

# **Persoonallisuuden piirteiden, elämänarvojen ja hyvinvoinnin väliset yhteydet keski-ikäisillä**

Merja Hietalahti  
Pro gradu -tutkielma  
Psykologian laitos  
Jyväskylän yliopisto  
kevät 2009

## Tiivistelmä

Persoonallisuuden piirteiden, elämänarvojen ja hyvinvoinnin väliset yhteydet keski-ikäisillä

Tekijä: Merja Hietalahti

Ohjaaja: akatemiaturkija Katja Kokko

Psykologian pro gradu -tutkielma

Jyväskylän yliopisto

kevät 2009

47 sivua

Tässä tutkimuksessa selvitettiin aluksi eksploratiivisella faktorianalyysillä sitä, millaisia faktoreita elämänarvoista muodostuu. Sen jälkeen tutkittiin regressioanalyysillä persoonallisuuden piirteiden, elämänarvojen ja hyvinvoinnin eri ulottuvuuksien välisiä yhteyksiä. Lopuksi selvitettiin, toimivatko elämänarvot mediaattoreina persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin välisessä yhteydessä, mitä ei ole aiemmin tutkittu. Tutkimuksessa käytettiin Lea Pulkkisen vuonna 1968 aloittaman Lapsesta aikuiseksi -pitkittäistutkimuksen 42-vuotiailta tutkittavilta kerättyjä tietoja. Tulosten mukaan 15 elämänarvosta muodostui viisi arvofaktoria, jotka nimettiin: syvälliseksi, pehmeiksi, suorituskeskeisiksi, fyysisen kunnon ja itseen suuntautumisen elämänarvoiksi. Persoonallisuuden piirteistä ulospäinsuuntautuneisuus, neuroottisuus, avoimuus ja myönteisyys olivat merkitsevästi yhteydessä elämänarvojen kanssa. Esimerkiksi, mitä korkeampi pistemäärä oli avoimuudessa, sitä enemmän raportoitiin syvällisiä elämänarvoja. Elämänarvoista puolestaan itseen suuntautuvat, pehmeät ja suorituskeskeiset elämänarvot olivat merkitsevästi ja positiivisesti yhteydessä jonkin tutkitun hyvinvoinnin osa-alueen kanssa (subjektiivinen, psykologinen, sosiaalinen). Tämän tutkimuksen tulokset antoivat vahvistusta elämänarvojen mediaattoriroolista. Esimerkiksi naisilla pehmeät elämänarvot toimivat osittaisina mediaattoreina avoimuuden ja psykologisen hyvinvoinnin välillä. Toisin sanoen naisten korkea pistemäärä avoimuudessa kytkeytyi pehmeiden elämänarvojen ilmenemiseen ja nämä tekijät yhdessä selittivät psykologista hyvinvointia.

**Avainsanat:** Persoonallisuuden piirteet, elämänarvot, subjektiivinen hyvinvointi, psykologinen hyvinvointi, sosiaalinen hyvinvointi, mediaattori

## **Abstract**

In this research it was first studied what kind of factors are formed by life values using exploratory factor analysis. The connections between personality traits, life values and different dimensions of well-being were next studied using regression analysis. The last aspect to be researched was whether life values mediate associations between personality traits and well-being, a connection which has not been studied before. In the study it was used The Jyväskylä Longitudinal Study of Personality and Social Development, which was initiated in 1968 by Lea Pulkkinen. Using that study, data was collected from 42-year old participants. The results showed that fifteen life values formed five value factors which were named: thoughtful, soft, achievement centered, physical conditioned and self oriented life values. As for personality traits; extroversion, neuroticism, openness to experience, and agreeableness was significantly connected to life values. For example, the higher the score in openness, the more often the thoughtful life values were reported. As for life value factors: self oriented, soft, and achievement centered life values were significantly and positively connected to particular dimensions of well-being (subjective, psychological, social). These research results gave confirmation of the mediator role which life values have; For example in women, soft life values worked as partial mediators in associations between openness and psychological well-being. In other words women's high score in openness was connected to existing soft life values and when the factors combined they explained psychological well-being.

Key words: Personality traits, life values, subjective well-being, psychological well-being, social well-being, mediator

## SISÄLLYSLUETTELO

Johdanto.....	5
Tutkimuksen toteuttaminen.....	13
Osanottajat.....	13
Menetelmät ja muuttujat.....	14
Persoonallisuuden piirteet.....	15
Elämänarvot.....	15
Hyvinvointi.....	16
Aineiston analysointi.....	17
Tulokset.....	19
Kuvailevaa tietoa.....	19
Elämänarvojen faktorit.....	23
Muuttujien väliset korrelatiiviset yhteydet.....	25
Persoonallisuuden piirteet elämänarvojen selittäjinä ja arvot hyvinvoinnin osa-alueiden selittäjinä.....	27
Elämänarvot osittaisina mediaattoreina persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin osa-alueiden välillä.....	31
Pohdinta.....	34
Lähteet.....	41

## Johdanto

Useissa tutkimuksissa on havaittu persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin liittyvän toisiinsa (esim. Chan & Joseph, 1999; Korkalainen, 2007). Persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin välillä on kuitenkin paljon selittämätöntä, joten on tarpeellista tutkia mahdollisia tekijöitä, jotka liittyvät persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin väliseen suhteeseen (esim. Costa & McCrae, 1980). Elämänarvot saattaisivat olla välittäviä tekijöitä persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin välisessä yhteydessä, vaikkakaan niiden mediaattoriroolia ei ole aiemmin tutkittu. Tässä tutkimuksessa olikin tarkoituksena selvittää, toimivatko elämänarvot persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin välisessä yhteydessä välittävinä tekijöinä keski-ikäisillä. Aiemmat tutkimukset ovat usein perustuneet valikoituihin opiskelijaotoksiin ja nuoriin aikuisiin. Aikuisia on myös persoonallisuus- ja kehityspsykologian alueella tutkittu aika vähän. Tämän tutkimuksen osanottajat kuuluvat alunperin satunnaisesti valittuun pitkittäistutkimusotokseen, joiden kehitystä on seurattu lapsuudesta keski-ikään saakka. Tässä tutkimuksessa käytettiin 42-vuotiailta osanottajilta koottua tietoa. Hyvinvointiin sisällytettiin psykologisen ja subjektiivisen hyvinvoinnin osa-alueen lisäksi sosiaalisen hyvinvoinnin ulottuvuus, jota aikaisemmissa tutkimuksissa on tarkasteltu vain vähän.

*Persoonallisuuden piirteet* ovat suhteellisen pysyviä ominaisuuksia ajan kuluessa ja myös eri konteksteissa (Rantanen ym., 2007; Roccas, Sagiv, Schwartz, & Knafo, 2002). Persoonallisuuden piirteiden voimakkuus ja niiden ilmenemisen yleisyys vaihtelevat eri ihmisillä (Caprara, Caprara, & Steca, 2003). Persoonallisuuden piirteet ovat yksilöiden välisten erojen ulottuvuuksia, jotka osoittavat pysyviä ajattelun, tunteiden ja toiminnan kaavoja (McCrae & Costa, 1990). Ne kuvaavat enemmän sitä, millaisia ihmiset ovat kuin syitä käyttäytymisen takana (Roccas ym., 2002). Persoonallisuuden piirteiden rakenne on universaali eri kulttuureissa ja piirteet ovat myös voimakkaasti perinnöllisiä (Costa & McCrae, 1998, 2001; McCrae & Costa, 1996, 1999; McCrae ym., 2000).

Nykyisin *viiden faktorin mallia* käytetään useimmiten ihmisen persoonallisuuden piirteiden rakenteen kuvaamisessa (Roccas ym., 2002). Mallin mukaan viisi perusfaktoria kuvaavat suurimman osan persoonallisuuden piirteistä. Nämä viisi faktoria ovat neuroottisuus, avoimuus, ulospäinsuuntautuneisuus eli ekstraversio, myönteisyys ja tunnollisuus. Neuroottisille ihmisille on ominaista, että he ovat levottomia, masentuneita,

vihaisia ja epävarmoja. Avoimet ihmiset ovat puolestaan luovia, kekseliäitä, sensitiivisiä ja avomielisiä. Ulospäinsuuntautuneisuuden osa-alueisiin sisältyvät esimerkiksi sosiaalisuus, assertiivisuus, puheliaisuus ja aktiivisuus, kun taas myönteisyyttä luonnehtii hyväluontoisuus, myöntyväisyys ja vaatimattomuus. Myönteiset ihmiset ovat lisäksi ystävällisiä ja yhteistyöhaluisia. Tunnollisille ihmisille on ominaista sen sijaan, että he ovat varovaisia, huolellisia, vastuuntuntoisia ja järjestelmällisiä.

