



**Tartu Ülikool**

**Psühholoogia Instituut**

**Kaileen Mägi**

**ÕNNELIKE JA ÕNNETUTE INIMESTE STEREOTÜÜBID**

**Seminaritöö**

Juhendaja: Anu Realo

Läbiv pealkiri: *Õnneliku inimese stereotüüp*

**Tartu 2012**

## Kokkuvõte

Käesoleva uurimuse eesmärgiks oli välja selgitada, millistena nähakse õnneliku ja õnnetu inimese isiksuse seadumusi ning kuivõrd stereotüüpsed hinnagud õnnelike ja õnnetute inimeste kohta langevad kokku hinnangu andnud inimeste tegelike isiksuse profiilidega. Uuringust selgus, et õnnelikke inimesi peetakse võrreldes õnnetute inimestega stereotüüpselt oluliselt emotsionaalselt stabiilsemaks, ekstravertsemaks, avatumaks, sotsiaalsemaks ja meelekindlamaks. Stereotüüpselt õnnelike inimeste isiksuse profiil on statistiliselt oluliselt seotud antud valimis kõrge õnnelikkuse skoori saanud inimeste enesekohase isiksuse profiiliga ( $ICC = .65, p = .001$ ) olulisel määral, kuid sellele vaatamata, erinesid kõikide isiksuse põhiskaalade keskmised statistiliselt olulisel määral. Tüüpiliselt õnnelikku inimest peetakse vähem neurootiliseks ning oluliselt enam ekstravertseks, avatuks ja sotsiaalseks kui antud valimi kõige õnnelikumad inimesed tegelikkuses on. Oluline seos õnnetu inimese stereotüübi ja valimis realselt õnnetute inimeste isiksuseomaduste profiilide vahel puudub. Tüüpiliselt õnnetut inimest peetakse enam neurootiliseks ning oluliselt vähem ekstravertseks, avatuks, sotsiaalseks ja meelekindlaks kui antud valimi kõige õnnetumad inimesed tegelikult on.

## **Abstract**

### **STEREOTYPES OF HAPPY AND UNHAPPY PEOPLE**

The overall aim of the current study was to explore how people see personality traits of happy and unhappy people. Broadly, this study surveys the stereotypes of happy and unhappy people. In addition this study examines if and to what extent the stereotypical judgement of happy and unhappy people corresponds to the real personality profile of these people who gave these judgements. The results show, that happy people are stereotypically considered to be significantly more emotionally stable, extraverted, open to new experience, agreeable and conscientious than unhappy people. Stereotypically happy people's personality profile is significantly related to the personality profile of those people who gained a higher happiness score ( $ICC = .65, p = .001$ ), but still – all the personality main scale mean differed in a significant level. Typically happy people are less neurotic and more extraverted, open to new experience, and agreeable than „happier“ people really are in that sample. There was no statistically significant relationship between the stereotypically „unhappy“ people's personality profile and the personality profile of least happy people in the current sample.

Typically unhappy person is considered more neurotic and much less extraverted, open, agreeable and conscientious than unhappy people in this sample really are.

## Sissejuhatus

Kuidas olla õnnelik, on läbi inimkonna ajaloo olnud üks kesksemaid küsimusi. Juba Aristoteles (384-322 e.m.a) ütles, et õnne teemat pole võimalik vältida, sest õnn on kokkuvõttes inimese elu eesmärk. Tema sõnul tähendab soov olla õnnelik inimese jaoks sedasama, mida tähendab taime jaoks kasvamine. „Nikomachose eetikas“ kirjutab Aristoteles, et õnne, kui nimetuse suhtes valitseb küll enamuse hulgas üsna suur üksmeel — nii enamik inimesi kui ka õppinud inimesed väidavad, et nad mõistavad õnnelikkuse all hästi elamist ja hästi toimetulekut (Aristoteles, 1996) Õnnelikkuse tunnetamist on erinevates uuringutes seostatud tugevalt eluga rahuloluga. Eluga rahulolu on omakorda seotud eelkõige inimese baasvajaduste täitmisega (Louis, Diener 2011). Eluga rahulolu uurijad on varasemalt oma fookust hoidnud küsimusel, kes on õnnelik inimene - kas see inimene on abielus, on ta rikas, usklik jne (Diener et al., 1999)? Praegu on fookus liikunud sellele, et aru saada, millal ja miks on inimesed õnnelikud ja mis täpsemalt mõjutab inimese eluga rahulolu määra. Temperament ja isiksuse omadused on olulised subjektiivse heaolu mõjutajad, osalt kindlasti seepärast, et inimesed harjuvad nii heade kui halbade elu olukordadega, mis elu jooksul aset leiavad (Diener, 2000).

Käesolevas uuringus keskendutakse sellele, milliseid iseloomuomadusi õnnelikud ja õnnetud inimesed kõrvaltvaataja pilgu läbi kannavad ehk millised on õnneliku või õnnetu inimese stereotüübid. Kuidas nad omavahel erinevad või sarnased on? Seejärel, kui on selge, milliseid isiksuse omadusi õnnelikele/õnnetutele omistatakse, võetakse uurimise alla need samad inimesed, kes stereotüüpseid hinnanguid andnud on ning uuritakse, kas inimese poolt kirjeldatud konkreetne stereotüüp ühtib tema enda enesekohaste hinnangutega

## Ekstravertsus ja neurootilisus – olulised õnnelikkuse määrajad

Tänaseks on üldjoontes teada, et see kuivõrd õnnelikuna inimene ennast tunneb, on suurel määral seotud nende isiksuseomadustega, millega ta siia maailma sünnib. Kõrge neurootilisuse tasemega inimesed kalduvad kogema rohkem negatiivseid emotsioone, samas kui ekstravertsematel inimestel on ülekaalus positiivsed emotsioonid (Costa&McCrae, 1980). Mida enam on inimene oma eluga rahul ja kogeb rohkem positiivseid kui negatiivseid emotsioone, seda kõrgem on ka tema subjektiivne heaolu. Tundub, et selleks, et hinnata, kui rahul keegi oma eluga on, võtavad inimesed

üle maailma arvesse just positiivsete ja negatiivsete emotsioonide kogemist. Positiivsete emotsioonide kogemine on eluga rahuloluga seotud kaks korda tugevamalt kui negatiivsete emotsioonide tundmine (Kuppens, Realo, & Diener 2008).

