat erityisen voimakkaasti hyvinvointia kuvaavalla komponentilla ja ovat keskeisiä tämän tekijän muodostumisessa. Sen sijaan unenlaatu latautuu pääkomponentilla heikoimmin, mikä viittaa sen merkitsevyyden olevan vähäisissä tässä kokonaisuudessa. Kaiken kaikkiaan kaikilla muuttujilla on merkittävä yhteys pääkomponenttiin, joten muuttujat ovat sopivia analyysiin.



Kuvio 1. Hyvinvoinnin keskiarvo 20:ssä Euroopan maissa vuosina 2012 ja 2023.

Kuviossa 1 havainnollistetaan selitettävänä olevan hyvinvointiasteikon keskiarvoa maittäin ja ESS-kierroksittain. Mitä suuremman arvon maa saa, sitä korkeampi koettu hyvinvointi maassa on ja päinvastoin. Kuvion mukaan useimmissa maissa keskiarvo on pysynyt melko

vakaana 6. ja 11. kierroksen välillä. Kuitenkin joissain maissa, kuten Belgiassa, Espanjassa Italiassa, Slovakiassa, Portugalissa ja Islannissa, havaitaan pientä vaihtelua kierrosten välillä. Kaavion mukaan kaikissa maissa hyvinvoinnin keskiarvo on arvojen 3 ja 3.5 välillä, mikä osoittaa suhteellisen hyvää koetun hyvinvoinnin tasoa. Suomi, Norja, Ruotsi, Irlanti, Italian 11. kierros ja Slovenia ovat kuvion mukaan hieman keskiarvon yläpuolella. Sen sijaan Unkari, Portugali, Liettua ja Slovakia näyttävät olevan hieman keskiarvon alapuolella, mikä osoittaa koetun hyvinvoinnin tason olevan hieman heikompaa verrattuna muihin maihin. Kaiken kaikkiaan tutkielmassa mukana olevien maiden koettu hyvinvointi on kauttaaltaan suhteellisen tasaista ja hyvää.

Seuraavaksi pyrin ratkaisemaan, ovatko erilaiset työsuhdemuodot yhteydessä yksilön itsearvioimaan hyvinvointiin ja onko tässä havaittavissa merkittävää vaihtelua eri maaryhmien välillä Euroopassa. Lisäksi tavoitteena on tutkia, onko hyvinvointia välittävänä tekijänä aiempien tutkimusten mukaisesti psykologiset tekijät vai onko välittävänä tekijänä sittenkin taloudellinen toimeentulo. Näitä kysymyksiä tarkastellaan seuraavaksi niin lineaarisen monitasoregressiomallin kuin lineaarisen regressiomallin avulla.

Lineaarisen monitasoregression (taulukko 3) avulla pyrin aluksi ratkaisemaan, missä määrin erilaiset epätyypilliset työsuhdemuodot ovat yhteydessä yksilön kokemaan hyvinvointiin. Näin ollen mallissa (1) vain työsuhdemuoto on mukana. Mallissa (2) työsuhteen lisäksi mukaan on vakioitu iän neliö, ikä, sukupuoli, koulutustausta, perhetausta ja maaryhmä, jotta voin tutkia, kuinka nämä taustamuuttujat muuttavat mahdollisesti havaittuja yhteyksiä. Mallissa (3) on edellä mainittujen taustamuuttujien lisäksi huomioitu tulodesiilit ja kotitalouden toimeentulon koettu riittävyys, jotta voin tutkia taloudellisen toimeentulon vaikutusta. Tarkastelen näitä yhteyksiä yhdessä lineaarisen regressioanalyysin kanssa, jonka avulla selvitän, missä määrin vakioidut taustamuuttujat ovat yhteydessä koettuun hyvinvointiin eri maaryhmissä (taulukko 4). Maaryhmittäisen tarkastelun avulla saadaan syvällisempi ymmärrys siitä, mitkä taustatekijät ovat vahvimmin yhteydessä hyvinvoinnin tasoon eri Euroopan alueilla. Tämä analyysi tarjoaa hyödyllistä tietoa, jota voidaan hyödyntää esimerkiksi hyvinvointivaltioiden, työelämän ja yksilöiden hyvinvoinnin kehittämisessä. Seuraavaksi analysoin taulukoiden 3 ja 4 havaintoja vastatakseni tutkimusasetelmassa asetettuihin kysymyksiin.

## 5.1 Työsuhdemuoto hyvinvoinnin selittäjänä

Taulukko 3. Työsuhteen, taloudellisen tilanteen ja muiden taustamuuttujien yhteys hyvinvointiin. Monitasoinen lineaarinen regressioanalyysi.

	Malli (1)	Malli (2)	Malli (3)
Työsuhde (ref. Normaalityösuhde)			
Määräaikainen	-0.008 (0.012)	-0.008 (0.010)	-0.003 (0.011)
Osa-aikainen	-0.055*** (0.010)	-0.033** (0.011)	-0.025* (0.010)
Määräaik. ja osa-aikainen	-0.069*** (0.015)	-0.047** (0.015)	-0.025 (0.018)
Yksityisrittäjät	0.016 (0.010)	-0.004 (0.010)	-0.018 (0.010)
Ikä <sup>2</sup>		0.000** (0.000)	0.000 (0.000)
Ikä		-0.006** (0.002)	-0.001 (0.002)
Sukupuoli (ref. Mies)			
Nainen		-0.066*** (0.007)	-0.061*** (0.007)
Koulutus		0.005*** (0.001)	0.000 (0.001)
Perhetausta (ref. Lapsiperhe)			
Lapseton pariskunta		-0.013 (0.007)	-0.023** (0.007)
Yksinhuoltaja tai yksinelävä		-0.107*** (0.010)	-0.089*** (0.009)

Taulukko 3. Jatkuu edelliseltä sivulta.

	Malli (1)	Malli (2)	Malli (3)
Tulodesiili (ref. 1. desiili)			
2. desiili			-0.001 (0.032)
3. desiili			0.043 (0.022)
4. desiili			0.026 (0.024)
5. desiili			0.039 (0.026)
6. desiili			0.033 (0.023)
7. desiili			0.037 (0.021)
8. desiili			0.050* (0.021)
9. desiili			0.060* (0.025)
10. desiili			0.071** (0.024)
Kotitalouden toimeentulon koettu riittävyys (ref. Nyk. tuloilla elää mukavasti)			
Nyk. tuloilla tulee toimeen			-0.048*** (0.005)
Nyk. tuloilla on vaikeuksia tulla toimeen			-0.186*** (0.010)
Nyk. tuloilla on hyvin vaikeaa tulla toimeen			-0.308*** (0.042)
Maaryhmä (ref. Pohjoismaat)			
Etelä-Eurooppa		-0.046 (0.030)	-0.011 (0.029)
Anglosaksiset maat		-0.027 (0.040)	-0.014 (0.041)
Keski-Eurooppa		-0.049* (0.020)	-0.048** (0.017)
Itä-Eurooppa		-0.093* (0.038)	-0.079* (0.031)
Keskivirheet sulkeissa			
*p < 0.05, ** p < 0.01, *** p < 0.001			

Taulukossa 3 havaitaan työsuhdemuodoista osa-aikaisen työsuhteen olevan vahvimmin yhteydessä koettuun hyvinvointiin, kun sitä verrataan normaalityösuhteeseen. Ensimmäisen

mallin tuloksista voidaan tulkita tilastollisesti erittäin merkitsevä negatiivinen yhteys osa-aikatyön yhteydestä hyvinvoinnin tasoon. Toisessa ja kolmannessa mallissa tilastollisesti vahva merkitsevyys heikkenee taustamuuttujien vakioimisen myötä. Huomionarvoista on, että yhteys säilyy ja vaikutus on edelleen negatiivinen niin toisessa kuin kolmannessa mallissa. Tämä tulos osoittaa, että osa-aikatyö on yhteydessä heikompaan hyvinvointiin, vaikka muita taustatekijöitä lisätään malliin. Näin ollen analyysin perusteella voidaan todeta osa-aikaisen työsuhdemuodon ennakoivan todennäköisimmin heikompa hyvinvointia verratessa muihin työsuhdemuotoihin. Osa-aikaisen työn negatiivinen yhteys hyvinvointiin on samassa linjassa aiempien tutkimustulosten kanssa, sillä aiemmat tulokset viittasivat työelämän epävarmuuden ja prekariaattiin kuulumisen heikentävän yksilöiden terveydentilaa ja hyvinvointia (esim. László ym. 2010; Standing 2011, 1–25; Matli 2020; Inanc & Kalleberg 2022; Pfortner 2023, 271–276).

Määräaikaisen työsuhteen ja osa-aikaisten työtuntien työsuhdemuoto erottuu osa-aikaisen työsuhteen rinnalla taulukossa 3. Toisaalta määräaikaisen ja osa-aikaisen työsuhteen tilastollisesti erittäin merkitsevä negatiivinen yhteys hyvinvointiin katoaa kolmanteen malliin tultaessa. Tämä osoittaa, että erityisesti taloudelliset tekijät ovat yhteydessä hyvinvoinnin tasoon vahvemmin kuin määräaikaisen ja osa-aikaisen työsuhteen yhdistelmä. Taulukossa 3 huomataan, että yksinyrittäjyydellä ei ole merkitsevää yhteyttä hyvinvointiin missään kolmessa analyysimallissa. Merkillepantavaa on, että vaikka yhteydet eivät ole tilastollisesti merkitseviä, kolmannessa mallissa, jossa kaikki taustamuuttujat ovat vakioitu, jokaisen työsuhdemuodon yhteys koettuun hyvinvointiin on lievästi negatiivinen normaalityösuhteeseen verrattuna. Tämä osoittaa normaalityösuhteen olevan yhteydessä hieman parempaan hyvinvointiin verrattuna muihin työsuhdemuotoihin. Näin ollen monitasoregressioanalyysin mukaan työsuhdemuodolla ei ole vahvaa tilastollista merkitsevyyttä, kun kaikki taustamuuttujat on vakioitu. Ainoastaan osa-aikatyö säilyttää merkitsevyytensä. Seuraavaksi tarkastellaan tarkemmin, ovatko erilaiset työsuhdemuodot yhteydessä koettuun hyvinvointiin maaryhmittäin taulukon 4 avulla.

Taulukko 4. Työsuhteen, taloudellisen tilanteen ja muiden taustamuuttujien yhteys hyvinvointiin eri maaryhmissä. Lineaarinen regressioanalyysi maaryhmittäin.