*Elämänarvoja* on määritelty monella tavalla. Elämänarvojen on ajateltu liittyvän esimerkiksi siihen, mitä ihmiset pitävät henkilökohtaisesti tärkeinä (Roccas ym., 2002). Arvot ovat myös suhteellisen pysyviä ominaisuuksia eri konteksteissa ja ajan kuluessa. Schwartz (1992) määrittelee elämänarvot tilanteesta toiseen pysyvinä tavoitteina. Schwartzin mukaan arvot toimivat ohjaavina periaatteina ihmisen elämässä. Arvot voivat toimia myös henkilökohtaisina normeina (Caprara ym., 2003). Elämänarvot ovat lisäksi opittuja uskomuksia suositelluista tavoista toimia ja ne voivat myös motivoida ihmisen toimintaa (Costa & McCrae, 2001; McCrae & Costa, 1999; Rohan, 2000; Rokeach, 1973; Schwartz, 1994; Seligman, Olson, & Zanna, 1996). Sen sijaan Lewin (1952) on määritellyt arvot sellaisiksi, jotka vaikuttavat käyttäytymiseen. Lewinin mukaan arvot eivät ole päämääriä, vaan ne ohjaavat käyttäytymistä arvojen mukaiseksi. Rokeachin (1973) mukaan yksilöt pitävät usein sellaisia arvoja tärkeinä, joiden mukaan he eivät tällä hetkellä elä, mutta joihin heillä on kuitenkin pyrkimys. Elämänarvoille ei siis ole olemassa yleistä luokittelua ja tämä tekee vaikeaksi vertailla eri tutkimustuloksia elämänarvoihin liittyen (Roberts & Robins, 2000).

Schwartz on kuitenkin havainnut kymmenen elämänarvoa, jotka näyttävät ilmenevän yli 60 maassa (Schwartz, 1992, 1994; Schwartz & Sagiv, 1995): 1) *valta-arvot* (engl. power values), joihin kuuluvat sosiaaliseen asemaan ja maineeseen sekä ihmisten kontrollointikykyyn liittyvät elämänarvot, 2) *saavutusarvot* (engl. achievement values), jotka sisältävät henkilökohtaiseen menestymiseen liittyviä arvoja, jotka toteutetaan sosiaalisten normien mukaisella toiminnalla, 3) *hedonistiset arvot* (engl. hedonism values) sisältävät mielihyvän ja aistillisen mielihyvän arvoja, 4) *stimulaatioarvot* (engl. stimulation values) liittyvät sen sijaan jännitykseen, uusiin asioihin ja haasteisiin elämässä, 5) *itseensä suuntautumisen arvoihin* (engl. self-direction values) kuuluvat itsenäisen ajattelun ja toiminnan valitsemisen, luomisen sekä tutkimisen arvot, 6) *universalistisissa arvoissa* (engl. universalism values) korostuvat puolestaan toisten ihmisten ja luonnon ymmärtäminen,

arvostaminen, sietokyky sekä suojeleminen, 7) *hyväntahtoisuusarvoihin* (engl. benevolence values) sisältyvät läheisten ihmisten hyvinvoinnin säilyttäminen ja edistäminen, 8) *traditionaalisiin arvoihin* (engl. tradition values) kuuluvat sen sijaan perinteisen kulttuurin ja uskonnon käytäntöjen sekä aatteiden hyväksyminen ja niihin sitoutuminen, 9) *myötämielisyysarvoihin* (engl. conformity values) sisältyvät pidättyväisyys sellaisten toimintojen suhteen, jotka todennäköisesti loukkaavat toisia ihmisiä ja rikkovat sosiaalisia odotuksia ja normeja ja 10) *turvallisuusarvot* (engl. security values), joita ovat yhteisön, ihmissuhteiden ja oman minän turvallisuus, harmonia ja vakaus.

Arvojen tärkeyden suhteen löytyy jonkin verran eroavaisuuksia sukupuolten välillä, mutta enimmäkseen naisten ja miesten välillä ei ole havaittu eroja arvojen tärkeydessä (Schwartz & Rubel, 2005). Ryanin ym. (1999) tutkimuksessa havaittiin, että miesten ja naisten elämänarvojen tärkeysjärjestys oli samanlainen yhdysvaltalaisilla ja venäläisillä tutkittavilla. Suurin osa tutkittavista piti sisäisiä elämänarvoja kuten yhteenkuuluvaisuutta ja henkilökohtaista kasvua tärkeimpinä. Ulkoiset elämänarvot tulivat tärkeysjärjestyksessä sisäisten elämänarvojen jälkeen (esim. Ryan ym., 1999; Schwartz, 1992). Sukupuolieroja ei ole myöskään havaittu Schwartzin myötämielisyys- ja traditionaalisissa arvoissa (Schwartz & Rubel, 2005). Robertsin ja Robinsin (2000) tutkimuksessa havaittiin, että miesten ja naisten kaksi keskeisintä elämänarvoa olivat tyydyttävän ihmissuhteen saavuttaminen ja työura.

Arvot voivat kuitenkin vaihdella niiden tärkeysjärjestyksen suhteen eri ihmisillä (Caprara ym., 2003). Näyttäisi siltä, että miehet pitävät tärkeämpinä valtaan, stimulaatioon, hedonismiin, saavutukseen ja itseen suuntautuvia elämänarvoja naisiin verrattuna. Naisille puolestaan voivat olla tärkeämpiä hyväntahtoisuuteen ja universalismiin liittyvät elämänarvot (Schwartz & Rubel, 2005). Miehillä saattaa olla myös tärkeämpää panostaa ekonomisiin arvoihin (kuten taloudellinen hyvinvointi tai oma yritys), kun taas naisilla voi korostua sosiaalisten arvojen merkitys (kuten lähimmäisten hyvinvoinnin edistäminen). Naiset saattavat pitää lisäksi henkilökohtaiseen kasvuun liittyviä arvoja tärkeämpinä kuin miehet (Roberts & Robins, 2000). Sukupuolierot elämänarvojen tärkeysjärjestyksessä ovat kuitenkin pieniä verrattuna iän tuomaan vaihteluun (Schwartz & Rubel, 2005). Nuoret ihmiset näyttäisivät pitävän tärkeämpänä itseen suuntautumiseen ja stimulaatioon liittyviä arvoja ja vähemmän tärkeinä myötämielisyys-, traditionaalisia ja turvallisuusarvoja (Schwartz, 2001). Tutkimuksissa on havaittu lisäksi, että arvojen tärkeysjärjestyksen suhteen löytyy selkeitä ja pysyviä eroavaisuuksia myös eri kulttuureissa (Inglehart & Beker, 2000; Schwartz, 1999).

Aikaisemmin tehdyissä tutkimuksissa on havaittu, että persoonallisuuden piirteet näyttäisivät olevan yhteydessä yksilön elämänarvoihin (Heller, Komar, & Lee, 2007; McCrae ym. 2000; Rokeach, 1973) (taulukko 1). Persoonallisuuden piirteiden ja arvojen yhteyksiä selvittäviä empiirisiä tutkimuksia on tehty kuitenkin suhteellisen vähän (Olver & Mooradian, 2003). Elämänarvot voivat olla suoraan tai epäsuorasti persoonallisuuden piirteiden ilmauksia (Costa & McCrae, 1994). Tutkimuksissa on havaittu, että Schwartzin (Schwartz, 1992, 1994; Schwartz & Sagiv, 1995) havaitsemilla elämänarvoilla näyttäisi olevan yhteyksiä persoonallisuuden piirteiden kanssa (Dollinger, Leong, & Ulicni, 1996; Furnham, 1984; Herringer, 1998; Luk & Bond, 1993; Roccas ym., 2002; Yik & Tang, 1996). Esimerkiksi tutkittavat, jotka olivat ulospäinsuuntuneempia, avoimempia ja vähemmän myönteisiä panostivat enemmän hedonistisiin toimintoihin (esim. uudet kokemukset, hauskanpito). Neuroottisuudella ei sen sijaan ole aikaisemmin havaittu juurikaan yhteyksiä elämänarvoihin (Olver & Mooradian, 2003; Roberts & Robins, 2000; Roccas ym., 2002). Tämä voi johtua siitä, että suurin osa elämänarvoista tai päämääristä edellyttävät lähestymistä, jotka liittyvät voimakkaammin positiivisiin tunteisiin kuin negatiivisiin tunteisiin (Roberts & Robins, 2000).