Viimaste uuringute tulemused näitavad, et ligikaudu 50–60% subjektiivse heaolu individuaalsetest erinevustest on võimalik seletada pärilikkusega (Weiss, Bates, & Luciano 2008). Samas, kuigi ligi pool inimese õnne- või heaolutundest on geenide poolt ette määratud, jääb üle siiski piisavalt võimalusi ka eluga rahulolu ja subjektiivse heaolu tõusudeks ja langusteks eluea jooksul, olles mõjutatud nii erinevatest elusündmustest kui muudest sotsiaal-demograafilistest teguritest (Realo ja Pillmann, 2011 )

Weiss jt (2008) uuringu kohaselt on subjektiivne heaolu oluliselt ning geneetiliselt eristamatult seotud emotsionaalse stabiilsuse (so madala neurootilisuse), sotsiaalse ja füüsilise aktiivsuse (so kõrge ekstravertsuse) ning enesepiiravusega (so kõrge meelegendlusega).

On leitud ka seda, et kui vaadelda subjektiivset eluga rahulolu Suurest Viisikust (ekstravertsus, avatus, sotsiaalsus, neurootilisus ja meelegendlus) lähtudes, siis selgub, et positiivset afekti ennustas ekstravertsus, aga ka sotsiaalne soovitus; õnnelikkusel oli kõige tugevam seos samuti ekstravertsusega; eluga rahulolu ennustas kõige tugevamalt meelegendlus (DeNeve, Cooper 1998). De Neve ja Cooper teevad oma metaanalüüsis ülevaate sellest, kuidas seni on heaolu ja isiksuse omadusi seostatud. Autorid eristavad õnnelikkust ja eluga rahulolu järgmiselt: õnnelikkus hõlmab enda alla üldise afektiivse hinnangu, positiivse ja negatiivse afekti, mis on üldiselt fokuseeritud hiljutisele spetsiifilisele positiivsele või negatiivsele emotsioonile. Nii nagu õnnelikkus, ei sisalda positiivne ja negatiivne afekt endas kognitiivseid hinnanguid. Eluga rahulolu teisalt on eelkõige kognitiivne hinnang inimese kogemustele, hõlmates tervet elu (De Neve, Cooper 1998). Nii küsib nõustumist või mittenõustumist *Life Satisfaction Scale* (Pavot, Diener 1993) sedastades näiteks teiste väidete seas järgmist: „Üldjoontes on minu elu ideaalilähedane“ ja „Seni olen elult saanud kõik olulised asjad“ .

Eraldi on püütud välja tuua ka neid faktoreid, mis mõjutavad õnnelikkust. On arvatud, et inimese krooniline õnnelikkuse tase (*person's chronic happiness level*) sõltub kolmest olulisest faktorist: geneetiliselt determineeritud õnnelikkuse baasist (*set point*) (50%), õnnelikkusega kaudselt seotud faktoritest (10%) ja õnnelikkusega seotud tegevustest ja praktikatest (40%) (Lyubomirsky et al, 2005). Lyubomirsky jt väidavad seega, et õnnelikkuse taset on võimalik pidevalt tõsta ja mitte lasta ennast häirida geneetilisest determineeritusest. Tõsta saab seda taset nende arvates just nende tegevustega, mis õnnelikuks teevad.

Laias laastus võib öelda, et see, mida varem peeti eluga rahuoluks, on nüüd defineeritud pigem õnnelikkusena (Schmotkin, 2005). Üks sisaldab teist. Juba rohkem kui 30 aastat tagasi tehtud uuringust selgus, et mingi üks komplekt isiksuseomadusi mõjutab positiivset afekti või rahulolutunnet, samas kui teistsugune isiksuseomaduste komplekt mõjutab negatiivset afekti ning rahulolematust; kusjuures esimesena nimetatud isiksuseomaduste komplekti võib vaadelda kui ekstravertsuse osiseid ning teist komplekti kui neurootilisuse komponente (Costa & McCrae, 1980). Costa jt (1980) leidsid ka seda, et isiksuseomaduste erinevused sõltuvad eelnevast ajaperioodist ning ennustavad erinevusi õnnelikkuse kogemisel kuni 10-aastaseks perioodiks, mis tähendab seda, et eluga rahulolu tunnetamine pole ajutiste meeleolu seisundite poolt oluliselt mõjutatud. Kokkuvõttes on subjektiivsel heaolul tugev geneetiline komponent, kuid see ei määra üheselt, kui õnneliku või rahulolevana inimene ennast tunneb (Realo ja Pillmann, 2011).

### **Stereotüübid kui käitumise mõjutajad**

Viimasel ajal on stereotüüpseid lähenemisi palju uurinud kultuuriti võrdlev psühholoogia erinevate rahvuste võrdluses. Ei saa öelda, et stereotüübid on vaid väärettekujutus ühest või teisest rahvast, stereotüüpsetel arvamustel on alati ka mingi tõepõhi all. Näiteks see, millist inimest peetakse vanaks, on seotud paljuski rahvuslike stereotüüpidega sellest, millal inimest tavatsetakse vanaks pidada (Löckenhoff, Filip, Terraciano & McCrae, 2009). Millisena nähakse aga tüüpilist õnnetut või õnnelikku inimest – sellist uuringut pole autoril õnnestunud veel leida.

Tuntud vene kirjanik Lev Tolstoi on öelnud, et kõik õnnelikud inimesed on üksteise sarnased, kuid iga õnnetu inimene on aga isemoodi õnnetu. Veidi võiks tema öeldud sententsile isegi vastu vaielda, sest arvestades ajas suhteliselt püsivaid isiksuse seadumusi, on suure tõenäosusega ka õnnetud inimesed üksteisele ikkagi väga sarnased. Millisteks aga tüüpilisi õnnelikke ja õnnetuid inimesi rahva seas peetakse ja kas „rahva arvamus“ ühtib sellesama rahva isiksuse omadustega? Õnnelikkuse teema puhul on oluline, millistena eelpool nimetatud inimeste isiksuse seadumusi nähakse, olgugi nad stereotüüpsed.

Erinevates uuringutes on leitud, et stereotüpiseerimine mõjutab üldiselt inimese käitumist. Toogem siin mõned näited.

