

KANSAKUNNAN TOIVOT

- Mitkä seikat vaikuttavat toisen asteen opiskelijoiden onnellisuuteen?

Rauman lukio
22.10.2008
Halminen Olli
Heikola Aleks
Laakeristo Annika
Lehti Alina
Markkanen Maria
Seimelä Susanna
Silvennoinen Lisa
Sonne Eerika
Takalo Hanna
Vieno Tommi
Yli-Kauhaluoma Vilma

Sisältö

1 JOHDANTO	3
2 ONNELLISUUS KÄSITTEENÄ	4
3 AIKAISEMPI TUTKIMUS	7
4 TUTKIMUSONGELMAT JA -MENETELMÄT	9
4.1 Tutkimusongelmat	9
4.2 Tutkimusmenetelmät.....	9
4.3 Tutkittavat	11
5 TUTKIMUSTULOKSET	11
5.1 Tulosten analysoinnista.....	11
5.2 Mitä vastauksista selvisi?.....	12
6 YHTEENVETO	16
Kirjallisuus	18
Internetlähteet.....	18
Liite	19

1 JOHDANTO

Onnellisuudesta puhutaan ja jokainen meistä varmastikin pyrkii kokemaan sitä elämässään. Mutta mitä onnellisuus loppujen lopuksi on? Se on hyvin vaikea, abstrakti käsite johtuen sen subjektiivisuudesta. Yhdelle onnea voivat olla hyvät ihmissuhteet, toiselle menestyminen työssä ja kolmannelle taloudellinen vauraus. Onnellisuutta ei siis voi määritellä vain yhdellä tai kahdella sanalla, vaan se on meille jokaiselle erilaista ja ainutlaatuista. Kuitenkin jonkinlaisia universaaleja onnellisuuden osatekijöitä voidaan erottaa kuten läheiset ja mielekäs työnteko. Se, miten nämä käsitteet koetaan, on erilaista riippuen ihmisestä itsestään: erilaiset asiat tekevät esimerkiksi eri-ikäisistä onnellisen ja tyytyväisen elämäänsä. Lapselle onnea on vanhemman lämpö ja turva, kun taas vanhukselle onnea voi olla pelkkä selviytyminenkin omasta elämästään rajoittuneen toimintakyvyn kanssa.

Mikä sitten tekee meistä nykynuorista onnellisia? Voisivatko osatekijöinä olla ystävät, koulu, raha vai jokin muu meille nuorille läheinen ja jokapäiväinen asia? Me Rauman lukion psykologia 7- kurssin opiskelijat kiinnostuimme tästä tutkimusongelmasta, joka oikeastaan lähti sanomalehti Länsi-Suomen ideasta. Lisäksi tulevat kuntavaalit edesauttoivat aiheen valintaa, sillä eräs onnellisuuden tekijöistä voi olla asioihin vaikuttaminen, johon meillä toisen asteen opiskelijoillakin on mahdollisuuksia. Aihe oli meille kohtalaisen helppo ja mielekäs työstää, sillä se koskettaa juuri meidän ikäisiämme ja siten tuntuu läheiseltä. Olemme tehneet tutkimuksemme hyvin oma-aloitteisesti, opettajien vain hieman opastaessa. Tutkimus toteutettiin noin kolmen hengen ryhmänä, jokaisen ryhmän keskittyessä erilaisiin tehtäviin kuten kyselylomakkeen laadintaan ja tulosten laskemiseen. Onnellisuuden käsitettä olemme pohtineet aikaisempien tutkimusten ja tutkijoiden tulosten valossa, jotka ovat antaneet meille alkupotkun oman tutkimuksemme toteutukseen. Tutkimuksemme ei myöskään ole pelkästään raumalaisten kesken tehty: siihen on osallistunut nuoria myös lähikunnasta, kiitokset heille!

Toivottavasti mielenkiinto tutkimustamme kohtaan välittyy myös lukijoille. Erityisen mielenkiintoista on verrata eri kuntia keskenään ja seurata, miten

hyvin tulokset vastaavat ennakko-odotuksia. Onnellisuutemme osatekijöitä ei kaikesta työstä huolimatta voida täysin selvittää, mutta joitakin keinoja sen tutkimiseen kuitenkin on olemassa, kuten olemme todistaneet. Onneamme emme voi siis täysin kätkeäkään, vaikka vanha suomalainen sanonta niin väittääkin.

2 ONNELLISUUS KÄSITTEENÄ

Kautta historian ovat niin filosofit, psykologit, kuin muutkin ihmiset etsineet vastausta kysymykseen: mitä onnellisuus on?

Onnellisuuden tutkijat ovat kuitenkin törmänneet kerta toisensa jälkeen onnellisuuden määrittämisen ongelmaan. Onnellisuus on hyvin laaja käsite, se kattaa monta ulottuvuutta ja sen eksakti määrittelemine onkin lähes mahdotonta. Onnellisuus tarkoittaa myös eri ihmisille eri asioita. Toinen pitää tärkeimpänä onnellisuuden tekijänä perhettä, toinen vaikkapa itsensä toteuttamista. Ehkä onnellisuutta ei ole tarkoitettukaan yhteen muottiin valettavaksi, vaan se on äärimmäisen henkilökohtainen, monipuolinen kokemus.

Onnellisuus liitetään usein hyvään. Hyvä on kuitenkin erilainen erilaisissa yhteyksissä. Lääketieteessä hyvä on terveys, rakennustaidossa hyvä on ehjä talo ja niin edelleen. Onnellisuus on kuitenkin hyvä itsessään, ja ihminen tavoittelee onnellisuutta sen itsensä takia. Sanomme usein parasta täydelliseksi. Onnellisuus on ihmisen paras päämäärä, sillä kuten toiset päämäärät, (raha, materia, hyvä työ) onnellisuus ei tarvitse mitään muuta täydellisyyden saavuttamiseksi. Onnellisuus on täydellistä itsessään ja juuri siksi jokaisen ihmisen lopullinen ja paras päämäärä. Onnellisuus on usein itsestäänselvyytensä suurin hyvä, ja siksi onkin tärkeää tarkastella, että mitä onnellisuus loppujen lopuksi on. (Aristoteles 1989, 16–19.)