Myös muiden kuin Schwartzin (esim. Schwartz, 1992) viitekehyksen mukaisten arvoluokittelujen on havaittu olevan yhteydessä persoonallisuuden piirteisiin (Roberts & Robins, 2000) (taulukko 1). Näitä muita elämänarvoja ovat esimerkiksi ekonomiset arvot (kuten korkean aseman työura), poliittiset arvot (kuten vaikuttaminen julkisiin asioihin), ihmissuhdearvot, joihin sisältyvät tyydyttävä avioliitto/ihmissuhde, esteettiset arvot (kuten taiteen tekeminen), uskonnolliset ja turvallisuusarvot. Uskonnollisten arvojen yhteydestä persoonallisuuden piirteisiin on saatu hieman ristiriitaisia tutkimustuloksia. Uskonnollisilla arvoilla (kuten osallistuminen uskonnollisiin menoihin) ei ollut juurikaan yhteyksiä persoonallisuuden piirteisiin Roberts ja Robinsin (2000) tekemässä tutkimuksessa, kun taas Roccas ym. (2002) tutkimuksessa uskonnollisuus oli positiivisesti yhteydessä myönteisyyden kanssa ja negatiivisesti avoimuuden kanssa. Uskonnollisia arvoja ja persoonallisuuden piirteitä ei ole kuitenkaan tutkittu paljon.



**Taulukko 1. Persoonallisuuden piirteiden yhteydet elämänarvoihin**

Persoonallisuuden piirre	Positiivisesti yhteydessä	Negatiivisesti yhteydessä
ulospäinsuuntautuneisuus	saavutus-, stimulaatio-, hedonistiset, poliittiset, ihmissuhde- ja ekonomiset arvot	myötämielisyys- ja traditionaaliset arvot
avoimuus	universalistiset, itseen suuntautuvat, hedonistiset, stimulaatio- ja esteettiset arvot	turvallisuus-, valta-, myötämielisyys-, traditionaaliset ja uskonnolliset arvot
myönteisyys	hyväntahtoisuus-, traditionaaliset, myötämielisyys-, sosiaaliset- ja uskonnolliset arvot	itseen suuntautuvat, stimulaatio-, hedonistiset, saavutus-, valta- ja poliittiset arvot
tunnollisuus	saavutus-, myötämielisyys-, turvallisuus- ja ekonomiset arvot	stimulaatioarvot
neuroottisuus	turvallisuusarvot	-

Persoonallisuuden piirteitä ja elämänarvoja on tarkasteltu myös suhteessa hyvinvointiin (Olver & Mooradian, 2002). *Hyvinvointi* on laaja käsite, joka on saanut lisääntyvässä määrin kiinnostusta osakseen viime vuosina. Hyvinvointi liittyy yleisesti ottaen positiivisiin arvioihin omasta elämästä, optimistisuuteen, itsensä hyväksymiseen ja positiivisiin emotionaalisiin tiloihin (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Hyvinvointi vaihtelee kokemusten laadun ja subjektiivisen arvioinnin suhteen (Caprara ym., 2003). Hyvinvoinnin taso voikin määräytyä siitä, mitä valintoja ihmiset tekevät elämässään ja asioista, joita he pitävät tärkeinä (Fromm, 1976; Maslow, 1954; Rogers, 1963).

*Subjektiivisen hyvinvoinnin* käsite on esiintynyt hyvinvoinnin tutkimuksessa 1950-luvulta lähtien (Keyes, 2006). Subjektiivinen hyvinvointi voidaan käsitteellistää joko lyhytkestoisena tilana (kuten mielialana) tai suhteellisen pysyvänä tilana (kuten elämään tyytyväisyys). Subjektiivinen hyvinvointi on yleensä jaettu positiivisen affektiivisuuden, negatiivisen affektiivisuuden (emotionaalinen ulottuvuus) ja elämään tyytyväisyyden osaluksiin (kognitiivinen ulottuvuus) (Diener & Emmons, 1984; Diener, Suh, Lucas, & Smith, 1999; ks. myös Korkalainen & Kokko, 2008). Subjektiivinen hyvinvointi on yksilön omaa

arviointia elämänsä laadusta, positiivisten tunteiden ilmenemistä ja negatiivisten tunteiden puuttumista (Diener, 1994). Subjektiiiviseen hyvinvointiin sisältyvät ihmisten arvioinnit siitä, kuinka paljon he ovat tietyllä ajanjaksolla kokeneet positiivisia ja negatiivisia mielialoja tai tunteita (esim. Diener, 1984; Russell & Carroll, 1999) ja kuinka tyytyväisiä he ovat elämänsä eri osa-alueisiin, esimerkiksi parisuhteeseensa ja työhönsä (Diener, 1984, 2000; Diener ym., 1999; Diener ym., 2003; Frisch ym., 1992; Keyes, 2003).

*Psykologinen hyvinvointi* koostuu Ryffin (1989) määrittelemästä kuudesta eri osa-alueesta: 1) itsensä hyväksyminen, 2) positiiviset suhteet toisiin ihmisiin, 3) autonomia, 4) ympäristön hallinta, 5) elämän tarkoitus ja 6) henkilökohtainen kasvu. Yksilön positiivinen suhtautuminen itseensä kuuluu olennaisena osana positiiviseen psykologiseen toimintakykyyn. Itsensä hyväksymiseen liittyy se, että ajattelee positiivisesti menneisyydestään. Positiiviset suhteet toisiin ihmisiin tarkoittavat lämpimiä ja luottamuksellisia ihmissuhteita, jolloin on kyky vahvaan empatiaan, läheisyyteen ja kiintymykseen. Autonomian osio korostaa puolestaan mm. itsemääräysvaltaa, itsenäisyyttä ja käyttäytymisen itsesäätelyä. Ympäristön hallintaan kuuluu sen sijaan kyvykkyyden tunne selviytyä ympäristön suhteen. Siihen sisältyy myös kyky luoda ympäristö sellaiseksi, joka on sopiva yksilön tarpeisiin ja arvoihin nähden. Ihmisellä, joka kokee elämänsä tarkoitukselliseksi on päämääriä. Elämän tarkoituksellisuuteen liittyy myös tunne siitä, että nykyisyydellä ja menneisyydellä on tarkoitus. Lisäksi on tunne siitä, mihin suuntaan haluaa elämässään mennä. Henkilökohtaisen kasvun osa-alueella Ryff (1989) tarkoittaa tunnetta jatkuvasta kehittämisestä ja avoimuutta uusille kokemuksille. Henkilökohtaiseen kasvuun sisältyy muutosta suuntaan, joka heijastaa suurempaa itsetietoisuutta ja tehokkuutta.

Elämään kuuluu lukuisia sosiaalisia haasteita, siten hyvinvointi pitää sisällään myös sosiaalisia ulottuvuuksia. *Sosiaalinen hyvinvointi* on arviointia olosuhteista ja omasta toiminnasta yhteiskunnassa (Keyes, 1998). Keyesin mukaan sosiaalinen hyvinvointi sisältää viisi ulottuvuutta: 1) sosiaalinen integraatio, 2) sosiaalinen myötävaikutus, 3) sosiaalinen yhtenäisyys, 4) sosiaalinen toteuttaminen ja 5) sosiaalinen hyväksyminen. Sosiaalinen integraatio tarkoittaa tuntemusta siitä, että yhteiskunta hyväksyy yksilön ja hänen kuuluvuutensa yhteiskuntaan. Sosiaalinen myötävaikutus on puolestaan arviointia omasta sosiaalisesta arvostaan. Siihen kuuluu uskomus, että on tärkeä yhteisön jäsen. Sosiaalisen yhtenäisyyden ulottuvuus tarkoittaa puolestaan sosiaalisen maailman laadun ja toiminnan havaitsemista ja sosiaalinen elämä nähdään myös merkityksellisenä. Sosiaalinen

toteuttaminen sisältää arviointia yhteiskunnan mahdollisuuksista ja kehittämisestä. Ihmiset, jotka kokevat olevansa sosiaalisesti hyväksytyjä luottavat toisiin ihmisiin. Sosiaalinen hyväksyminen voi olla sosiaalinen vastine itsensä hyväksymiselle. Sosiaaliseen hyvinvointiin yhteydessä olevia tekijöitä on aikaisemmin tutkittu melko vähän (Korkalainen, 2007), mutta näyttää siltä, että sosiaalinen hyvinvointi lisääntyy koulutuksen ja yleensä myös iän myötä (Keyes, 1998).

Tutkittaessa elämänarvojen ja hyvinvoinnin välisiä yhteyksiä, on elämänarvot jaettu usein *sisäisiin* (engl. intrinsic) ja *ulkoisiin* (engl. extrinsic) *elämänarvoihin* (Kasser & Ryan, 1993; Ryan ym., 1999; Schmuck, Kasser, & Ryan, 2000). Aikaisemmin tehdyissä tutkimuksissa, joissa tutkittavana on ollut monien eri maiden kansalaisia, on havaittu, että ulkoisten elämänarvojen, kuten taloudellinen menestyminen ja ulkonäköön liittyvät arvot ovat yhteydessä heikompaan hyvinvointiin. Sisäiset elämänarvot, kuten yhteydet muihin ihmisiin ja itsensä hyväksyminen ovat sen sijaan yhteydessä korkeampaan hyvinvointiin. Sisäisten arvojen on havaittu olevan merkitykseltään samanlaisia Schwartzin ja Bilskyn (1985) itseen suuntautuvien arvojen, perheeseen ja ystävyysuhteisiin liittyvien arvojen, hyväntahtoisuus- ja universalististen arvojen kanssa.