Näiteks kartus selle kohta, et sind negatiivselt stereotüüpiseeritakse mõjutab otseselt akadeemilise soorituse tulemust. Nii juhtus mustanahaliste naistudengitega, kellele anti mõista, et nad tõenäoliselt ei suuda analüütilist mõtlemist nõudvat testi edukalt sooritada. Selle tulemusena soorituse tase langeski (Wout, Shih 2009).

Stereotüüpne mõtlemine võib olla ka ohtlik, seda tõestas „Politseiohvitseri dilemma“ uuring (Wout, Shih & Jackson, 2009), kus katseisikutel lubati videomängus tulistada sihtmärki vaid siis, kui see oli relvastatud, kusjuures sihtmärgid olid mustanahalised ja valged ameeriklased, kes iga natukese aja tagant arvutiekraanile ilmusid. Katseisikud tulistasid relvastamata mustanahalisi rohkem, kuna pidasid neid stereotüüpselt ohtlikumaks.

Stereotüüpselt tunnevad inimesed ära näiteks meesterahva siis kui ta on vihane ja naisterahva siis kui ta on rõõmus (Becker, Kenrick & Neuberg, 2007). See tähendab seda, et vihast nägu seostatakse rohkem meeste olemusega ning rõõmsat olemust naise olemusega.

Soostereotüübid panid inimesed uuringu jooksul toimunud eksperimentides vihast mehe nägu palju kiiremini ja korrektsemalt ära tundma kui vihase näoilmega naist, mis tähendab, et inimestel on eelsoodumus niimoodi oma sookaaslasi näha.

Mõnikümmend aastat tagasi tehtud uuringus ülikooliharidusega naiste seas vaadeldi naiste enesekohaseid hinnaguid ja nende endi soostereotüüpe ning võrreldi neid meeste stereotüüpidega naiste kohta (Gordon, Hall 1974). Kõige suuremad nõ rollikonfliktid tekkisid just meeste stereotüübi ja naiste endi naiselikkuse stereotüübi kokkupõrkel. Üldjoontes selgus, et naistel ja meestel on naiselikkusest erinevad stereotüüpne arusaamad.

Kuidas mõjub teiste inimeste käitumine lähtuvalt sellest, kas suheldakse eelnevalt stereotüüpiseeritud õnneliku või õnnetu inimesega, on väga raske välja selgitada.

### Uurimuse eesmärgid

Antud uurimuse peamine eesmärk oli uurida seda, millistena nähakse õnnelike (ja õnnetute) inimeste isiksuse seadumusi ehk milline on õnnelike/õnnetute inimeste isiksuse kohta käiv stereotüüp. Teiseks eesmärgiks oli uurida, kas antud stereotüüpsete hinnangute isiksuse profiilid langevad kokku õnnetute ja õnnelike inimeste tegelike isiksuse profiilidega.

Uuringus on oluline mitte vaid stereotüüpsete hinnangute kogumine vaid ka hinnangu andja isiksusedimensioonide kaardistamine.

## MEETOD

### *Valimi kirjeldus*

Uurimuses osales kokku 241 inimest. Valim moodustus mugavusvalimina. Katseisikud leiti suures osas tutvusringkonna seast, kellest osad omakorda saatsid ka oma tuttavatele edasi palve küsimustik täita. Vanuselist piirangut ei seatud. Algselt prognoositi valimi suuruseks ligi 200 inimest, kelle hulgas sooviti võimalikult võdselt näha nii naissoost kui ka meessoost isikuid. Lõpptulemusena osales uuringus 181 naist (75,1%) ja 50 meest (20,7%), 10 inimest (4,1%) ei märkinud oma sugu, keskmise vanusega 32 aastat ( $SD = 9,874$ ). Vastajate vanus jäi vahemikku 18 kuni 77 aastat. Mingitel põhjustel ei märkinud oma vanust 27 inimest. Enda haridustaseme märkisid ära kõik vastajad. Kõige rohkem, 34,9%, oli vastajate seas kõrgharidusega inimesi. 34,4% vastajatest märkisid enda haridustasemeks lõpetamata kõrghariduse. Põhiaridust või lõpetamata keskhariidust omas 2,1%, kesk-eriharidust 4,1%, keskhariidust 11,2% ja magistri-, kandidaadi- või doktorikraadi 13,3% küsitlusele vastanutest. Enamus vastajatest olid vallalised (38,6%) või vabaabielus (33,2%). 98,3% vastajatest määratlesid ennast eestlaseks, vastajate hulgas oli vaid 3 (1,2%) venelast ja 1 (0,4%) muu rahvuse esindaja.

### *Mõõtevahendid*

Uuringus paluti osalejatel hinnata õnnelike ja õnnetute inimeste isiksuse seadumusi, samuti paluti osalejatel kirjeldada enda isiksuse seadumusi ning anda hinnang enda õnnelikkuse/eluga rahulolu määrale.

Uurimuse mõõtevahendiks oli *National Character Survey* (NCS; Terraciano jt, 2005) küsimustiku eestikeelne variant, mis koosneb 30-st bipolaarsest väitest ning mille struktuur sarnaneb Suurt Viisikut mõõtvat isiksuseküsimustiku NEO PI-R (Costa ja McCrae, 1992) alaskaalade esehitusega. NCS küsimustik annab kõikehõlmava kirjelduse viie isiksusedimensiooni kohta: neurootilisus, ekstravertsus, sotsiaalsus, meelegendlus ja avatus. Iga isiksuse baasomadus jaguneb omakorda kuueks alaskaalaks. Näiteks ekstravertsuse üht tahku – soojust – mõõdeti bipolaarse väidetepaariga *sõralik, soe, südamlik vs. külm, reserveeritud*.



Vastajatel paluti küsimustikule vastata kolm korda:

1. mõeldes vastavalt õnneliku inimese peale (õnnelik inimene on tüüpiliselt...);
2. mõeldes õnnetu inimese peale (õnnetu inimene on tüüpiliselt...);
3. ja lõpetuseks enda kohta (Mina olen...)

Küsimustik oli jagatud kolme ossa ja vastajad ei teadnud iga järgmise osa suhtes antavat instruktsiooni enne, kui olid vastava osani jõudnud.