	Pohjoismaat	Etelä- Eurooppa	Anglosaksiset maat	Keski- Eurooppa	Itä- Eurooppa
Työsuhde (ref. Normaalityösuhde)					
Määräaikainen	-0.022 (0.019)	-0.022 (0.019)	0.037 (0.022)	0.017 (0.017)	0.014 (0.018)
Osa-aikainen	-0.070*** (0.018)	-0.022 (0.025)	-0.006 (0.022)	-0.011 (0.013)	-0.018 (0.30)
Määräaik. ja osa-aik.	-0.115* (0.051)	0.020 (0.041)	-0.005 (0.029)	-0.005 (0.026)	-0.054 (0.43)
Yksityisyrittäjät	-0.012 (0.017)	-0.013 (0.024)	-0.038 (0.034)	-0.009 (0.016)	-0.021 (0.026)
Ikä <sup>2</sup>	-0.000 (0.000)	0.000 (0.000)	0.000 (0.000)	0.000 (0.000)	0.000 (0.000)
Ikä	0.004 (0.003)	-0.003 (0.004)	-0.000 (0.004)	-0.003 (0.003)	-0.004 (0.003)
Sukupuoli (ref. Mies)					
Nainen	-0.029** (0.009)	-0.110*** (0.014)	-0.039** (0.016)	-0.076*** (0.009)	-0.058*** (0.011)
Koulutus	-0.002 (0.001)	0.001 (0.002)	0.002 (0.002)	-0.001 (0.001)	0.003 (0.002)
Perhetausta (ref. Lapsiperhe)					
Lapseton pariskunta	-0.026* (0.011)	0.006 (0.017)	-0.014 (0.018)	-0.036*** (0.010)	-0.045** (0.013)
Yksinhuoltaja tai yksinelävä	-0.069*** (0.013)	-0.061*** (0.017)	-0.093*** (0.020)	-0.096*** (0.012)	-0.130*** (0.015)

Taulukko 4. Jatkuu edelliseltä sivulta.

	Pohjoismaat	Etelä-Eurooppa	Anglosaksiset maat	Keski-Eurooppa	Itä-Eurooppa
Tulodesiili (ref. 1. desiili)					
2. desiili	-0.031 (0.040)	0.009 (0.048)	-0.131* (0.058)	0.018 (0.049)	0.104* (0.052)
3. desiili	-0.027 (0.038)	0.075 (0.044)	0.039 (0.049)	0.032 (0.046)	0.092* (0.047)
4. desiili	-0.022 (0.035)	0.053 (0.045)	-0.022 (0.052)	0.052 (0.046)	0.038 (0.046)
5. desiili	-0.010 (0.034)	0.046 (0.045)	-0.030 (0.052)	0.072 (0.045)	0.067 (0.045)
6. desiili	0.010 (0.034)	0.019 (0.048)	-0.043 (0.052)	0.063 (0.045)	0.049 (0.046)
7. desiili	0.016 (0.034)	0.047 (0.045)	-0.033 (0.051)	0.073 (0.045)	0.027 (0.045)
8. desiili	0.025 (0.034)	0.036 (0.047)	-0.023 (0.051)	0.066 (0.045)	0.070 (0.045)
9. desiili	0.017 (0.035)	0.029 (0.046)	-0.047 (0.052)	0.093* (0.045)	0.072 (0.045)
10. desiili	0.029 (0.037)	0.007 (0.049)	-0.024 (0.053)	0.080 (0.046)	0.095* (0.045)
Kotitalouden toimeentulon koettu riittävyys (ref. Nyk. tuloilla elää mukavasti)					
Nyk. tuloilla tulee toimeen	-0.022* (0.009)	-0.058*** (0.015)	-0.058*** (0.016)	-0.069*** (0.009)	-0.066*** (0.012)
Nyk. tuloilla on vaikeuksia tulla toimeen	-0.132*** (0.032)	-0.200*** (0.023)	-0.164*** (0.027)	-0.199*** (0.020)	-0.243*** (0.019)
Nyk. tuloilla on hyvin vaikeaa tulla toimeen	-0.233*** (0.066)	-0.358*** (0.059)	-0.217*** (0.055)	-0.413*** (0.068)	-0.332*** (0.040)
Keskivirheet sulkeissa					
*p < 0.05, ** p < 0.01, *** p < 0.001					

Taulukko 4 esittää, missä määrin työsuhdemuoto ja muut taustamuuttujat ovat yhteydessä koettuun hyvinvointiin eri maaryhmissä lineaarisen regressioanalyysin avulla.

Maaryhmittäinen analyysi osoittaa mielenkiintoisia havaintoja. Pohjoismaissa osa-aikainen työ on tilastollisesti erittäin merkitsevästi ja negatiivisesti yhteydessä heikompaan hyvinvointiin, kun sitä verrataan normaalityösuhteeseen. Samoin määräaikaisen ja osa-

aikaisen työsuhdemuodon yhteys on merkitsevästi ja negatiivisesti yhteydessä koettuun hyvinvointiin Pohjoismaissa. Sen sijaan muissa maaryhmissä ei ole tilastollisesti merkitsevää yhteyttä hyvinvointiin osa-aikaisen ja määräaikaisen työsuhteen yhdistelmän tai osa-aikaisen työsuhdemuodon tarkastelussa. Muissa maaryhmissä mikään työsuhdemuoto ei ole merkitsevästi yhteydessä koetun hyvinvoinnin laskuun. Normaalityösuhde on analyysin mukaan kaikissa maaryhmissä yhteydessä parempaan hyvinvointiin, vaikka yhteyden voimakkuus vaihtelee. Esimerkiksi anglosaksisissa, Keski-Euroopan ja Itä-Euroopan maissa määräaikainen työsuhde on lievästi yhteydessä parempaan hyvinvointiin verrattaessa normaalityösuhteeseen. Yhteydet eivät ole kuitenkaan tilastollisesti merkitseviä, minkä perusteella määräaikaisen työsuhdemuodon ei voida todeta selittävän kokonaan parempaa koettua hyvinvointia.

Maaryhmien väliset eroavaisuudet työsuhdemuodon ja hyvinvoinnin välisessä yhteydessä ovat jokseenkin yhdenmukaisia aiemman tutkimuksen kanssa, jonka mukaan työpaikan epävarmuuden on todettu lisäävän huonon terveyden riskiä tietyissä maissa (Inanc & Kalleberg 2022). Kuitenkin vain Pohjoismaissa jokin työsuhdemuoto saa tilastollisesti erittäin merkitsevän negatiivisen yhteyden koettuun hyvinvointiin. Tämä on mielenkiintoinen tulos suhteessa aiempaan teoriaan, jonka mukaan esimerkiksi Pohjoismaissa prekaarisella työllä, kuten osa-aikatyöllä, on havaittu olevan yhteys saman tasoiseen tai parempaan hyvinvointiin, kun sitä verrataan normaalityösuhteeseen (Kim ym. 2012).

Huomionarvoista taulukoissa 3 ja 4 on, kuinka taulukosta 3 havaitaan Pohjoismaissa vastaajien raportoivan korkeampaa hyvinvointia kuin muissa maaryhmissä, vaikka taulukossa 4 osa-aikatyö on vain Pohjoismaissa kaikista työsuhdemuodoista vahvimmin yhteydessä heikompaan hyvinvointiin. Tämä tulos osoittaa, että Pohjoismaissa asuminen ja eläminen on yhteydessä parempaan koettuun hyvinvointiin, kun taas koettu hyvinvointi on heikointa Keski-Euroopassa verrattuna Pohjoismaihin. Kiinnostavaa tuloksissa on, kuinka Keski-Euroopassa koetun hyvinvoinnin lasku voimistuu entisestään verrattaessa Pohjoismaihin, kun taloudelliset tekijät vakioidaan mukaan. Tätä ilmiötä saattaa selittää aiempi tutkimus, jonka mukaan hyvinvointivaltio ja kattava sosiaaliturva ovat keskeisiä työelämän epävarmuuden ja hyvinvoinnin välisen suhteen muokkaajana. Vahvoissa hyvinvointivaltioissa, kuten Pohjoismaissa, sosiaalipoliittiset järjestelmät lieventävät työmarkkinoiden tuomaa epävarmuutta ja siten tukevat parempaa subjektiivista terveyttä ja hyvinvointia. (Gallie, 2007, 283–291; Kim ym. 2012; Fahlén 2014, 380–388; Kalleberg 2018; Pfortner 2023.)

Kehittyneet ja vahvat hyvinvointivaltiotkaan eivät aina pysty poistamaan työelämän epävarmuuden kielteisiä seurauksia (esim. László ym. 2010). Tämä ilmiö saattaa heijastua Pohjoismaissa osa-aikatyön negatiivisena yhteytenä yksilöiden kokemaan hyvinvointiin. Tästä huolimatta analyysiin pohjautuen normaalityösuhde näyttää olevan yhteydessä parempaan hyvinvointiin kaikissa tarkastelluissa maissa. Tämä on ymmärrettävä tulos, sillä perinteinen palkkatyö on aiemman tutkimuksen mukaan yhä vallitsevin työsuhdemuoto ja tuo usein mukanaan jatkuvuutta ja sosiaalista turvaa (Kalleberg 2003; Pyöriä & Ojala 2016; Eurofound 2017; Nieminen 2020, 39; Eurostat 2024a, 158).

Kaiken kaikkiaan havaintojen perusteella ei voida todeta, että työsuhdemuoto olisi merkittävästi yhteydessä yksilön itsearvioimaan hyvinvointiin eri Euroopan alueilla. Muiden taustamuuttujien vakiointi vähensi entisestään työsuhdemuodon merkitystä hyvinvoinnin selittäjänä, mikä osoittaa, että työsuhdemuoto ei yksinään ole yhteydessä selkeästi parempaa tai huonompaa koettuun hyvinvointiin. Työsuhdemuodon sijaan tuloksissa merkittävämpi huomio kiinnittyy demografisiin tekijöihin ja toimeentulovaikeuksiin. Seuraavaksi tarkastellaan demografisten tekijöiden yhteyttä koettuun hyvinvointiin.

