

Tartu Ülikool
Psühholoogia instituut

Birgit Pillmann

EESTI KOOLIÕPILASTE ELUGA RAHULOLU ENNUSTAVAD TEGURID

Magistritöö

Juhendajad: Helle Pullmann (*Ph.D*), Anu Realo (*Ph.D*)

Läbiv pealkiri: Kooliõpilaste eluga rahulolu ennustavad tegurid

Tartu 2012

Kokkuvõte

Käesoleva magistritöö eesmärgiks oli välja selgitada Eesti kooliõpilaste üldist eluga rahulolu ennustavad tegurid. Uurimusse kaasati näitajad erinevate gruppidega: isiksuseomadused, enesekohased hoiakud, soorituslikud näitajad (üldine vaimne võimekus ja õpiedukus) ning sotsiaalsed ja keskkondlikud tegurid. Valimi moodustasid algklasside, põhikooli ja gümnaasiumi õpilased ($N = 205$). Tulemustest selgus, et koolinoorte eluga rahulolu tase ei sõltu nende soost ega vanusest. Erinevad regressioonimudelid kinnitasid, et olulise iseseisva panuse õpilaste üldiseks rahuloluks annavad nii isiksuse seadumused, minapilt, akadeemiline edukus kui keskkondlikud tegurid, seletades kokku 59% üldise eluga rahulolu variatiivsusest. Täpsemalt osutusid uuringusse kaasatud näitajatest eluga rahulolu olulisteks ennustajateks subjektiivne hinnang oma kodustele elamistingimustele, üldine enesehinnang, avatus ja neurootilisus, õppeedukus koolis ning subjektiivne hinnang oma välimusele.

Abstract

Predictors of Life Satisfaction among Estonian School Children

The goal of the present study was to examine the factors that predict the overall life satisfaction of Estonian school children. Variables included in the study were divided into the following groups: personality traits, self-perceptions, performance indicators (i.e., general intelligence and school success) and social and environmental factors. The sample consisted of 205 Estonian elementary, primary, and high school students. The results demonstrated that life satisfaction among school children does not depend on their age or gender. Different regression models indicated that basic personality traits, self-concept, academic achievement and environmental factors have a significant contribution on students' life satisfaction, explaining about 59% of the total variance. The significant predictors of life satisfaction among Estonian school children were the subjective evaluation of one's living standards, general self-esteem, openness and neuroticism, academic achievement, and subjective evaluation of one's physical appearance in this study.

Sissejuhatus

Inimesed, kel on kõrge eluga rahulolu tase, on õnnelikumad, tervemad, omavad häid sotsiaalseid suhted ja akadeemilist edukust ning nende eluiga on keskmisest pikem (Lyubomirsky, King ja Diener, 2005; Park, 2004). Viimastel aastakümnetel on psühholoogia alases kirjanduses hakatud rõhutama just positiivsete külgede olulisust vaimse tervise juures ning ka subjektiivse heaolu teguritele on positiivse psühholoogia uurimisvaldkonnas rohkem tähelepanu pööratud (Diener, Suh, Lucas ja Smith, 1999; Eronen ja Nurmi, 1999; Gilman ja Huebner, 2006). Subjektiivse heaoluna käsitletakse emotsionaalseid ja kognitiivseid hinnanguid, mida inimesed oma elule annavad ehk teisisõnu kõike seda, mida tavakasutuses õnneks või rahuloluks nimetatakse (Diener, 1984). Emotsionaalne ehk afektiivne komponent viitab inimese kalduvusele kogeda enam teatud tüüpi emotsioone (positiivne ja negatiivne afektiivsus). Antud töös käsitletakse õpilaste subjektiivse heaolu kognitiivset komponenti ehk nende hinnanguid oma üldisele eluga rahulolule.

Võrreldes täiskasvanute seas läbi viidud subjektiivse heaolu uuringutega on laste ja teismeliste heaolu oluliselt vähem uuritud (Leung ja Zhang, 2000). Eluga rahulolu uuringuid täiskasvanute seas ei saa aga üldistada noortele, kuna huvid, arengulised vajadused ja mured elus vanusega muutuvad (Park ja Huebner, 2005). Samas olemasolevate uurimuste põhjal võib väita, et teismeliste hinnang oma eluga rahulolule on ajas küllaltki stabiilne (Huebner, Funk ja Gilman, 2000; Suldo ja Huebner, 2004), kuid eluga rahulolule antavat hinnangut võib osaliselt mõjutada ka hetkemeeleolu. Heas tujus inimestele meenuvad pigem positiivsed sündmused ja inimene hindab seega ka oma heaolu kõrgemalt (Diener, 1994). Teatud positiivsetele või negatiivsetele elusündmustele järgnevad reaktsioonid ja hinnangu andmised võivad küll lühiajaliselt tingida eluga rahulolu taseme ümberhindamise, kuid hiljem tõuseb või langeb see siiski valdavalt iga inimese iseloomulikule tasemele (Diener, 1994).

Lastel, kes on õnnetud ja rahulolematud oma eluga, on tõenäolisemalt probleemid agressiivse käitumise, depressiivsuse, suitsidaalse mõtteviisi, meelemürkide kasutamise ja söömishäiretega. Samuti osalevad nad vähem koolivälises huvialategevuses (Huebner ja Gilman, 2003) ja kuuluvad suurema tõenäosusega koolist väljalangejate riskigruppi (Eid ja Larsen, 2008). Uurimuses, kus osales üle viie tuhande õpilase, leiti, et kõrgem eluga rahulolu tase oli seotud väiksema tõenäosusega alustamiseks suitsetamise, alkoholi ning muude narkootiliste ainete tarbimist (Zullig, Valois, Huebner ja Drane, 2001). Eluga

rahulolu on negatiivselt seotud psühhopatoloogiliste probleemidega nagu depressioon ja stress (Gilman ja Huebner, 2006) ja kõrgem eluga rahulolu on kui kaitse stressirohkete elusündmuste mõju ja võimalike psühholoogiliste häirete arengu vastu. Suldo ja Huebner (2004) leidsid teismeliste seas läbiviidud longituuduuringus, et kõrgemat eluga rahulolu taset omavatel noortel arenes pingeliste ja raskete elusündmuste järel vähemtõenäolisemalt sotsiaalselt mittesoovitavaid käitumismustreid võrreldes noortega, kes omasid madalat eluga rahulolu taset.

Arvestades kõrge eluga rahuloluga seonduvaid hüvesid, on eluga rahulolu tegurite uurimine laste ja noorte seas väga suure tähtsusega, kuna see aitab meil paremini märgata ja mõista laste psühholoogilist heaolu ning kujundada sekkumisvõimalusi nende parimaks arenguks. Käesolev töö annab Eesti kooliõpilaste näitel selleks oma panuse, analüüsides isiksuseomaduste, vaimse võimekuse, akadeemilise edukuse, enesehinnanguliste näitajate ja sotsiaalsete- ning keskkonnategurite mõjusust eluga rahulolu ennustamisel. Järgnevalt antakse ülevaade teemadest, mida antud uurimuses vaadeldakse eluga rahulolu ennustavate teguritena.

Eluga rahulolu ja isiksuse seadumused

Eluga rahulolu on suuresti mõjutatud inimese isiksuseomadustest, kalduvusest kogeda erinevaid elusündmusi positiivsel või negatiivsel viisil (Diener, 1984). Arvatakse, et isiksuse uurimine on äärmiselt oluline, et täielikult mõista subjektiivse heaolu olemust (Chamorro-Premuzic, Bennett ja Furnham, 2007; Lyubomirsky, King ja Diener, 2005). Uurimused on näidanud, et isiksuseomadused on ühed tugevamad ja usaldusväärsemad täiskasvanute subjektiivse heaolu ja õnnelikkuse ennustajad (Chamorro-Premuzic jt., 2007; Steel, Schmidt ja Shultz, 2008).

Individuaalsed erinevused nii isiksuses kui ka eluga rahulolu üldises tasemes ilmnevad juba varases eas, omavad geneetilist komponenti ja on ajas üsna stabiilsed (Diener, Oishi ja Lucas, 2003). See viitab sellele, et osadel inimestel on eelsoodumus olla õnnelik ja rahulolev või vastupidiselt pigem valdavalt õnnetu ja rahulolematu. Lykken ja Tellegen (1996) viisid läbi uurimuse kaksikutega ning leidsid, et geenid seletasid 40%-50% subjektiivse heaolu variatiivsusest. Antud lähenemist toetavad ka mitmed uurimused, mis on näidanud, et teatud isiksuse dimensioonid on tugevalt eluga rahuloluga seotud (McCrae ja Costa, 1987).

Eluga rahulolu ja isiksuseomaduste seoste uurimiseks on palju kasutatud viie-faktorilist isiksusemudelit (ingl. k., *The Five Factor Model of Personality* või ka *Big Five* ehk *Suur Viisik*), mille järgi iseloomustavad indiviidi kõige paremini viis loomupärasest isiksuslikku dispositsiooni: neurootilisus, ekstravertsus, avatus kogemusele, sotsiaalsus ja meelekindlus. Varasemad Costa ja McCrae (1980) uuringud on näidanud, et eluga rahulolu on seotud kõrgemate skooridega ekstravertsuse ja madalamate skooridega neurootilisuse skaaladel. Ka hilisemad uurimused on leidnud negatiivseid korrelatsioone õnnelikkuse ja neurootilisuse vahel (DeNeve ja Cooper, 1998; Hayes ja Joseph, 2003). Neurootilisus hõlmab muuhulgas ka tundlikkust negatiivsetele emotsioonidele, kasinat toimetulekut ja raskusi impulsside kontrollimises. On leitud, et see dimensioon on tugevalt seotud ärevuse ja depressiooniga (Bienvenu ja Stein, 2003; McCrae ja Costa, 1987) ning õnnetuks olemisega (Cameron, 1975; Hartmann, 1934). Ekstravertsus keskendub peamiselt sotsiaalsete suhete ja elamustejanu hulgale ning tugevusele (DeNeve ja Cooper, 1998). Ekstravertsed inimesed kalduvad kogema rohkem positiivseid emotsioone, olema seltsivamad ja looma kergemini sõprussuhteid (McCrae ja Costa, 1987) ning saama ka ise oluliselt rohkem teistelt sotsiaalset tuge (Campbell-Sills, Cohen ja Stein, 2006). On leitud, et ekstravertsus ja neurootilisus kirjeldavad 42% täiskasvanute õnnelikkuse variatiivsusest (Brebner, Donaldson, Kirby ja Ward, 1995). Lisaks neurootilisusele ja ekstravertsusele on DeNeve'i ja Cooper'i (1998) metaanalüüsi kohaselt ka meelekindlus isiksuse põhiomadusena eluga rahulolu taseme tugevaks ennustajaks ning viitab sihikindlale käitumisele ja sotsiaalselt aktsepteeritud impulsikontrollile. Meelekindlad inimesed kalduvad tegelema eesmärgistatud tegevustega, kontrollima rohkem iseend ja oma ümbritsevat keskkonda ning see on seotud ka kõrgema eluga rahulolu tasemega (DeNeve ja Cooper, 1998). Kõrgem meelekindlus oli eluga rahulolu oluliseks ennustajaks ka Eesti esinduslikul valimil läbiviidud uurimuses (Realo, 2006).

Neurootilisuse, ekstravertsuse, sotsiaalsuse ja meelekindluse keskmine tase teismeliste seas sarnaneb väga täiskasvanute keskmiste tulemustega, ainsaks erinevuseks on teismeliste veidi madalamad tulemused avatuse skaalal (Costa ja McCrae, 2002 nagu viidatud Allik, Laidra, Realo ja Pullmann, 2004). Ka ulatuslikul Eesti valimil läbi viidud uuringus (Allik jt., 2004) leiti, et 12. ja 18. eluaasta vahel muutuvad isiksuseomadused suhteliselt vähe. Kuid vaatamata isiksuseomaduste struktuuri sarnasusele täiskasvanute keskmiste tulemustega ja suhtelise stabiilsusega, peab siiski arvestama teismeliste arenguliste muutustega, mille mõju isiksuseomaduste struktuurile pole veel piisavalt uuritud.