Arvot, jotka ovat negatiivisesti yhteydessä hyvinvointiin yhdessä kulttuurissa, voivat toisessa kulttuurissa olla toisin (Schmuck ym., 2000). Eräässä tutkimuksessa ulkoiset arvot eivät olleet yhteydessä heikompaan psykologiseen hyvinvointiin romanialaisilla tutkittavilla (Frost & Frost, 2008). Tutkimuksessa havaittiin kuitenkin, että yhdysvaltalaisilla tutkittavilla korkea hyvinvointi ja itseen suuntautuvat elämänarvot olivat yhteydessä. Romanianlaisilla osanottajilla hyväntahtoisuus- ja universalistiset arvot olivat puolestaan yhteydessä korkeaan psykologiseen hyvinvointiin. On myös havaittu, että ystävyysuhteisiin, itsensä hyväksymiseen ja henkilökohtaiseen kasvuun liittyvät arvot saattavat lisätä psykologista hyvinvointia enemmän kuin mm. arvot ja päämäärät, jotka liittyvät fyysiseen viehättävyyteen, maineeseen ja taloudelliseen menestymiseen. Yksilöllisiä eroja voi kuitenkin esiintyä (Oishi, Diener, Suh, & Lucas, 1999).

Sisäiset arvot heijastavat luontaisia psykologisia tarpeita ja kasvun pyrkimyksiä ja voivat siten olla yhteydessä parempaan psykologiseen hyvinvointiin (Kasser & Ryan, 1993, 1996, painossa). Vastakkaisesti ulkoiset arvot liittyvät toisten ihmisten hyväksymisen saavuttamiseen ja voivat olla tämän vuoksi yhteydessä heikompaan hyvinvointiin. Yksilöiden panostaessa erityisesti ulkoisiin arvoihin, he todennäköisesti jättävät huomioimatta omat

tarpeensa ja osallistuvat toimintoihin, jotka voivat heikentää heidän hyvinvointiaan (Frost & Frost, 2000). Kausaalisuhteita ei kuitenkaan tiedetä siitä, onko heikompi hyvinvointi ensin, jonka seurauksena panostetaan ulkoisiin arvoihin vai onko syy-seurausyhteydet toisinpäin (Schmuck ym., 2000). On havaittu myös, että itselle merkityksellisten elämänarvojen todellinen saavuttaminen pelkän panostamisen sijaan myötävaikuttaisi positiivisesti hyvinvointiin (Brunstein ym., 1999).

Tämän tutkimuksen *ensimmäisenä* tavoitteena oli selvittää, löytyykö eri elämänarvoista aiemmin havaittuja arvofaktoreita. Tarkoituksena oli tarkastella Staudingerin kehittämän Goal Pattern Schedulen 15 elämänarvoa, joita on täydennetty viidellä lisäkysymyksellä. Oletuksena oli, että Staudingerin menetelmän elämänarvoista muodostuu erilaisia arvofaktoreita. Lisäksi selvitettiin, onko näillä mahdollisesti muodostuvilla arvofaktoreilla yhtäläisyyksiä Schwartzin (1992) arvojen kanssa tai sisäisten ja ulkoisten arvojen kanssa (esim. Kasser & Ryan, 1993).

*Toiseksi* tarkasteltiin, miten persoonallisuuden piirteet ja elämänarvot ovat yhteydessä toisiinsa. Oletuksena oli, että persoonallisuuden piirteistä ulospäinsuuntautuneisuuden, tunnollisuuden, myönteisyyden ja avoimuuden ja elämänarvojen välillä löytyy positiivisia ja negatiivisia yhteyksiä (esim. Roccas ym., 2000). Elämänarvojen luokittelujen eroavaisuuksien vuoksi tähän ei asetettu tarkempaa oletusta.

*Kolmanneksi* tutkittiin, miten elämänarvot ovat yhteydessä hyvinvoinnin eri ulottuvuuksiin. Hyvinvoinnin ulottuvuuksista tässä tutkimuksessa tarkasteltiin subjektiivista, psykologista ja sosiaalista hyvinvointia kutakin erikseen tilastollisessa analyysissä. Oletuksena oli, että ulkoisiin elämänarvoihin panostaminen on negatiivisesti yhteydessä hyvinvointiin. Lisäksi oletettiin, että sisäisten elämänarvojen korostuminen on positiivisesti yhteydessä hyvinvointiin (Kasser & Ryan, 1993; Ryan ym., 1999; Schmuck ym., 2000).

*Neljäntenä* tutkimuskysymyksenä oli, että toimivatko elämänarvot persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin välisen yhteyden mediaattoreina. Aikaisemmin ei ole tutkittu elämänarvojen mahdollista välittävää vaikutusta persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin välisessä yhteydessä. Oletuksena oli kuitenkin, että ainakin jotkin elämänarvot toimivat mediaattoreina persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin välisessä yhteydessä. Mahdollisia välittäviä elämänarvoja voisivat olla sisäiset ja ulkoiset elämänarvot. Tämän asetetun oletuksen voi perustella siten, että aikaisemmin on havaittu persoonallisuuden piirteiden olevan yhteydessä hyvinvointiin (esim. Chan & Joseph, 1999; Korkalainen, 2007).

Lisäksi persoonallisuuden piirteet ovat yhteydessä elämänarvoihin (esim. Heller ym., 2007; Rokeach, 1973) ja elämänarvot ovat yhteydessä hyvinvointiin (esim. Kasser & Ryan, 1993). Monet tutkimukset osoittavat, että ulospäinsuuntautuneisuus on positiivisesti yhteydessä hyvinvointiin ja neuroottisuus on puolestaan negatiivisesti yhteydessä hyvinvointiin (esim. Argyle & Lu, 1990; Brebner, Donaldson, Kirby, & Ward, 1995). Neuroottisuuden on todettu esimerkiksi korreloivan negatiivisen affektiivisuuden kanssa ja ulospäinsuuntautuneisuuden positiivisen affektiivisuuden kanssa (esim. Costa & McCrae, 1980).

## Tutkimuksen toteuttaminen

### Osanottajat

Tässä tutkimuksessa käytetty aineisto kuuluu Lapsesta aikuiseksi -pitkittäistutkimukseen, jonka Lea Pulkkinen aloitti vuonna 1968. Tuolloin tutkittavat olivat noin 8-vuotiaita (Pulkkinen, 2006). Alkuperäinen otos sisälsi 12 kokonaista kansakoululuokkaa, jotka oli valittu satunnaisesti Jyväskylän kouluista. Tutkimusotokseen kuului alunperin 196 poikaa ja 173 tyttöä. Tutkittavista 93,5 % on syntynyt vuonna 1959. Vuonna 1958 syntyneitä on sen sijaan 3,8 % ja 1960 syntyneitä 2,7 %. Tutkimuksen osanottajista suurin osa kuuluu siis vuonna 1959 syntyneeseen ikäkohorttiin. Kaikki tutkittavat ovat syntyneet Suomessa. Pitkittäistutkimuksen päätutkimusvaiheet on toteutettu tutkittavien ollessa 8-, 14-, 27-, 36- ja 42-vuotiaita. 42-vuotiaiden tutkittavien aineistonkeruu toteutettiin vuonna 2001.

*Tässä tutkimuksessa* käytettävissä oleva otoskoko oli pienentynyt 7,0 % alkuperäisestä vuoteen 2001 mennessä eli 186 mieheen ja 157 naiseen (Pulkkinen ym., 2003). Tutkittavista 6 henkilöä oli kuollut ja 20 henkilöä oli kieltäytynyt osallistumasta tutkimukseen. Puolistrukturoituun psykologiseen haastatteluun osallistui 123 miestä (66 %) ja 120 naista (76 %). Psykologisen haastattelun lisäksi tutkimusmenetelminä käytettiin postitse lähetettyä elämäntilannekyselyä ( $n = 280$ ), useita erilaisia itsearviointilomakkeita ja terveystarkastusta ( $n = 258$ ). Vuoden 2001 otos edusti koko v. 1959 Suomessa syntyneiden ikäluokkaa mm. koulutuksen pituuden, aviosäädyn, perhemuodon, lasten määrän ja työllistymisen suhteen, kun sitä verrattiin Tilastokeskuksesta saatuihin tietoihin (Pulkkinen ym., 2003). Tässä tutkimuksessa käytettiin ainoastaan 42-vuotiailta kerättyä aineistoa. Tutkimuksen otokseen kuului tutkimusmenetelmästä riippuen 109-124 miestä ja 110-123 naista.