Siksi kysytään myös, että miten onnellisuus saavutetaan? Saavutetaanko se oppimalla, totuttautumalla, harjoittelemalla, vai kenties jonkin jumalallisen, kenties kohtalon johdattamana? Monien näkemyksien mukaan onnellisuus on yleisesti saavutettavissa ja kaikkien ulottuvilla, sillä kaikki paitsi ne, jotka

ovat tulleet täysin kyvyttömiksi, voivat saada onnellisuuden harjoituksen ja oppimisen kautta. Mutta jos on parempi olla onnellinen harjoittelun kuin sattuman kautta, on syytä uskoa että näin on todellisuudessaakin, sillä kaikki mikä tulee harjoittelun ja taidon kautta tapahtuu parhaalla mahdollisella tavalla. Onnellisuutta ei kuitenkaan voi saavuttaa ilman ulkoisia tekijöitä ja hyveellisyyttä, jotka johdattavat ihmisen täydelliseen onnellisuuteen. Näitä ovat esimerkiksi läheisten hyvinvointi, henkilökohtainen menestys ja sankaruus. (Aristoteles 1989, 16–19.)

Paitsi filosofialle, onnellisuuden käsitteen monipuolisuuden vuoksi sen selvittämisen voidaan katsovan myös psykologian tieteenalueelle. Kuuluisilla psykologeilla on lähes jokaisella ollut mielipiteensä onnellisuudesta ja etenkin siihen johtavista tekijöistä.

Suomessa onnellisuuden asiantuntijana voidaan pitää psykologian professori Markku Ojasta Tampereen yliopistosta. Onni on hyvänolontunne, kokemus mutta toisaalta taas positiivinen taannehtiva arvio omasta elämästä. Onni ei ole suppeaa, vaan se on kokonaisvaltaista johon liittyy myös muita tunteita. Onnellinen ihminen ei tarvitse elämäänsä lisäyksiä, vaan hän on tyytyväinen nykytilaansa. Onneen liittyy myös toive tunteen jatkuvuudesta. (www.markkuojanen.com) Ojanen määrittelee käsitteen ”onni”, mutta määrittystä käsitteelle ”onnellisuus” ei löydy hänen kotisivuiltaan. Voidaanko termit ”onni” ja ”onnellisuus” siis pitää samana asiana vai tarkoittavatko ne kahta eri asiaa? Onni mielletään usein tunteeksi, ohimeneväksi mielihyvän tilaksi, kun taas onnellisuus nähdään kokonaisvaltaisempana ja hallitsevampana, eikä sitä yleensä määritellä tunteeksi.

Onnellisuus ei ole yksiselitteinen ilmiö, vaan siihen liittyy monia asioita, kokemuksia ja tuntemuksia. Onnellisuus on ihmisen tavoite, joka pyritään ylläpitämään ja jota ei missään nimessä vältellä. Siihen liittyy mielihyvän tunne, huippukokemukset ja hallinnan kokemukset. Onnellisuus voikin pursuta elämänhallinnasta. Motivaatio ja hallinnantunne puolestaan vahvistuvat onnellisuuden kautta. Ihmisen minäkuva ja itsetunto ovat myös tärkeässä roolissa onnellisuuteen pyrittäessä. Ilman itsemme hyväksyntää

emme luonnollisestikaan voi saavuttaa täyttä onnellisuutta. Minän eheys yhteydessä suotuisiin ulkoisiin tekijöihin luovat meille oivat mahdollisuudet onnellisuutemme kehitykselle. (Lagerspetz 2000, 120–126.)

Onnellisuus voi tarkoittaa hyvinkin eri asioita eri ikäisille ihmisille. Tässä tutkimuksessa olemme pyrkineet keskittymään nimenomaan nuorten, toisen asteen opiskelijoiden onnellisuuteen vaikuttaviin seikkoihin ja heidän käsitykseensä onnellisuudesta.

Aikuisille onnellisuus on sidoksissa heidän elämänsä kehitykseen. Elämällä tulee olla kehittyvä suunta, parempi huomina, jokin aikuisen itse luoma sisäinen suunnitelma. Onnellisuuden tulee myös kestää aikuiselämän siirtymävaiheet vanhuutta lähestyessä. Aikuiselle tärkeää on itseään toteuttava, luova toiminta, josta saadaan kenties tiedostamatonta onnellisuutta. Onnellisuus on harvoin pysyvää, se voi kadota yhtä nopeasti kuin se on tullutkin. (Perttula 2001, 134–168.)

Onnellisuutta käsitellään usein arkikielessä, ihmiset keskustelevat onnellisuudestaan, onnellisuuden arvoitus näkyy medioissa ja internetissä, kaduilla ja kabineteissa. Kun kysytään, mitä onnellisuus käsitteenä tarkoittaa, menevät kieleemme usein solmuun. Onnellisuus onkin äärimmäisen henkilökohtainen asia, emme voi sanoa toiselle mikä hänet tekee onnelliseksi, sen tietää vai henkilö itse. Yleensä esiin tulevat elämänarvot, kuten terveys, perhe ja ystävät, mutta emme voi tietenkään olettaa että nämä asiat kuuluvat jokaisen käsitykseen onnellisuudesta

Ulkoisten ympäristötekijöiden vaikutusta yksilön onnellisuuden määrään ei myöskään sovi ylikorostaa. Tutkimuksilla saadut tulokset osoittavat, että köyhissä oloissa elävät ihmiset ovat keskimäärin lähes yhtä onnellisia kuin vauraudessa elävät. Esimerkiksi suomessa on väkilukuun suhteutettuna korkeampi itsemurhaprosentti kuin monessa kehitysmaassa.

