



PL 303
40101 Jyväskylä



Markku Ojanen

Onnellisuuksien oivaltaja

Mitä tiede kertoo onnesta?

PS-kustannus, sid. 334 s. Hinta 39,-
ISBN 978-952-451-815-4

Markku Ojasen uusi kirja Onnellisuuksien oivaltaja 20.3.2018

Viime viikolla julkaistu The World Happiness Report kertoi Suomen olevan maailman onnellisin maa. Psykologian emeritusprofessori **Markku Ojanen** mukaan kansainvälisissä vertailuissa Suomi on usein ollut Tanskan jälkeen toisena tai ainakin kymmenen parhaan joukossa. Tuore World Happiness Report yllättää kuvaamalla Suomen ykköseksi. "Suomalaisien vapaudet ja maamme vähäinen korruptio eivät yllättäneet, mutta maahanmuuttajien korkea onnellisuus oli yllättävä ja mieluisa tulos", kertoo Ojanen. Mihin tämä hyvä tulos perustuu?

Markku Ojanen on seurannut onnellisuuden kansainvälistä ja kotimaista tutkimusta jo vuosikymmeniä. Häntä voi kutsua suomalaisen onnellisuustutkimuksen pioneeriksi. Omat aihepiiriin liittyvät kyselyt Ojanen aloitti jo vuonna 1969 tutkimalla psykiatristen potilaiden tyytyväisyyttä elämään.

Suomalaisten onnellisuutta koskevien tutkimusten perusteella Ojanen tiivistää: "On hätkähdyttävää ajatella, että 50 vuoden aikana suomalaisten tyytyväisyydessä ei ole tapahtunut merkittäviä muutoksia. Samaan aikaan inflaatiosta puhdistettu kansantuote on kasvanut kolminkertaiseksi."

Lisää tutkimustuloksia, arvioita tutkimusten hyödyllisyydestä ja vinkkejä tulosten tulkitintaan löytyy Markku Ojasen onnellisuuden päivänä 20.3. ilmestyvästä kirjasta *Onnellisuuksien oivaltaja. Mitä tiede kertoo onnesta?*. Se on ensimmäinen laaja-alainen tieteelliseen tutkimukseen perustuva teos onnellisuudesta.



Johtaako onnellisuuden tavoittelu ihmisiä ja yhteiskuntia harhaan?

”Laajat tutkimukset osoittavat, että ajaudumme tulkinnoissamme herkästi harhateille ja alamme uskoa sellaisiin käsityksiin ja ohjeisiin, jotka ovat virheellisiä ja joskus jopa vahingollisia”, kuvaa Ojanen kirjansa lähtökohtia. *Onnellisuuksien oivaltaja* johdattaa lukijan pohtimaan esimerkiksi seuraavia asioita:

- Mitä onnellisuus on?
- Onko onnellisuuden mittaaminen järkevää?
- Mikä osa onnellisuudesta on ihmisen omalla vastuulla?
- Miten valtio voi vaikuttaa kansalaisten onnellisuuteen?
- Johtaako onnellisuuden tavoittelu ihmisiä ja yhteiskuntia harhaan?

Tutkimusten mukaan esimerkiksi materialistiset asenteet vähentävät onnellisuutta. Monet ongelmat sen sijaan eivät alenna siinä määrin onnellisuutta kuin voitaisiin odottaa. Kansakuntien onnellisuus on vahvassa yhteydessä hyvinvointia kuvaaviin tekijöihin, kuten vapauteen, tasa-arvoon, oikeudenmukaisuuteen, vaurauteen ja koulutustasoon. USA:ssa onnellisuuden tavoittelu yhdistyy keskimääräistä heikompaan hyvinvointiin.

Mitä onnellisuustutkimusten perusteella sitten voi suositella? Ojanen antaa esimerkin: ”Kun onnellisuuden mittarit kertovat jonkin ryhmän alentuneesta hyvinvoinnista yhteiskunnassa, sen tukemiseen tulee kiinnittää erityistä huomiota.”

Markku Ojanen (s. 1944) on Lempäälässä asuva Tampereen yliopiston psykologian emeritusprofessori. Hän jäi eläkkeelle vuonna 2008. Ojansen keskeisiä tutkimusalueita ovat olleet mielenterveys, terveyspsykologia sekä positiivinen psykologia. Ojanen tunnetaan erityisesti hyvinvointia ja onnellisuutta käsittelevistä teoksistaan, joista *Onnellisuuksien oivaltaja. Mitä tiede kertoo onnesta?* on järjestyksessä 33. Aiemmin ilmestyneitä ovat esimerkiksi *Vaihtoehtoisia faktoja. Miksi valehtelemme?* (2017), *Positiivinen psykologia* (2007, 2014) sekä *Kaikki on hyvin juuri nyt. 100 paradoksia onnesta* (2014). Markku Ojanen on myös kysytty luennoitsija.

Tiedotteen on laatinut noo&logos.

Lisätiedot:

Markku Ojanen 040 555 9451, Markku.T.Ojanen@uta.fi, www.markkuojanen.com

Haastattelut ja arvostelukappaleet:

noo&logos, Mia Salo 040 585 1158, mia.salo@noologos.fi

Kustantaja:

PS-kustannus, tiedottaja Sari Malinen 040 747 2078, sari.malinen@ps-kustannus.fi