Tämän tutkimuksen osanottajien taustatietoihin liittyen heistä 60,2 % oli naimisissa, naimattomia oli 23,7 % ja eronneita heistä oli 15,8 %. Biologisia lapsia tutkittavilla oli 0 - 6. Biologisten lasten mediaani oli kaksi lasta. Lapsettomia tutkittavista oli 15,1 %. Työntekijöitä tutkimuksen osanottajista oli puolestaan 34,6 %, alempia toimihenkilöitä 38,9 % ja ylempiä toimihenkilöitä 26,5 %. Koulutuksen suhteen naisten yleisin koulutustaso oli ammatillinen opisto, jonka oli suorittanut 42,9 % naisista. Miesten yleisin koulutustaso oli sen sijaan ammatillinen koulu, jonka oli suorittanut 48,3 % miehistä. Lisäksi miehistä oli kokopäivätyössä 82,3 % ja naisista 72,2 %.

### **Menetelmät ja muuttujat**

Ennen psykologista haastattelua 42-vuotiaille tutkittaville lähetettiin postitse marraskuussa 2000 elämäntilannekysely, jossa kysyttiin koulutukseen ja työhön, perhesuhteisiin, asumiseen ja toimeentuloon, vapaa-aikaan, nykYTEKNIikkaan, alkoholinkäyttöön ja tupakointiin, koettuun terveydentilaan sekä henkilökohtaisiin näkemyksiin liittyviä kysymyksiä (Pulkkinen ym., 2003). Psykologiset haastattelut ja terveystarkastukset tehtiin vuoden 2001 aikana. Puolistrukturoidussa haastattelussa tutkittiin mm. tunteiden säätelyyn, aggressiivisuuteen, elämäntapahtumiin, identiteettiin, minäkäsitykseen ja elämänrakenteeseen liittyviä asioita. *Tämän tutkimuksen* aineisto koostui persoonallisuuden piirteitä kartoittavista lomakkeista, elämäntilannekyselystä ja psykologisesta haastattelusta sekä sen aikana täytetyistä itsearviointilomakkeista.

Psykologisen haastattelun osalta käytettiin Staudingerin (1993) kehittämää Goal Pattern Schedule -kyselyä, jota on täydennetty viidellä kysymyksellä (ks. esim. Lapsesta aikuiseksi -lomakkeet ja Schindler & Staudinger, 2008). Lisäksi käytettiin NEO-PI -persoonallisuustestiä, joka lähetettiin tutkittaville postitse ja jonka osanottajat toivat mukanaan haastatteluun (NEO-PI; Costa & McCrae, 1985a). Tässä tutkimuksessa käytettiin myös Ryffin psykologista hyvinvointia kartoittavaa lomaketta (Ryff, 1989). Lisäksi käytettiin Keyesin (1998) sosiaalista hyvinvointia selvittävää kyselyä. Subjektiiivista hyvinvointia arvioitiin Rothbartin (2000) kehittämän temperamenttia kartoittavan itsearviointilomakkeen positiivisen ja negatiivisen affektiivisuuden ja elämäntilannekyselyssä olevien elämään tyytyväisyyteen liittyvien kysymysten avulla.

### *Persoonallisuuden piirteet*

Persoonallisuuden piirteitä mitattiin viiden persoonallisuuspiirteen (neuroottisuus, avoimuus, ulospäinsuuntautuneisuus, myönteisyys ja tunnollisuus) faktorimalliin perustuvalla lyhennetyllä kyselylomakkeella, jossa jokaista viittä persoonallisuuden piirrettä mittaa 12 kysymystä. NESTA -persoonallisuustesti on virallinen sovitettu suomenkielinen käännös NEO Personality Inventory -kyselystä (NEO-PI; Costa & McCrae, 1985a). Tässä persoonallisuustestissä on joukko väittämiä, jotka kuvaavat ihmisten käyttäytymispiirteitä. Jokaiseen väittämään on viisi vastausvaihtoehtoa (1 = täysin eri mieltä ja 5 = täysin samaa mieltä). Neuroottisuutta arvioitiin mm. väittämällä *"Joskus tunnen itseni täysin arvottomaksi"*. Ulospäinsuuntautuneisuutta arvioiva väittämä oli mm. *"Haluan, että ympärilläni on paljon ihmisiä"*. Avoimuus persoonallisuuden piirrettä kartoittava väittämä oli esimerkiksi *"Joskus, kun luen runoja tai katson taideteosta, tunnen kylmien väreiden kulkevan lävitseni"*. Tunnollisuuden määrää arvioiviin väittämiin kuului mm. *"Olen melko hyvä järjestämään asiani niin, että kaikki tulee tehdyksi ajoissa"*. Myönteisyyttä puolestaan mittasi mm. väittämä *"Teen mieluummin yhteistyötä kuin kilpailen muiden kanssa"*. Näiden viiden persoonallisuuden piirteen pistemääristä muodostettiin jokaisesta keskiarvosummat, joiden Cronbachin alfat olivat seuraavanlaisia: neuroottisuuden ,87, ulospäinsuuntautuneisuuden ,80, avoimuuden ,80, myönteisyyden ,79 ja tunnollisuuden ,78 (Korkalainen, 2007).

### *Elämänarvot*

Tutkimuksen osanottajat vastasivat psykologisen haastattelun aikana Goal Pattern Schedule-kyselyyn, jossa kartoitettiin asioita, joita ihmiset pohdiskelevat tai tekevät jokapäiväisessä elämässään. Tutkittava vastasi sen mukaan, miten paljon hän ajattelee nykyisin kyseistä asiaa tai tekee sen eteen. Vastausvaihtoehdot olivat välillä 1 - 5: 1 = en ajattele tai tee mitään nykyisin ja 5 = ajattelen tai teen nykyisin hyvin paljon. Lomake oli 15-osioinen, jossa huomioitiin mahdollisina elämän keskeisinä asioina seuraavat osa-alueet: terveys, henkinen suorituskyky, harrastukset, suhteet ystäviin ja tuttaviiin, seksuaalisuus, perheen hyvinvointi, ammattiin tai työhön liittyvät tehtävät, itsenäisyys, oman elämän pohdiskelu, kuolema, uskonnolliset kysymykset, taloudellinen hyvinvointi, fyysinen suorituskyky, omien toiveiden tai kykyjen toteuttaminen ja viisaus (elämän ymmärtäminen). Näistä viidestätoista elämänarvosta ensimmäiset kymmenen ovat Staudingerin kehittämää (esim. Schindler, Nesselroade, & Staudinger, 2006).

### *Hyvinvointi*

*Psykologista hyvinvointia* mitattiin lyhennetyn psykologisen hyvinvoinnin mittarin avulla (Ryff, 1989). Lomake sisältää 18 väittämää, joita tutkittavan tuli arvioida sen mukaan, missä määrin hän on samaa mieltä väittämien kanssa, esimerkiksi "*Olen varma omista näkemyksistäni - silloinkin kun ne poikkeavat yleisestä mielipiteestä*". Mittari sisälsi kuusi positiivisen psykologisen toimintakyvyn ulottuvuutta: itsensä hyväksyminen, positiiviset suhteet toisiin ihmisiin, autonomia, ympäristön hallinta, elämän tarkoitus ja henkilökohtainen kasvu (Ryff & Keyes, 1995). Kaikista psykologisen hyvinvoinnin osa-alueista oli kolme osiota kuten "*Yleisesti ottaen, tunnen hallitsevani tilanteet, joissa elän*". Vastaukset annettiin neliportaisella Likert-asteikolla 1 - 4 (1 = erittäin paljon eri mieltä, 4 = erittäin paljon samaa mieltä). Keskiarvosumman Cronbachin alfa oli ,75 (Pulkkinen ym., 2006).

Keyesin (1998) *sosiaalista hyvinvointia* kartoittava kysymyslomake sisälsi 15 väittämää, jossa tutkittavan piti arvioida, missä määrin hän on samaa mieltä väittämien kanssa. Vastaukset annettiin neliportaisella Likert-asteikolla 1 - 4 (1 = täysin eri mieltä ja 4 = täysin samaa mieltä). Esimerkiksi ensimmäinen väittämä kuuluu: "*Avuliaat ihmiset eivät toivo vastapalvelusta*". Sosiaaliseen hyvinvointiin kuuluu viisi eri ulottuvuutta: sosiaalinen integraatio, myötävaikutus, yhtenäisyys, toteuttaminen ja hyväksyminen (Keyes, 1998). Sosiaalisen hyvinvoinnin keskiarvosumman Cronbachin alfa oli ,77 (Korkalainen, 2007).