Siksi tulevaisuudessa olisikin tärkeää panostaa myös positiivisen psykologian tutkimuksiin. Hektisessä informaatioyhteiskunnassa myös nuorten kestokyky

on äärimmillään ja onnellisuustutkimuksesta voimmekin löytää avaimia helpottamaan myös nuorten jaksamista.

3 AIKAISEMPI TUTKIMUS

Onnellisuuden tutkimus on vielä nuorta Suomessa. Tutkimusten tekemistä vaikeuttaa se, että onnellisuuden käsitettä on hankala määritellä. Myöskään ihmisten onnellisuus ei varsinaisesti ole vertailukelpoista, sillä emme pysty mittaamaan onnellisuuden tasoa objektiivisesti.

Kirsti Lagerspetz esittää kirjassaan *Mitä tulee mieleen. Psykologin esseitä* (2000) huomion, jonka mukaan kielteisiä tunteita on analysoitu ja tutkittu paljon myönteisiä enemmän. Yksi syy tutkimuksen kiinnostukseen kielteisiä tunteita kohtaan on tietysti ollut tarve tutkia mielenterveyden häiriöitä (Lagerspetz 2000, 129). Lagerspetz esittää kirjassaan myös, että kielteisten tunteiden tutkiminen on tarpeellista, jotta niitä opittaisiin paremmin hallitsemaan.

Onnellisuuden pohdinnalla on kuitenkin pitkä historia. Sitä ovat miettineet muiden muassa Platon ja Aristoteles. He näkivät onnen perustuvan ainakin hyveiden noudattamiseen. Myös muiden kirjoittamia artikkeleita, kirjoja ynnä muuta aineistoa on runsaasti saatavilla. Tästä syystä onkin vaikea erottaa vakavasti otettavat tieteelliset tutkimukset viihdeperäisistä kirjoituksista.

Onnellisuudesta on kirjoitettu lukuisia kirjoja. Esimerkiksi Kari Narsin kirjassa *Raha ja onni* (2006) kyselyt osoittava, että Suomen kansa on elänyt onnellisuutensa kukkuloilla 1900-luvun alkupuoliskolla ja ollut onnettomin vuonna 1992, jolloin Suomessa oli lama. (Terve vaan!, 11/2006).

Ulkoisten ympäristötekijöiden, kuten rahan, vaikutuksesta onnellisuuteen ollaan oltu varsin kiinnostuneita. Kansantaloustieteilijät Tatu Hirvonen ja Esa Mangeloja ovat tutkineet onnellisuuden ja talouden yhteyttä. Tutkimus suomalaisista lottovoittajista kertoo sen, että arkeen lottovoitto vaikuttaa varsin vähän. Hirvosen ja Mangelojan mukaan ensimmäiseksi voitto tuottaa

niin sanotun onnellisuuspiikin, jolloin lottovoittajat ovat olleet verrattain onnellisia. Kuitenkin jos lottovoittajalta kysytään muutaman kuukauden jälkeen onnen tunteesta, on onnellisuustaso palautunut samaksi kuin ennen voittoa. (<http://www.yle.fi/>.)

Cambridgen yliopiston tutkijat ovat tehneet tutkimuksen Euroopan onnellisimmasta kansasta (<http://www.hs.fi>), jonka mukaan suomalaiset ovat Euroopan toiseksi onnellisin kansa. Tutkimusta varten haastateltiin melkein 20 000 ihmistä viidessätoista EU-maassa vuonna 2004 (Helsingin sanomat, 2007). Myös suuntaa-antavan Iltä-Sanomien tutkimuksen mukaan Suomi kuuluu maailman kymmenen onnellisimman kansakunnan joukkoon (Iltä-Sanomat, 2006).

Lapin yliopiston psykologian professori Juha Perttula kirjassaan *Mitä onni on?* (2001) pohtii suomalaisten aikuisten onnellisuutta. Kirjassaan Perttula kertoo, että hänen kirjansa lähtöpisteenä toimivat hänen Lapsesta aikuiseksi -väitöskirjansa tulokset. Väitöskirja on tehty Lapsesta aikuiseksi - tutkimusprojektissa, joka on akatemiaprofessori Lea Pulkkinen johtama pitkittäistutkimus (Perttula 2001, 7). Vuodesta 1968 alkanut seurantatutkimus kansakoulun toisluokkalaisten varttumisesta aikuisiksi on kansainvälisestikin ainutlaatuinen. Satojen 36-vuotiaiden elämäntyylien vertaaminen vuosikymmenien aikana kertyneeseen aineistoon antaa kattavan ja monipuolisen kuvan elämänkaaren kehittymisestä. (<http://www.jyu.fi>.)

Tampereen yliopiston psykologian professori Markku Ojanen on tehnyt lomaketutkimuksen Tekniikan maailma -lehdelle vuonna 1999 (<http://www.markkuojanen.com>). Hän on pohtinut suomalaisen aikuisen onnellisuutta muun muassa kirjassaan *Onnen etsijät* (2004). Onnellisuutta käsittelevien tietojen takia Ojanen tunnetaankin yleisesti "onnellisuusprofessorina". Ojanen on myös laatinut MTV3:lle onnellisuusbarometrin, joka kuvaa suomalaisten hyvinvointia. Hänen kokonaisvaltaisten arvioidensa keskiarvot ovat yleensä olleet yli 70 prosenttia (<http://www.markkuojanen.com>).

Aikaisempiin tutkimuksiin perehtyneinä ja niistä kiinnostuneina olemme päättäneet tehdä oman tutkimuksemme toisen asteen opiskelijoiden onnellisuudesta. Vaikka onnellisuutta on pohdittu läpi historian sekä myöhemmin myös tutkittu, nuorten onnellisuus ja heidät onnelliseksi tekevät seikat ovat jääneet varsin vähälle huomiolle. Tästä syystä olemmekin valinneet tutkimuskohteeksemme nuorten onnellisuuden.