Gomez, Krings, Bangerter ja Grob (2009) uurisid isiksuseomaduste ja elusündmuste mõju subjektiivsele heaolule läbi eluea kolme grupi: noored, keskealised ja eakad. Vanusegrupe võrreldes näitasid tulemused, et vanuse kasvades muutub neurootilisus domineerivamaks heaolu ennustajaks, samas kui ekstravertsuse mõju heaolule esineb vaid noorte seas ja hääbub vanuse kasvades. Sama tulemus Butkovic, Brkovic ja Bratko (2012) uurimuses kinnitust ei leidnud. Ekstravertsus oli oluliseks heaolu ennustajaks nii noorte kui eakate valimil ning leiti, et isiksuse seadumused kirjeldasid teismelistel 38-58% ja eakatel 28-49% eluga rahulolu variatiivsusest.

Kuigi on täheldatud kultuurilisi erinevusi isiksuses ja eluga rahulolus, on isiksuse seadumuste *Suure Viisiku* mudel leidnud kinnitust erinevates kultuurides (Konstabel, Realo ja Kallasmaa, 2002; McCrae ja Costa, 1987; McCrae ja Terracciano, 2005), näiteks ka Hiina teismeliste valimil (Wu, Lindsted, Tsai ja Lee, 2008). Samas on välja toodud, et viie faktori keskmine tase erineb kultuuriti (Schmitt jt., 2007 nagu viidatud Holder, Coleman ja Singh, 2012) ja näiteks immigrantide isiksuse seadumused sarnanevad uue elukohariigi kodanike omaga, seda enam, mida pikem on nende elukohariigis olnud elamisperiod (McCrae, Yik, Trapnell, Bond ja Paulhus, 1998).

Eluga rahulolu ja enesehinnang

Eluga rahulolevad inimesed on kõrgema enesehinnanguga, madalama ärevustasemega ning tunnevad, et omavad oma elu üle kontrolli ja on teiste suhtes vähem kriitilised (Emmons ja Diener, 1985). On leitud, et enesehinnang on üks olulisemaid eluga rahulolu tegureid (Huebner, 1991; E. Diener ja M. Diener, 1995; Rosenberg, Schooler, Schoenbach ja Rosenberg, 1995). Näiteks E. Diener ja M. Diener (1995) leidsid 31 erineva riigi üliõpilastest koosneval valimil, et eluga rahulolu ja enesehinnangu vahel esineb tugev seos ($r = .47$). Eluga rahulolu olulist samapidist seost on märgitud ka akadeemilise-, emotsionaalse- ja sotsiaalse enesetõhususega (Suldo ja Huebner, 2006), üldise enesetõhususega (Bradley ja Corwyn, 2004) ning üldise edasipüüdlikkusega (Emmons, 1986).

Mitmed uuringud on näidanud (Dew ja Huebner, 1994; Gilman ja Huebner, 2006; Huebner, 1991; Huebner ja Alderman, 1993; Rigby ja Huebner, 2004), et kõrgema eluga rahuloluga koolilastel on ka kõrgem enesehinnang ja nad tajuvad, et nende elus toimuv on nende kontrolli all (sisemine kontrollkese). Seevastu need õpilased, kes omavad madalat eluga rahulolu taset, on aga madalama enesehinnanguga, ärevamad ning arvavad, et nendega

toimuv tuleneb peamiselt õnnest, juhusest ja teistest inimestest (välimine kontrollkese). Samuti on madala subjektiivse rahuloluga lapsed pigem neurootilised ja kalduvad depressiivsusele.

Kuna on leitud, et nii isiksuseomadused kui enesehinnangulised näitajad on olulised eluga rahulolu tegurid (Huebner, 1991; Diener jt., 2003), siis on oluline märkida ka isiksuseomaduste ja üldise enesehinnangu omavahelist tugevat seost. Leitud on eriti tugevaid negatiivseid seoseid neurootilisuse ja mõõdukaid samasuunalisi seoseid ekstravertsuse alaskaaladega ning keskmise tugevusega positiivset seost meelekindluse ja nõrka avatuse alaskaalaga (Costa, McCrae ja Dye, 1991; McCrae ja Costa, 1988; Pullmann ja Allik, 2000).

Üldine enesehinnang ja akadeemiline enesehinnang on kaks minakontseptsiooni eristatavat komponenti, millel on erinevad funktsioonid (Pullmann ja Allik, 2008). Kui üldine enesehinnang on pigem seotud subjektiivse healuga, siis spetsiifilised enesehinnangud kitsamalt defineeritud valdkondades omavad rohkem kognitiivset komponenti ning on pigem seotud tegeliku käitumisega (Baumeister, Campbell, Krueger ja Vohs, 2003 nagu viidatud Pullmann ja Allik, 2008; Rosenberg jt., 1995). Näiteks on leitud, et spetsiifiline akadeemiline minakontseptsioon on palju tugevam akadeemilise edukuse ennustaja kui üldine enesehinnang (Hansford ja Hattie, 1982; Pullmann ja Allik, 2008). Kui Campbell, Converse ja Rodgers (1976) leidsid, et enesekohased hoiakud olid tugevas positiivses seoses üldisele eluga rahulolule antava hinnanguga, siis uurimuses Hiina teismeliste seas leiti vaid nõrk samapidine seos eluga rahulolu ja enesekohaste hoiakute vahel (Leung ja Leung, 1992). Antud tulemus kinnitab täiskasvanute seas läbi viidud uuringute tulemusi, mis on viidanud, et eluga rahulolu ja enesehinnangu vaheline seos on tugevam individualistlikes riikides kui kollektivistlikes (Diener ja Diener, 1995; Oishi, Diener, Lucas ja Suh, 1999).

Tulenevalt sellest, kuivõrd oluliseks Aasia kultuuriruumis akadeemilist edukust peetakse, eeldasid Leung, McBride-Chang ja Lai (2004) tugevat korrelatsiooni õpilaste tajutud akadeemilise edukuse ja eluga rahulolu vahel. Õpilased hindasid oma akadeemilist edukust võrreldes end oma eakaaslastega ning tulemustes ilmnis tõepoolest oluline seos õpilaste tajutud akadeemilise edukuse ning enesega rahulolu vahel. Lisaks on tajutud akadeemilise võimekuse ja eluga rahulolu vahel seoseid leitud paljudes teistes uurimustes, seda nii Ameerika (Gilman ja Huebner, 2006; Huebner, Gilman ja Laughlin, 1999; Suldo ja Huebner, 2004; Suldo ja Huebner, 2006), Hong Kongi (Leung ja Leung, 1992; Leung ja Zhang, 2000; Leung, McBride-Chang ja Lai, 2004; Pollard ja Lee, 2003), Hollandi (Verkuyten ja Thijs,

2002) kui ka Eesti õpilaste valimil (Pillmann, 2009). Viimases esines eluga rahulolu hinnangute ja tajutud akadeemilise võimekuse vahel mõõdukas positiivne seos ($r = .24$) ning ka minapildi ja tajutud akadeemilise võimekuse vahel leiti statistiliselt oluline positiivne seos ($r = .36$). Kuna tajutud akadeemilist võimekust võib tõlgendada enesehinnangust lähtudes, saab eeldada, et õpilased, kes on iseenda ja oma eluga rahulolevamad, kalduvad ka oma võimeid kõrgemalt hindama või vastupidi, et õpilased, kes hindavad oma minapilti ja üldist eluga rahulolu madalamaks, kalduvad ka oma akadeemilist võimekust madalamalt hindama.

Chang, McBride-Chang, Stewart ja Au (2003) uurimuses leiti, et lastel oli võrreldes teismelistega kõrgem eluga rahulolu tase ja enesehinnang. Arengulistest iseärasustest lähtuvalt on teada, et teismeiga on emotsionaalselt stressirohke periood (Steinberg ja Silverberg, 1986) ning lapsepõlve peetakse üldiselt positiivse enesetajumise perioodiks (Eccles, Midgley ja Adler, 1984 nagu viidatud Chang jt., 2003), mis võib ka eeltoodud uurimistulemust seletada. See oleks kooskõlas ka varasemate uuringutega, mis näitavad enesehinnangu langust üleminekul algkoolist põhikooli (Marsh, 1989; Wigfield, Eccles, MacIver, Reuman ja Midgley, 1991). Näiteks Marsh'i (1989) uuringus oli Austraalia teismeliste füüsilise- ja akadeemiline enesehinnang madalaim 8. klassis. Chang jt., (2003) leidsid sarnaselt Simmons, F. Rosenbergi ja M. Rosenbergi (1973) uurimusega, et teismelised on iseenda suhtes kriitilisemad ja eneseteadlikumad ning suudavad end objektiivsemalt hinnata. Klassiastmete kasvuga seotud langus eluga rahulolu tasemes on välja toodud ka uurimuses, mis viidi läbi Hong Kongi õpilastega (Man, 1991).

Uurimused on näidanud, et enesehinnang on suhteliselt kõrge lapsepõlves, langeb teismeeas, siis tõuseb tasapisi noorukieas ja täiskasvanueas, jõuab kõrgpunkti umbes kuuekümnendates eluaastates ja siis on langeva loomuga vanemas eas (Orth, Trzesniewski ja Robins, 2010; Robins ja Trzesniewski, 2005; Robins, Trzesniewski, Tracy, Gosling ja Potter, 2002), kuid selline enesehinnangu arenguline trajektoor ei ole Eesti valimil kinnitust leidnud (Pillmann, Allik ja Realo, 2009). Vaatamata nendele üldistele ealistele muutustele ja iseärasustele, on üldise enesehinnangu stabiilsus võrreldav isiksuse seadumustel leituga (Robins ja Trzesniewski, 2005).

Eluga rahulolu ja vaimne võimekus

Võiks eeldada, et intelligentsus on seotud subjektiivse eluga rahuloluga, kuna see on ühiskonnas väga väärtustatud ja hinnatud omadus. Kuid intelligentsus, mida mõõdetakse

intelligentsustestidega, ei ole märkimisväärselt eluga rahulolu ning õnnelikkusega seotud (Hartmann, 1934; Palmore ja Luikart, 1972; Sigelman, 1981; Watson, 1930; Realo ja Pillmann, 2011). Täiskasvanute seas läbi viidud uuringuid, mis oleks omavahel seostanud intelligentsust ja eluga rahulolu, on üsna vähe. Intelligentsuse ja õnnelikkuse vahel on leitud isegi negatiivseid korrelatsioone (Fellows, 1956). Õpilaste ja üliõpilaste jaoks peaks kõrgem vaimse võimekuse tase ometi tunnustav kasutegur olema ja seega ka eluga rahulolu taset mõjutama, kuid uurimused seda paraku ei näita.

Laste valimil intelligentsuse ja õnnelikkuse vahelist seost uurivaid töid on teada vaid mõned üksikud. Owuchi ja Yoshino (1975) uuringus, kus osales 1060 Jaapani õpilast, leiti intelligentsuse ja õnnelikkuse vahel väga väike, kuid suure valimi tõttu siiski statistiliselt oluline positiivne korrelatsioon. Huebneri ja Aldermani (1993) põhikooli ja gümnaasiumi astme õpilaste seas läbi viidud uuringus eelnimetatud seos aga kinnitust ei leidnud. Ka Eestis läbi viidud koolilaste uurimuses intelligentsuse ja subjektiivse heaolu vahel seost ei leitud ning madalad tulemused intelligentsustestides, mis võivad ennustada võimalikke akadeemilisi raskusi, pole seostatavad õnnelikkuse taseme langusega (Pillmann, 2009). Seega ei saa väita, et kõrgemad vaimsed võimed tagaksid lapsele ka õnne ja eluga rahulolu tunde ning järeldub, et paraku ainult üldvõimekusest ei piisa, et olla õnnelik. Lihtsustatult võib öelda, et õnnelikkus ei ole otseselt seotud tarkusega, kuid kindlasti ei mõjuta omakorda tarkust võime olla õnnelik.