*Subjektiiivista hyvinvointia* kuvaava muuttuja sisälsi kolme keskiarvosummaa, jotka mittasivat 1) negatiivisten ja 2) positiivisten tunteiden kokemista sekä 3) tyytyväisyyttä elämään (Korkalainen, 2007). *Negatiivista affektiivisuutta* mitattiin Rothbartin ym. (2000) kehittämän temperamenttia kartoittavan itsearviointilomakkeen (Adult Temperament Questionnaire) avulla. Tässä kyselyssä negatiivisia tunnetiloja mittaaviin osa-alueisiin kuuluivat pelkääminen, turhautuminen, surullisuus ja epämukavuuden tunne. Jokaisesta neljästä osa-alueesta kyselylomakkeessa oli 6 - 7 väittämää, joita tutkittava arvioi asteikolla 1 - 7 (1 = erittäin huonosti ja 7 = erittäin hyvin) sen mukaan, kuinka hyvin väittämät kuvaavat häntä itseään. Negatiivisen affektiivisuuden asteikko käännettiin ennen keskiarvosumman laskemista. Keskiarvosumman Cronbachin alfa oli ,83. *Positiivista affektiivisuutta* arvioitiin sen sijaan Rothbartin lomakkeessa osana ulospäinsuuntautuneisuuden kokonaispistemäärää. Tutkittavat vastasivat samanlaista asteikkoa (1 - 7) käyttäen viiteen positiivisia tunteita sisältävään väittämään, joista muodostettiin keskiarvosumma. Keskiarvosumman Cronbachin



alfa oli ,70. *Elämään tyytyväisyydestä* laskettiin keskiarvosumma seitsemästä elämäntilannekyselyssä olleesta kysymyksestä, joissa tutkittava arvioi asteikolla 1 - 4 ( 1= erittäin tyytymätön, 4 = erittäin tyytyväinen) omaa tyytyväisyyttään elämänsä eri osa-alueisiin. Osa-alueisiin kuuluivat ammatti, työtilanne, parisuhde (tai sen puuttuminen), asuminen, taloudellinen tilanne, vapaa-ajan sisältö sekä ystävyys-suhteiden tila. Keskiarvosumman Cronbachin alfa oli ,65. Subjektiiivisen hyvinvoinnin keskiarvosumma koostui negatiivisten tunteiden kokemisen, positiivisten tunteiden kokemisen ja elämään tyytyväisyyden standardoiduista keskiarvosummista. Subjektiiivisen hyvinvoinnin muuttujan Cronbachin alfa oli ,51 (Korkalainen, 2007).

### **Aineiston analysointi**

Aineiston analysointi toteutettiin SPSS 14.0 for Windows -ohjelmiston avulla. Naisten ja miesten tasoeroja selvitettiin aluksi kuvailevasti kaikkien eri muuttujien suhteen riippumattomien otosten *t*-testien avulla. Aineiston kuvailevaa tarkastelua jatkettiin korrelaatiokertoimien tarkastelujen avulla selvittämällä muuttujien välisiä yhteyksiä. Korrelaatioita tarkasteltiin persoonallisuuden piirteiden ja elämänarvojen välillä sekä elämänarvojen ja hyvinvoinnin eri osa-alueiden välillä. Korrelaatioita tutkittiin sekä koko otoksen tasolla että erikseen miesten ja naisten osalta mahdollisten sukupuolierojen ja -yhtäläisyyksien kartoittamiseksi.

Eksploratiivisella faktorianalyysillä tarkasteltiin, muodostuuko 15 elämänarvosta mahdollisesti arvofaktoreita. Faktorianalyysillä tarkoituksena oli tiivistää viidentoista yksittäisen elämänarvon tarjoamaa informaatiota. Faktorointimenetelmänä oli PAF eli pääakselifaktorointi. Faktorianalyysi suoritettiin vinokulmaisella promax-rotatiolla, joka sallii faktoreiden välisen korreloinnin. Sopivaa faktorirakennetta valitessa faktorianalyysi tehtiin myös oblimin-rotatiolla.

Toisen ja kolmannen tutkimuskysymyksen analyysimenetelmänä käytettiin regressioanalyysia. Regressioanalyseissa käytettiin lisäys -menetelmää (Forward). Tutkittiin, selittävätkö persoonallisuuden piirteet elämänarvofaktoreita eli onko persoonallisuuden piirteillä merkitystä sen kannalta, mitkä elämänarvot ovat tärkeimpiä. Selitettäviä eli riippuvia muuttujia olivat tässä elämänarvofaktorit. Elämänarvofaktoreiden ja hyvinvoinnin osa-alueiden välisten yhteyksien analysoinnissa puolestaan elämänarvofaktorit olivat selittäviä muuttujia ja psykologinen, subjektiivinen ja sosiaalinen hyvinvointi selitettäviä muuttujia kukin vuorollaan. Kullekin hyvinvoinnin osa-alueelle ja myös naisille ja miehille

tehtiin erikseen regressioanalyysit. Lopullisten regressiomallien valinnassa tarkasteltiin muuttujien selitysosuuksia, kun uusia muuttujia lisättiin malliin. Jokaisen selittävän muuttujan lisäyksen jälkeen tarkasteltiin mallin selitysteessä mahdollisesti tapahtuneita muutoksia. Lopullisiin regressiomalleihin jätettiin ne selittäjät, jotka olivat tilastollisesti merkitseviä jollakin mallin askeleista.

Hierarkkisen regressioanalyysin avulla selvitettiin, toimivatko elämänarvot mediaattoreina persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin välisissä yhteyksissä. Selitettäviä, riippuvia muuttujia olivat hyvinvoinnin kolme osa-aluetta. Selittäviä eli riippumattomia muuttujia olivat puolestaan persoonallisuuden piirteet ja elämänarvofaktorit. On olemassa kolme ehtoa, joiden kaikkien tulee täytyä, jotta jonkin tekijän voidaan sanoa olevan mediaattori (Baron & Kenny, 1986). Näihin ehtoihin kuuluvat ensinnäkin, että selittäjä (tässä persoonallisuuden piirre) on suorassa yhteydessä selitettävään tekijään (hyvinvoinnin osa-alueet) ja toiseksi, että selittäjä on merkitsevästi yhteydessä mahdolliseen mediaattoriin (elämänarvot) ja kolmantena ehtona on se, että mediaattori on yhteydessä selitettävään muuttujaan. Näiden ehtojen perusteella hierarkkisiin regressioanalyysihin otettiin ainoastaan ne muuttujat, joissa nämä kolme ehtoa täytyivät. Persoonallisuuden piirteet lisättiin aina ensimmäisellä askeleella ja elämänarvot toisella askeleella malliin, kun jokin hyvinvoinnin osa-alueista oli selitettävänä eli riippuvana muuttujana. Elämänarvofaktoreiden mahdollista välittävää vaikutusta persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin osa-alueiden välillä selvitettiin tarkastelemalla mallin selitysteissä tapahtuneita muutoksia, kun malliin oli lisätty jokin elämänarvofaktori. Tarkasteltiin myös regressiomallien tilastollista merkitsevyyttä eri askeleilla tehtäessä johtopäätöksiä tuloksista. Lisäksi tarkasteltiin sitä, heikkeneekö suora yhteys persoonallisuuden piirteen ja hyvinvoinnin osa-alueen välillä, kun mahdollinen mediaattori oli lisätty malliin mukaan. Puuttuvat tiedot käsiteltiin kaikissa tutkimuksen analyysissä pairwise-menetelmällä.

Osittainen mediaattori eli välittävä tekijä tarkoittaa sitä, että mediaattorille asetettujen ehtojen toteutumisen lisäksi selittävän muuttujan vaikutus selitettävään muuttujaan on pienempi, kun osittainen mediaattori on lisätty malliin. Täydellinen mediaattorivaikutus olisi kyseessä silloin, jos selittävä muuttuja ei ole enää tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä selitettävään muuttujaan, kun mediaattorin vaikutus kontrolloidaan (Baron & Kenny, 1986). Lisäksi osittaista mediaattoria on määritelty siten, että suora yhteys selittäjän ja selitettävän muuttujan välillä säilyy tilastollisesti merkitsevänä huolimatta siitä,

että myös mediaattoriyhteys on merkitsevä (Magid, MacLean, & Colder, 2007; Stewart, Loughlin, & Rhyno, 2001).

## **Tulokset**

### **Kuvailevaa tietoa**

Riippumattomien otosten *t*-testien tulokset osoittivat, etteivät naiset ja miehet eronneet tilastollisesti merkitsevästi persoonallisuuden piirteiden keskiarvojen suhteen (taulukko 2). Naiset saivat kuitenkin kaikkien viiden persoonallisuuden piirteen suhteen hieman korkeampia pistemääriä miehiin verrattuna, etenkin neuroottisuuden ja myönteisyyden osalta. Yleisesti ottaen sekä miehet että naiset ajattelivat ja/tai tekivät eniten oman perheen hyvinvoinnin eteen. Myös ammattiin ja työhön liittyviä tehtäviä ajateltiin ja/tai tehtiin melko paljon. Vähiten sekä miehet että naiset ajattelivat kuolemaansa ja uskonnollisia kysymyksiä. Sukupuolten välillä oli jonkin verran tilastollisesti merkitseviä eroavaisuuksia eri elämänarvoihin panostamisen suhteen. Naiset ajattelivat miehiä enemmän terveyttään, henkistä suorituskyykyään, pohdiskelivat omaa elämäänsä, kuolemaansa ja uskonnollisia kysymyksiä. Miehillä sen sijaan oli tärkeämpää naiseen verrattuna taloudellinen hyvinvointi. Hyvinvoinnin osa-alueiden (subjektiivinen, psykologinen, sosiaalinen) suhteen ei ollut tilastollisesti merkitseviä sukupuolten välisiä tasoeroja.