Lisaks eelnevale NCS küsimustikule olid lisatud taustaküsimused soo, vanuse, hariduse, rahvuse ja perekonnaseisu kohta. Kõige lõpuks paluti vastajal mõelda üldjoontes selle peale, kui rahul ta oma eluga on. Et seda hinnata, paluti kõigepealt vastata järgmisele küsimusele: Kui õnnelikuks te kõike kokku võttes ennast peate? ( 10-palli skaalal, kus 0=väga õnnetu ja 10=väga õnnelik). Enamus vastajatest pidasid ennast keskmisest õnnelikumaks inimeseks, 76,8% inimestest kasutas skaalal vastusevariante 7-10.

Edasi küsiti vastajatelt viis küsimust kasutades selleks *Satisfaction with Life Scale* (Pavot & Diener, 1993). Selles skaalas on viis väidet:

1. Suuremalt jaolt on mu elu ideaalilähedane
2. Mu elutingimused on suurepärased
3. Ma olen oma eluga rahul
4. Seni olen saanud olulised asjad, mida olen elult tahtnud
5. Kui ma saaksin oma elu uuesti elada, ei muudaks ma peaaegu mitte midagi

Küsimustele pidi vastuse andma 5-pallisel skaalal (1 – ei ole üldse nõus • 5 – täiesti nõus). Viie küsimuse keskmine skoor ( $M = 3,47$ ;  $SD = 0,42$ ) annabki tulemuseks eluga rahulolu skoori (SWL). Skaala sisereliaabluskoefitsent Cronbachi alfa on 0,79. Õnnelikkuse küsimus ning eluga rahulolu skoor olid kõrgelt positiivselt seotud,  $r = 0,6$ ,  $p = .000$ , mistõttu otsustati nende põhjal moodustada uus, üldine õnne indeks. Selleks standardiseeriti kõigepealt mõlemad tunnused ning seejärel need summeeriti. Saadud õnne indeksi jaotuse alusel moodustati kaks rühma, vastavalt õnnelikud inimesed ( $n = 58$ ) ehk need vastajad, kelle õnne indeksi väärtus paigutas nad antud valimi ülemise

kvartiili sekka ning õnnetud inimesed ( $n = 57$ ), kes õnne indeksi väärtuse alusel asetusid antud valimi madalama kvartiili hulka.

### ***Protseduur***

Vastuseid küsimustikule koguti Tartu Ülikooli psühholoogia instituudi (TÜPH) internetipõhiste uuringute keskkonnas. Küsimustele vastamiseks pidi ennast veebikeskkonnas liikmeks registreerima. Enamus 241-st vastajast kasutasid internetikeskkonda, vaid 25 inimest andsid vastused paber kandjal. Küsimustik postitati korduvalt sotsiaalvõrgustikku Facebook (luues seal vastavasisulise ürituse), hinnaguliselt tuli Facebook'i kaudu ca 150 vastust. Vastajate vahel loositi välja auhind. Uurimus edastati ka Tartu Ülikooli psühholoogia eriala meililisti. Küsimustele vastamine oli vabatahtlik, sellel puudus ajaline piirang ning vastamise võis igal hetkel katkestada ja vajadusel hiljem jätkata. Andmete kogumine toimus ajavahemikus 1. veebruar kuni 28. aprill 2012.

## **TULEMUSED**

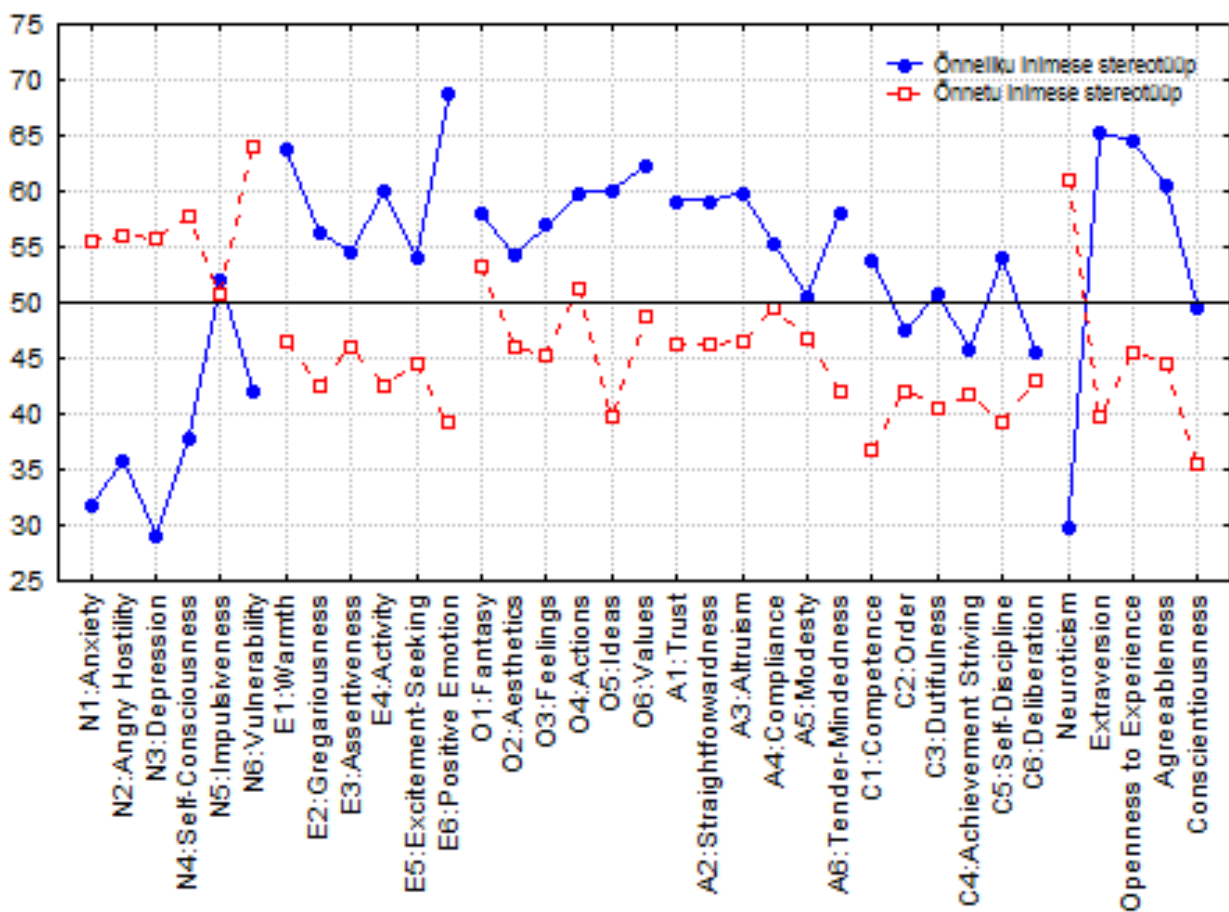
Nii stereotüüpide kui ka isiksuse seadumuste profiilide võrdlemise eel viidi läbi andmete standardiseerimine, mis on tavaline protseduur isiksuse profiilide võrdlemisel. Iga kaks profiili võivad olla sarnased mitte ainult seetõttu, et nende iseloomulikud omadused kokku langevad, vaid ka seetõttu, et nad mõlemad peegeldavad teatud üldist arvamust, nn keskmist profiili (Realo jt, 2009). Välistamiseks või vähendamaks kõigi hinnangute ühist komponenti, mida tavaliselt kutsutakse „üldistatud teine— (*generalized other*; Cronbach, 1955), teisendati NCS alaskaalade toorskoorid  $T$ -skoorideks ( $M = 50$ ,  $SD = 10$ ).