Eluga rahulolu ja akadeemiline edukus

Huebner ja Alderman (1993) analüüsisid erinevusi kahe õpilaste grupi vahel, millest üks oli nn riskigrupp ehk koosnes õpilastest, kel esines oht hariduslike ja emotsionaalsete probleemide tõttu akadeemiliselt ebaõnnestuda ning teine grupp koosnes õpilastest, kellel akadeemilisi raskusi ei esinenud. Mõlemates gruppides olid võrdsel hulgal esindatud õpilased, kes olid sarnaste sotsiaaldemograafiliste tunnustega (sama vanuseaste, klassiaste, rass ja sugu). Uuringu tulemusel ei leitud statistiliselt olulist erinevust kahe grupi vahel, mõlemad hindasid oma üldist eluga rahuolu samaväärseteks.

Kuigi varasemates uuringutes (Huebner, 1991; Huebner ja Alderman, 1993) seost ei leitud, siis hilisemad uuringud on järjepidevalt lapse akadeemilist edukust seostanud tema heaoluga (Chang jt., 2003; Gilman ja Huebner, 2006; Gilman, Dooley ja Florell, 2006; Verkuyten ja Thijs, 2002). Ei ole teada, kas heade hinnete saamine tõstab laste eluga rahulolu taset, kuid arvatakse, et eluga rahulolu ja akadeemiline edukus on vastastikku toetavad (Gilman ja

Huebner, 2006; Lyubomirsky jt., 2005). Ehk siis, lapsed võivad akadeemiliselt edukad olla muuhulgas tänu sellele, et nad on õnnelikud ja rahulolevad, kuid samas ka akadeemiline edukus võib omakorda muuta lapsi õnnelikumaks.

Keskmine hinne akadeemilise edukuse näitajana ei ole üksi usaldusväärne eluga rahulolu taseme ennustaja, kuid selle seose olulisuses mängib rolli ka kultuuriline taust. Kultuurides, kus väärtustatakse akadeemilist edukust, on õnnelikkus väga tugevalt koolieduga seotud. Näiteks, eluga rahulolu uurimus Hong Kong'i õpilaste valimil näitas, et keskmine hinne oli algklasside õpilaste seas eluga rahulolu taseme näitajaga mõõdukalt positiivselt seotud (Chang jt., 2003). On oluline mainida, et Aasia riikides on algkooli hinded ääretult olulised ning nende põhjal selgub, kas ja millisesse põhikooli laps edasi pääseb ning millised on tema edasised hariduslikud võimalused. Ka Eestis tähtsustavad õpilased hinnete olulisust ja tõlgendavad akadeemilist edukust ühe eluga rahulolu näitajana (Pillmann, 2009). Akadeemilise edukuse tase ja selle olulisus kultuuris võib seega väga tugevalt mõjutada õpilaste subjektiivset eluga rahulolu.

Eluga rahulolu ja sotsiaalsed suhted

Eluga rahulolu on oluliselt seotud sotsiaalsete suhetega, sh vanematega ja eakaaslastega (Man, 1991; Nickerson ja Nagle, 2004; Proctor, Linley ja Maltby, 2010) ning osalemisega huvialategevustes (Gilman, 2001; Proctor, Linley ja Maltby, 2010). Hiina tudengite seas läbi viidud uuringus leiti, et lisaks isiksusele ennustasid ka vabaaja tegevused õnnelikkust (Lu ja Hu, 2005).

Samuti on eluga rahulolu noorte seas positiivselt seotud ka üldise tervisliku eluviisiga nt treenimine ja tervislik toitumine ning negatiivselt seotud tervist kahjustava käitumisega nagu nt narkootikumide tarvitamine (Park ja Huebner, 2005). On näidatud ka, et eluga rahulolu tase on positiivselt seotud vanemliku sotsiaalse toe tajumisega ning negatiivselt nii internaalsete, kui eksternaalsete teismeliste probleemkäitumise esinemisega (Suldo ja Huebner 2004).

Laste heaolule on väga tähtsad lähedased suhted oluliste teistega (Suldo ja Huebner 2004). Sama oluline kui rahulolu iseendaga, on oluline ka rahulolu oma pereeluga. Sarnaseid seoseid on leitud ka uurimustes täiskasvanute valimil (Campbell, Converse ja Rodgers, 1976; Wilson, 1967). Kuigi teismeeas suureneb suhtlus eakaaslastega ja nende tähtsus teismeliste elus, on leitud, et perekonna mõju teismeliste eluga rahulolu tasemele on olulisem kui eakaaslaste oma (Huebner, 1991). Suldo ja Huebner'i (2006) uuringutulemused

näitasid, et kõrge eluga rahulolu tase on seotud ka üldise sotsiaalse toimetulekuga gümnaasiumiõpilaste seas. Võrreldes keskmist eluga rahulolu taset omavate õpilastega, omasid kõrge eluga rahulolu tasemega õpilased ka kõrgemat taset kõigis psühhosotsiaalset toimetulekut ennustavates näitajates.

Uurides seost erinevate kooliga seotud muutujate, interpersonaalsete ja intrapersonaalsete muutujate ning eluga rahulolu vahel, on leitud, et lapsed, kes väljendavad kooli suhtes ebameeldivust, on tõenäolisemad kogema näiteks suitsiidmõtteid (Locke ja Newcomb, 2004 nagu viidatud Eid ja Larsen, 2008), psühhosomaatilisi sümptomeid (Katja, Paivi, Marja-Terttu ja Pekka, 2002) ja kasutama meelemürke (Stevens, Freeman, Mott, Youells ja Linsey, 1993 nagu viidatud Eid ja Larsen, 2008).

Demir ja Weitekamp (2006) uurisid õnnelikkuse ja sõprussuhete kvaliteedi seost. Nad märkisid, et isiksus seletas 55% õnnelikkuse variatiivsusest ja sõprussuhete kvaliteet ennustas lisaks 2% variatiivsusest lisaks isiksuse mõjule. Sarnaselt leidsid ka Tkach ja Lyubomirsky (2006), et strateegiad, mida inimesed õnnelikkuse saavutamiseks omandavad ja kasutavad, kirjeldavad lisaks isiksuse seadmustele veel ligikaudu 16% õnnelikkuse variatiivsusest.

Eluga rahulolu ja sotsiaaldemograafiline taust

Uuringud laste ja teismelistega on näidanud, et demograafilised näitajad nagu vanus, klassiaste, sugu ja vanemate töökoht on eluga rahulolu määruga väga nõrgalt seotud (Butkovic jt., 2012; Gilman ja Huebner 2003; Park, 2004). Sotsiaalmajandusliku staatuse ja eluga rahulolu seose uurimine on aga seniste uurimuste põhjal vastuolulisi tulemusi pakkunud. Mõned uurimused on viidanud, et madala sissetuleku ning vähemusrahvuse perest pärinevad lapsed omavad madalamat eluga rahulolu taset (Huebner, Drane ja Valois, 2000; Huebner, Valois, Paxton ja Drane, 2005). Ka Bearsley ja Cummins (1999) leidsid, et kodututel lastel oli oluliselt madalam eluga rahulolu tase kui lastel, kes omasid kodu. Samas on uurimusi, milles on leitud, et sotsiaalmajanduslik taust ei oma laste eluga rahulolule mingit mõju (Huebner, 1991). Võib järeldada, et kui lapse baasvajadused nagu toit, riided ja kodu, on rahuldatud, ei mõjuta edasised majanduslikud näitajad enam nii tugevalt eluga rahulolu taset. Nõrgad seosed demograafiliste näitajate vahel viitavad, et laste eluga rahulolu hinnangud ei tugine niivõrd objektiivsetele näitajatele kuivõrd sellele, kuidas nad ise oma elutingimusi tajuvad ja hindavad (Huebner, 1991). Kaasaegses, individualistlikus ühiskonnas, kus baasvajadused on rahuldatud suuremal osal kodanikel, seondub eluga

rahulolu üha rohkem kõrgemate, üle baasvajaduste ulatuvate eesmärkide saavutamisega ning seda nii lastel kui täiskasvanutel (Veenhoven, 1999).

Kultuurilised erinevused

Kultuur võib olla oluliseks elule antavate kognitiivsete hinnangute mõjutajaks. Kultuuridevahelistes uuringutes on märgatud sotsiaalkultuurilise konteksti mõju olulisust inimeste subjektiivsele heaolule (Diener, 1984). Oishi jt., (1999) tõid välja, et individualistlike ja kollektivistlike ühiskondade eluga rahulolu tegurid erinevad ning ka Diener jt., (1995) leidsid, et enesehinnangu ja eluga rahulolu vahelise korrelatsiooni suuruses oli oluline kultuuriline erinevus. Individualistlikes kultuurides inimesed tähtsustavad tundeid iseenda suhtes, mis korreleeruvad tugevalt heaoluga. Kollektivistlikes kultuurides ei ürita inimesed aga eristada iseennast teistest, vaid pigem keskenduvad harmooniliste suhete hoidmisele ja oluliste teiste arvamusele (Diener jt., 1999). Sotsiaalsete suhete harmoonia mõju eluga rahulolu tasemele kollektivistlikes kultuurides on sama oluline kui enesehinnangu mõju eluga rahulolule individualistlikes kultuurides (Kwan, Bond ja Singelis, 1997). On leitud ka (Diener jt., 2003), et Korea kollektivistliku kultuuri õpilased hindavad oma eluga rahulolu madalamalt kui individualistliku kultuuri esindajatest õpilased Ameerikas. Ka nende eluga rahulolu faktorid erinevad. Näiteks Korea noorte jaoks on kooliga rahulolu kõige olulisem üldise eluga rahulolu ennustaja, samal ajal kui Ameerika õpilaste jaoks on rahulolu iseendaga parimaks ennustajaks. Kuivõrd Eestis on eluga rahulolu siiani vähesel määral uuritud, siis käesolev töö annab panuse ka subjektiivse rahulolu uurimisse kultuurilises kontekstis Eesti näitel.

Magistritöö eesmärgid

Magistritöö eesmärk on välja selgitada Eesti koolilaste eluga rahulolu ennustavad tegurid. Uurimusse on kaasatud erinevad näitajad nelja erineva grupina:

1. Isiksuseomadused: neurootilisus, ekstravertsus, avatus, sotsiaalsus ja meelekindlus.
2. Enesehinnangulised näitajad: üldine- ja akadeemiline enesehinnang, enesetõhusus ning subjektiivne hinnang oma vaimsele võimekusele ja välimusele.
3. Soorituslikud näitajad: üldine vaimne võimekus ja keskmise koolihindegga hinnatud akadeemiline edukus.

4. Sotsiaalsed ja keskkondlikud tegurid: vanemate huvi õpingute vastu, kodused õppimis- ja elamistingimused, rahulolu kooliga ning kooliväliste tegevuste ja hobide rohkus.

Magistritöö hüpoteesid

Magistriöös uuritakse, milline näitajate grupp või tegur annab kõige olulisema panuse kooliõpilaste subjektiivse hinnangu kujunemisel oma üldisele eluga rahulolule. Tuginedes varasematele uuringutele eeldatakse, et:

1. Õpilaste eluga rahulolu on oluliselt negatiivselt seotud neurootilisusega ja positiivselt ekstravertsuse ja meelekindlusega.
2. Õpilaste eluga rahulolu on oluliselt positiivselt seotud üldise enesehinnanguga ja teiste minapildi aspektidega nagu akadeemiline- ja füüsiline enesehinnang, enesetõhusus ja subjektiivne vaimne võimekus.
3. Õpilaste eluga rahulolu on oluliselt positiivselt seotud õpiedukusega koolis, kuid sõltumatu üldisest vaimsest võimekusest.

Meetod

Valim

Käesolevas töös kasutatakse 2005. aastal suurema uurimisprojekti * raames Võnnu Keskkoolis (ülevaate saamiseks Pullmann, 2005) ja Rapla Ühisgümnaasiumis (Takk, 2006) kogutud andmeid. Valimisse kuulus kokku 205 (89 poissi ja 116 tüdrukut) algklassi (4. klass), põhikooli (6. ja 8. klass) ja gümnaasiumi (10., 11., 12. klass) õpilast keskmise vanusega 14.5 ($SD = 2.8$) aastat. Osalejate keskmine vanus ja sooline jaotus klasside lõikes on esitatud Tabelis 1.