4 TUTKIMUSONGELMAT JA -MENETELMÄT

4.1 Tutkimusongelmat

Tutkimusongelmaa ratkomaan lähtiessä, tulee ottaa selvää onko aihetta tutkittu ennen. Valitsimme aiheeksi nuorten onnellisuuden. Nuorten onnellisuutta ei ole kovin paljon tutkittu aiemmin, vaikka onnellisuutta yleisesti on tutkittu jonkin verran. Koska olemme itse lukiolaisia, halusimme tutkia ikäistemme onnellisuutta. Siksi päätimme rajata tutkittavamme toisen asteen opiskelijoihin, eli lukiolaisiin ja ammattikoululaisiin. Tutkimusongelman muotoilimme muotoon ” Mitkä seikat tekevät toisen asteen opiskelijat onnelliseksi?”

4.2 Tutkimusmenetelmät

Survey-tutkimus eli kysely on hyvä keino tavoittaa nopeasti laajojakin ihmisjoukkoja. Englanninkielinen termi survey tarkoittaa sellaisia kyselyn, haastattelun ja havainnoinnin muotoja, joissa aineistoa kerätään standardoidusti ja joissa koehenkilöt muodostavat otoksen tai näytteen tietystä perusjoukosta. (Hirsjärvi 2007, 189.) Standardoituus tarkoittaa sitä, että asiaa on kysyttävä kaikilta vastaajilta täsmälleen samalla tavalla. Niin kvalitatiivisessa kuin kvantitatiivisessakin tutkimuksessa tutkija voi olla etäällä tutkittavasta tai lähellä heitä. Kvalitatiivinen tutkimus ei siis välttämättä merkitse läheistä kontaktia tutkittaviin, vaikka usein ehkä niin esitetään. (Hirsjärvi 2007, 190.) Meidän tutkimuksemme on pääosin kvantitatiivinen tutkimus, mutta toisaalta se on osittain kvalitatiivinen, koska se sisältää myös

avoimia kysymyksiä. Tällaisella tutkimuksella on sekä hyviä että huonoja puolia. Sen etuna pidetään usein sitä, että sen avulla saadaan kerättyä laaja tutkimusaineisto, sillä tällöin tutkimukseen saadaan helpommin useampi vastaaja. Se on myös sillä tapaa tehokas, että se säästää tutkijan aikaa. Jos lomake on suunniteltu huolellisesti, aineisto voidaan nopeasti käsitellä tallennettuun muotoon ja analysoida se tietokoneen avulla. (Hirsjärvi 2007, 190.) Sen haittapuolina pidetään muun muassa aineiston pinnallisuutta ja teoreettista vaatimattomuutta. (Hirsjärvi 2007, 191.) On myös vaikea varmistua siitä, että vastaajat ovat vastanneet huolellisesti ja rehellisesti, eli ovatko he suhtautuneet kyselyyn vakavasti. Myös väärinymmärrysten määrä voi olla suuri, mikäli kysymykset ovat olleet hiukankaan epäonnistuneita. Myös se voi aiheuttaa vääristymiä testituloksiin, jos tutkittavat eivät ole aiemmin perehtyneet tutkittavaan asiaan eikä heillä ole ennakkotietoa, jolloin he vastaavat kysymyksiin lähinnä sen perusteella mikä vaihtoehto kuulostaa heidän korvissaan parhaimmalta. Tällöin vastaus ei aina ole realistinen. Näitä ongelmia on pyritty välttämään tutkimuksessamme niin, että kysymysten laadintavaiheessa kysymyksiin on käytetty aikaa ja ne on pyritty muotoilemaan niin selkeästi että väärinymmärryksiä ei tule. Käytimme myös ns. pilot-tutkimusta, eli annoimme muutamien henkilöiden täyttää ja arvioida lomakkeen.

Kyselylomake koostuu avoimista sekä suljetuista kysymyksistä. Suljetuissa kysymyksissä on annettu selkeät vastausvaihtoehdot. Jokaisessa suljetussa kysymyksessä vastaajan tulee valita vain yksi vaihtoehto, ellei kysymyksessä ole erikseen mainittu, että tulee valita useampi vaihtoehto. Avoimissa kysymyksissä tarkoituksena on, että tutkittava vastaa omin sanoin oman näkemyksensä asiaan. Avoimet kysymykset ovat siksi hyviä, että suljetuissa kysymyksissä saattaa olla välillä vaikea löytää itselleen sopivaa vaihtoehtoa. Avoimet kysymykset antavat myös suljettuja kysymyksiä syvällisempää tietoa. Myös avoimissa kysymyksissä on heikkoutensa, sillä tutkittava ei aina uskalla vastata niihin rehellisesti, koska hän ajattelee liikaa sitä, että mitä muut ajattelevat hänen vastauksistaan. Yleensä lomaketutkimuksessa lomakkeisiin vastataan nimettömästi. Myös meidän tutkimuksessamme tutkittavat ovat vastanneet tutkimuksiin anonyymisti.

4.3 Tutkittavat

Tutkittavaksi valitsimme toisen asteen opiskelijoita, niin lukiolaisia kuin ammattikoululaisiakin. Tutkimukseen vastasi sekä raumalaisia opiskelijoita että opiskelijoita myös naapurikunnistamme. Tutkittavia oli Rauman lisäksi Laitilan, Euran, Eurajoen, Säskylän, Kiukaisten ja Harjavallan lukioista. Myös Rauman ammattiopisto oli mukana. Tutkimusotos oli verraten suuri, sillä analysoitavia lomakkeita oli lopulta 405 kappaletta.