Mina-hinnangud on normeeritud võttes aluseks projektide „Mare Balticum— (Realo jt, 2009) ning „Russian Character and Personality Survey— (Allik jt, 2008) raames kogutud andmete keskmiseid skoore ja standardhälbeid. Stereotüübid normeeriti samade projektide rahvusliku iseloomu stereotüübi keskmise suhtes.

## Õnnelike ja õnnetute inimeste stereotüübid

Millistena nähakse õnnetute ja õnnelike inimeste isiksuse seadumusi? Selleks võrdlesin omavahel õnnetute ja õnnelike inimeste isiksuse profiile. Nimetatud profiilid olid omavahel statistiliselt oluliselt negatiivselt seotud, profiilide korrelatsioon  $ICC = -.58, p = .001$  (profiilide kokkulangevuse võrdlemisel on siin ja edaspidi kasutatud *Intraclass correlation* topeltsissekande meetodit (Griffin, Gonzalez, 1995). NCS kõikide põhiskaalade keskmised väärtused erinevad statistiliselt olulisel määral ( $p = .000$ ). Õnnelike inimesi peetakse võrreldes õnnetute inimestega oluliselt emotsionaalselt stabiilsemaks, ekstravertsemaks, avatumaks, sotsiaalsemaks ja meelekindlamaks. Suuremad erinevused (vt Joonis 1) esinesid järgnevate alaskaalade puhul: N1: Ärevus, N3: Masendus ja E6: Positiivsed emotsioonid. Õnnelikud inimesed on stereotüüpselt oluliselt vähem ärevad ja masendunud kui õnnetud inimesed, samas arvatakse neil võrreldes õnnetutega olevat kalduvus kogeda märgatavalt enam positiivseid emotsioone.

Joonis 1: Õnnelike ja õnnetute inimeste stereotüübid ( $ICC = -.58, p = .001$ )