Tabel 1

Uuringus osalejate andmed klasside lõikes

| Klass | <i>n</i> | Keskmine vanus (<i>SD</i>) | Tüdrukud (%) | Poisid (%) |
|-------|----------|------------------------------|--------------|------------|
| 4 | 39 | 10.6 (0.49) | 59.0 | 41.0 |
| 6 | 50 | 12.5 (0.51) | 50.0 | 50.0 |
| 8 | 27 | 14.6 (0.49) | 59.3 | 40.7 |
| 10 | 20 | 16.3 (0.73) | 65.0 | 35.0 |
| 11 | 60 | 17.5 (0.54) | 51.7 | 48.3 |
| 12 | 9 | 18.6 (1.01) | 88.9 | 11.1 |
| Kokku | 205 | 14.5 (2.8) | 56.6 | 43.4 |

Märkus. *n* = õpilaste arv; *SD* = keskmise vanuse standardhälve.

Mõõtvahendid

Käesolevas töös kasutati järgmisi näitajaid ja mõõtvahendeid (kirjeldavad statistikud ja soolised erinevused on esitatud Tabelis 2):

Üldine eluga rahulolu

Õpilased andsid oma üldisele eluga rahulolule hinnangu kahe väite põhjal („*Olen oma eluga üldiselt rahul*“; „*Tahaksin elada hoopis teistsugust elu kui praegu*“, pööratud väide) 5-pallisel skaalal (0 - *vale/ei ole üldse nõus* ... 4 - *õige/täiesti nõus*) ning üldise eluga rahulolu indeksina kasutati väidete summat. Väidete omavaheline seos oli $r = .32, p < .01$.

* ETF grant nr. 4519, „Akadeemilise edukuse sõltuvus vaimsetest võimetest, enesehinnangust ja isiksuseomadustest” (grandihoidja prof. J. Allik)

Isiksuse seadumused

Isiksuseomaduste hindamiseks kasutati isiksuseküsimustikku *NEO-FFI* (Costa ja McCrae 1992; eestikeelne versioon Allik, Laidra, Realo ja Pullmann 2004), mis on 60-st väitest koosnev enesekohane küsimustik viie isiksuse põhiomaduse hindamiseks, mille skaalad on järgmised: Neurootilisus, Ekstravertsus, Avatus, Meelekindlus ja Sotsiaalsus. Vastuseid anti 5-pallisel skaalal (0 - *vale/ei ole üldse nõus ... 4 - õige/täiesti nõus*). Küsimustiku skaalade sisereliaablused varieerusid vahemikus $\alpha = .75$ kuni $.83$.

Üldine enesehinnang

Rosenbergi Enesehinnangu Skaala (Pullmann ja Allik, 2000) on eestikeelne versioon Rosenbergi (1965) enesehinnangu skaalast, mis on üks maailmas enim rakendatav enesehinnangu mõõtmise vahend, hinnates inimese üldist positiivset või negatiivset enesekohast suhtumist. Küsimustik koosneb 10-st enesehinnangulisest väitest (nt “*Olen endaga üldiselt rahul*”). Küsimustikule paluti vastata 5-pallisel skaalal (0 - *vale/ei ole üldse nõus ... 4 - õige/täiesti nõus*). Skooride summeerimisel (negatiivselt sõnastatud väited pööratakse ringi) saadakse enesehinnanguindeks, mille alusel on võimalik eristada inimesi enesehinnangu taseme poolest. Saadud kõrgem skoor esindab kõrgemat enesehinnangut, madalam vastavalt madalamat. Küsimustiku sisemine reliaablus antud valimil oli $\alpha = .83$.

Akadeemiline enesehinnang

Akadeemilise Enesehinnangu Skaala (Pullmann ja Allik, 2008) mõõdab hinnangut oma võimekusele ja akadeemilisele edukusele koolis (nt “*Ma olen oma õpingutes üsna võimekas*”). Õpilastel paluti vastata kaheksast väitest koosnevale küsimustikule 5-pallisel Likerti-tüüpi skaalal (0 - *vale/ei ole üldse nõus ... 4 - õige/täiesti nõus*). Küsimustiku sisemine reliaablus antud valimil oli $\alpha = .75$.

Füüsiline enesehinnang

Õpilased hindasid oma välimust võrreldes oma eakaaslastega 10-pallisel skaalal (1 - *teised on minust oluliselt kenama välimusega ... 10 - olen teistest oluliselt kenama välimusega*), mis peeldab nende füüsilist enesehinnangut ja rahulolu oma välimusega.

Enesetõhusus

Õpilased andsid 5-pallisel skaalal (0 - *vale/ei ole üldse nõus ... 4 - õige/täiesti nõus*) hinnangu 9-le uuringu tarbeks koostatud väitele, mis on seotud enesekohase usu ja

veendumusega oma võimekusse ning suutlikkusse. Küsimustiku sisemine reliaablus antud valimil oli $\alpha = .71$.

Subjektiivne hinnang oma vaimsele võimekusele

Õpilased hindasid oma vaimset võimekust võrreldes oma eakaaslastega 10-pallisel skaalal (1 - teised on minust oluliselt võimekamad ... 10 - olen teistest oluliselt võimekam). Mida võimekamaks ehk taibukamaks, õpivõimelisemaks, hea loogilise mõtlemise ja laia silmaringiga inimeseks vastaja end pidas, seda kõrgema hinnangu ta märgistas; eakaaslastega samaväärseks peetavat võimekuse taset peegeldasid hinnangud 5-6.

Üldine vaimne võimekus

Psühhomeetriliselt hinnatud vaimset võimekust mõõdeti Raveni Standardsete Progresseeruvate Maatriksite abil (*Raven's Standard Progressive Matrices* ehk SPM, Raven 1958), mis on maailmas üks enimkasutatud üldist vaimset võimekust hindav standardiseeritud mitteverbaalne test. SPM ei hinda õpitud teadmisi ega omandatud oskusi, vaid arutlus- ja järeldusoskust ning loogilise mõtlemise võimet. Test seisneb abstraktsete elementide vaheliste seoste leidmises, kus kergemad ülesanded nõuavad eristusvõimet, keerulisemad analoogiate leidmist ning muutuste ja muustrite tajumist. Puudusena võib välja tuua, et test ei ole sobiv nägemismälu või suunatundlikkuse häirete korral. Test koosneb viiest alatestist (A-E), kokku kuuekümnest ülesandest, kus iga õige vastus annab ühe punkti ning seega on maksimaalselt võimalik testis koguda kuuskümmend punkti. Test on Eestis normeeritud esinduslikul kooliõpilaste valimil vanuses 7-19 aastat (Pullmann, Allik ja Lynn, 2004) ning viidi läbi ajapiiranguta. Testi sisemine reliaablus antud valimil oli $\alpha = .88$.

Õppeedukus

Akadeemilise edukuse arvuliseks näitajaks on keskmine koolihinne, mis arvutati klassipäevikus esitatud põhiaainete poolaasta hinnete baasil (st kahe esimese veerandi keskmine hinne). Kuigi sõltuvalt kooliastmest põhiaainete arv varieerus, kasutati keskmise hinde arvutamisel järgnevaid õppeaineid: emakeel, kirjandus, inglise keel, vene keel, bioloogia, ajalugu, matemaatika, keemia, füüsika.

Sotsiaaldemograafilised ja keskkondlikud näitajad

Lisaks testidele ja küsimustikele paluti osalejatel täita ankeet, kus olid esitatud küsimused erinevate teemade kohta, mis puudutasid laiemalt nende perekondlikke suhteid, sotsiaalmajanduslikku tausta ja huvideringi. Käesolevas töös kasutatakse järgmisi näitajaid:

Üldise rahulolu hindamiseks nii kooli kui tervikuna õpingute suhtes paluti osalejatel vastata küsimusele “*Kas Sulle meeldib koolis käia?*” 4-pallisel skaalal (1 – *üldse mitte*, 2 – *mitte eriti*, 3 – *üldiselt küll*, 4 – *jah*). Rahulolu oma elamistingimustega hindasid õpilased vastates küsimusele “*Arvestades oma soove, millise hinde paneksid oma praegustele elamistingimustele?*” 5-pallisel skaalal (1 – *halb*, 5 – *väga hea*). Vanemate huvi õpingute vastu hindasid õpilased 3-pallisel skaalal (1 – *ei*, *mitte kunagi*, 2 – *üldiselt küll*, 3 – *jah*) ning võimalust kodus rahulikult õppida 4-pallisel skaalal (1 – *üldse ei saa*, 2 – *mõnikord*, 3 – *enamasti*, 4 – *jah*). Lisaks paluti vastajatel märkida ja kirjutada, millega nad tegelevad peale kooli või millised on nende hobid; uurimuses kasutati märgitud tegevuste ja hobide koguarvu.

Protseduur

Õpilaste testimine toimus 2005. aasta kevadel grupitestimisena koolitundide ajal. Enne testimist täitsid õpilased nõusolekulehe, et on nõus uuringus osalema ja samuti olid neil vanemate kirjalikud nõusolekulehed. Testimisele kulus kaks koolitundi, kus esimese tunni ajal täitsid õpilased SPM testi ja teise tunni vältel vastasid õpilased enesekohastele küsimustikele ja ankeedile. Peale testimise lõppemist ja andmete töötlemist edastati igale uurimuses osalejale vastavalt eelistusele kinnises ümbrikus või e-posti aadressile individuaalne tagasisideleht, kus nende tulemused olid lahti seletatud võrreldes samast soost ja vanusest Eesti koolilaste keskmiste tulemustega. Töö autor ei osalenud andmekogumisel, kuid uuringus kasutatud andmed on osaliselt autori poolt sisestatud.

Andmeanalüüs

Kogutud andmete statistiliseks analüüsimiseks kasutati SPSS 20.0 (IBM) ja Statistika 8.0 andmetöötluspaketti (StatSoft). Kasutati kirjeldavaid statistikuid, Pearsoni korrelatsioonanalüüsi seoste analüüsimiseks, *t*-testi sooliste erinevuste hindamiseks ja mitmest regressioonanalüüsi (*General Regression Models*). Kõik peamised tunnused standardiseeriti enne analüüsi valimi lõikes ja samuti kontrolliti regressioonanalüüsides

kollineaarsuse esinemist, kuid VIF (*variance inflation factor*) näitaja ei ületanud ühelgi juhul arvnäitajat 5. Statistilised otsused tehti usaldusnivool $p < .05$ (tabelites tähistatud indeksitega ka $p < .01$ ja $p < .001$).