5 TUTKIMUSTULOKSET

5.1 Tulosten analysoinnista

Ryhmämme työ alkoi vasta sen jälkeen, kun ensimmäiset lomakkeet oli saatu takaisin vastaajilta. Lomakepinot jaettiin ryhmäläisille, ja jokainen näpytteli yksi lomake kerrallaan kaikki vastaukset taulukkolaskentaohjelmaan.

Lomakkeita palautettiin yhteensä reilut 400, joista 405 lopulta hyväksyttiin tutkimukseen. Ne lomakkeet, joista puuttuivat vastaajan kotikunta tai erittäin paljon muita tietoja, poistettiin kyselystä. Viimeiset lomakkeet saapuivat koulullemme maanantaina 21.9. Seuraavana päivänä käynnistyi Kauhajoen ampumavälikohtaus. Tämä antoi tutkimukselle mielenkiintoisen näkökulman, kun tarkasteltiin turvallisuuden vaikutusta onnellisuuteen.

Lomakkeiden tietojen siirtäminen tietokoneelle oli varsin työlästä. Tehtävän vaivalloisuudesta kertoo se, että jokaisesta lomakkeesta poimittiin taulukkoon 25 erillistä tietoa. Näin ollen erillisiä soluja tuli näpyteltäväksi yhteensä 10125.

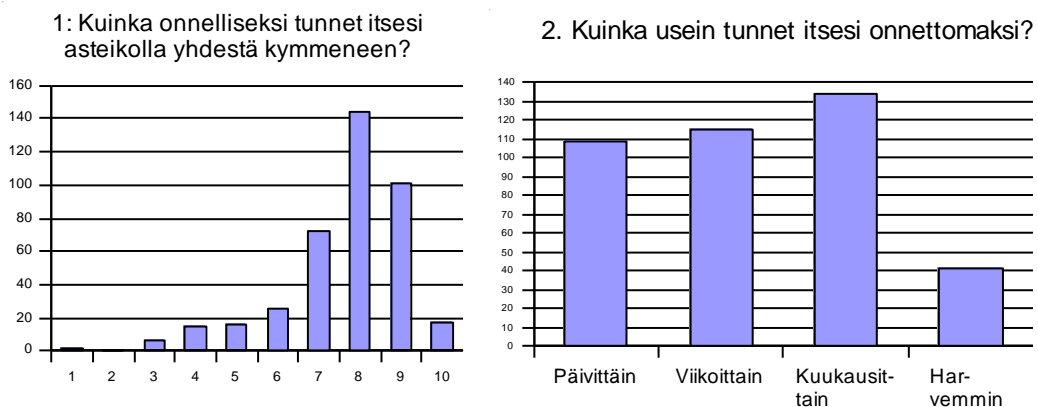
Kun tämä urakka oli saatu päätökseen, alkoi varsinainen analyysiosuus: Laskimme jokaisen vastauksen keskiarvon, keskihajonnan, moodin eli yleisimmän vastauksen, mediaanin sekä laadimme laajan korrelaatiotaulukon, josta näimme, mitkä arvot olivat keskenään riippuvaisia.

Tutkimme myös ns. T-testin avulla, että mikä olisi huomattava korrelaatio. Lisäksi teimme erilaisia kuntakohtaisia tutkimuksia, esim. tarkastelimme eri kuntien onnellisuuden keskiarvoja.

Tutkimuksessa huomasimme muutamia kohtia, joita voisi vielä hioa, ja siksi onkin suunnitteilla vielä yksi jatkotutkimus, jossa nämä kohdat olisi otettu huomioon.

5.2 Mitä vastauksista selvisi?

Satakuntalaiset toisen asteen opiskelijat ovat onnellisia. Tutkimuslomakkeeseen vastanneen 405 opiskelijan onnellisuus vastaushetkellä oli keskiarvoltaan 7,63 (asteikolla 1-10) ja yleisin vastaus oli 8 (taulukko 1). Kuntien, ikäryhmien, sukupuolen ja oppilaitosten välillä ei onnellisuusluvuissa ollut merkittäviä eroavaisuuksia toisiinsa nähden.



Suomalainen matematiikkalehti Solmu kirjoitti numerossaan 2/2008 Euroopan yhteiskuntatutkimuksen tekemästä tutkimuksesta, ja esitti siihen perustuvan kaavion, jossa 18-vuotiaiden suomalaisten keskionnellisuus olisi hieman kahdeksan päälle asteikolla 0-10. Saamallamme keskiarvolla ei ole mainittavaa eroa siihen.