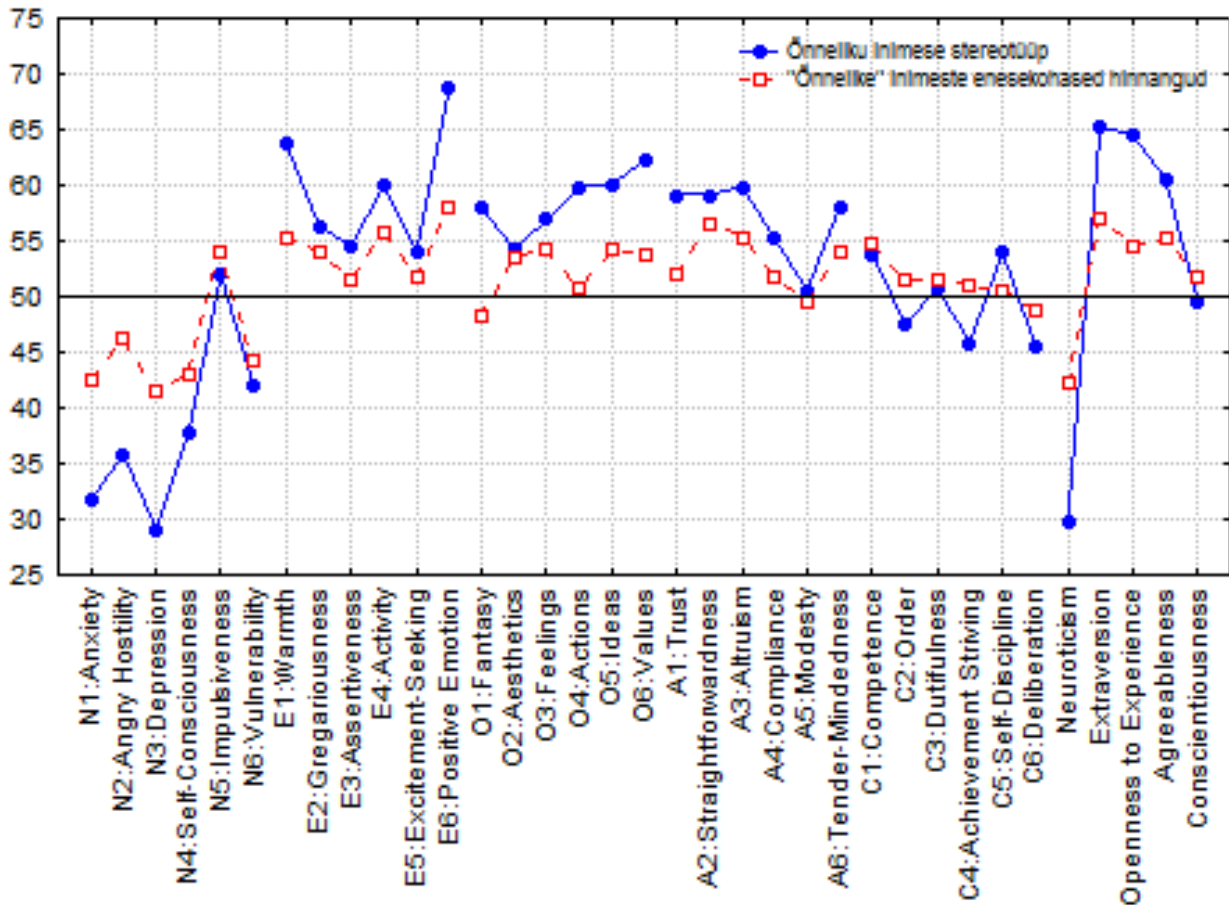


**„Õnneliku“ inimese stereotüübi võrdlus enesekohaste hinnagutega**

Kuivõrd läheb õnnelike inimeste kohta käiv stereotüüp kokku õnnelike inimeste tegelike isiksuse seadumustega? Stereotüüpselt õnnelike inimeste profiil sarnaneb antud valimis kõrge õnnelikkuse skoori saanud inimeste ( $n = 58$ ) enesekohase isiksuse profiiliga olulisel määral. Seda kinnitab ka  $ICC = 0,65$  stereotüübi ja enesekohaste hinnangute vahel ( $p < 0.01$ ). Vaatamata sellele, et profiilid on omavahel suhteliselt sarnased, erinesid kõikide isiksuse põhiskaalade keskmised statistiliselt olulisel määral ( $p = .000$ ) ja Meelekindlus ( $p = .06$ ). Tüüpiliselt õnnelikku inimest peetakse vähem neurootiliseks ning oluliselt enam ekstravertseks, avatuks ja sotsiaalseks kui antud valimi kõige „õnnelikumad“ inimesed tegelikult on. See kinnitab ka varasemaid uuringuid, kus õnnelikkust on seostatud just kõrge ekstravertsuse ja madala neurootilisuse tasemega (Costa&McCrae 1980), mis annab alust arvata, et üldjoontes on stereotüüpsetel hinnagutel ka tõepõhi all.

Suuremad erinevused esinesid järgnevate alaskaalade puhul: N3: Masendus, E5: Elamustejanu, O1: Avatus fantaasiale, N1: Ärevus, N2: Vaenulikkus (vt joonis 2). Enesekohaste hinnagutega võrreldes peetakse stereotüüpselt õnnelikku inimest vähem masendunuks, veidi rohkem elamustejanulisemaks, rohkem fantaasiale avatuks ning oluliselt vähem ärevaks ja vaenulikumaks.

Joonis 2: Stereotüübi ja enesekohaste hinnagute võrdlus „õnnelike“ inimeste puhul ( $ICC = .65, p = .001$ )

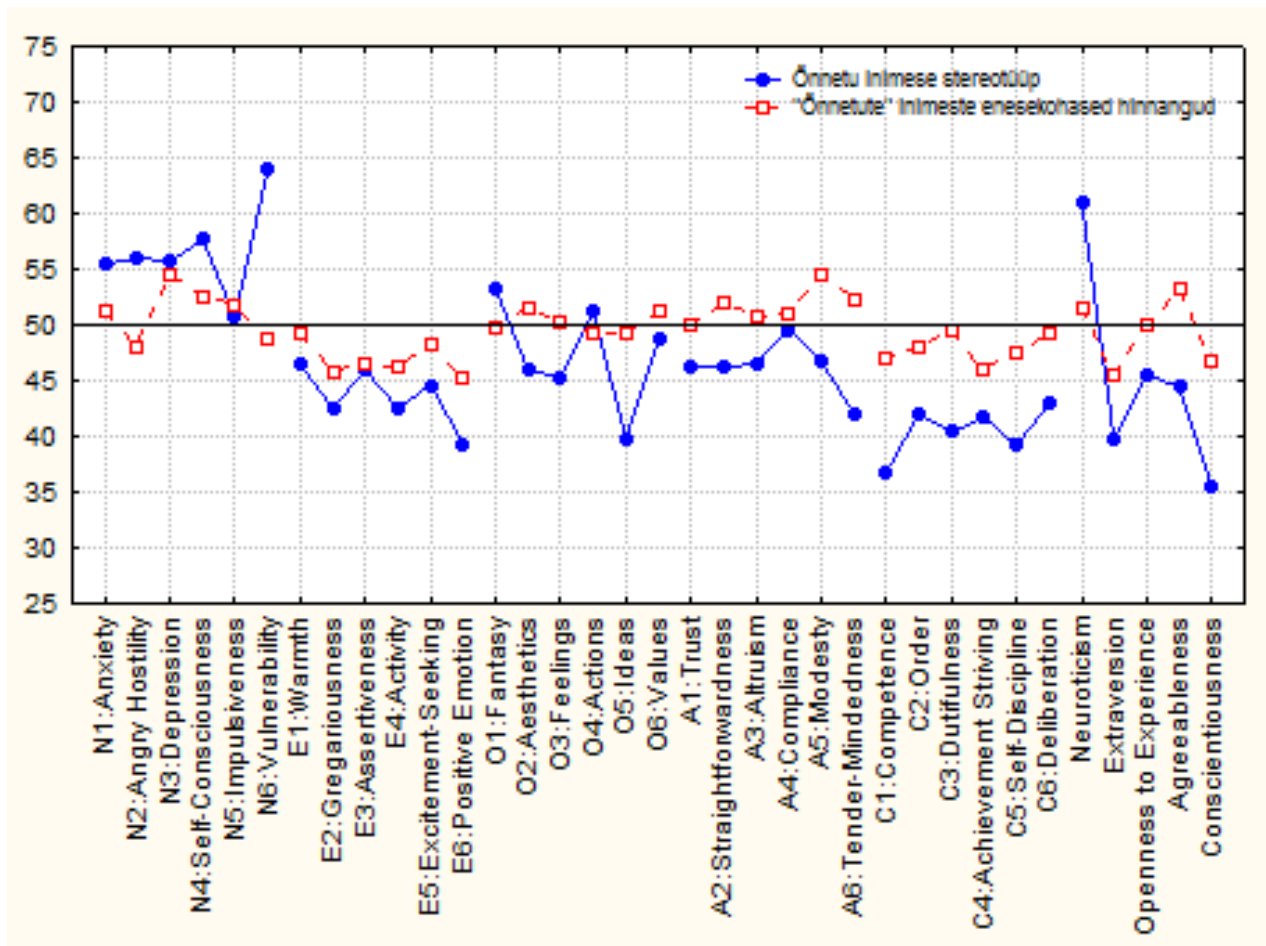


### Õnnetu inimese stereotüübi võrdlus enesekohaste hinnangutega

Kuivõrd läheb õnnetute inimeste kohta käiv stereotüüp kokku õnnetute inimeste tegelike isiksuse seadumustega?  $ICC$  kahe profiili vahel on 0,20 ( $p = 0.27$ ). Selle põhjal võib väita, et statistiliselt oluline seos kahe profiili vahel puudub. Kõikide põhiskaalade keskmised erinevad statistiliselt olulisel määral ( $p = .001$ ). Tüüpiliselt õnnetut inimest peetakse enam neurootiliseks ning oluliselt vähem extravertseks, avatuks, sotsiaalseks ja meelegendlaks kui antud valimi kõige „õnnetumad“ inimesed tegelikult on.