Tabel 2

Tunnuste kirjeldavad statistikumid, soolised erinevused ja seosed üldise rahuloluga

| | Kirjeldavad statistikumid | | | Üldine eluga rahulolu | |
|-------------------------------|---------------------------|-----------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>t</i> | <i>r</i> | <i>r_p</i> |
| <i>Isiksuse seadumused</i> | | | | | |
| Neurootilisus | 22.95 | 8.55 | 1.95 | -.51^{***} | -.53^{***} |
| Ekstravertsus | 30.05 | 8.53 | 3.86^{***} | .26^{***} | .26^{***} |
| Avatus | 26.25 | 8.55 | 4.95^{***} | .29^{***} | .32^{***} |
| Sotsiaalsus | 29.02 | 6.72 | 0.95 | .34^{***} | .34^{***} |
| Meelekindlus | 28.69 | 7.61 | 2.80^{***} | .45^{***} | .45^{***} |
| <i>Enesekohased hoiakud</i> | | | | | |
| Üldine enesehinnang | 26.68 | 6.88 | 0.35 | .60^{***} | .61^{***} |
| Akadeemiline enesehinnang | 16.69 | 5.59 | 0.62 | .37^{***} | .36^{***} |
| Füüsiline enesehinnang | 5.67 | 1.87 | 0.29 | .39^{***} | .39^{***} |
| Enesetõhusus | 24.46 | 4.97 | 0.53 | .46^{***} | .46^{***} |
| Subjekttiivne vaimne võimekus | 6.53 | 1.62 | -1.87 | .28^{***} | .29^{***} |
| <i>Soorituslikud näitajad</i> | | | | | |
| Üldine vaimne võimekus | 47.63 | 7.61 | 0.48 | .05 | .10 |
| Keskmine koolihinne | 3.95 | 0.70 | 2.64^{***} | .24^{***} | .23^{***} |
| <i>Keskkondlikud faktorid</i> | | | | | |
| Rahulolu kooliga | 2.70 | 0.70 | 3.08^{***} | .28^{***} | .28^{***} |
| Rahulolu elamistingimustega | 4.09 | 0.85 | 0.59 | .35^{***} | .35^{***} |
| Kodused õppimistingimused | 3.39 | 0.70 | -1.76 | .26^{***} | .26^{***} |
| Vanemate huvi | 2.57 | 0.55 | -1.85 | .26^{***} | .26^{***} |
| Hobide ja tegevuste rohkus | 3.58 | 1.27 | 1.86 | .01 | .01 |

Märkus. * $p < .05$, *** $p < .001$. Statistiliselt olulised soolised erinevused ja korrelatsioonid on esitatud poolpaksus kirjas; r = Pearsoni korrelatsioonikordaja; r_p = partsiaalkorrelatsioon (vanus ja sugu kontrollitud); M = keskmine; SD = standardhälve; t = t -statistik (positiivne väärtus viitab tüdrukute kõrgemale keskmisele).

Tulemused

Eluga rahulolu kirjeldavad statistikud

Üldisele eluga rahulolule antud keskmine hinnang oli antud valimil 5.42 ($SD = 2.02$). Statistiliselt olulisi erinevusi poiste ja tüdrukute hinnangute vahel ei esinenud, $t(203) = 0.58$, $p = .56$. Lisaks keskmiste rahulolu tasemete võrdlemisele ei leitud soolisi erinevusi ka seostemustris üldise eluga rahulolu ja teiste uuringusse kaasatud näitajate vahel.

Samuti ei leitud üldise eluga rahulolu skooris olulisi vanuselisi erinevusi, kus korrelatsioon õpilaste vanusega oli $r = -.11$, $p = .11$ ning rahulolu tase ei erinenud oluliselt klasside lõikes, $F(5,199) = 4.10$, $p = .53$. Ei ilmnenud ka olulisi erinevusi kooliastmete lõikes, kus algkooli õpilaste ($n = 39$) keskmine skoor oli $M = 5.46$ ($SD = 2.39$) ning põhi- ja gümnaasiumiastme õpilaste ($n = 77$ ja 89) rahulolu tase vastavalt $M = 5.69$ ($SD = 1.89$) ja $M = 5.17$ ($SD = 1.94$), $F(2,202) = 1.38$, $p = .25$.

Eluga rahulolu seosed isiksuse seadumustega

Eluga rahulolu seosed isiksuseomadustega on esitatud Tabelis 2. Kõige tugevamalt ja negatiivselt oli eluga rahulolu hinnangutega seotud neurootilisus ($r = -.51$, $p < .01$) ja positiivselt meelekindlus ($r = .45$, $p < .01$). Statistiliselt olulised positiivsed seosed esinesid ka eluga rahulolu ja ekstravertsuse ($r = .26$, $p < .01$), avatuse ($r = .29$, $p < .01$) ja sotsiaalsuse ($r = .34$, $p < .01$) vahel.

Eluga rahulolu seosed enesehinnanguliste näitajatega

Õpilaste üldisele eluga rahulolu tasemele antud hinnangud ja üldine enesehinnang Rosenbergi enesehinnangu skaalal hinnatuna olid omavahel tugevalt positiivselt seotud ($r = .60$, $p < .01$), viidates sellele, et end aktsepteerivad ja endaga rahulolevad õpilased kalduvad olema ka oma eluga rohkem rahul. Õpilaste üldise enesehinnangu keskmine skoor antud valimil oli $M = 26.7$ ($SD = 6.9$) ja statistiliselt olulisi erinevusi sugude ega kooliastmete lõikes üldise enesehinnangu tasemes ei esinenud.

Õpilaste eluga rahulolu ja akadeemilise enesehinnangu skaala skooride vahel ilmnis mõõdukas oluline samasuunaline korrelatsioon. Samuti olid eluga rahulolu hinnangutega oluliselt positiivselt seotud teised enesehinnangulised näitajad nagu enesetõhusus ning füüsiline enesehinnang ja tajutud akadeemiline võimekus, kus õpilased hindasid oma

välimust ja vaimset võimekust eakaaslastega võrreldes. Täpsemad tulemused on esitatud Tabelis 2.

Eluga rahulolu seosed vaimse võimekuse, kooliedukuse ja huvidega

Eluga rahulolule antavate hinnangute ja üldise vaimse võimekuse testi (SPM) tulemuste vahel statistiliselt oluline seos puudus. Küll aga esines mõõdukas statistiliselt oluline positiivne seos keskmise koolihinde ja eluga rahulolu taseme vahel ($r = .24, p < .01$). Esinesid ka statistiliselt olulised erinevused soolises lõikes õpilaste keskmiste hinnete vahel, kus poistel oli madalam keskmine hinne põhiainetes ($M = 3.8, SD = .69$) kui tüdrukutel ($M = 4.06, SD = .70$).

Tulemused näitasid, et antud valimi õpilaste puhul ei olnud kooliväliste huvialade ja vabaaja tegevuste arvukus ega ka iga spetsiifiline huviala eraldi võetuna statistiliselt olulise tähtsusega eluga rahulolu taseme mõjutaja.

Eluga rahulolu seosed vanemliku huvi ning kodu- ja koolikeskkonnaga

Küsimusele “*Kas vanemad tunnevad Su hinnete vastu huvi?*” antud vastuste analüüsis ilmnes, et antud valimi õpilaste hinnangul nende vanemad huvituvad üldiselt nende kooliedukusest ning vanemate huvi lapse akadeemilise edukuse suhtes oli statistiliselt oluliselt ja positiivselt seotud õpilaste eluga rahulolu tasemega, $F(2,204) = 8.63, p < .001$.

Küsimusele “*Kas Sulle meeldib koolis käia?*” antud vastustest ilmnes, et õpilastele üldiselt meeldib koolis käia ning see rahulolu kooli ja õpingutega oli statistiliselt oluliselt positiivselt seotud õpilase eluga rahulolule antavate hinnangutega, $F(3,204) = 5.69; p < .005$. Scheffe *post hoc* testi järgi need õpilased, kes nõustuvad väitega, et neile meeldib koolis käia, on oma eluga oluliselt ($p < .001$) rahulolevamad ($M = 6.61, SD = 1.82$) kui need, kes ei nõustunud selle väitega ($M = 3.91, SD = 2.74$).

Esines statistiliselt oluline seos eluga rahulolu ja oma elamistingimustele antud hinnangu ($r = .35, p < .01$) vahel. Õpilased hindasid oma elamistingimusi keskmiselt suhteliselt kõrgelt ja eluga olid oluliselt rahulolematumad need, kes hindasid oma soove arvestades praegusi elamistingimusi halbadeks, $F(4,194) = 3.98, p < .01$.

Analüüsisides koduseid õppimistingimusi hindasid õpilased küsimusele “*Kas saad kodus rahulikult õppida?*” vastates, et valdavalt on neil kodus olemas vastavad tingimused rahulikult õppetööle keskendumiseks. Võimalus kodus rahulikult õppetööle keskenduda oli

statistiliselt olulise positiivse mõjuga üldisele rahulolu tasemele ning need õpilased, kes enamasti ei saa kodus rahulikult õppida, olid oma eluga üldiselt teistest vähem rahul, $F(3,204) = 6.11, p < .01$.

Eluga rahulolu ennustavad tegurid

Kasutades mitmest regressioonanalüüsi uuriti, mis on uuringusse kaasatud näitajate puhul antud valimi õpilaste peamisteks eluga rahulolu ennustavateks teguriteks. Leiti, et sugu ja vanus ei ole olulised ennustajad, kuna seletavad vaid 1% üldise eluga rahulolu variatiivsusest (Mudel 1 Tabelis 3).

Kui regressioonmudelisse lisati ka isiksuse seadumused (Mudel 2 Tabelis 3), kasvas mudeli seletusmäär statistiliselt olulisel määral ($F_{\text{muutus}} = 22.2, p < .001$) ja baasiliste isiksuse näitajate kaasamise abil oli Mudeliga 2 võimalik ära kirjeldada 40% andmete üldisest hajuvusest. Võrreldes Tabelis 2 esitatud korrelatsioonidega selgus, et ekstraversus ei omanud unikaalset ennustusväärtust ning selle seos oli mõjutatud teiste mudelisse kaasatud tunnuste poolt.

Kolmandasse mudelisse (Mudel 3 Tabelis 3) kaasati lisaks varasematele näitajatele ka erinevad enesehinnangulised näitajad ja mudeli seletusjõud tõusis veelgi, seletades ära 50% üldise eluga rahulolu hinnangutest, $F_{\text{muutus}} = 6.4, p < .001$. Olulise ennustusväärtuse säilitas üldine enesehinnang ($\beta = .31, p < .001$), samas kui teised näitajad muutusid statistiliselt mitteoluliseks, näidates, et eelnevalt olid nende korrelatsioonid eluga rahuloluga esinenud läbi teiste mudelisse kaasatud näitajate, mille arvesse võtmisel kaotasid nad oma unikaalse panuse rahulolu ennustamiseks. Järgmisena lisas oma panuse füüsiline enesehinnang ($\beta = .12, p = .08$), kuid see ei osutunud oluliseks õpilaste eluga rahulolu ennustajaks.

Neljas mudel kombineeris varasemad tunnused nagu sugu ja vanus, isiksuseomadused ja enesehinnangulised näitajad, lisades neile mõnevõrra objektiivsemate näitajatena vaimse võimekuse testi tulemuse ning keskmise koolihinde kui õpiedukuse näitaja (Mudel 4 Tabelis 3). Tulemused kinnitasid, et vaimne võimekus ei omanud olulist ennustusjõudu rahulolu kujunemisel ($\beta = -.06, p = .36$). Samuti ei osutunud rahulolu hinnangute seletamisel oluliseks õpiedukus, kuigi koolihinnete panus oli suhteliselt märkimisväärne ($\beta = .14, p = .06$).

Järgmisesse mudelisse (Mudel 5 Tabelis 3) lisati taustinfole, baasomadustele ning enesehinnangulistele ja objektiivsetele näitajatele lisaks ka erinevad keskkondlikud tegurid,

mis andsid samuti panuse eluga rahulolu ennustamisel ja suurendasid oluliselt mudeli ennustusjõudu. Mudelisse täiendavalt lisatud teguritest osutus oluliseks teguriks kodused elamistingimused ($\beta = .29, p < .001$). Kõigi uuringusse kaasatud tunnustega oli võimalik seletada 59% Eesti kooliõpilaste eluga rahulolu üldisest variatiivsusest (tegurid esitatud graafiliselt regressioonkordaja t -väärtuse alusel reastatuna Joonisel 1). Seega lõplikus mudelis (Mudel 5 Tabelis 3) omasid iseseisvat ennustusväärtust subjektiivne hinnang oma kodustele elamistingimustele, üldise enesehinnangu, avatuse ja neurootilisuse skaalade skoorid ning samuti muutusid lõppmudelis oluliseks õpiedukus koolis ja hinnang oma välimusele. Täpsemad tulemused on esitatud Tabelis 3.

