

Voiko onnellisuutta mitata?

Anu Raijas

KULUTTAJATUTKIMUSKESKUS

8.4.2008



Esityksen rakenne

- Mitä onnellisuus on?
- Onnellisuuden mittaamisesta
- Onnellisuustutkimuksia
- Johtopäätökset

Mitä onnellisuus on?

- hyvän olon tunne
- oman elämän arvostaminen ja siitä nauttiminen
- pyrkimys tilan jatkuvuuteen

- lähikäsitteitä subjektiivinen hyvinvointi, elämään tyytyväisyys, elämänlaatu

Onnellisuuden dimensiot

- terveys
- perhe ja ihmissuhteet
- yhteisöön kuuluminen, hyväksyntä
- elämän mielekkyys
- toimeentulo

Onnellisuuden tutkiminen

- antiikin Kreikka, Aristoteles: ihmiset tavoittelevat onnellisuutta sen itsensä takia
- 1700-1800-luvuilla brittiläiset utilitaristit: hyödyn (onnellisuuden) maksimointi
- Kahneman: onnellisuutta voidaan mitata

Onnellisuuden objektiivinen mittaaminen

- Voiko onnellisuus olla objektiivinen ilmiö?
- Objektiivisia mittareita
 - ◆ aivotoiminnan mittaaminen, hymyilyn määrä
- Onnellisuuden puuttuminen näkyy tilastoissa: mielenterveysongelmat, avioerot, työuupumus, perheväkivalta, itsemurhat, rikollisuus

Surveyt

”Kaikki tekijät elämässäsi huomioon ottaen, oletko tällä hetkellä erittäin onnellinen - erittäin onneton?”

- itsearviointi ja läheisiltä kysyminen

Onnellisuustutkimusten tuloksia

- valtaosa vastaajista onnellisia (esim. Boelhower 1999; Diener ym. 1999)
- makrotason taloudellinen kasvu ollut nopeampaa kuin kansalaisten onnellisuuden lisääntyminen (Easterlin 1995)

Onnellisuus vaihtelee (Layard 2005)

- kulttuureittain
- toiminnoittain
- henkilöittäin
- vuorokaudenajoittain ja viikoppäivittäin
- ...

Onnellisuuteen vaikuttavat tekijät (Frey & Stutzer 2002)

- institutionaaliset tekijät
- sosiodemografiat
- taloudelliset tekijät
- persoonallisuus
- tilannetekijät

Onnellisuuteen vaikuttavat tekijät (Helliwell 2003, ref. Layard 2005)

- taloudelliset tekijät
- perhe
- terveys
- työ
- luottamus
- autonomia
- arvot

Ratkaistavia ongelmia onnellisuutta mitattaessa

- Fokus
 - ◆ kysymyksen muotoilu ('life as a whole')
 - ◆ myönteiset ja kielteiset seikat
 - ◆ käsitteen suhteellisuus
 - ◆ yksilön subjektiivinen näkemys
- Aika
 - ◆ nykyisyys, vertaaminen menneeseen/tulevaan
- Skaala
- Asteikko: Mikä on onnellisuuden mittayksikkö?
- Kv-vertailtavuus

Markku Ojaseen onnellisuusbarometri

- Mieliala
- Onnellisuus
- Optimismi ja toiveikkuus
- Rakkauden kokeminen
- Tyytyväisyys toimeentuloon
- Tyytyväisyys sukupuolielämään
- Tyytyväisyys työhön
- Turvallisuus

Eurobarometrit

- EU:n kyselytutkimus vuodesta 1974
- kansalaisten
 - ◆ sosiaaliset ja poliittiset mielipiteet
 - ◆ tyytyväisyys elämään ja koettu onnellisuus

Quality of Life in Europe

- vuonna 2003 eurooppalaisten elämänlaatua kartoittava tutkimus
- European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions
- Aineistossa mukana 25 EU-maata + Romania, Turkki, Bulgaria

Quality of Life in Europe

- Aihealueet: aineelliset olosuhteet, työllisyys, elämisen ja työssäkäynnin olosuhteet, elämä perheessä ja yhteisössä, terveys, asuminen ja paikallisympäristö
- Kansalaisten näkemykset omasta elämästä ja hyvinvoinnista sekä arviot yhteiskunnasta, jossa elävät
- Kansalaisten tyytyväisyys elämään ja onnellisuus asteikolla 1–10
 - ◆ tyytyväisyyden keskiarvo 7,1 ja onnellisuuden 7,5.

World Values Survey, WVS

- kansalaisten arvomaailma, asenteet ja elämäntilanne
- onnellisuus, elämän tavoitteet, tyytyväisyys elämään ja koettu mahdollisuus vaikuttaa oman elämän kulkuun
- perhe, avioituminen, koti sekä lasten hankkiminen ja kasvattaminen
- eri elämänaalueiden (perhe, työ ja vapaa-aika) tärkeys
- osallistuminen, luottamus, ennakkoluulot
- oman elämäntavan mahdolliset muutokset tulevaisuudessa

WVS:n tuloksia

80 prosenttia onnellisuuden vaihtelusta selittyy

- avioerojen yleisyydellä
- työttömyysasteella
- koetulla luottamuksella
- ei-uskonnollisten järjestöjen jäsenyydellä
- hallinnon laadulla
- uskonnollisuudella

Voiko onnellisuutta mitata?

Voi toki,
mutta...

Huomioon otettava

- Mitä sisältyy 'onnellisuuteen kaikkeen'?
- Onnellisuus ei ole vain lopputulos, vaan myös prosessi sen tavoittelemiseksi voi tuottaa onnellisuutta
- Pitäisikö onnellisuuden tason sijaan keskittyä tutkimaan onnellisuutta määritteleviä tekijöitä?
 - ◆ objektiivinen mittaaminen