## **5.2 Demografiset tekijät hyvinvoinnin selittäjinä**

Taulukossa 3 huomataan, että demografiset tekijät ovat vahvemmin yhteydessä koettuun hyvinvointiin kuin pelkkä työsuhdemuoto. Demografisten tekijöiden analyysissä iän neliö saa toisessa mallissa tilastollisesti merkitsevän yhteyden koettuun hyvinvointiin, kunnes kaikki tekijät ovat vakioitu kolmanteen malliin mukaan ja merkitsevä yhteys häviää. Ikä saa toisessa mallissa myös tilastollisesti merkitsevän negatiivisen yhteyden koettuun hyvinvointiin, mikä osoittaa hyvinvoinnin heikentyvän vanhetessa. Kuitenkin taloudelliset tekijät vakioituna merkitsevä yhteys häviää. Näin ollen iän neliöllä ja iällä ei ole merkitsevää yhteyttä hyvinvoinnin tasoon, kun kaikki taustamuuttujat ovat vakioitu monitasomalliin mukaan.

Naiset raportoivat tilastollisesti erittäin merkittävästi heikompaa hyvinvointia kuin miehet toisessa ja kolmannessa mallissa (taulukko 3). Yhteyden voimakkuus ja merkitsevyys säilyy, vaikka kaikki taustamuuttujat on vakioitu analyysimallissa. Tämä osoittaa sukupuolen merkittävän roolin hyvinvoinnin selittäjänä. Koulutuksen yhteys hyvinvointiin ilmenee toisessa mallissa tilastollisesti erittäin merkitseväksi ja positiivisena, mikä osoittaa koulutustason kasvaessa myös koetun hyvinvoinnin parantuvan. Kuitenkin kolmannessa mallissa koulutuksen yhteys häviää kokonaan, mikä osoittaa tämän olemattoman roolin hyvinvoinnin määrittäjänä, kun taloudelliset tekijät ovat myös huomioitu mallissa.

Taulukossa 3 huomataan perhetaustan yhteyden hyvinvointiin ilmenevän merkitsevä. Kun kaikki taustamuuttajat on vakioitu mallissa kolme, lapsettomat pariskunnat, yksinhuoltajat ja yksinelävät raportoivat tilastollisesti erittäin merkitsevästi heikompaa hyvinvointia verrattuna lapsiperheisiin. Tämä osoittaa, että perhetaustalla on merkittävä yhteys hyvinvointieroihin, ja lapsettomat pariskunnat, yksinhuoltajat ja yksinelävät kokevat huomattavaa hyvinvointivajetta verrattuna lapsiperheisiin. Tämä on linjassa aiemman tutkimuksen kanssa, jonka mukaan perherakenne voi toimia hyvinvointia suojaavana tekijänä (De Rosa & Rizzoli 2021, 215–242).

Taulukon 4 maaryhmittäisen analyysin mukaan demografisten tekijöiden tuloksissa iän neliöllä tai iällä ei ole tilastollisesti merkitsevää yhteyttä missään maaryhmässä, kun kaikki taustatekijät ovat huomioitu. Ainoastaan Pohjoismaissa iän yhteys on lievästi positiivinen, kun taas muualla yhteys on lievästi negatiivinen. Tämä osoittaa, että Pohjoismaissa hyvinvointi saattaa iän myötä parantua, toisin kuin muualla se näyttäisi hieman heikentyvän. Tämä tukee aiempaa teoriaa, jonka mukaan esimerkiksi työperäisen stressin on havaittu laskevan vanhetessa (Ray & Pana-Cryan 2021, 15). Yhteydet eivät ole kuitenkaan voimakkaita tai merkitseviä. Iän yhteys hyvinvointiin ei ole lineaarinen, joten vanhempana koettuun hyvinvoinnin laskuun tai nousuun voi nähdä vaikuttavan muut tekijät kuin pelkkä ikä. Maaryhmittäisessä vertailussa koulutuksella ei ole selkeää yhteyttä koetun hyvinvoinnin tasoon.

Sukupuolen yhteys hyvinvointiin on maaryhmittäisessä vertailussa hyvin samansuuntainen kuin monitasomallissa. Naiset raportoivat merkitsevästi heikompaa hyvinvointia kuin miehet kaikissa maaryhmissä. Negatiivinen yhteys on voimakkain Etelä-Euroopassa, kun taas Pohjoismaissa ja anglosaksisissa maissa yhteys on pienin, mutta kuitenkin merkitsevä. Taulukossa 4 havaitaan myös perhetaustan osalta samansuuntaisia tuloksia kuin taulukossa 3. Verrattaessa lapsiperheisiin, lapsettomat pariskunnat, yksinhuoltajat ja yksinelävät raportoivat tilastollisesti merkitsevästi heikompaa hyvinvointia. Erityisesti yksinhuoltajuus ja yksineläminen ovat erittäin merkitsevästi yhteydessä heikompaan hyvinvointiin kaikissa maaryhmissä. Yhteys on selkeästi voimakkain Itä-Euroopassa.

Taulukoiden 3 ja 4 havaintojen mukaan demografisilla tekijöillä on yhteys koettuun hyvinvointiin, ja joillakin tekijöillä yhteys on merkitsevämpi kuin toisilla. Demografisten tekijöiden yhteydet muuttuvat ja osin voimistuvat entisestään, kun taloudelliset tekijät huomioidaan mukaan. Analyysin perusteella taloudellinen toimeentulo on yhteydessä

koettuun hyvinvointiin vahvemmin kuin mikään muu tutkielmassa mukana ollut taustamuuttuja. Seuraavaksi tarkastellaan regressiomallien avulla taloudellisten tekijöiden, kuten tulodesiilin ja koetun taloudellisen toimeentulon, yhteyksiä koettuun hyvinvointiin.

### **5.3 Taloudelliset tekijät hyvinvoinnin selittäjinä**

Taulukossa 3 huomataan, kuinka taloudellinen turvallisuus on selkeästi liitoksissa hyvinvointiin. Toimeentulon koettu riittävyys ilmenee analyysissä erittäin merkitsevänä hyvinvointia selittävänä tekijänä, ja se on vahvemmin yhteydessä koettuun hyvinvointiin kuin mikään muu taustatekijä. Erityisesti kokemus erittäin suurista toimeentulovaikeuksista on yhteydessä selvästi heikompaan hyvinvointiin verrattuna tilanteeseen, jossa nykyisillä tuloilla elää mukavasti. Koetun toimeentulon tulokset ovat johdonmukaiset aiemman teorian kanssa, sillä korkeampi toimeentulon niukkuus on aiemmissa tutkimuksissa yhdistetty heikompaan hyvinvointiin (esim. *Ervasti & Venetoklis 2010, 136–137; Caballero ym. 2022; Thomson ym. 2022*).

Tulodesiilien erot hyvinvoinnissa korostavat koetun toimeentulon keskeistä merkitystä hyvinvoinnin selittäjänä. Kolmannessa mallissa, jossa huomioidaan sekä tulotaso että koettu toimeentulo, huomataan, että tulodesiilillä ei ole yhtä merkitsevää yhteyttä koettuun hyvinvointiin kuin koetulla toimeentulolla on. Huomionarvoista on 8., 9. ja erityisesti ylimmän 10. tulodesiilien merkitsevyydet, mikä osoittaa, että korkeammat tulot ovat yhteydessä parempaan koettuun hyvinvointiin verrattuna alimpaan desiiliin ja siten voivat jopa suojata yksilöä hyvinvoinnin heikkenemiseltä.

Taulukossa 4 huomataan, että tulodesiili ei ole suorasti yhteydessä hyvinvointiin missään maaryhmässä. Lievä negatiivinen yhteys hyvinvointiin alemmissa tulotasoissa katoaa useimmissa maaryhmissä, kun yksilön tulotaso kasvaa. Poikkeuksena ovat anglosaksiset maat, joissa tulotason kasvu ei selvästi paranna koetun hyvinvoinnin tasoa vaan yhteys on jopa lievästi negatiivinen. Sen sijaan Itä-Euroopassa kuulumisen korkeimpaan 10. desiiliin on merkitsevästi yhteydessä parempaan hyvinvointiin verrattaessa alimpaan 1. desiiliin.

Tulodesiilin analyysi ei tue suoraan aiempia tutkimuksia, joiden mukaan tulotaso ja erityisesti matala tulotaso olisi merkitsevästi yhteydessä heikompaan mielenterveyteen ja hyvinvointiin (*Caballero ym. 2022; Thomson ym. 2022*).

Kotitalouden toimeentulohaasteet saavat jokaisessa maaryhmässä tilastollisesti erittäin merkitsevän yhteyden koetun hyvinvoinnin laskuun. Etelä-Euroopassa, Keski-Euroopassa ja

Itä-Euroopassa negatiiviset yhteydet ovat vahvimmat. Taloudellinen ahdinko, eli suuret haasteet tulla tuloilla toimeen, saa erittäin voimakkaan negatiivisen yhteyden heikompaan hyvinvointiin jokaisessa maassa, kun verrataan tuloilla mukavasti elämiseen. Negatiivinen yhteys on voimakkain Keski-Euroopassa. Koetun toimeentulon maaryhmittäisessä analyysissä huomionarvoista on, kuinka Pohjoismaissa tuloilla toimeen tuleminen yhteys hyvinvoinnin laskuun ei ole yhtä merkitsevä tilastollisesti kuin muualla. Tämä voi olla pohjoismaisen vahvan hyvinvointivaltion lieventävä vaikutus (Gallie, 2007, 283–291; Kim ym. 2012; Fahlén 2014, 380–388).

Tästä huolimatta taulukosta 4 huomataan, että myös Pohjoismaissa toimeentulovaikeudet ovat selvästi yhteydessä hyvinvoinnin laskuun. Taloudellisten tekijöiden analyysitulokset korostavat entisestään koetun toimeentulon merkitystä hyvinvoinnin välittäjänä. Tämän tutkielman tulosten perusteella koettu toimeentulo ilmenee ensisijainen tekijänä verrattuna muihin, kuten psykologisiin tekijöihin. Näin ollen koetun toimeentulon rooli näyttäytyy erityisen keskeisenä hyvinvointitutkimuksessa. Lisäksi koetun toimeentulon analyysitulokset korostavat subjektiivisten taloudellisten kokemusten merkitystä objektiivisten mittareiden, kuten tulotason, rinnalla.