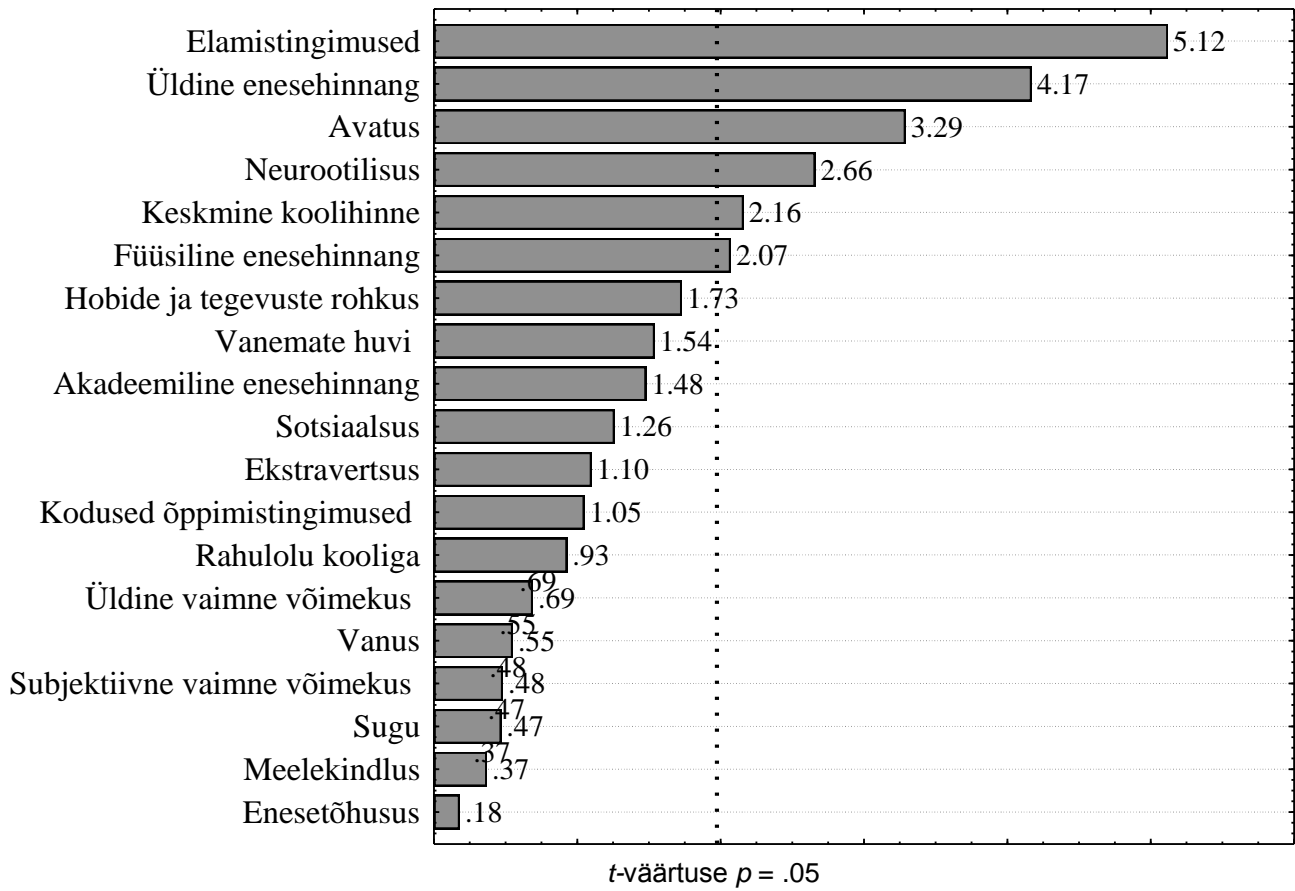
Tabel 3*Õpilaste üldist eluga rahulolu ennustavad tegurid*

| | Mudel 1 | | Mudel 2 | | Mudel 3 | | Mudel 4 | | Mudel 5 | |
|--|--------------|----------------|-------------|----------------------------|-------------|----------------------------|-------------|---------------------------|-------------|---------------------------|
| | β | <i>t</i> -test | β | <i>t</i> -test | β | <i>t</i> -test | β | <i>t</i> -test | β | <i>t</i> -test |
| Sugu ^(0=poisid; 1=tüdrukud) | .24 | 1.10 | .06 | 0.30 | .15 | 0.82 | -.03 | -0.13 | -.09 | -0.47 |
| Vanus | -.19 | -0.89 | -.05 | -0.27 | -.14 | -0.78 | .04 | 0.21 | .10 | 0.55 |
| Neurootilisus | | | -.40 | -5.72^{***} | -.19 | -2.35^{***} | -.20 | -2.45[*] | -.20 | -2.66^{**} |
| Ekstravertsus | | | -.05 | -0.70 | -.08 | -1.21 | -.05 | -0.84 | -.07 | -1.10 |
| Avatus | | | .22 | 3.34^{***} | .14 | 2.14^{***} | .16 | 2.33[*] | .21 | 3.29^{**} |
| Sotsiaalsus | | | .13 | 2.02[*] | .13 | 2.03[*] | .11 | 1.80 | .08 | 1.26 |
| Meelekindlus | | | .21 | 2.80^{**} | .13 | 1.82 | .09 | 1.28 | .03 | 0.37 |
| Üldine enesehinnang | | | | | .31 | 3.53^{***} | .33 | 3.68^{***} | .35 | 4.17^{***} |
| Akadeemiline enesehinnang | | | | | -.03 | -0.38 | -.08 | -0.98 | -.12 | -1.48 |
| Füüsiline enesehinnang | | | | | .12 | 1.75 | .12 | 1.89 | .13 | 2.07[*] |
| Enesetõhusus | | | | | .04 | 0.46 | .04 | 0.46 | .01 | 0.18 |
| Subjektiivne vaimne võimekus | | | | | .07 | 0.99 | .05 | 0.68 | .03 | 0.48 |
| Üldine vaimne võimekus | | | | | | | -.06 | -0.92 | -.04 | -0.69 |
| Keskmine koolihinne | | | | | | | .14 | 1.89 | .15 | 2.16[*] |
| Rahulolu kooliga | | | | | | | | | .05 | 0.93 |
| Rahulolu elamistingimustega | | | | | | | | | .29 | 5.12^{***} |
| Kodused õppimistingimused | | | | | | | | | -.06 | -1.05 |
| Vanemate huvi | | | | | | | | | .09 | 1.54 |
| Hobide ja tegevuste rohkus | | | | | | | | | -.10 | -1.73 |
| | R^2 | 1% | | 40% | | 50% | | 51% | | 59% |
| | R^2 muutus | .01 | | .39 | | .10 | | .01 | | .08 |
| | F muutus | .69 | | 22.2 ^{***} | | 6.4 ^{***} | | 2.1 | | 6.5 ^{***} |

Märkus. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$. Statistiliselt olulised regressioonkordajad on esitatud poolpaksus kirjas.

Joonis 1

Õpilaste üldise eluga rahulolu ennustajad



Arutelu

Subjektiivse eluga rahulolu uurimine laste ja noorte seas on oluline, et leida teadlikumalt erinevaid võimalusi laste ja noorte arengu toetamisel. Käesolevas töös analüüsiti Eesti kooliõpilaste näitel isiksuseomaduste, vaimse võimekuse, akadeemilise edukuse, enesekohaste hoiakute ja sotsiaalsete- ning keskkonnategurite panust eluga rahulolu ennustamisel.

Isiksuse mõju

DeNeve ja Cooper (1998) töid välja, et *Suure Viisiku* meelekindlus on eluga rahulolu taseme tugevaks ennustajaks, sama tulemus ilmnes ka antud valimil, kus esines tugev seos eluga rahulolu ja meelekindluse skaala vahel. Eluga rahulolu ennustavate tegurite lõplik mudelis meelekindlus siiski unikaalset panust ei omanud ja oli teiste tegurite kaudu seletatav. Seda eelkõige enesehinnanguliste näitajate vahendusel, sest meelekindluse oluline panus muutus ebaoluliseks enesehinnanguliste tunnuste kaasamisel. Seega ei sõltu hinnang oma üldisele elukvaliteedile sellest, kui võrd püüdlük, kohusetundlik, korralik ja motiveeritud õpilane oma tegemistes on, kui arvesse võtta ka subjektiivsed enesekohased uskumused. Kinnitust leidsid uurimistulemused, mis on näidanud, et õnnelikkuse ja neurootilisuse vahel (DeNeve ja Cooper, 1998; Hayes ja Joseph, 2003) esineb tugev negatiivne korrelatsioon. Madal neurootilisuse tase oli oluliseks eluga rahulolu ennustajaks ka käesolevas töös Eesti koolilastel, nagu see on varasemalt Eesti täiskasvanute valimil olnud (Realo, 2006). Mida vähem negatiivseid emotsioone, stressi ja ebakindlust õpilased kogevad, seda kõrgem on ka nende eluga rahulolu tase. Kui varasemalt on uuringutes ekstravertsust seostatud eluga rahuloluga (Costa ja McCrae, 1980), siis käesoleval valimil leiti, et ekstravertsuse statistiliselt oluline positiivne seos muutus ebaoluliseks, kui võeti arvesse ka teised isiksuseomadused. See kinnitas uuringutulemusi, mis täiskasvanute seas läbi viidud (Realo, 2006), kus leiti, et Eesti valimil pole eluga rahulolu hinnangutes määraval kohal positiivsete emotsioonide kogemine ehk ekstravertsuse tase. Samamoodi ei osutunud oluliseks eluga rahulolu ennustajaks ka kõrgem tulemus sotsiaalsuse skaalal, vaatamata omavahelisele mõõdukale korrelatsioonile. Eluga rahulolu ja avatuse skaala seose suurus oli üllatav võrreldes teiste isiksuse komponentidega, mida ei ole teadaolevalt varasemalt raporteeritud. Arvestades asjaolu, et avatus kogemusele kasvab märgatavalt teismeeas (Allik, Laidra, Realo ja Pullmann, 2004), võib see viidata ka uute tunnete ja mõtete kogemise olulisusele antud

eas ning selle seosele eluga rahulolule antavate hinnangutega. Järeldub, et õpilaste eluga rahulolu taseme ennustajatena on olulised peamiselt kaks isiksuse seadumust – neurootilisus ja avatus. Nende mõju eluga rahulolu tasemele ei kao ka siis, kui kaasata erinevad objektiivsed, enesehinnangulised ja keskkondlikud näitajad. Magistritöös püstitatud hüpotees, et õpilaste subjektiivne eluga rahulolu on statistiliselt oluliselt negatiivselt seotud neurootilisuse ja positiivselt ekstravertsuse ja meelekindlusega, leidis osaliselt kinnitust, sest ekstravertsus ja meelekindlus ei osutunud lõplikus mudelis olulisteks eluga rahulolu ennustajateks.

Enesehinnanguliste näitajate mõju

Üldine enesehinnang oli üks olulisemaid eluga rahulolu ennustajaid antud uuringus. Kuigi üldine enesehinnang ja neurootilisus on omavahel tugevalt pöördvõrdeliselt seotud (Pullmann ja Allik, 2000), ei ole enesehinnangu oluline roll eluga rahulolu kujunemisel seletatav seotusega neurootilisusega ja omas regressioonanalüüsi mudelis unikaalset panust koos neurootilisusega. See kinnitas ka varasemaid uuringu tulemusi eluga rahulolule antavate hinnangute ja enesehinnangu vahelisest tugevast samapidisest seosest (Diener ja Diener, 1995; Gilman ja Huebner, 2006; Huebner, 1991; Rigby ja Huebner, 2004). Kui õpilased on iseendaga rahul, suhtuvad endasse hästi ja suudavad end aktsepteerida, siis hindavad nad ka oma üldist eluga rahulolu kõrgemalt.