Suuremad erinevused esinesid järgnevate alaskaalade puhul: N6: Abitus, O5: Avatus ideedele, A6: Osavõtlikkus ja C1: Asjatundlikkus (vt joonis 3). Stereotüüpselt arvatakse, et õnnetu inimene saab eluga kehvemini hakkama või kannab ta vähem sotsiaalselt soovitavaid iseloomujooni kui antud valimi tegelikult õnnetus inimesed. Enesekohased hinnagud olid õnnetusel paremad ja nad pidasid ennast vähem abitumaks, rohkem avatumaks uutele mõtetele, rohkem osavõtlikumaks ja asjatundlikumaks.

**Joonis 3: Stereotüübi ja enesekohaste hinnangute võrdlus „õnnetus“ inimeste puhul (ICC = .20, n.s.)**



## ARUTELU JA JÄRELDUSED

Seminaritöö eesmärk oli uurida õnnelike ja õnnetute inimeste stereotüüpe ning võrrelda neid ka vastuseid andnud inimeste tegelike isiksuse seadumustega. Selleks, et saada usaldusväärsed tulemused, kasutati ühte ja sama mõõtevahendit *National Character Survey* (NCS; Terraciano jt, 2005).

Varasemalt on näiteks uuritud, kuidas kujutavad inimesed ette õnnelikku inimest (Furnham, Cheng 2000). Selleks, et kujutada ette õnnelikku inimest, kasutatakse erinevaid teooriaid. Furnham jt leidsid, et stereotüüpselt peetakse õnnelikkuse ennustajaks nii enda kui teiste puhul kuute põhilist faktorit: vaimne tugevus ja isiksuse omadused, isiklikud eelised, saavutus ja vabadus elus ja töös, sotsiaalne tugivõrgustik ja lugupidamine, kindlustunne ja optimism ning rahulolu. Fakt, et tegelik õnnelikkus on statistiliselt seotud uskumustega õnne kohta, on eriti oluline (Furnham, Cheng 2000). Autorid ütlevad, et siin võib olla seos inimese uskumustega, nende uskumuste elluviimisega, lõpuks nende uskumuste saavutamise ja kokkuvõttes ka rahuldusega, et eesmärk on saavutatud, mis omakorda tugevdab esialgset uskumust. Uuringu autorid peavad üheks kõige huvitavamaks avastuseks fakti, et isiksuse omadused ja enesehinnang on otseselt õnnelikkusega seotud.

Vaadeldes käesoleva uuringu tulemusi, selgus, et õnnelikke inimesi peetakse võrreldes õnnetute inimestega oluliselt emotsionaalselt stabiilsemaks ehk vähem neurootilisemaks. Ka tunduvad õnnelikud inimesed olevat rohkem ekstravertsed, avatud, sotsiaalsed ja meelekindlad. Õnnetud inimesed on vastavalt siis üldise arvamuse kohaselt rohkem neurootilised ja samas vähem ekstravertsed, avatud, sotsiaalsed ja meelekindlad. Kui arvestada seda, et isiksuse seadumus on inimese suhteliselt püsiv kalduvus sarnastes situatsioonides samamoodi käituda, tunda ja mõelda, näevad uuringu osalejad õnnelikul/õnnetul inimesel potsensiaalselt just ühele või teisele seadumusele omast käitumisviisi. Kuidas õnnetu inimene ennast tunneb või kuidas mõtleb, seda on juba palju raskem näha. Arvatakse, et õnnetud inimesed kogevad rohkem negatiivseid emotsioone nagu viha, süütunne, häbi jne. Kuna õnnetut inimest peetakse vähem avatumaks, tähendab see seda, et arvatakse justkui õnnetu inimene tunneks vähem huvi ennast ümbritseva maailma ja ka enda siseelu vastu kui seda teeb õnnelik inimene. Milline paistab välja õnnelik inimene? Ta on teiste silmis ekstravertne, talle meeldib liikuda suuremas seltskonnas, ta on aktiivne ja jutukas, sõbralik ja leplik, suudab kontrollida oma soove ja tunneb kokkuvõttes vähem negatiivseid emotsioone kui õnnetu inimene.

Töö teiseks eesmärgiks oli teada saada, kas stereotüüpsete hinnagute kirjeldused langevad kokku õnnetute ja õnnelike inimeste tegelike isiksuse profiilidega. Selgus, et õnneliku inimese profiilide kokkulangevus on parem kui õnnetu inimese oma. Stereotüüpset õnneliku inimese profiil langes märkimisväärselt enesekohaste hinnangutega kokku, eriti meelekindluse osas, kuid ülejäänud isiksuse dimensioonide osas oli erinevus statistiliselt oluline. Stereotüüpset õnnetu inimese profiil ei ühti enesekohaste hinnangutega mitte ühtegi dimensiooni arvestades.

Üldiselt võib öelda, et nii õnnelike kui õnnetute inimeste ettekujutamisel/ stereotüüpiseerimisel „pingutatakse üle“. Õnnelikule/õnnetule inimesele projitseeritakse vastavalt kas rohkem nõ negatiivseid või positiivseid isiksuse omadusi. Ilmneb, et õnnelikkuse tunnetamine on adekvaatsem – needsamad isiksuse omadused, mida nähekse tüüpiliselt õnneliku inimese puhul, need on olemas ka enesekohastes vastustes.