Tutkielmassa tarkasteltavina olleiden taustamuuttujien vaikutukset säilyivät pääosin samanlaisina eri tutkimusajankohtina, vuosina 2012 ja 2023. Ajallisia muutoksia tarkasteltiin lisäämällä monitasomalliin jokaisen taustamuuttujan ja ajankohdan välinen yhdysvaikutus. Ainoat tilastollisesti merkitsevät erot syntyivät iän, sukupuolen ja maaryhmien välisen eron suhteen. Analyysin mukaan iän negatiivinen vaikutus on voimistunut jälkimmäiseen ajankohtaan tultaessa. Tämän mukaan jälkimmäisessä ajankohdassa vanhemmalla iällä on suurempi kielteinen yhteys koettuun hyvinvointiin verrattuna aiempaan ajankohtaan. Sukupuolten välinen ero koetussa hyvinvoinnissa on kasvanut 6. kierroksesta tultaessa 11. kierrokseen. Maaryhmien välisiä eroja tarkasteltaessa yhdysvaikutus osoitti, että anglosaksisissa maissa koettu hyvinvointi nousi muita maaryhmiä enemmän verrattuna aiempaan tutkimusajankohtaan. Yhdysvaikutustulokset eivät ole kuitenkaan tutkielman tulosten kannalta kovin merkittäviä.

## 6 Johtopäätökset ja pohdintaa

Globalisaation, teknologisen kehityksen ja erilaisten kriisien myötä työelämä kohtaa jatkuvaa muutospainetta Työelämää jo kohdanneet laaja-alaiset muutokset ovat herättäneet sekä pelkoa että toivoa työelämän laadun tulevaisuudesta, mutta myös huolta siitä, miten nämä muutokset ovat yhteydessä työelämän lisäksi yksilöiden yksityiselämään. Työelämän kehityksen mukanaan tuomien muutosten, kuten epätyypillisten työsuhdemuotojen, pelätään usein huonontavan työelämää ja siten yksilöiden hyvinvointia. Aiempi työelämän ja hyvinvoinnin tutkimus on pitkään painottunut psykologiseen suuntaukseen. Tämä psykologinen suuntaus on tutkinut esimerkiksi epävarman ja epätyypillisen työn yhteyttä yksilöiden henkiseen hyvinvointiin. (esim. Abdul Jalil ym. 2023; Hannerz ym. 2023.) Sen sijaan taloudelliseen toimeentuloon on kiinnitetty vähemmän huomiota. Tämän pro gradu -tutkielman tavoite oli vastata tähän tutkimusaukkoon ja laajentaa aiempaa tutkimusta, jossa on keskitytty psykologisiin tekijöihin, ottamalla tarkasteluun mukaan taloudellinen toimeentulo ja tutkia sen yhteyttä yksilön itsearviomaan hyvinvointiin Euroopan eri alueilla.

Tutkielman ensimmäisen tutkimuskysymyksen tavoitteena oli selvittää, ovatko erilaiset työsuhdemuodot yhteydessä yksilön itsearviomaan hyvinvointiin. Työsuhdemuodon havaittiin olevan jokseenkin yhteydessä koettuun hyvinvointiin, mutta ainoastaan osa-aikatyöllä oli tilastollisesti merkitsevä yhteys heikompaan koettuun hyvinvointiin. Toisen tutkimuskysymyksen tavoitteena oli tutkia, ovatko erilaiset epätyypilliset työsuhdemuodot yhteydessä koetun hyvinvoinnin laskuun eri Euroopan maissa. Tulokset osoittivat vain osa-aikatyön olevan maaryhmittäisessä vertailussa yhteydessä hyvinvoinnin merkittävään laskuun. Osa-aikatyön yhteys hyvinvoinnin laskuun havaittiin ainoastaan Pohjoismaissa, joissa yhteys oli tilastollisesti erittäin merkitsevä. Muissa maaryhmissä ei ilmennyt vastaavaa yhteyttä, vaikka osa-aikatyö oli kaikissa maaryhmissä yhteydessä hyvinvoinnin lievään laskuun, kun sitä verrattiin perinteiseen palkkatyöhön. Tämä on mielenkiintoinen havainto, sillä osa-aikaisten työsuhhteiden on osoitettu olevan Euroopassa kasvussa perinteisen palkkatyön rinnalla, mikä on tutkielmani tulosten valossa huolestuttava trendi (Eurostat 2024a). Kun työsuhdemuotoa koskevia analyysituloksia tarkastellaan syvällisemmin suhteessa aiempaan kirjallisuuteen, voidaan niille esittää useita mahdollisia taustaselityksiä.

Osa-aikatyön merkitsevä negatiivinen yhteys heikompaan hyvinvointiin voi selittyä monilla tekijöillä. Ensimmäisenä taustasyynä voidaan pitää sitä, että epätyypillistä työaikaa tekevät saattavat kohdata vaikeuksia erottaa työaikaa ja vapaa-aikaa toisistaan, mitä voimistaa

esimerkiksi etätyöskentely kotoa. Tämä puolestaan voi johtaa työn ja yksityiselämän rajojen hämärtymiseen ja tasapainotusongelmiin, mikä voi entisestään heikentää yksilöiden hyvinvointia. (Koivunen 2016; Kim ym. 2020, 900–908; Matli 2020; De Alwis ym. 2022.) Toiseksi teknologian kehitys ja tietointensiivisten prosessien yleistyminen työelämän rakenteissa (Jakonen 2014, 287–290) voi johtaa siihen, että osa-aikatyössä olevat eivät pysy työelämän muutosten tahdissa yhtä tehokkaasti kuin kokoaikaisessa, normaalityösuhteessa olevat työntekijät. Tämä kaikki lisää työn intensifikaatiota ja voi lisätä koettua stressiä ja työuupumista, minkä taas on havaittu aiemman tutkimuksen mukaan olevan yhteydessä heikompaan koettuun hyvinvointiin (Franke 2015, 20–24). Toisaalta tuloksista huomataan, että osa-aikainen työ ei ole kaikkialla yhteydessä heikompaan hyvinvointiin. Tästä voidaan päätellä, että osa-aikaisen työn tuomat hyödyt, kuten vähäisten työtuntien tuoma joustavuus, voivat parantaa joidenkin yksilöiden hyvinvointia, sillä tämä saattaa sopia heidän elämäntilanteeseensa paremmin kuin perinteinen kokoaikainen työsuhde.

Työsuhdemuodon tarkastelussa erityisen mielenkiintoiseksi tulokseksi nousee yksityisyrittäjien raportoima hyvinvointi, sillä osa tästä joukosta on todennäköisimmin alustavälitteisiä ja alustatyön yksinyrittäjiä. Analyysin perusteella yksinyrittäisyys ei ole suoraan yhteydessä parempaan tai heikompaan hyvinvointiin, vaikka esimerkiksi Uber- ja Wolt-kuljettajien asema on aiemman kirjallisuuden mukaan ollut epämääräinen ja epävarma. Alustatyön työntekijöillä ei ole usein selvää työnantajaa, samoja oikeuksia tai sosiaaliturvaa kuin perinteisillä palkkatyöntekijöillä, mutta ei myöskään yrittäjän vapauksia, sillä työtä kontrolloidaan suurelta osin (Mattila 2019, 18–25; Koivusalo ym. 2024, 8–9).

Aiemmat tutkimukset ovat olleet yksimielisiä siitä, että työsuhteiden erilaisuus sosiaaliturvan osalta asettaa perinteiset palkkatyöläiset ja epätyypillisissä työsuhteissa työskentelevät yksilöt eriarvoiseen asemaan (Standing 2011, 1–25; Schoukens & Barrio 2017, 331–332; Inanc & Kalleberg 2022, 18–25). Aiempaan teoriaan pohjautuen yksinyrittäjien hyvinvointia koskevat tulokset yllättävät, sillä tutkielman analyysin perusteella yksinyrittäisyys ei ole selvästi yhteydessä koettuun hyvinvointiin. Aiemman kirjallisuuden perusteella voisi odottaa, että tulos olisi negatiivisempi, sillä työ saattaa olla luonteeltaan hyvin epävarmaa ja epämääräistä, minkä on havaittu heikentävän yksilön terveyttä (Kinnunen ym. 2004; László ym. 2010).

Maaryhmittäiset erot työsuhdemuodoissa ovat myös yllättävät. Aiempi tutkimus on havainnut pohjoismaisen hyvinvointivaltiomallin suojaavan epävarmassa työsuhteessa olevaa työntekijää työelämän epävarmuuden kielteisiltä seurauksilta yksilön terveydentilaan ja

hyvinvointiin. Lisäksi epätyypillisissä työsuhteissa työskentelevien hyvinvoinnin on havaittu olevan lähes samantasoista verrattuna vakituisiin työntekijöihin Pohjoismaissa (esim. Gallie, 2007; Fahlén 2014, 380–388; Kim ym. 2012; Pfortner 2023). Kuitenkin tutkielmani tulokset osoittavat ainoastaan Pohjoismaissa osa-aikaisen työn olevan merkitsevästi yhteydessä heikompaan hyvinvointiin. Tätä tulosta saattaa selittää taloudellinen epävarmuus ja riittämätön toimeentulo, sillä Pohjoismaissa elintaso ja elinkustannukset ovat tiedettävästi korkeat. Osa-aikaisen työn vähäiset työtunnit ja palkka verrattaessa normaalityösuhteeseen eivät välttämättä riitä haluttuun elintasoon. Huomioitavaa on, että usein osa-aikatyötä ei tehdä omasta tahdosta, vaan sen takia ettei kokoaikatyötä ole saatavilla. Muissa maissa vastaavaa ilmiötä ei analyysin mukaan ilmene.

Pohjoismaissa osa-aikaisen työn yhteys heikompaan hyvinvointiin on merkittävä ja saattaa paljastaa vahvojenkin hyvinvointivaltioiden epäkohtia hyvinvoinnin takaamisessa. Tämä havainto saa tukea aiemmasta tutkimuksesta, jonka mukaan edes vahvat hyvinvointivaltiot eivät aina kykene lieventämään työelämän epävarmuuden kielteisiä seurauksia yksilötasolla (László ym. 2010). Toisaalta Pohjoismaissa raportoitu hyvinvointi on analyysin mukaan korkeampaa kuin missään muussa maaryhmässä. Tuloksista voidaan päätellä prekaarisen työn huolestuttavaa yhteyttä yksilöiden kokemaan hyvinvointiin Pohjoismaissa. Vaikka työsuhdemuodolla havaittiin olevan jonkinasteinen yhteys koettuun hyvinvointiin, tutkielmani tulokset osoittavat, että muut taustatekijät selittävät hyvinvointia voimakkaammin kuin työsuhdemuoto.