Õpilaste eluga rahulolu ja akadeemilise enesehinnangu skaala skooride vahel ilmnes mõõdukas oluline positiivne korrelatsioon, samuti ka eluga rahulolu ja tajutud üldvõimekuse vahel, kus õpilased hindasid oma vaimset võimekust eakaaslastega võrreldes. Seoseid erinevatele subjektiivsetele võimekuse näitajatele antavate hinnangute ja eluga rahulolu taseme vahel on leitud erinevates kultuurides (Gilman ja Huebner, 2006; Huebner, Gilman ja Laughlin, 1999; Leung ja Leung, 1992; Leung, McBride-Chang ja Lai, 2004; Leung ja Zhang, 2000; Pollard ja Lee, 2003; Suldo ja Huebner, 2004; Suldo ja Huebner, 2006; Verkuyten ja Thijs, 2002), sh ka Eesti õpilaste valimil (Pullmann, 2009). Õpilased, kes hindavad oma eluga rahulolu madalamaks, kalduvad ka oma võimekust madalamalt hindama või vastupidi, õpilased, kes on oma eluga rahulolevamad, hindavad ka oma võimeid kõrgemalt. Esitatud hüpotees, et õpilaste subjektiivne eluga rahulolu on oluliselt samapidiselt seotud üldise enesehinnanguga ja teiste minapildi aspektidega nagu akadeemiline- ja füüsiline enesehinnang, enesetõhusus ja subjektiivne vaimne võimekus, leidis korrelatsioonidele tuginedes kinnitust. Siiski omasid iseseisvat panust eluga rahulolu

tegurina vaid üldine enesehinnang ja füüsiline enesehinnang, mis viitab vajadusele uurida seoseid ka kompleksemal tasandil ning enesehinnanguliste näitajate omavahelist seotust arvesse võttes.

Objektiivsemate sooritusnäitajate mõju

Eluga rahulolule antavate hinnangute ja psühhomeetriliselt hinnatud üldise vaimse võimekuse testi (SPM) tulemuste vahel statistiliselt oluline seos puudus. See kinnitab mujal maailmas (Huebner ja Alderman, 1993) ning ka Eesti koolilaste valimil läbi viidud uuringu tulemusi (Pillmann, 2009), kus on leitud, et need on suhteliselt sõltumatud konstruktid ja vaimselt võimekamad õpilased ei pruugi olla oma eluga rohkem rahulolevamad. Järeldub, et ainult analüüsi oskusest, loogilisest mõtlemisvõimest ja kognitiivsest võimekusest ei piisa, et olla õnnelik ja oma eluga rahul.

Esines mõõdukas statistiliselt oluline positiivne seos keskmise koolihinde ja eluga rahulolu taseme vahel. Akadeemilise edukuse samapidist seost õpilaste eluga rahulolu hinnangutega on täheldatud nii mujal maailmas (Chang jt., 2003; Gilman ja Huebner, 2006) kui ka Eesti laste seas (Pillmann, 2009), kus leiti, et õpilased tajuvad akadeemilist edukust ühe oma eluga rahulolu näitajana ning õpilased, kes on akadeemiliselt edukamad, hindavad ka oma subjektiivset eluga rahulolu kõrgemalt (Pillmann, 2009). Seega võib ka käesoleva uurimuse tulemustest järeldada, et õpilaste vaimse võimekuse tase ei oma eluga rahulolu kujunemisel olulist rolli, kuid kooliedukuse näitaja, keskmine hinne, on siiski oluline eluga rahulolu taseme ennustaja ning kinnitust leidis ka hüpotees, et õpilaste subjektiivne eluga rahulolu on oluliselt seotud õpiedukusega koolis, kuid sõltumatu üldisest vaimsest võimekusest.

Keskkondlike tegurite mõju

Kooliõpilaste eluga rahulolu tase on seotud nende suhetega oma vanematega ning tajutud vanemliku sotsiaalse toega (Proctor, Linley ja Maltby, 2010; Suldo ja Huebner 2004). Ka antud uurimuses selgus, et õpilaste eluga rahulolu tase on oluliselt positiivselt seotud lapsevanemate huviga õpilaste õppeedukuse suhtes, kuid eluga rahulolu ennustavate tegurite lõplikus mudelis näitaja siiski unikaalset panust ei omanud. Ka võimalus kodus rahulikult õppetööle keskenduda oli statistiliselt oluliselt positiivse mõjuga õpilaste üldisele eluga rahulolule, kuid samuti ei omanud tunnus eluga rahulolu ennustavate tegurite seas unikaalset panust. Kuigi varasemalt on leitud, et sotsiaalmajanduslik taust ei

oma laste eluga rahulolule mingit mõju (Huebner, 1991), on hiljem näidatud ka seda, et individualistlikus ühiskonnas, kus suuremal osal inimestest on baasvajadused rahuldatud, seondub eluga rahulolu üha rohkem kõrgemate, üle baasvajaduste ulatuvate eesmärkide saavutamise (Veenhoven, 1999). Sarnast paralleeli võib ka antud valimi näitel tuua, kus õpilased hindasid oma elamistingimusi üldiselt suhteliselt kõrgelt, kuid oma eluga vähem rahulolevad olid need õpilased, kes hindasid oma soove arvestades praegusi elamistingimusi halbadeks. Rahulolu oma elamistingimustega osutus kõige olulisemaks eluga rahulolu ennustavaks näitajaks ning järeldub, et kui õpilane tunneb end oma kodus hästi, aitab see tal ennast ka üldiselt rahulolevamalt tunda. Samas võib tulemust tõlgendada ka Eesti Inimarengu Aruandes (Realo ja Dobewall, 2011) esitatust lähtuvalt, kus välja toodud, et Eestis on täiskasvanute seas materiaalne olukord ja sissetulek osutunud kõige olulisemateks eluga rahulolu ennustajateks. Hinnang oma elamistingimustele võib olla laste jaoks üheks nende materiaalse olukorra näitajaks.

Kokkuvõte

Varasemalt pole uuritud eluga rahulolu ennustavaid tegureid, kaasates korraga nii erinevad isiksuse, minapildi, vaimse võimekuse, õppeedukuse, kui ka sotsiaaldemograafilised näitajad. Läbi on viidud uurimusi, kus vaadeldud teismeliste (Huebner, 1991) ja tudengite (Joshi ja Afshari, 2011) isiksuseomaduste ja üldise enesehinnangu mõju eluga rahulolu hinnangutele. Proctor jt., (2010) uurisid ka kooliga seotud tegurite, koolivälise huvialade, sotsiaalsete suhete ja enesehinnanguliste näitajate seost eluga rahulolu hinnangutega. Samuti on viidud läbi kultuuriti võrdlev eluga rahulolu uuring tudengite seas, kus olid kaasatud üldise enesehinnangu, sotsiaalsete suhete ning majandusliku olukorra näitajad (E. Diener ja M. Diener, 1995). Eesti kooliõpilaste valimil on eluga rahulolu uuringud piirdunud vaid akadeemilise võimekuse ning akadeemilise edukuse seoste analüüsimisega (Pillmann, 2009).

Käesolevas uurimuses toodi välja soost ning vanusest sõltumatud eluga rahulolu ennustavate tegurite mudelid, mis on üldistatavad erinevas vanuses ja soost Eesti õpilastele. Tulemused näitavad, et eluga rahulolu kujuneb koolilastel väga erilaadsete tegurite toel. Olulised on sünnipärase isiksuseomadused ning rahulolu kalduvad kogema enam loomupäraselt maailmale avatud ja kõrgema pingetaluvusega õpilased. Samuti on olulisteks teguriteks üldine enesega ja oma välimusega rahulolu ning ka kooliedukus kujundab hinnangut üldisele eluga rahulolu tasemele. Olulist rolli omab ka õpilasi

ümbritsev keskkond, kus antud uurimuses vaadeldud tunnustest osutusid oluliseks eluga rahulolu ennustajaks eelkõige elamistingimused.

Tulemuste tõlgendamisel tuleb arvesse võtta, et tegemist oli läbilõikeuuringuga ja laiemate üldistuste tegemiseks on antud uurimuse valim liiga väike. Edaspidi valimit esinduslikumaks ning uuringu kava longituudseks muutes saaks teha ka täpsemaid järeldusi kooliõpilaste eluga rahulolu tegurite ning nende muutumise kohta vanuse kasvades. Teatud kitsaskohtadele vaatamata lisab antud uuring olulise panuse kooliõpilaste eluga rahulolu uurimisse. Eelkõige tuleks esile tuua laialdast analüüsitavaid tegurite ringi, kuhu kuulusid nii isiksuseomadused, minapilt, kognitiivne võimekus, edukus õpingutes ning kodukeskkonda kirjeldavad tunnused. Teiseks näitas käesolev töö, et seoste uurimine korrelatsioonanalüüsina ei pruugi anda piisavalt sisulist ja adekvaatset ülevaadet erinevate tunnuste panusest ning tunnuste samaaegsel arvessevõtmisel ja omavaheliste seoste kontrollimisel osutusid mitmed maailmas oluliseks rahulolu mõjutavaks teguriks peetud näitajad statistiliselt mitteoluliseks ega omanud tegelikult olulist panust. Käesoleva töö tulemusel pakutakse välja mitmekülgne, kuid väikesearvuline tunnuste komplekt, millega on võimalik ära seletada suhteliselt märkimisväärne osa õpilaste eluga rahulolu hinnangutest.

Kirjanduse loetelu

- Allik, J., Laidra, K., Realo, A. ja Pullmann, H. (2004). Personality development from 12 to 18 years of age: changes in mean levels and structure of traits. *European Journal of Personality, 18*, 445–462.
- Bearsley, C. ja Cummins, R. A. (1999). No place called home: life quality and purpose of homeless youths. *Journal of Social Distress and the Homeless, 8*, 207–226.
- Bienvenu, O. J. ja Stein, M. B. (2003). Personality and anxiety disorders: a review. *Journal of Personality Disorders, 17*, 139–151.
- Bradley, R. H. ja Corwyn, R. F. (2004). Life satisfaction among European American, African American, Chinese American, Mexican American, and Dominican American adolescents. *International Journal of Behavioral Development, 28*, 385–400.
- Brebner, J. U., Donaldson, J., Kirby, N. ja Ward, L. (1995). Relationships between happiness and personality. *Personality and Individual Differences, 19*, 251–258.
- Butkovic, A., Brkovic, I. ja Bratko, D. (2012). Predicting well-being from personality in adolescents and older adults. *Journal of Happiness Studies, 13*, 455–467.
- Cameron, P. (1975). Mood as an indicant of happiness: age, sex, social class, and situational differences. *Journal of Gerontology, 30*, 216–224.
- Campbell, A., Converse, P. E. ja Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life*. New York: Sage.
- Campbell-Sills, L., Cohen, S. A. ja Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping and psychiatric symptoms in youth adults. *Behaviour Research and Therapy, 44*, 585–599.
- Chamorro-Premuzic, T., Bennett, E. ja Furnham, A. (2007). The happy personality: mediational role of trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences, 42*, 1633–1639.
- Chang, L., McBride-Chang, C., Stewart, S. M. ja Au, E. (2003). Life satisfaction, self-concept, and family relations in Chinese adolescents and children. *International*

Journal of Behavioral Development, 27, 182-189.

Costa, P. T. ja McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668–678.

Costa, P. T., McCrae, R. R. ja Dye, D. A. (1991). Facet scales for agreeableness and conscientiousness: a revision of the NEO Personality Inventory. *Personality and Individual Differences*, 12, 887–898.

Demir, M. ja Weitekamp, L. A. (2006). I am so happy cause today I found my friend: friendship and personality and predictors of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 8, 181–211.

DeNeve, K. M. ja Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197–229.

Dew, T. ja Huebner, E. S. (1994). Adolescents' perceived quality of life: an exploratory investigation. *Journal of School Psychology*, 32, 185–199.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542–575.

Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103–157.

Diener, E. ja Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653–663.

Diener, E., Diener, M. ja Diener, C. (1995). Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 851–864.

Diener, E., Oishi, S. ja Lucas, R. C. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. ja Smith, H. L. (1999). Subjective well being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276–302.

Eid, M. ja Larsen, R. J. (Toim.). (2008). *The Science of Subjective Well-Being* (1st ed.). The Guilford Press.