**Taulukko 2. Persoonallisuuden piirteiden, elämänarvojen ja hyvinvoinnin osa-alueiden vastausten lukumäärät, keskiarvot, keskihajonnat ja riippumattomien otosten *t*-testit naisten ja miesten keskiarvoeroista**

Muuttujat	Naiset			Miehet			<i>t</i> -testi		
	<i>n</i>	<i>ka</i>	<i>kh</i>	<i>n</i>	<i>ka</i>	<i>kh</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
<b>Persoonallisuuden piirteet</b>									
Neuroottisuus	118	2,40	0,61	115	2,33	0,75	52,94	40	,083
Ulospäinsuuntautuneisuus	118	3,33	0,53	115	3,27	0,63	43,60	39	,282
Avoimuus	118	3,46	0,56	115	3,17	0,60	49,49	39	,121
Tunnollisuus	118	3,76	0,54	115	3,63	0,52	28,39	37	,844
Myönteisyys	118	3,72	0,54	115	3,53	0,49	47,79	35	,073
<b>Elämänarvot</b>									
Terveys	120	3,93	0,74	122	3,52	0,94	16,01	4	,003
Henkinen suorituskkyky	120	3,52	0,86	122	3,20	1,10	13,63	4	,009
Harrastukset	120	3,14	1,05	122	3,45	1,12	8,15	4	,086
Suhteet ystäviin ja tuttaviiin	120	3,39	0,88	122	3,28	0,94	1,41	4	,842
Seksuaalisuus	120	3,27	0,82	122	3,49	0,82	5,82	4	,213
Perheen hyvinvointi	120	4,30	0,72	119	4,23	0,72	1,67	3	,644
Ammattiin tai työhön liittyvät tehtävät	120	3,90	1,03	122	3,87	1,05	1,16	4	,885
Itsenäisyys	120	3,26	1,06	122	3,01	1,15	4,32	4	,364
Oman elämän pohdiskelu	120	3,68	0,97	122	3,25	1,03	12,37	4	,015
Kuolema	120	2,03	0,89	122	1,89	0,96	10,79	4	,029
Uskonnolliset kysymykset	120	2,23	1,03	122	1,98	1,26	21,36	4	,000
Taloudellinen hyvinvointi	119	3,15	0,92	121	3,66	0,86	19,43	4	,001
Fyysinen suorituskkyky	120	3,37	0,85	122	3,45	0,83	1,76	4	,780
Omien toiveiden tai kykyjen toteuttaminen	120	3,29	0,79	122	3,39	0,79	1,41	3	,704
Viisaus (elämän ymmärtäminen)	120	3,63	1,00	122	3,41	0,99	3,89	4	,421
<b>Hyvinvointi</b>									
Psykologinen hyvinvointi	120	3,18	0,34	124	3,10	0,33	29,37	35	,736
Sosiaalinen hyvinvointi	110	2,85	0,38	109	2,83	0,39	39,51	34	,237
Subjekttiivinen hyvinvointi	123	4,15	0,52	122	4,17	0,61	235,67	236	,494

*Huom.* *n* = vastausten lukumäärä, *ka* = keskiarvo, *kh* = keskihajonta, *df* = vapausasteet

Taulukossa 3 on esitetty korrelaatiomatriisi elämänarvojen osalta, jossa naiset ja miehet ovat samassa matriisissa. Elämänarvojen välillä havaittiin lukuisia keskinäisiä positiivisia ja tilastollisesti merkitseviä korrelaatioita. Faktorianalyysille oli tämän suhteen siis hyvät edellytykset. Elämänarvojen keskinäiset korrelaatiot vaihtelivat välillä  $-,05$  -  $,51$ . Voimakkaimmat korrelaatiot osoittivat siten keskinkertaista ja positiivista lineaarista yhteyttä elämänarvojen välillä. Esimerkiksi viisauden (elämän ymmärtäminen) ja oman elämän pohdiskelun välinen korrelaatio oli  $,50$ . Oman kuoleman ajattelevien oli heikoimmin yhteydessä muiden elämänarvojen kanssa, suurin ja tilastollisesti merkitsevä korrelaatio oli kuoleman ja oman elämän pohdiskelun välillä ( $r = ,24$ ). Naisten ja miesten korrelaatiot olivat pääosin samankaltaisia. Faktorianalyysi tehtiinkin siten, että miehet ja naiset olivat samassa analyysissä.

**Taulukko 3. Elämänarvojen keskinäiset korrelaatiot**

Muuttujat	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1. Terveys	-														
2. Henkinen suorituskkyky	,31***	-													
3. Harrastukset	,24***	,25***	-												
4. Suhteet ystäviin ja tuttaviiin	,20**	,27***	,28***	-											
5. Seksuaalisuus	,15*	,28***	,23***	,36***	-										
6. Perheen hyvinvointi	,20**	,38***	,07	,17**	,27***	-									
7. Ammattiin tai työhön liittyvät tehtävät	,14*	,32***	,13*	-,03	-,05	,22**	-								
8. Itsenäisyys	,23***	,30***	,23***	,24***	,22**	,15*	,27***	-							
9. Oman elämän pohdiskelu	,37***	,40***	,21**	,23***	,17**	,25***	,16*	,51***	-						
10. Kuolema	,12	,12	-,05	,09	,04	,09	,05	,17**	,24***	-					
11. Uskonnolliset kysymykset	,14*	,21**	,16*	,16*	,03	,20**	,08	,12	,41***	,17**	-				
12. Taloudellinen hyvinvointi	,05	,15*	,08	,04	,12	,28***	,21**	,15*	,16*	,16*	,09	-			
13. Fyysinen suorituskkyky	,42***	,29***	,30***	,14*	,27***	,22***	,12	,28***	,31***	,07	,08	,21***	-		
14. Omien toiveiden tai kykyjen toteuttaminen	,23***	,40***	,33***	,25***	,28***	,31***	,24***	,48***	,48***	,03	,19**	,29***	,32***	-	
15. Viisaus (elämän ymmärtäminen)	,25***	,45***	,20**	,24***	,23***	,38***	,05	,18**	,50***	,05	,36***	,13*	,22**	,43***	-

Huom. \*\*\*  $p < ,001$ , \*\*  $p < ,01$ , \*  $p < ,05$

### Elämänarvojen faktorit

Elämänarvoista muodostui selkeimmin viisi faktoria, jotka on esitetty taulukossa 4. Latausrakenne oli pitkälti korrelaatioiden mukainen tällä ratkaisulla. Faktorianalyysissa otoskorrelaatiomatriisin determinantin arvo oli ,029, KMO -mitan arvo oli ,808 ja Bartlettin testisuureta vastaava  $p$ -arvo oli  $< ,001$ . Nämä ilmaisevat kukin osaltaan korreloituneisuutta muuttujien välillä, joten faktorianalyysin suorittamiselle oli näiden tulosten perusteella hyvät edellytykset (Nummenmaa, Konttinen, Kuusinen, & Leskinen, 1997). Kuten taulukko 4 osoittaa, faktorit selittivät 41,3 % elämänarvojen kokonaisvaihtelusta. Ominaisarvot ovat yli yhden kaikissa viidessä faktorissa. Tietyn muuttujan lataukset ovat selkeästi suuremmat aina yhdelle faktorille kuin muille faktoreille. Elämänarvot eivät menneet normaalisuustestistä läpi, mutta faktorianalyysi tehtiin myös Generalized Least Squares (GLS) -menetelmällä, joka ei ole Nummenmaan (2004) mukaan niin herkkä normaalisuusoletuksen rikkomiselle ja muuttujien latautuminen eri faktoreille oli pitkälti samanlainen myös tällä menetelmällä tehtynä.