Tutkielman kolmannen tutkimuskysymyksen tavoitteena oli selvittää, selittyvätkö hyvinvoinnin erot ensisijaisesti psykologisilla tekijöillä vai taloudellisella toimeentulolla. Tutkielman tulokset osoittavat selkeästi koetun toimeentulon selittävän hyvinvoinnin laskua muita taustatekijöitä vahvemmin. Toisaalta osa demografisista tekijöistä osoitti myös merkitsevän yhteyden koetun hyvinvoinnin tasoon. Tulosten mukaan demografisilla tekijöillä, kuten sukupuolella ja perhetaustalla, on merkitsevempi yhteys koettuun hyvinvointiin kuin työsuhdemuodolla. Naiset raportoivat miehiä todennäköisemmin merkitsevästi heikompaan hyvinvointia, mikä on linjassa aiemman tutkimuksen kanssa, jossa on havaittu naisilla olevan suurempi todennäköisyys heikompaan subjektiiviseen hyvinvointiin verrattaessa miehiin (Padrosa ym. 2022; Yoon ym. 2023).

Sukupuolten välistä eroa saattaa selittää rakenteelliset haasteet työ- ja perhe-elämän yhteensovittamisessa (Mauno ym. 2017). Kotityöt ja perheenhoito nähdään usein naisten

päävastuuna, minkä on osoitettu aiemman tutkimuksen valossa olevan yhteydessä naisten kokemaan stressiin ja heikentyneeseen hyvinvointiin (Fahlén 2014, 380–388; Seedat & Rondon 2021). Näin ollen tuloksia voidaan selittää esimerkiksi sillä, että naisilla työpäivä jatkuu usein kotona kotitöiden parissa. Tämä jatkuva kuormittuneisuuden tunne voi osaltaan selittää heidän heikompaa hyvinvointia miehiin verrattuna. Lisäksi naisten kokemat haasteet tasa-arvossa niin työelämässä kuin sen ulkopuolella voivat vaikuttaa kielteisesti heidän hyvinvointiinsa.

Maaryhmittäisen tarkastelun perusteella Pohjoismaissa ja anglosaksisissa maissa naiset raportoivat hieman parempaa hyvinvointia verrattuna muihin maaryhmiin, kun taas Etelä- ja Keski-Euroopassa naiset raportoivat selkeästi heikointa koettua hyvinvointia. Tulosta voi selittää muun muassa yhteiskuntien tarjoamat turvaverkot, työmarkkina-asema sekä perhe- ja kotivastuista aiheutuva stressi (Fahlén 2014, 380–388; Macmillan & Shanahan 2021; Seedat & Rondon 2021). Esimerkiksi Etelä- ja Keski-Euroopassa perhevastuiden jakautuminen on edelleen vahvasti sukupuolittunutta, ja naiset kantavat usein päävastuun kotitöistä ja lastenhoidosta, mikä voi kuormittaa huomattavasti arkea ja heikentää hyvinvointia. Sen sijaan Pohjoismaissa ja anglosaksisissa maissa naisten korkeampi osallistuminen työelämään verrattuna Etelä- ja Keski-Euroopan maihin voi selittää parempaa hyvinvoinnin tasoa. (Fahlén 2014, 380–388.)

Tutkielman tuloksien mukaan sukupuolen lisäksi perhetausta on merkitsevästi yhteydessä koetun hyvinvoinnin tasoon, mikä tukee aiempaa tutkimusta, sillä aiemman tutkimuksen mukaan perherakenne voi toimia hyvinvointia suojaavana tekijänä (De Rosa & Rizzoli 2021, 215–242). Lapsettomat pariskunnat sekä erityisesti yksinhuoltajat ja yksinelävät kokevat heikompaa hyvinvointia verrattuna lapsiperheisiin. Merkittävää tuloksissa on, että kaikissa maaryhmissä yksinhuoltajat ja yksinelävät raportoivat lapsiperheellisiä merkitsevästi heikompaa hyvinvointia. Tämä havainto on monella tapaa huolestuttava, erityisesti sukupuoliperspektiivistä tarkasteltuna. Yksinhuoltajuus on yleisemmin naisten kokemus (Eurostat 2024b), ja tutkielman tulokset osoittavat naisten raportoivan kaikkialla heikompaa hyvinvointia miehiin verrattuna. Nämä huomiot osoittavat, että hyvinvoinnin epävarmuustekijät kohdistuvat erityisesti naisiin ja kasaantuvat heidän elämäänsä, heikentäen heidän hyvinvointiaan. Johtopäätös on samansuuntainen Pyöriän ja Ojalan tutkimuksen kanssa (2012), jonka mukaan epävarmuustekijät kasautuvat yhtäaikaisesti noin joka kymmenelle työntekijälle. Tämän tutkielman analyysin mukaan epävarmuustekijät näyttävät kasautuvan todennäköisimmin yksinhuoltajaäideille tai yksineläville naisille.

Naiset työllistyvät miehiä useammin epävarmoihin työsuhteisiin ja ovat usein perhevapaalle jäävä osapuoli (esim. Fahlén 2014; Padrosa ym. 2022). Tämä saattaa johtaa siihen, että naisten poissaolo työelämästä heikentää entisestään heidän asemaansa työmarkkinoilla, sillä teknologiset edistysaskeleet ja vaatimus kouluttautumisesta uudenlaisiin tehtäviin saattavat viedä enemmän aikaa poissaolon vuoksi. Tämä voi puolestaan aiheuttaa haasteita samapalkkaisuudesta. Lisäksi yksinhuoltajuuden negatiivinen yhteys hyvinvointiin on huolestuttava tulos taloudellisen stressin ylisukupolvisen tunteen näkökulmasta (Lindberg ym. 2024). Useimmiten yhden vanhemman kotitalouden tulot ovat kahden vanhemman kotitalouksia pienemmät. Tämän perusteella voidaan päätellä, että yksinhuoltajien lasten hyvinvointi on mahdollisesti heikompaa kuin kahden vanhemman lasten, mikäli koetun toimeentulon negatiiviset vaikutukset yltävät vanhemman yli lapseen. Näin ollen yhteiskuntien tulisi kannustaa tasaisempaan vanhempainvapaiden jakautumiseen vanhempien kesken ja taata varhaiskasvatuspalvelut, jotta toisen vanhemman ei tarvitse heikentää omaa arvoansa työmarkkinoilla.

Maaryhmittäisessä tarkastelussa erityisesti lapsettomien parien, yksinhuoltajanaisten ja yksinelävien naisten hyvinvointi on lapsiperheellisiä ja miehiä heikompaa Keski- ja Itä-Euroopassa. Pariskuntien lapsettomuuden merkitsevää negatiivista yhteyttä heikompaan hyvinvointiin Keski- ja Itä-Euroopassa voidaan selittää pitkälti yhteiskunnan, sosiaalisten ja kulttuuristen odotusten sekä sosiaalipoliittisten järjestelmien perusteella, sillä näissä maissa perhe on keskeinen instituutio hyvinvoinnin ja terveyden takaajana ja naisten rooli perhe- ja kotivastuussa on suuri verrattuna muihin Euroopan alueisiin (esim. Fahlén 2014; Padrosa ym. 2022). Tämä korostaa tutkimusotosten, sosiaalisten olosuhteiden ja tutkimusympäristöjen eroavaisuuksien huomioimisen tärkeyttä, sillä nämä tekijät vaikuttavat subjektiivisen itsearvioinnin tuloksiin ja niiden suhteuttamiseen muihin havaintoihin (Kim ym. 2012).

Muiden demografisten tekijöiden analyysissä ei ilmene yhtä merkittäviä tuloksia. Tämä on itsessään jo mielenkiintoinen havainto, sillä aikaisemmissa tutkimuksissa ilmennyt koulutustason yhteys parempaan hyvinvointiin ei ilmene tämän tutkielman tuloksissa yhtä suoraviivaisesti (esim. De Lange ym 2012, 542–546; Kristoffersen 2018). Koulutustasolla ei havaittu merkitsevää yhteyttä hyvinvoinnin tasoon, kun taloudelliset tekijät huomioitiin. Iällä ei ollut koulutuksen tavoin merkitsevää yhteyttä hyvinvointiin, vaikka yhteys on havaittu aiemmissa tutkimuksissa esimerkiksi työperäisen stressin ja kroonisten sairauksien selittäjänä (Ray & Pana-Cryan 2021, 15; Donnelly 2022). Tätä voi selittää taloudellisten tekijöiden

ensisijaisuus, sillä ennen taloudellisten tekijöiden vakioimista sekä iällä että koulutuksella oli yhteys parempaan koettuun hyvinvointiin.

Tutkielman analyysin perusteella taloudellisella toimeentulolla on erittäin merkitsevä yhteys hyvinvointiin, ja se selittää koetun hyvinvoinnin vaihtelua psykologisia tekijöitä vahvemmin. Tuloksiin pohjautuen voidaan todeta taloudellisen toimeentulon selittävän koettua hyvinvointia vahvemmin kuin mikään muu analyysissä huomioitu taustamuuttuja. Tämä osoittaa, että koettu taloudellinen hyvinvointi ja turvallisuus ovat keskeisiä välittäjiä parempaan hyvinvointiin. Koetun toimeentulon merkitys hyvinvoinnin selittäjänä vahvistaa aiempien tutkimusten niukkaa mutta johdonmukaista näyttöä taloudellisen hyvinvoinnin keskeisestä roolista hyvinvoinnin turvaajana (esim. Ervasti & Venetoklis 2010, 136–137).

Tutkielman havainnot korostavat huolta työelämän epävarmuuden konkreettisista vaikutuksista yksilöiden arkeen, erityisesti perustarpeiden, kuten ruoan ja toimeentulon, turvaamisessa. Nämä tekijät ovat suoraan yhteydessä yksilöiden kokemaan hyvinvointiin. (Abdul Jalil ym. 2023, 8–9.) Tuloksiin perustuen toimeentulovaikkeudet selittävät psykologisia tekijöitä merkittävästi enemmän heikompaa hyvinvointia, mikä tukee aiempaa tutkimusta, jonka mukaan tulojen menetyksen pelolla on vahva yhteys masennukseen ja paniikkikohtauksiin (De Miquel ym. 2022). Taloudellisen niukkuuden on lisäksi havaittu heikentävän yksilön kognitiivista toimintaa (Mani ym. 2013). Näin ollen taloudellisen hyvinvoinnin, erityisesti koetun toimeentulon näkökulmasta, voidaan todeta vaikuttavan yksilöiden kokemaan hyvinvointiin laaja-alaisesti.