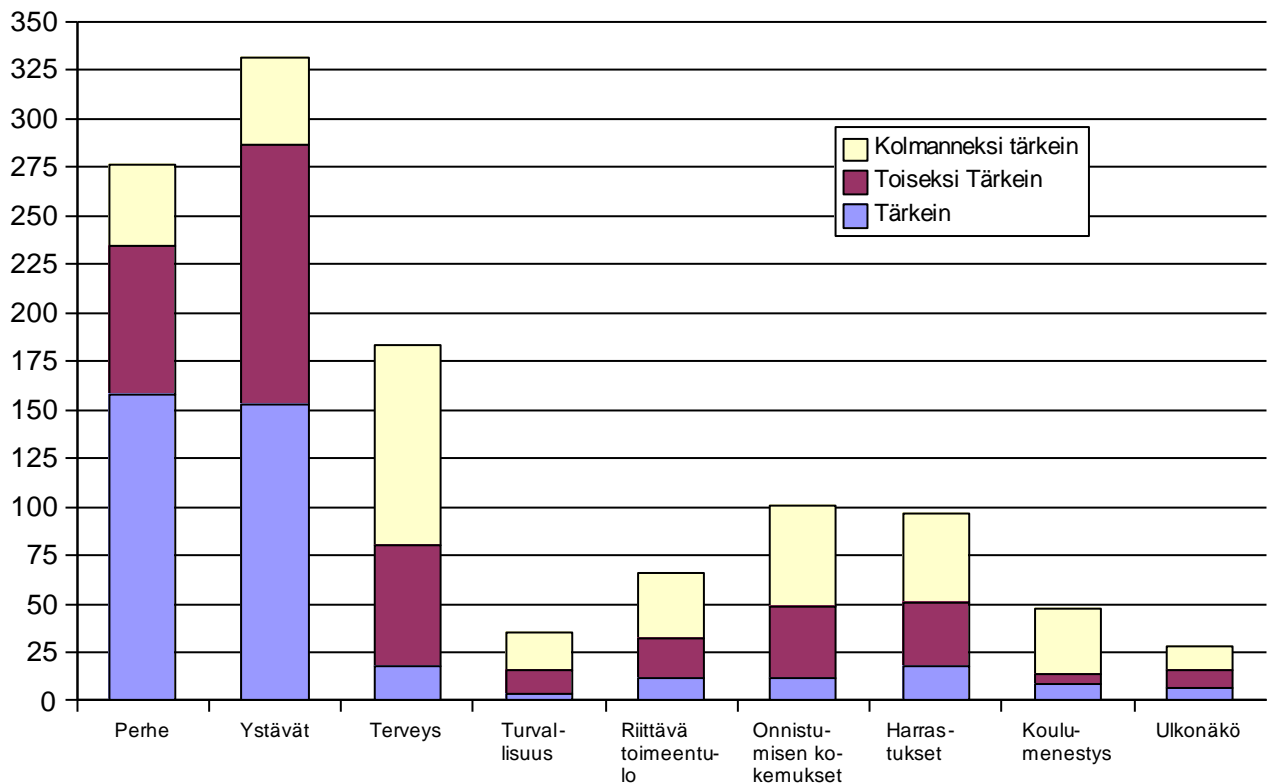
Huolimatta siitä, että vastaajat kokivat olevansa onnellisia, tunsu suurin osa heistä (223) olevansa onnettomia viikoittain tai päivittäin (taulukko 2). Se, että jokainen yksilö määrittää omaa onnellisuuttaan ja onnettomuuttaan eri tavoin,

hankaloittaa johtopäätösten ja yleistysten tekemistä siitä, kuinka onnellisia tai onnettomia ihmiset ovat. Toinen käsittää onnettomuuden tunteen pieneksi ja hetkelliseksi mielialan vaihteluksi ja toinen taas pahaksi masennukseksi.

lällä, sukupuolella tai oppilaitoksella ei ollut yhteyttä siihen, kuinka usein vastaaja koki itsensä onnettomaksi, mutta kunnan koolla oli merkitystä. Pienimmissä kunnissa asuvat kokivat itsensä useammin onnettomiksi, kuin suuremmissa kunnissa asuvat. Tämä saattaa johtua siitä, että usein pienimmissä kunnissa on vähemmän nuorille aktiviteettimahdollisuuksia ja nuorille suunnattuja tapahtumia. Syyt tosin jäävät tutkijoiden omien arvailujen varaan.

Vastaajia pyydettiin arvioimaan, kuinka paljon lomakkeessa mainitut yhdeksän asiaa: perhe, ystävät, terveys, turvallisuus, riittävä toimeentulo, onnistumisen kokemukset, harrastukset, koulumenestys ja ulkonäkö vaikuttavat myönteisesti heidän onnellisuuteensa. Lisäksi kolme tärkeintä asiaa piti numeroida järjestykseen. Perheen koettiin olevan tärkein tekijä

3: Tärkeimmät arvot



(taulukko3), mutta kokonaismäärältään suurin kolmen tärkeimmän tekijän joukossa oli ystävät. Terveys oli kolmas yleisesti tärkeimmäksi koettu (taulukko 3).

Tulee huomioida, että kysely toteutettiin ennen Kauhajoen tragediaa. Jos onnellisuuteen vaikuttavia tekijöitä olisi rankattu tapahtumien jälkeen, olisi turvallisuus ehkä noussut tärkeämmäksi kuin nyt (taulukko 3).

Käyttämällämme kyselylomakkeella oli mahdoton saada täysin selville, mitkä kaikki tekijät ovat toisen asteen opiskelijan onnellisuuteen suuresti vaikuttavia: jos vastaaja koki esimerkiksi lemmikkieläinten vaikuttavan suuresti onnellisuuteensa, ei hän olisi välttämättä huomannut kirjata tekijää avokysymykseen, jossa tärkeäksi kokemiaan listasta puuttuneita tekijöitä sai luetella.

Avokysymyksessä (kysymys nro 4) ei noussut esiin mitään tekijää, joka olisi toistunut kovinkaan monen opiskelijan vastauksessa. Tehtävän 3 listasta puuttuneita onnellisuuteen myönteisesti vaikuttaneita tekijöitä katsottiin olevan mm. usko, eläimet, parisuhde, ympäristö, seksi, vapaa-aika, elämä, positiivisen palautteen vastaanottaminen, huomionosoitukset, koti, luonto, musiikki, ruoka ja rakkaus.

405 vastaajasta reilu neljännes (105) ilmoitti seurustelevansa vakituisesti. Vakituisen parisuhteen myönteistä merkitystä arvioitiin asteikolla 1-5. Yleisin vastaus oli 5 ja keskiarvo 4,5. Korrelaatio myönteiseksi koetun parisuhteen ja vastaushetken onnellisuuden välillä oli yksi tutkimuksen merkitsevimmistä (0,5; erittäin merkitsevän korrelaation raja 0,17)

Kyselyyn vastanneista 145 opiskelijaa ilmoitti käyttävänsä päihteitä. Päihteiden käytöllä ei ollut merkittävää vaikutusta onnellisuuteen (taulukko 4) negatiivisessa eikä positiivisessa mielessä. Kysymyksen vastausvaihtoehdot eivät olleet tarpeeksi laajoja, sillä jos oma päihteiden käyttö vaikuttaa negatiivisessa merkityksessä onnellisuuteen, ei sitä pysty vastauksessa ilmaisemaan niin selkeästi, kuin pitäisi. Tämä tullaan ottamaan huomioon

jatkotutkimuksissa.