Keerulisem on olukord õnnetu inimese stereotüüpiseerimisel, siin tulevad enesekohaste ja tüüpiliste hinnagute vahele päris suured „käärid“, mis tähendab seda, et ennast õnnetuna määratlevad inimesed omistavad tüüpiliselt õnnetule inimesele nõ veelgi kehvema isiksuse omadusi. Selgub, et ennast õnnelikuna (ja õnnetuna) tundmiseks ei lähe tegelikult nii palju „vaja“, kui inimesed arvavad. Tegelikuses on õnnetu inimene vähem neurootiline ja rohkem meelekindel, sotsiaalne, avatud ja ekstravertne kui arvatakse. Samas on tüüpiliselt õnnelik inimene rohkem neurootiline ning oluliselt vähem ekstravertne, avatud ja sotsiaalne kui antud valimi kõige „õnnelikumad“ inimesed tegelikult on.

Stereotüübi ja tegelikkuse kokkusobimatus võib aga olla põhjustatud ka sellest, et valimis oli liiga vähe väga õnnetuid nimesi. Antud valimi kõige vähem õnnelikud inimesed ei pruugi olla tegelikuses õnnetud vaid nii nagu öeldud: vähem õnnelikumad. Seetõttu ei saa väga tõsiselt võtta suurt stereotüübi ja tegelike isiksuse omaduste lahknemist.

Edasistes uuringutes tuleks tõenäoliselt eraldi tähelepanu pöörata valimi sooliselt võrdsele jaotusele, käesolevas uuringus moodustasid kolmveerand vastajatest naised.

Umbes 2300 aastat tagasi jõudis Aristoteles tõdemuseni, et see, mida mehed ja naised kõige rohkem elus otsivad, on õnnelikkus. Üks positiivse psühholoogia alustalasid Mihaly Csikszentmihalyi on



öelnud, et õnnelikkus pole midagi sellist, mis meile osaks langeb. See ei ole tingitud õnnestumisest või juhusest. Raha eest ei saa seda osta ning jõuga ei saa seda sundida. See ei sõltu välistest sündmustest, vaid pigem sellest, kuidas me neid tõlgendame (Csikszentmihalyi, 1991). Mõeldes käesoleva uuringu tulemuste valguses, võiks öelda, et mingil määral – geneetiliselt päritavate isiksuseomaduste näol - siiski õnnelikkus meile osaks langeb. Küll aga on nii õnnelike kui ka õnnetute inimeste isiksuse seadumused „rahva arvamuses“ üle paisutatud. Kui väga lihtsalt väljendada, siis tunduvad „õnnelikud“ inimesed meile eriti palju „paremate“ iseloomuomadustega ja „õnnetutele“ inimestele omistame me veel nõ „koledamaid“ isiksuse omadusi võrreldes nende isiksuse omadustega, mis „õnnetutel“ inimestel tegelikult on.

## VIITED

- Allik, J., Mõttus, R., Realo, A. et al. (2009), *Russian Character and Personality Survey*, *European Journal of Personality*, 23, 567-588.
- Andersen, S., Klatzky, R., Murray, J. (1990), *Traits and social stereotypes. Efficiency in social information processing*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 192-201.
- Aristoteles. (1996). *Nikomachose eetika*. Tartu: Ilmamaa
- Becker, D., Kenrick, D., Neuberg, S. et al. (2007), *The confounded nature of angry men and happy women*, *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 179-190.
- Correll, J., Park, B., Judd, C., Wittenbrink, B. (2002), *The police officer's dilemma: Using ethnicity to disambiguate potentially threatening individuals*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 1314-1329.
- Costa, P. Jr., McCrae, R. (1980), *Influence of Extraversion and Neuroticism on Subjective Well-Being: Happy and Unhappy People*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Csikszentmihalyi, M. (1991). *Flow, the Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper Perennial.
- DeNeve, K., Cooper, H. (1998), *The happy personality: A meta – analysis of 137 personality traits and subjective well-being*, *Psychological Bulletin*, 124, 97-229.
- Diener, E. (2000), *Subjective well being: The science of happiness and proposal for a national index*. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R., Smith, H. (1999), *Subjective well-being: Three decades of progress*. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.

Furnham, A., & Cheng, C. (2000). Lay theories of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 1, 227–246.

Gordon, F., Hall, D. (1974), *Self-image and stereotypes of femininity: Their relationship to women I s role conflicts and coping*, *Journal of Applied Psychology*, 59, 241-243.

Griffin, D. & Gonzalez, R. (1995). *Correlational analysis of dyad-level data in the exchangeable case*. *Psychological Bulletin*, 118, 430–439.

Kuppens, P., Realo, A., Diener, E. (2008), *The role of positive and negative emotions in life satisfaction judgement across nations*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 66-75.

Löckenhoff, C., De Fruyt, F., Terraciano, A., McRae, P. *et al.* (2009), *Perceptions of aging across 26 cultures and their culture-level associates*, *Psychology and Aging*, 24, 941-954.

Lyubomirsky, S., Sheldon, K., Schkade, D. (2005), *Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change*, *Review of General Psychology*, 9, 111-131.

Pavot, W., Diener, E. (1993), *Review of the Satisfaction With Life Scale*, *Psychological Assessment*, 5, 164-172.

Realo, A., Allik, J., Lönqvist, J-E. *et al.* (2009), *Mechanisms of the National Character Stereotype: How People in Six Neighbouring Countries of Russia Describe Themselves and the Typical Russian*. *European Journal of Personality*, 23, 229–249.

Realo, A., & Pillmann, H. (2011). *Intelligentsus ja õnn*. R. Mõttus, J. Allik ja A. Realo (toim.) *Intelligentsuse psühholoogia* (lk. 223-231). Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus.

Schmotkin, D. (2005), *Happiness in the face of adversity: Reformulating the dynamic and modular bases of subjective well-being*, *Review of General Psychology*, 9, 291-325

Tay, L., Diener, E. (2011), *Needs and subjective well-being around the world*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101, 354-365.

Weiss, A., Bates, T., Luciano, M. (2008), *Happiness is a personal(ity) thing: the genetics of personality and well-being in a representative sample*. Psychological Science, 19, 205-210.

Wout, D., Shih, M., Jackson, J., Sellers, R. (2009), *Targets as perceivers: How people determine when they will be negatively stereotyped*. Journal of Personality and Social Psychology, 96, 349-362.

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.

Kaileen Mägi