Toimeentulon maaryhmittäisessä vertailussa Pohjoismaissa itsearvioitu hyvinvointi on heikoimmalla koetulla toimeentulolla hieman parempaa kuin muissa maaryhmissä. Tämä saattaa osoittaa pohjoismaisen hyvinvointivaltion suojaavan vaikutuksen, joka näkyy toimeentulovaikkeuksien yhteydessä hyvinvointiin, sillä yhteydet hyvinvoinnin heikkenemiseen ovat tulosten mukaisesti heikommalla verrattuna muihin maaryhmiin. Tämä tulos on samassa linjassa aiemman tutkimuksen kanssa, jossa vahvojen hyvinvointivaltioiden on todettu suojaavan yksilöitä epävarmuustekijöiltä (Gallie, 2007, 283–291; Fahlén 2014, 380–388). Esimerkiksi kattavat sosiaalietuudet voivat suojata Pohjoismaissa yksilöitä työelämän epävarmuuden kielteisiltä vaikutuksilta hyvinvointiin (Kalleberg 2018). Muissa maaryhmissä toimeentulovaikkeudet ovat selvästi yhteydessä heikompaan hyvinvointiin, erityisesti Etelä- ja Keski-Euroopassa, mikä osoittaa eroavaisuuksia ja epäkohtia hyvinvointijärjestelmien hyvinvoinnin turvaamisessa (esim. Kim ym. 2012).

Tutkielman tulokset osoittavat selkeästi, että parempi koettu toimeentulo on merkittävästi yhteydessä parempaan hyvinvointiin. Tämä vaatii kuitenkin useimmiten työllistymistä ja siten voidaan ajatella, että työssä käymisen pääasiallinen motiivi on tulojen ja perustarpeiden turvaaminen eikä niinkään psykologiset syyt, kuten sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen (Sloan 2012, 14–25). Merkillepantavaa tuloksissa on, että osa-aikatyön sekä määräaikaisen ja osa-aikatyön yhdistelmän negatiiviset yhteydet heikkenivät monitasomallissa taloudellisten tekijöiden vakioimisen jälkeen, mutta osa-aikatyön merkittävyys säilyi. Tätä havaintoa saattaa selittää osa-aikatyön epävarmuus työtunneista ja työn jatkuvuudesta, mikä puolestaan voi lisätä taloudellista turvattomuuden tunnetta (Greenhalgh & Rosenblatt 1984, 438–448; Sverke ym. 2002, 249–259; Nieminen 2020, 40–41). Lisäksi lapsettomien pariskuntien heikompi hyvinvointi voi osakseen selittyä taloudellisella epävarmuudella, joka tuo mukanaan haasteita perheen perustamisessa ja heikentää näin subjektiivista hyvinvointia (Kalleberg 2018, 11).

Tutkielmani tulosten tulkinnassa tulee ottaa huomioon tutkielman rajoitteet. Tuloksia ei voida yleistää koko Euroopan ja Euroopan lähimaiden yksilöiden hyvinvointia kuvaavaksi, sillä mukana olivat vain maat, jotka olivat osallistuneet molemmille kierroksille. Lisäksi molempiin kierroksiin osallistui yhteensä vain 34 348 vastaajaa. Tämä luo pelkistetyn tuloksen pelkistetyn maaryhmäjaottelun kautta. Lisäksi merkillepantavaa on tutkielman analyysin ulkopuolelle jäävät yhteiskunnalliset haasteet (Manning & Mazeine 2024). Esimerkiksi Pohjoismaissa hyvinvointi näyttäytyy kaikista parhaimmalle, mutta myös Pohjoismaissa esiintyy haasteita tasa-arvossa ja esimerkiksi palkkaepätasa-arvoa.

Subjektiivista hyvinvointia tarkasteltaessa on tärkeä olla varovainen, sillä eri maaryhmien ja kulttuurien välillä vallitsee merkittäviä sosiaalisia ja kulttuurisia eroja, jotka vaikuttavat vastaajien raportoimaan koettuun hyvinvointiin. Esimerkiksi taloudellisten tekijöiden tarkastelussa saman tulotason omaavat yksilöt voivat silti kokea toimeentulonsa eri tavoin. Tähän vaikuttaa aiemman tutkimuksen mukaan yksilöiden henkilökohtaiset odotukset, eli sosiaaliset ja kulttuuriset tekijät, joihin yksilö vertaa itseään ja omaa tilannettaan (Kristoffersen 2018; Kraft & Kraft 2023). Näin ollen korkeat elinkustannukset ja kallis elämäntyyli voivat johtaa siihen, että yksilö kokee hyvänkin tulotason riittämättömäksi toimeentuloksi. Vastaavasti matalamman elintason maissa matalampi tulotaso voi riittää siihen, että toimeentulo koetaan hyväksi. Näin ollen subjektiivisiin arvioihin perustuvia havaintoja on syytä tulkita varoen ja ottaen huomioon vastaajien olosuhteet.

Tutkielman tulosten perusteella erityisesti taloudelliseen toimeentuloon tulisi kiinnittää laajempaa huomiota, sillä toimeentulovaikkeudet heikentävät merkittävästi yksilöiden kokemaa hyvinvointia. Tähän perustuen toimeentulon turvaamiseen tulisi keskittää enemmän huomiota työmarkkinapolitiikassa, sillä toimeentulon merkitystä ei voi väheksyä. Tutkielman tulokset osoittavat myös epäkohtia perhe- ja tasa-arvopolitiikassa. Yksinhuoltajien ja yksinelävien perheellisiä huonompi koettu hyvinvointi asettaa haasteita perhepolitiikalle. Vastaavasti naisten heikompi koettu hyvinvointi ja epävarmuustekijöiden kasautuminen erityisesti yksinhuoltajaäideille ja yksineläville naisille asettaa haasteita tasa-arvopolitiikalle. Tämän tutkielman valossa erityistä huomiota tulisi kiinnittää epävarmuustekijöiden kasautumisen purkamiseen esimerkiksi saavutettavissa olevan ja joustavan varhaiskasvatuksen sekä matalan kynnyksen palveluiden, kuten mielenterveyspalveluiden, avulla. Nämä toimet voisivat auttaa arjen jaksamisessa ja elämänhallinnan kanssa, mikä vaikuttaa yleiseen hyvinvointiin. Lisäksi Pohjoismaissa osa-aikatyön merkittävä yhteys heikompaan hyvinvointiin vaatii syvällisempää ymmärrystä ilmiön taustasyistä ja siten toimia osa-aikaisten työntekijöiden hyvinvoinnin parantamiseksi.

Jatkotutkimuksessa kiinnostavaa olisi syventää tutkimusta ja ymmärrystä taloudellisen toimeentulon ja hyvinvoinnin välisistä yhteyksistä. Jatkossa olisi kiinnostavaa tarkastella pitkittäistutkimuksen avulla, miten taloudellinen toimeentulo ja hyvinvointi ilmenevät sukupuolittain epävarmoissa työsuhteissa Euroopan eri alueilla, sillä naisten on todettu työllistyvän miehiä useammin epävarmoihin työsuhteisiin (Fahlén 2014), kun taas miesten työllistyminen on puolestaan yleisempää alustavälitteisessä ja alustatyössä (Mattila 2019, 18–34). Tämä voisi tuoda arvokasta tietoa työelämän rakenteellisista muutoksista ja niiden vaikutuksista yksilöiden arkeen ja hyvinvointiin. Alueelliset vertailut taas auttaisivat syventämään ymmärrystä siitä, miten erilaiset sosiaalipoliittiset järjestelmät ja turvaverkot muokkaavat taloudellisen epävarmuuden yhteyttä yksilöiden hyvinvointiin.

Tämä pro gradu -tutkielma osoittaa, että työsuhdemuoto ei yksin selitä koettua hyvinvointia vaan koettuun hyvinvointiin on yhteydessä taloudelliset toimeentulovaikkeudet ja sukupuolittuneet rakenteelliset haasteet. Tämän tutkielman tulosten perusteella heikompa hyvinvointia ja myöhempiä mielenterveysriskejä näyttäisivät selittävän ensisijaisesti toimeentulovaikkeudet eikä psykologiset tekijät, sillä taloudellinen hyvinvointi näyttää suojaavan merkittävästi yksilöä hyvinvoinnin heikkenemiseltä. Perinteinen palkkatyö, joka on edelleen yleisin työsuhdemuoto, tuottaa tutkielman mukaan yhä parempaa hyvinvointia kuin muut työsuhdemuodot. Vaikka koettu hyvinvointi on kauttaaltaan suhteelliseen hyvää

tutkimuksessa mukana olevissa maissa, on parantamisen varaa yhä. Yksilöiden hyvinvointia voidaan kuitenkin parantaa vasta, kun tunnistetaan haavoittuvassa asemassa olevat ihmisryhmät ja epäkohdat, jotka heikentävät heidän mahdollisuuksiaan tavoitella parempaa. Tämän tutkimuksen perusteella Euroopassa katseet tulisi kääntää ensisijaisesti toimeentulon turvaamiseen, sillä tämä selittää vahvimmin koettuja hyvinvoinnin haasteita.