- Emmons, R. A. (1986). Personal strivings: an approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1058–1068.
- Emmons, R. A. ja Diener, E. (1985). Personality correlates of subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11, 89–97.
- Eronen, S. ja Nurmi, J. E. (1999). Life events, predisposing cognitive strategies and well-being. *European Journal of Personality*, 13, 129–148.
- Fellows, E. W. (1956). A study of factors related to a feeling of happiness. *Journal of Educational Research*, 50, 231–234.
- Gilman, R. (2001). The relationship between life satisfaction, social interest, and frequency of extracurricular activities among adolescent students. *Journal of Youth and Adolescence*, 30, 749–767.
- Gilman, R. ja Huebner, E. S. (2003). A review of life satisfaction research with children and adolescents. *School Psychology Quarterly*, 18, 192–205.
- Gilman, R. ja Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 311–319.
- Gomez, V., Krings, F., Bangerter, A. ja Grob, A. (2009). The influence of personality and life events on subjective well-being from a life span perspective. *Journal of Research in Personality*, 43, 345–354.
- Hansford, B. C. ja Hattie, J. A. (1982). The relationship between self and achievement/performance measures. *Review of Educational Research*, 52, 123–142.
- Hartmann, G. W. (1934). Personality traits associated with variations in happiness. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 29, 202–212.
- Hayes, N. ja Joseph, S. (2003). Big 5 correlates of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34, 723–727.
- Holder, M. D., Coleman, B. ja Singh, K. (2012). Temperament and happiness in children in India. *Journal of Happiness Studies*, 13, 261–274.

- Huebner, E. S. (1991). Correlates of Life Satisfaction in Children. *School Psychology Quarterly*, 6, 103–111.
- Huebner, E. S. (1991). Initial development of the Students' Life Satisfaction Scale. *School Psychology International*, 12, 231–240.
- Huebner, E. S. ja Alderman, G. L. (1993). Convergent and discriminant validation of a children's life satisfaction scale: its relationship to self- and teacher-reported psychological problems and school functioning. *Social Indicators Research*, 30, 71–82.
- Huebner, E. S., Drane, W. ja Valois, R. F. (2000). Levels and demographic correlates of adolescent life satisfaction reports. *School Psychology International*, 21, 281–292.
- Huebner, E. S., Funk, B. A. ja Gilman, R. (2000). Cross-sectional and longitudinal psychosocial correlates of adolescent life satisfaction reports. *Canadian Journal of School Psychology*, 16, 53–64.
- Huebner, E. S. ja Gilman, R. (2003). Toward a focus on positive psychology in the schools. *School Psychology Quarterly*, 18, 99–102.
- Huebner, E. S., Gilman, R. ja Laughlin, J. E. (1999). A multimethod investigation of the multidimensionality of children's well-being reports: discriminant validity of life satisfaction and self-esteem. *Social Indicators Research*, 46, 1–22.
- Huebner, E. S., Valois, R. F., Paxton, R. ja Drane, W. (2005). Middle school students' perceptions of quality of life. *Journal of Happiness Studies*, 6, 15–24.
- Joshanloo, M. ja Afshari, S. (2011). Big Five Personality Traits and Self-Esteem as Predictors of Life Satisfaction in Iranian Muslim University Students. *Journal of Happiness Studies*, 12, 105–113.
- Katja, R., Paivi, A., Marja-Terttu, T. ja Pekka, L. (2002). Relationships among adolescent subjective well-being, health behavior, and school satisfaction. *Journal of School Health*, 72, 243–249.
- Konstabel, K., Realo, A. ja Kallasmaa, T. (2002). Exploring the sources of variations in the structure of personality traits across cultures. Raamatus McCrae, R. R. ja Allik, J. (Toim.), *The Five-Factor Model of Personality Across Cultures* (lk 29–52). New

York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.

- Kwan, V. S. Y., Bond, M. H. ja Singelis, T. M. (1997). Pancultural explanations for life satisfaction: adding relationship harmony to self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1038–1051.
- Leung, J. P. ja Leung, K. (1992). Life satisfaction, self-concept and relationship with parents in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 18, 345–359.
- Leung, C. Y., McBride-Chang, C. ja Lai, B. P. (2004). relations among maternal parenting style, academic competence, and life satisfaction in Chinese early adolescents. *Journal of Early Adolescence*, 24, 113–43.
- Leung, J. P. ja Zhang, L. W. (2000). Modelling life satisfaction of Chinese adolescents in Hong Kong. *International Journal of Behavioral Development*, 24, 99–104.
- Lu, L. ja Hu, C. H. (2005). Personality, leisure experiences and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 6, 325–342.
- Lykken, D. ja Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Sciences*, 7, 186–189.
- Lyubomirsky, S., King, L. ja Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803–855.
- Man, P. (1991). The influence of peers and parents on youth life satisfaction in Hong Kong. *Social Indicators Research*, 24, 347–365.
- Marsh, H. W. (1989). Age and sex effects in multiple dimensions of self-concept: preadolescence to early adulthood. *Journal of Educational Psychology*, 81, 417–430.
- McCrae, R. R. ja Costa, P. T. (1987). Validation of the Five-Factor Model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 81–90.
- McCrae, R. R. ja Costa, P. T. (1988). Age, personality and the spontaneous self-concept. *Journal of Gerontology*, 43, 177–185.

- McCrae, R. R. ja Terracciano, A. (2005). Personality profiles of cultures: Aggregate personality traits. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89, 407–425.
- McCrae, R. R., Yik, S. S. M., Trapnell, P. D., Bond, M. H. ja Paulhus, D. L. (1998). Interpreting personality profiles across cultures: bilingual acculturation and peer ratings of Chinese undergraduates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1041–1055.
- Nickerson, A. B. ja Nagle, R. (2004). The influence of parent and peer attachments on life satisfaction in middle childhood and early adolescence. *Social Indicators Research*, 66, 35–60.
- Oishi, S., Diener, E. F., Lucas, R. E. ja Suh, E. M. (1999). Cross-cultural variations in predictors of life satisfaction: perspectives from needs and values. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 980–990.
- Orth, U., Trzesniewski, K. H. ja Robins, R. W. (2010). Self-esteem development from young adulthood to old age: a cohort-sequential longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98, 645–658.
- Owuchi, G. ja Yoshino, H. (1975). A study on the happiness of pupils in school. *Tohoku Psychologica Folia*, 34, 27–32.
- Palmore, E. ja Luikart, C. (1972). Health and social factors related to life satisfaction. *Journal of Health and Social Behavior*, 13, 68–80.
- Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591, 25–39.
- Park, N. ja Huebner, E. S. (2005). A cross-cultural study of the levels and correlates of life satisfaction among adolescents. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36, 444–456.
- Pillmann, B. (2009). *Subjektivse heaolu ja akadeemilise võimekuse ning akadeemilise edukuse seos algkooli ja põhikooli õpilaste seas*. Bakalaureusetöö. Tartu Ülikool, Sotsiaal- ja haridusteaduskond, Psühholoogia instituut.
- Pollard, E. L. ja Lee, P. D. (2003). Child well-being: a systematic review of the literature. *Journal Social Indicators Research*, 61, 59–78.

- Proctor, C., Linley, P. A. ja Maltby, J. (2010). Very happy youths: benefits of very high life satisfaction among adolescents. *Social Indicators Research*, 98, 519–532.
- Pullmann, H. (2005). *The development of intelligence and personality traits among Estonian schoolchildren*. Doktoritöö. Tartu Ülikool, Sotsiaal- ja haridusteaduskond, Psühholoogia instituut.
- Pullmann, H. ja Allik, J. (2000). The Rosenberg Self-Esteem Scale: its dimensionality, stability, and personality correlates in Estonian. *Personality and Individual Differences*, 28, 701–715.
- Pullmann, H. ja Allik, J. (2008). Relations of academic and general self-esteem to school achievement. *Personality and Individual Differences*, 45, 559–564.
- Pullmann, H., Allik, J. ja Lynn, R. (2004). The growth of IQ among Estonian schoolchildren from ages 7 to 19. *Journal of Biosocial Science*, 36, 735–740.
- Pullmann, H., Allik, J. ja Realo, A. (2009). Global self-esteem across the life span: a cross-sectional comparison between nationally representative and self-selected Internet samples. *Experimental Aging Research*, 35, 20–44.
- Realo, A. (2006). Mis paneb eestlase elust rõõmu tundma? *Horisont*, 2, 24–28.
- Realo, A. ja Dobewall, H. (2011). Vanus, töötus ja eluga rahulolu Eestis, Lätis, Soomes ning Rootsis. Lauristin, M. (Toim.), *Eesti Inimarengu Aruanne 2010/2011. Inimarengu Balti rajad: muutuste kaks aastakümnet* (lk 87–90). Tallinn: Eesti Koostöö Kogu.
- Realo, A. ja Pillmann, B. (2011). Intelligentsus ja õnn. Raamatus Mõttus, R., Allik, J. ja Realo, A. (Toim.), *Intelligentsuse psühholoogia* (lk 223–231). Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus.
- Rigby, B. ja Huebner, E. S. (2004). Do causal attributions mediate the relationship between personality and life satisfaction in adolescence? *Psychology in the Schools*, 41, 91–99.
- Robins, R. W. ja Trzesniewski, K. H. (2005). Self-esteem development across the lifespan. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 158–162.

- Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., Tracy, J. L., Gosling, S. D. ja Potter, J. (2002). Global self-esteem across the life-span. *Psychology and Aging*, 17, 423–434.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C. ja Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: different concepts, different outcomes. *American Sociological Review*, 60, 141–156.
- Sigelman, L. (1981). Is ignorance bliss? A reconsideration of the folk wisdom. *Human Relations*, 34, 965–974.
- Simmons, R., Rosenberg, F. ja Rosenberg, M. (1973). Disturbance in the self-image at adolescence. *American Sociological Review*, 38, 553–568.
- Steel, P., Schmidt, J. ja Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134, 138–161.
- Steinberg, L. D. ja Silverberg, S. B. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development*, 57, 841–851.
- Suldo, S. M. ja Huebner, E. S. (2004). Does life satisfaction moderate the effects of stressful life events on psychopathological behavior during adolescence? *School Psychology Quarterly*, 19, 93–105.
- Suldo, S. M. ja Huebner, E. S. (2006). Is extremely high life satisfaction during adolescence advantageous? *Social Indicators Research*, 78, 179–203.
- Takk, K. (2006). *Tava- ja süvaõppeklassiklassi õpilaste psühholoogilised omadused ja õppeedukus Rapla Ühisgümnaasiumi näitel*. Magistritöö. Tallinna Ülikool, Kasvatusteaduste teaduskond, Õpetajahariduse osakond.
- Tkach, C. ja Lyubomirsky, S. (2006). How do people pursue happiness? Relating personality, happiness-increasing strategies and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 7, 183–225.
- Veenhoven, R. (1999). Quality of life in individualistic society. *Social Indicators Research*, 48, 157–186.

- Verkuyten, M. ja Thijs, J. (2002). School satisfaction of elementary school children: the role of performance, peer relations, ethnicity, and gender. *Social Indicators Research, 59*, 203–228.
- Watson, G. (1930). Happiness among adult students of education. *The Journal of Educational Psychology, 21*, 79–109.
- Wigfield, A., Eccles, J.S., MacIver, D., Reuman, D. A. ja Midgley, C. (1991). Transitions during early adolescence: changes in children's domain-specific self-perceptions and general self-esteem across the transition to junior high school. *Developmental Psychology, 27*, 552–565.
- Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin, 67*, 294–306.
- Wu, K., Lindsted, K. D., Tsai, S. ja Lee, J. W. (2008). Chinese NEO-PI-R in Taiwanese adolescents. *Personality and Individual Differences, 44*, 656–667.
- Zullig, K. J., Valois, R. F., Huebner, E. S. ja Drane, W. J. (2001). Relationship between perceived life satisfaction and adolescents' substance abuse. *Journal of Adolescent Health, 29*, 279–288.

Tänuõnad

Täna südamest oma juhendajaid Helle Pullmann'i ja Anu Realo't, kes suunasid mind õigele teele ning innustasid ja toetasid edasi minema. Koostöös on valminud magistritöö *Eesti kooliõpilaste eluga rahulolu ennustavad tegurid*.

Nõusolek

Käesolevaga kinnitan, et olen korrektselt viidanud kõigile oma töös kasutatud teiste autorite poolt loodud kirjalikele töödele, lausetele, mõtetele, ideedele või andmetele. Olen nõus oma töö avaldamisega Tartu Ülikooli digitaalarhiivis DSpace.

Birgit Pillmann