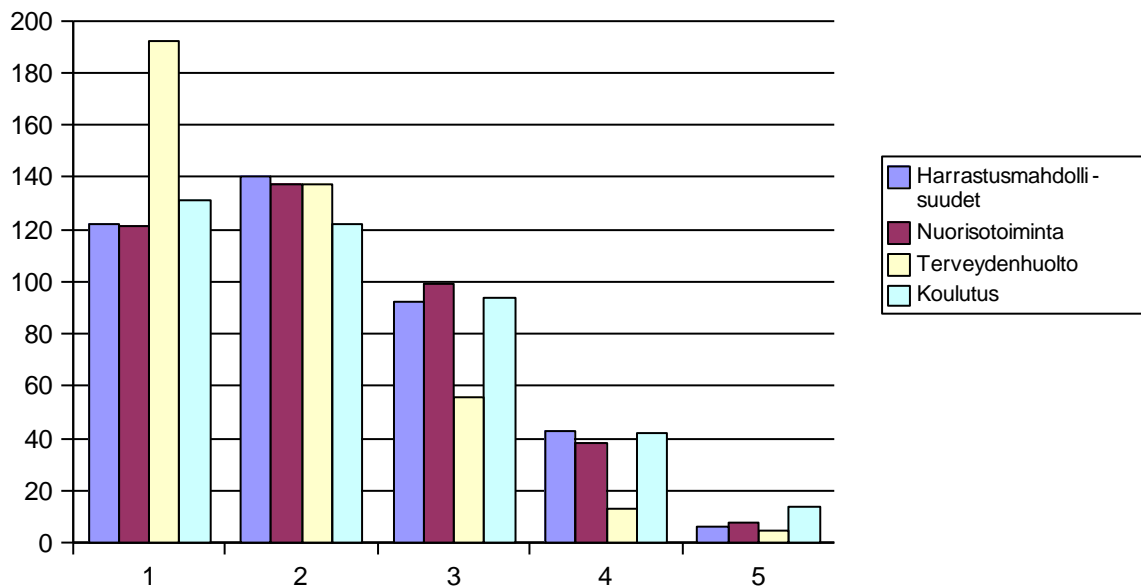


Tutkimukseen osallistuneet nuoret kokivat hyvin tärkeäksi vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. Asteikolla 1-5 vastaajien keskiarvo oli 4,37. Itseä koskevat asiat asettuvat monen päässä eri mittakaavoihin, toinen haluaa vaikuttaa kotonaan ja toinen kuntatasolla, mutta kuitenkin itseä koskeviin asioihin halutaan jollain tavalla vaikuttaa.

Vastaajan asuinkunnan koosta, iästä, sukupuolesta tai oppilaitoksesta riippumatta suurin osa nuorista (kaavio 5) ei kuitenkaan kokenut pystyvänsä vaikuttamaan lomakkeeseen listattuihin asioihin, harrastusmahdollisuuksiin, nuorisotoimintaan, terveydenhuoltoon ja koulutukseen omassa kunnassa, vaikka vaikuttamisen halu on suuri. Ne vastaajat, jotka kokivat voivansa vaikuttaa johonkin mainittuun tekijään, kokivat voivansa vaikuttaa kaikkiin.

Terveydenhuoltoon koettiin pystyvän vaikuttamaan erityisen vähän, mikä on melko ymmärrettävää, sillä se ei ole nuorten elämään yhtä kiinteästi kuuluva asia kuin muut kysymyksessä mainitut.

5: Kuinka paljon koet voitasi vaikuttaa seuraaviin asioihin kunnassasi?



Avokysymyksissä opiskelijat saivat listata asioita, joihin he halusivat omassa kunnassaan vaikuttaa enemmän. Yleisimmät vastaukset koskivat puuttumista harrastusmahdollisuuksien vähyteen. Myös nuortentilojen määrään, sosiaaliapuun, koulupäivän alkamiseen, kauppojen aukioloaikoihin, koulu- ja muuhun terveydenhuoltoon, kunnan kehittämiseen, linja-autoyhteyksiin, nuorisotoimintaan, palvelujen saatavuuteen, liikuntamahdollisuuksiin, nuortentapahtumiin, nuorten kuunteluun, nuorisotoimintaan, kulttuuritoimintaan, kuntaliitoksiin, koulutukseen ja yleiseen palvelutarjontaan löytyi halukkaita vaikuttajia.

6 YHTEENVETO

Toisen asteen opiskelijat ovat keskimääräisesti onnellisia. Perhe, ystävät ja terveys ovat tärkeimpiä seikkoja, jotka tekevät opiskelijan onnelliseksi. Myös seurustelusuhde vaikuttaa onnellisuuteen myönteisesti. Kuntien välillä ei ollut suuria eroavaisuuksia: eri kuntien opiskelijat ovat keskimääräisesti yhtä onnellisia. Opiskelijat halusivat vaikuttaa kuntakohtaisiin päätöksiin enemmän, erityisesti nuorille kohdistettuja harrastusmahdollisuuksia ja

nuorisotoimintaa saisi olla enemmän.

Toisen asteen opiskelijat määrittelevät onnellisuuden usein kehon ja mielen tasapainona, mikään ei paina mieltä, läheiset ottavat huomioon ja ovat tyytyväisiä omaan elämäntilanteeseensa.

Jatkamme tutkimusta syventämällä kyselyä kvalitatiivisilla menetelmillä, koulukohtaisilla haastatteluilla ja kysymyksien laajentamisella. Eri kuntien toisen asteen opiskelupaikoilla voisi järjestää muun muassa laajakohtaista haastattelua ja myös kuraattorien ja opinto-ohjaajien kanssa keskustelua oppilaiden onnellisuudesta. Samankaltaisen kyselyn järjestämistä voisi tehdä myös koulujen opettajille. Täten saisimme laajemmat tulokset onnellisuudesta iän opetusmenetelmät vaikuttavat oppilaisiin.