## Lähteet

- Abdul Jalil, N. I., Tan, S. A., Ibhahir, N. S., Musa, A. Z., Ang, S. H. & Mangundjaya, W. L. (2023) The relationship between Job Insecurity and Psychological Well-Being among Malaysian precarious workers: work–life balance as a Mediator. *International journal of environmental research and public health*, 20(3), 2758.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph20032758>
- Adkins, L. & Jokinen, E. (2008) ‘Introduction: Gender, Living and Labour in the Fourth Shift’. *NORA - Nordic Journal of Feminist and Gender Research*, 16(3), 138–149.  
<https://doi.org/10.1080/08038740802300947>
- Alatartseva, E. & Barysheva, G. (2015) Well-being: subjective and objective aspects. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 166, 36–42.  
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.479>
- Bessen, J. (2019) Automation and jobs: when technology boosts employment. *Economic Policy*, 34(100), 589–626. <https://doi.org/10.1093/epolic/eiaa001>
- Bhattacharya, A. & Ray, T. (2021) Precarious work, job stress, and health-related quality of life. *American journal of industrial medicine*, 64(4), 310–319.  
<https://doi.org/10.1002/ajim.23223>
- Burchell, B., Ladipo, D. & Wilkinson, F. (2001) Job insecurity and work intensification. New York: Routledge.
- Caballero, A., Fernández, I., Aguilar, P. & Carrera, P. (2022) The links among relative financial scarcity, thinking style, fatalism, and well-being. *PsyCh Journal*, 11(6), 885–894. <https://doi.org/10.1002/pchj.566>
- De Alwis, S., Hernwall, P. & Adikaram, A. S. (2022) “It is ok to be interrupted; it is my job”–perceptions on technology-mediated work-life boundary experiences; a sociomaterial analysis. *Qualitative Research in Organizations and Management: An International Journal*, 17(5), 108–134. <https://doi.org/10.1108/QROM-01-2021-2084>
- De Lange, M., Gesthuizen, M. & Wolbers, M. H. (2012) Trends in labour market flexibilization among Dutch school-leavers: The impact of economic globalization on educational differences. *International Sociology*, 27(4), 529–550.  
<https://doi.org/10.1177/0268580911423052>
- De Miquel, C., Domènech-Abella, J., Felez-Nobrega, M., Cristóbal-Narváez, P., Mortier, P., Vilagut, G., Alonso, J., Olaya, B. & Josep Maria, H. (2022) The mental health of employees with job loss and income loss during the COVID-19 pandemic: the

- mediating role of perceived financial stress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3158. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063158>
- De Rosa, D. & Rizzolli, M. (2021) Standing together: Is family a resilience factor for subjective wellbeing?. *A modern guide to the economics of happiness*. Edward Elgar Publishing, 215–242. <https://doi.org/10.4337/9781788978767.00021>
- Donnelly, R. (2022) Precarious Work in Midlife: Long-Term Implications for the Health and Mortality of Women and Men. *Journal of Health and Social Behavior*, 63(1), 142–158. <https://doi.org/10.1177/00221465211055090>
- Eckersley, R. (2009) Population Measures of Subjective Wellbeing: How Useful are they. *Social indicators research*, 94 (1), 1–12.
- Ervasti, H., Fridberg, T., Hjerm, M. & Rindgal, K. (2008) Nordic social attitudes in a European perspective. Cheltenham: Edward Elgar.
- Ervasti, H. & Venetoklis, T. (2010) Unemployment and Subjective Well-being: An Empirical Test of Deprivation Theory, Incentive Paradigm and Financial Strain Approach. *Acta Sociologica*, 53(2), 119–139. <https://doi.org/10.1177/0001699310365624>
- Eurofound. (2017) Atypical work. *European Industrial Relations Dictionary*. Saatavilla: <https://www.eurofound.europa.eu/en/european-industrial-relations-dictionary/atypical-work>. Viitattu 10.1.2025.
- Eurofound. (2020) Living, working and COVID-19 series, Publications Office of the European Union, Luxembourg. Saatavilla: <https://www.eurofound.europa.eu/en/publications/2020/living-working-and-covid-19> Viitattu 10.1.2025
- European Social Survey (n.d.) About ESS. Saatavilla: <https://europeansocialsurvey.org/about-ess>. Viitattu 21.4.2025
- European Social Survey European Research Infrastructure (ESS ERIC) (2023) ESS round 6 - 2012. Personal wellbeing, Democracy. Sikt - Norwegian Agency for Shared Services in Education and Research. <https://doi.org/10.21338/NSD-ESS6-2012>.
- European Social Survey European Research Infrastructure (ESS ERIC) (2024) ESS round 11 - 2023. Social inequalities in health, Gender in contemporary Europe. Sikt - Norwegian Agency for Shared Services in Education and Research. <https://doi.org/10.21338/ess11-2023>.
- Eurostat. (2024a) *Part-time and full-time employment - statistics explained*. European Commission. Saatavilla: <https://ec.europa.eu/eurostat/statistics->

- [explained/index.php?title=Part-time and full-time employment - statistics](#). Viitattu 10.11.2024.
- Eurostat. (2024b) Household composition statistics. European Commission. Saatavilla: [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Household\\_composition\\_statistics&oldid=657490](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Household_composition_statistics&oldid=657490). Viitattu 14.4.2025.
- Fahlén, S. (2014) Does gender matter? Policies, norms and the gender gap in work-to-home and home-to-work conflict across Europe. *Community, Work & Family*, 17(4), 371–391. <https://doi.org/10.1080/13668803.2014.899486>
- Ferguson, S. A. & Dawson, D. (2012) 12-h or 8-h shifts? It depends. *Sleep Medicine Reviews*, 16(6), 519–528. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2011.11.001>
- Franke, F., Kubicek, B. & Korunka, C. (2015) Is Work Intensification Extra Stress? *Journal of Personnel Psychology*, 14(1), 17–27. <https://doi.org/10.1027/1866-5888/a000120>
- Franken, E., Bentley, T., Shafaei, A., Farr-Wharton, B., Onnis, L. A. & Omari, M. (2021) Forced flexibility and remote working: Opportunities and challenges in the new normal. *Journal of Management & Organization*, 27(6), 1131–1149. <http://dx.doi.org/10.1017/jmo.2021.40>
- Friedman, T. (2005) *The world is flat : a brief history of the globalized world in the twenty-first century*. 1st ed. London: Allen Lane.
- Gallacher, G. & Hossain, I. (2020) Remote work and employment dynamics under COVID-19: Evidence from Canada. *Canadian public policy*, 46(S1), 44–54. <https://doi.org/10.3138/cpp.2020-026>
- Gallie, D. (2007) Welfare regimes, employment systems and job preference orientations. *European Sociological Review*, 23(3), 279–293. <https://doi.org/10.1093/esr/jcm001>
- Georgiadou, A., Mouzakis, S. & Askounis, D. (2022) Working from home during COVID-19 crisis: a cyber security culture assessment survey. *Security Journal* 35(2), 486–505. <https://doi.org/10.1057/s41284-021-00286-2>
- Greenhalgh, L. & Rosenblatt, Z. (1984) Job insecurity: Toward conceptual clarity. *Academy of Management review*, 9(3), 438–448. <https://doi.org/10.5465/amr.1984.4279673>
- Greve, B. (2020) Welfare states and digitalization. Teoksessa A. Larsson & R. Teigland (toim.) *The digital transformation of labor: automation, the gig economy and welfare*. Abingdon, Oxon: Routledge, 163–173.

- Hakanen, J. J., Bakker, A. B. & Schaufeli, W. B. (2006) Burnout and work engagement among teachers. *Journal of school psychology, 43*(6), 495–513.  
<https://doi.org/10.1016/j.jsp.2005.11.001>
- Hannerz, H., Burr, H., Soll-Johanning, H., Nielsen, M. L., Garde, A. H. & Flyvholm, M. A. (2022) Fixed-term contract positions, unemployment and mental ill health: a Danish cohort study. *BMC Public Health, 22*(1), 1744. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14137-1>
- Hannerz, H., Burr, H., Nielsen, M. L., Garde, A. H. & Flyvholm, M.-A. (2023) Mental illness rates among employees with fixed-term versus permanent employment contracts: a Danish cohort study. *International Archives of Occupational and Environmental Health, 96*(3), 451–462. <https://doi.org/10.1007/s00420-022-01936-7>
- Hinks, T. (2024) Artificial Intelligence Perceptions and Life Satisfaction. *Journal of Happiness Studies, 25*(1), 5. <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00727-w>
- Inanc, H. (2018) Unemployment, temporary work, and subjective well-being: The gendered effect of spousal labor market insecurity. *American Sociological Review, 83*(3), 536–566. <https://doi.org/10.1177/0003122418772061>
- Inanc, H. & Kalleberg, A. L. (2022) Institutions, Labor Market Insecurity, and Well-Being in Europe. *Social Sciences, 11*(6), 245. <https://doi.org/10.3390/socsci11060245>
- Jakonen, M. (2014) Uusi työ ja prekarisaatio: Työn muutosten vaikutukset suomalaiseen hyvinvointivaltioon ja poliittiseen järjestäytymiseen. *Tiede & edistys, 39*(4), 287–320.  
<https://doi.org/10.51809/te.105165>
- Jones, A. (2008) The rise of global work. *Transactions of the Institute of British Geographers, 33*(1), 12–26. <https://doi.org/10.1111/j.1475-5661.2007.00284.x>
- Kaakkinen, M. & Ellonen N. (n.d.) Regressioanalyysi. Teoksessa *Kvantitatiivisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Saatavilla:  
<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/> Viitattu 22.1.2025.
- Kahneman, D. & Krueger, A. B. (2006) Developments in the measurement of subjective well-being. *Journal of Economic perspectives, 20*(1), 3–24.  
<https://doi.org/10.1257/089533006776526030>
- Kalleberg, A. L. (2000). Nonstandard employment relations: Part-time, temporary and contract work. *Annual review of sociology, 26*(1), 341–365.  
<https://doi.org/10.1146/annurev.soc.26.1.341>

- Kalleberg, A. L. (2003) Flexible firms and labor market segmentation: Effects of workplace restructuring on jobs and workers. *Work and occupations*, 30(2), 154–175.  
<https://doi.org/10.1177/0730888403251683>
- Kalleberg, A. L. (2018) Job insecurity and well-being in rich democracies. *The Economic and social review*, 49(3), 241–258.
- Katz, R., Callorda, F. & Jung, J. (2023). The impact of automation on employment and its social implications: evidence from Chile. *Economics of Innovation and New Technology*, 32(5), 646–662. <https://doi.org/10.1080/10438599.2021.1991798>
- Kim, J., Henly, J. R., Golden, L. M. & Lambert, S. J. (2020) Workplace flexibility and worker well-being by gender. *Journal of marriage and family*, 82(3), 892–910.  
<https://doi.org/10.1111/jomf.12633>
- Kim, I. H., Muntaner, C., Shahidi, F. V., Vives, A., Vanroelen, C. & Benach, J. (2012) Welfare states, flexible employment, and health: a critical review. *Health policy*, 104(2), 99–127. <https://doi.org/10.1016/j.healthpol.2011.11.002>
- Kinnunen, U., Nätti, J., Mauno, S. & Mäkikangas, A. (2004) Työttömyys ja työn epävarmuus koetun terveyden riskitekijöinä: kokemuksia vertaileva tutkimus. *Työelämän tutkimus*, 2(1). <https://journal.fi/tyoelamantutkimus/article/view/89085>
- Koivunen, T. (2016) Täyttä päivää työttömänä: Työn ja ei-työn rajalla. *Aikuiskasvatus*, 36(4), 270–278. <https://doi.org/10.33336/aik.88512>
- Koivusalo, M., Svyrenenko, A., Mbare, B. & Perkiö, M. (2024) Globalization, platform work, and wellbeing—a comparative study of Uber drivers in three cities: London, Helsinki, and St Petersburg. *Globalization and Health*, 20(1), 18.  
<https://doi.org/10.1186/s12992-024-01021-3>
- Kraft, P. & Kraft, B. (2023). The income-happiness nexus: uncovering the importance of social comparison processes in subjective wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 14, 1283601. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1283601>
- Kristoffersen, I. (2018) Great expectations: Education and subjective wellbeing. *Journal of Economic Psychology*, 66, 64–78. <https://doi.org/10.1016/j.joep.2018.04.005>
- Kuhn, B. & Margellos, D. L. (2022) *Global perspectives on megatrends: the future as seen by analysts and researchers from different world regions*. Stuttgart, Germany: Ibidem Verlag.
- László, K. D., Pikhart, H., Kopp, M. S., Bobak, M., Pajak, A., Malyutina, S., Salavec, G. & Marmot, M. (2010) Job insecurity and health: A study of 16 European