Tutkimuslomaketta olisi voinut myös laajentaa yksityiskohtaisemmilla kysymyksillä, tutkia esimerkiksi opiskelumenestyksen suhdetta onnellisuuteen. Täytyy myös ottaa huomioon kvalitatiivisen ja kvantitatiivisen tutkimuksen erot: olisiko kvalitatiivisilla menetelmillä saatu laajempaa näkökantaa asiayhteyteen. Myös pienellä otannalla tutkimuskohteiden (oppilaiden) ryhmähaastattelu olisi voinut olla hyödyllistä. Tällaisia keinoja otamme käyttöön seuraavassa tutkimuksessa.

Kirjallisuus

Aristoteles

1989 *Nikomakhoksen etiikka* 16-19 Gaudeamus oy: Helsinki

Hirsjärvi Sirkka

2007 *Tutki ja kirjoita* Kustannusyhtiö Tammi: Helsinki

Lagerspetz Kirsti

2000 *Mitä tulee mieleen* psykologin esseitä 120-126 Tammi: Helsinki

Ojanen Markku

2004 *Onnen etsijät* Gummerus kirjapaino oy: Jyväskylä

Perttula Juha

2001 *Olenko onnellinen?* 134-168 Ps-kustannus : Jyväskylä

Internetlähteet

<http://fi.wikipedia.org/wiki/Onnellisuus#Onnellisuustutkimukset>

<http://www.hs.fi/kotimaa/artikkeli/Tutkimus+Suomalaiset+Euroopan+toiseksi+onnellisin+kansa/1135226630185?ref=rss>

http://www.jyu.fi/ytk/laitokset/psykologia/Tutkimus/laku/lapsesta_aikuiseksi

<http://markkuojanen.com/sivut/psykologia/onnellisuus/kysymyksiE4-ja-vastauksia.php>

<http://markkuojanen.com/sivut/psykologia/onnellisuus/tm-hyvinvointikysely.php>

http://www.yle.fi/genreportaalit/portaali.php?genre=terveys&osannimi=ajassa_yhteiskunta&jutunid=7787

Liite

ONNELLISUUSTUTKIMUS

Olemme Rauman lukion opiskelijoita ja teemme tutkimusta toisen asteen opiskelijoiden onnellisuudesta.

Vastauksesi käsitellään nimettömänä.

Kaikki lomakkeet ovat meille tärkeitä, joten täytähän sen huolellisesti.

Kiitos jo etukäteen ajastasi.

TAUSTATIEDOT:

sukupuoli: tyttö poika

ikä:

oppilaitos:

asuinkunta:

VARSINAISET TUTKIMUSKYSYMYKSET:

1. Kuinka onnellinen olet tällä hetkellä kaikki tekijät huomioon ottaen?

(1 = erittäin onneton, 10 = erittäin onnellinen, ympyröi itseäsi parhaiten kuvaava vaihtoehto)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. Kuinka usein tunnet itsesi onnettomaksi?

Rastita sopivin vaihtoehto.

päivittäin
viikoittain
kuukausittain
harvemmin

3. a) Kuinka paljon seuraavat seikat vaikuttavat **myönteisesti** onnellisuuteesi asteikolla 1-5?

(1 = ei vaikuta ollenkaan, 5 = vaikuttaa suuresti)

Ympyröi jokaisesta vaihtoehdosta numero, joka kuvaa parhaiten tuntemuksiasi.

perhe	1	2	3	4	5
ystävät	1	2	3	4	5
terveys	1	2	3	4	5
turvallisuus	1	2	3	4	5
riittävä toimeentulo	1	2	3	4	5
onnistumisen kokemukset	1	2	3	4	5
harrastukset	1	2	3	4	5
koulumenestys	1	2	3	4	5
ulkonäkö	1	2	3	4	5

b) Numeroi edellisen kysymyksen seikoista itsellesi kolme tärkeintä tekijää tärkeysjärjestykseen.

4. Jäivätkö jotkin onnellisuutesi vaikuttavat tekijät mainitsematta edellisessä kysymyksessä? Jos jäivät, niin mitkä?

5. Kuinka paljon vakituinen parisuhteesi vaikuttaa onnellisuutesi myönteisessä merkityksessä?

Jos et ole parisuhteessa, voit hypätä tämän kysymyksen yli.

Ympyröi mielekkäin vaihtoehto. (1 = ei yhtään, 5 = suuresti)

1 2 3 4 5

6. Kuinka paljon sinun oma päihteiden käyttösi vaikuttaa onnellisuutesi myönteisessä merkityksessä?

Jos et käytä päihteitä, voit hypätä tämän kysymyksen yli.

Ympyröi mielekkäin vaihtoehto. (1 = ei yhtään, 5 = suuresti)

1 2 3 4 5

7. Kuinka paljon sinulle merkitsee, että voit vaikuttaa itseäsi koskeviin asioihin?

Ympyröi mielekkäin vaihtoehto. (1 = ei yhtään, 5 = suuresti)

1 2 3 4 5

8. Kuinka paljon koet voivasi vaikuttaa seuraaviin asioihin kunnassasi?

Ympyröi mielekkäin vaihtoehto. (1 = en yhtään, 5 = suuresti)

harrastusmahdollisuudet	1	2	3	4	5
nuorisotoiminta	1	2	3	4	5
terveydenhuolto	1	2	3	4	5
koulutus	1	2	3	4	5

9. Mihin asioihin haluaisit vaikuttaa enemmän kunnassasi?

10. Määrittele lyhyesti, mitä onnellisuus sinun mielestäsi tarkoittaa.

Vastauksistasi suuresti kiittäen Rauman lukion psykologia 7- kurssin opiskelijat ja opettajat.