- countries. *Social science & medicine*, 70(6), 867–874.  
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2009.11.022>
- Lindberg, M., Nygård, M., Sarkia, A., Hakovirta, M. & Vuorenlinna, E. (2024) Suomalaislasten taloudellinen stressi ja subjektiivinen hyvinvointi covid-19 pandemian aikana. *Janus Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti*, 32(4), 341–357. <https://doi.org/10.30668/janus.141128>
- Livingston, V., Jackson-Nevels, B. & Reddy, V. V. (2022) Social, cultural, and economic determinants of well-being. *Encyclopedia*, 2(3), 1183–1199.  
<https://doi.org/10.3390/encyclopedia2030079>
- Macků, K., Caha, J., Pászto, V. & Tuček, P. (2020) Subjective or objective? How objective measures relate to subjective life satisfaction in Europe. *ISPRS International Journal of Geo-Information*, 9(5), 320. <https://doi.org/10.3390/ijgi9050320>
- Macmillan, R. & Shanahan, M. J. (2021) Why precarious work is bad for health: Social marginality as key mechanisms in a multi-national context. *Social Forces*, 100(2), 821–851. <https://doi.org/10.1093/sf/soab006>
- Mani, A., Mullainathan, S., Shafir, E. & Zhao, J. (2013) Poverty impedes cognitive function. *Science*, 341(6149), 976–980. <https://doi.org/10.1126/science.1238041>
- Manning, A. & Mazeine, G. (2024) Subjective job insecurity and the rise of the precariat: Evidence from the United Kingdom, Germany, and the United States. *Review of Economics and Statistics*, 106(3), 748–761. [https://doi.org/10.1162/rest\\_a\\_01196](https://doi.org/10.1162/rest_a_01196)
- Matli, W. (2020). The changing work landscape as a result of the Covid-19 pandemic: insights from remote workers life situations in South Africa. *International Journal of Sociology and Social Policy*, 40(9/10), 1237–1256. <https://doi.org/10.1108/IJSSP-08-2020-0386>
- Mattila, M. (2019) *Työ ja työntekijöiden oikeudet alustataloudessa : ongelmista ratkaisuihin*. Helsinki: Kalevi Sorsa -säätö.
- Mauno, S., Cheng, T. & Lim, V. (2017) The far-reaching consequences of job insecurity: A review on family-related outcomes. *Marriage & Family Review*, 53(8), 717–743.  
<https://doi.org/10.1080/01494929.2017.1283382>
- Melvin, M. & Taylor, M. P. (2009) The global financial crisis: Causes, threats and opportunities. Introduction and overview. *Journal of International Money and Finance*, 28(8), 1243–1245. <https://doi.org/10.1016/j.jimonfin.2009.08.002>
- Mullainathan, S. & Shafir, E. (2013) *Scarcity : why having too little means so much*. New York: Times Books, Henry Holt and Company.

- Nieminen, K. (2020) *Työpaikan lait ja työsuhteopas 2021* (19., uudistettu painos.). Alma Talent Oy.
- Nummenmaa, L., Holopainen, M., Pulkkinen, P. & Kimpimäki, K. (2019) *Tilastollisten menetelmien perusteet* (1.–5. painos.). Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Nummenmaa, T., Konttinen, R., Kuusinen, J. & Leskinen, E. (1997) *Tutkimusaineiston analyysi*. 1. p. Helsinki; WSOY.
- OECD (2010) *Measuring Globalisation: OECD Economic Globalisation Indicators 2010*, OECD Publishing, Paris, <https://doi.org/10.1787/9789264084360-en>.
- OECD (2014) *OECD Employment Outlook 2014*, OECD Publishing. [http://dx.doi.org/10.1787/empl\\_outlook-2014-en](http://dx.doi.org/10.1787/empl_outlook-2014-en)
- Padrosa, E., Vanroelen, C., Muntaner, C., Benach, J. & Julià, M. (2022) Precarious employment and mental health across European welfare states: a gender perspective. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 95(7), 1463–1480. <https://doi.org/10.1007/s00420-022-01839-7>
- Pförtner, T. K. (2023) The emergence of precarious employment as a determinant of health in Europe and the relevance of contextual factors: a critical research synthesis. *International Journal of Social Determinants of Health and Health Services*, 53(3), 266–281. <https://doi.org/10.1177/00207314221139797>
- Pyöriä, P. & Ojala, S. (2012) Työn prekarisaatio ja kasautuva epävarmuus. *Hallinnon tutkimus*, 31(3). Saatavilla: <https://journal.fi/hallinnontutkimus/article/view/99169>  
Viitattu 24.9.2024
- Pyöriä, P. & Ojala, S. (2016) Prekaarin palkkatyön yleisyys : liioitellaanko työelämän epävarmuutta?. *Sosiologia*, 53(1), 45–63. Saatavilla: <https://journal.fi/sosiologia/article/view/124220> Viitattu 9.1.2025
- Pärnänen, A. & Sutela, H. (2014) *Itsensätyöllistäjät Suomessa 2013*. Helsinki: Tilastokeskus, <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-244-514-8>
- Ray, T. K. & Pana-Cryan, R. (2021) Work flexibility and work-related well-being. *International journal of environmental research and public health*, 18(6), 3254. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063254>
- Schoukens, P. & Barrio, A. (2017). The changing concept of work: When does typical work become atypical?. *European Labour Law Journal*, 8(4), 306–332. <https://doi.org/10.1177/2031952517743871>
- Seedat, S. & Rondon, M.(2021) Women’s wellbeing and the burden of unpaid work. *BMJ*, 374, (n1972). <https://doi.org/10.1136/bmj.n1972>

- Seppänen, L., Käsälä, M., Immonen, J. & Alasoini, T. (2022) *Näkökulmia alustatyön reiluuteen: Reiluuden mallit alustatyössä -hankkeen loppuraportti*. Työterveyslaitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-391-017-1>
- Shah, A. K., Mullainathan, S. & Shafir, E. (2012) Some consequences of having too little. *Science*, 338(6107), 682–685. <https://doi.org/10.1126/science.1222426>
- Shamsi, M., Iakovleva, T., Olsen, E. & Bagozzi, R. P. (2021) Employees’ work-related well-being during COVID-19 pandemic: An integrated perspective of technology acceptance model and JD-R theory. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(22), 11888. <https://doi.org/10.3390/ijerph182211888>
- Siltala, J. & Otava, kustannusosakeyhtiö (2004) *Työelämän huonontumisen lyhyt historia : muutokset hyvinvointivaltioiden ajasta globaaliin hyperkilpailuun*. Helsingissä: Otava.
- Sloan, M. M. (2012) Unfair treatment in the workplace and worker well-being: The role of coworker support in a service work environment. *Work and Occupations*, 39(1), 3–34. <https://doi.org/10.1177/0730888411406555>
- Standing, G. (2011) *The precariat: the new dangerous class*. Bloomsbury Academic. <https://doi.org/10.5040/9781849664554>
- Sverke, M., Hellgren, J. & Näswall, K. (2002) No security: a meta-analysis and review of job insecurity and its consequences. *Journal of occupational health psychology*, 7(3), 242. <https://doi.org/10.1037/1076-8998.7.3.242>
- Thomson, R. M., Igelström, E., Purba, A. K., Shimonovich, M., Thomson, H., McCartney, G., Reeves, A., Leyland, A., Pearce, A. & Katikireddi, S. V. (2022) How do income changes impact on mental health and wellbeing for working-age adults? A systematic review and meta-analysis. *The Lancet Public Health*, 7(6), e515–e528. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(22\)00058-5](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(22)00058-5)
- Thurman, J.E. & Trah, G. (1990) Part-time work in international perspective. *International Labour Review*, 129, 23–36.
- Valkama, H. (2024) Neljän päivän työviikko pantiin kokeiluun – stressi väheni, tuottavuus kasvoi. Yle Uutiset 28.10.2024. Saatavilla: <https://yle.fi/a/74-20119756> Viitattu 20.1.2024
- Vyas, L. (2022) “New normal” at work in a post-COVID world: work–life balance and labor markets. *Policy and Society*, 41(1), 155–167. <https://doi.org/10.1093/polsoc/puab011>
- Walton, M. J. (2016) The shifting nature of work and its implications. *Industrial Law Journal*, 45(2), 111–130. <https://doi.org/10.1093/indlaw/dww014>

- Yoon, Y., Eisenstadt, M., Lereya, S. T. & Deighton, J. (2023) Gender difference in the change of adolescents' mental health and subjective wellbeing trajectories. *European child & adolescent psychiatry*, 32(9), 1569-1578. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01961-4>
- Äijö, E. (2019) Sanna Marin unelmoi neljän päivän työviikosta: ”Tänään ehkä utopiaa, tulevaisuudessa voi olla totta” – Talousviisaat tyrmänneet idean aiemmin. Yle Uutiset 19.8.2019. Saatavilla: <https://yle.fi/a/3-10928090> Viitattu 10.2.2025.
- Øvretveit, J. (2020) Afterword: impact of digitalization on employment and working conditions. Teoksessa A. Larsson & R. Teigland (toim.) *The digital transformation of labor*. Abingdon, Oxon: Routledge, 334–336.