Faktorille 1 latautuivat muuttujat oman elämän pohdiskelu, viisaus (elämän ymmärtäminen), uskonnolliset kysymykset ja kuolema (Taulukko 4). Faktori nimettiin *syvällisiksi elämänarvoiksi*. Faktorille 2 latautuivat puolestaan muuttujat seksuaalisuus, suhteet ystäviin ja tuttaviiin ja harrastukset. Tämä faktori nimettiin *pehmeiksi elämänarvoiksi*. Faktorille 3 latautuivat muuttujat ammattiin tai työhön liittyvät tehtävät, perheen hyvinvointi, taloudellinen hyvinvointi ja henkinen suorituskyky. Faktori nimettiin *suorituskeskeisiksi elämänarvoiksi*. Faktorille 4 latautuivat sen sijaan muuttujat terveys ja fyysinen suorituskyky. Tämä faktori nimettiin *fyysisen kunnon arvofaktoriksi*. Faktorille 5 latautuivat selkeimmin muuttujat itsenäisyys ja omien toiveiden tai kykyjen toteuttaminen. Faktori nimettiin *itseän suuntautumisen arvofaktoriksi*. Jokaisesta elämänarvofaktorista muodostettiin keskiarvosummamuuttuja kullekin faktorille latautuneiden osioiden perusteella, joiden Cronbachin alfat olivat seuraavanlaiset: syvällisten ,62, pehmeiden ,54, suorituskeskeisten ,57, fyysisen kunnon arvojen ,59 ja itseen suuntautumisen elämänarvojen ,63.

Faktorien sisäiset muuttujien lataukset olivat kohtuullisen suuria ( $\geq ,33$ ) kaikilla muilla elämänarvoilla paitsi kuolemalla (,23) (taulukko 4). Kommunaliteetit olivat välillä ,069 - ,753. Alle ,19 kommunaliteetti oli ainoastaan osiolla kuolema. Huomionarvoista on se, että syvällisten elämänarvojen keskiarvosummamuuttujan Cronbachin alfa ilman

kuolema -osion mukaan ottamista olisi ollut vain hieman korkeampi (,68). Arvofaktoreiden väliset korrelaatiot vaihtelivat välillä ,26 - ,57. Promax ja oblimin -rotaatioissa oli viiden faktorin ratkaisuisa ainoastaan se faktorirakenteen ero, että oblimin-menetelmällä olisi muodostunut itsenäisyys-muuttujasta yksistään oma faktorinsa. Promax-rotaatoratkaisussa itsenäisyys muodosti yhdessä omien toiveiden ja kykyjen toteuttamisen kanssa faktorin. Tämä promaxin tuottama ratkaisu oli korrelaatiomatriisin mukainen, koska siitä nähdään, että itsenäisyys ja omien toiveiden ja kykyjen toteuttaminen korreloivat positiivisesti keskenään ( $r = ,48$ ). Lisäksi ei ole suotavaa, että yksi muuttuja muodostaa yksistään oman faktorin (Nummenmaa ym., 1997). Oblimin-rotaatio tehtiin sen varmistamiseksi, onko valittu faktoriratkaisu selkein.

**Taulukko 4. Eksploratiivinen faktorianalyysi elämänarvojen rakenteesta (promax-rotaatio)**

Osio	Syvälliset elämänarvot	Pehmeät elämänarvot	Suorituskeskeiset elämänarvot	Fyysisen kunnan elämänarvot	Itseen suuntautumisen elämänarvot	$h^2$
Oman elämän pohdiskelu	<b>,73</b>	-,10	-,11	,08	,36	,753
Viisaus (elämän ymmärtäminen)	<b>,65</b>	,17	,08	-,03	-,17	,563
Uskonnolliset kysymykset	<b>,64</b>	-,11	-,04	-,04	-,03	,293
Kuolema	<b>,23</b>	-,14	,03	,02	,11	,069
Seksuaalisuus	-0,2	<b>,78</b>	-,03	-,01	,03	,453
Suhteet ystäviin ja tuttaviiin	,07	<b>,56</b>	-,20	,02	,09	,304
Harrastukset	-,08	<b>,34</b>	-,04	,21	,14	,225
Ammattiin tai työhön liittyvät tehtävät	-,13	-,34	<b>,65</b>	,07	,19	,374
Perheen hyvinvointi	,16	,11	<b>,55</b>	-,03	-,21	,432
Taloudellinen hyvinvointi	-,04	-,03	<b>,47</b>	-,08	,07	,191
Henkinen suorituskyky	,19	,14	<b>,34</b>	,13	-,01	,431
Terveys	,07	-,04	-,08	<b>,82</b>	-,11	,579
Fyysinen suorituskyky	-,14	,19	,12	<b>,48</b>	,05	,369
Itsenäisyys	-,01	,14	,07	-,06	<b>,76</b>	,654
Omien toiveiden ja kykyjen toteuttaminen	,12	,27	,28	-,07	<b>,33</b>	,506
Ominaisarvo	4,23	1,35	1,24	1,12	1,05	
Osuus vaihtelusta	24,82	4,74	4,47	3,94	3,32	
Selitysosuus yhteensä	41,3					

*Huom.*  $h^2$  = kommunaliteetti



### **Muuttujien väliset korrelatiiviset yhteydet**

Persoonallisuuden piirteiden, elämänarvojen ja hyvinvoinnin välisten yhteyksien tarkastelut aloitettiin tarkastelemalla muuttujien välisiä korrelaatioita. Muuttujien välillä ilmeni tilastollisesti merkitseviä korrelaatioita (taulukko 5). Neuroottisuus oli negatiivisesti yhteydessä hyvinvoinnin osa-alueisiin sekä miehillä että naisilla. Persoonallisuuden piirteistä ulospäinsuuntautuneisuus oli voimakkaimmin ja positiivisesti yhteydessä hyvinvoinnin osa-alueisiin molemmilla sukupuolilla. Sen sijaan naisilla tunnollisuus ei korreloinut minkään hyvinvoinnin osa-alueen kanssa merkitsevästi. Miesten osalta tunnollisuus ei ollut puolestaan yhteydessä merkitsevästi sosiaalisen hyvinvoinnin kanssa.

Persoonallisuuden piirteiden ja elämänarvojen välillä oli myös useita merkitseviä korrelaatioita (taulukko 5). Naisten osalta voimakkain ja positiivinen korrelaatio oli avoimuuden ja syvällisten elämänarvojen välillä, kun taas miesten osalta ulospäinsuuntautuneisuuden ja suorituskeskeisten elämänarvojen välillä. Naisilla avoimuus oli positiivisesti yhteydessä kaikkien muiden arvojen paitsi suorituskeskeisten elämänarvojen kanssa. Tunnollisuus ei korreloinut merkitsevästi minkään elämänarvojen kanssa kummallakaan sukupuolella.

Elämänarvojen ja hyvinvoinnin osa-alueiden välilläkin havaittiin merkitseviä yhteyksiä molemmilla sukupuolilla (taulukko 5). Voimakkain ja positiivinen korrelaatio oli pehmeiden elämänarvojen ja psykologisen hyvinvoinnin välillä sekä miehillä että naisilla. Naisilla pehmeät elämänarvot korreloivat positiivisesti kaikkien hyvinvoinnin osa-alueiden (subjektiivinen, psykologinen, sosiaalinen) kanssa. Lisäksi itseen suuntautumisen elämänarvot korreloivat positiivisesti sosiaalisen hyvinvoinnin ja syvälliset elämänarvot subjektiivisen hyvinvoinnin kanssa. Miehillä puolestaan pehmeät ja suorituskeskeiset elämänarvot olivat positiivisesti yhteydessä psykologiseen ja myös sosiaaliseen hyvinvointiin. Suorituskeskeiset elämänarvot korreloivat miehillä lisäksi myös subjektiivisen hyvinvoinnin kanssa. Sukupuolten välillä oli siis jonkin verran eroavaisuuksia korrelaatioissa, sen vuoksi naiset ja miehet analysoitiin erikseen regressioanalyysien osalta.

**Taulukko 5. Persoonallisuuden piirteiden, elämänarvojen ja hyvinvoinnin osa-alueiden väliset korrelaatiot: naiset diagonaalin alapuolella ja miehet yläpuolella**

Muuttujat	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
1. Neuroottisuus	-	-,52***	-,15	-,38***	-,29**	,27**	-,22*	-,05	-,09	,13	-,66***	-,40***	-,68***
2. Ulospäinsuuntautuneisuus	-,43**	-	,42***	,16	,25**	,05	,36***	,43***	,13	,10	,53***	,54***	,52***
3. Avoimuus	-,16	,38***	-	-,04	,20*	,37***	,23*	,32**	,03	,14	,30**	,34**	,34***
4. Tunnollisuus	-,08	,05	-,06	-	,16	-,11	,14	,17	,13	-,11	,44***	,17	,39***
5. Myönteisyys	-,19*	,20*	,20*	-,07	-	,05	,29**	,16+	,26**	,04	,31**	,52***	,27**
6. Syvälliset elämänarvot	,06	,03	,49***	-,00	,15	-	,35***	,44***	,31**	,39***	,10	,07	-,05
7. Pehmeät elämänarvot	-,28**	,32**	,36***	-,04	,20*	,27**	-	,29**	,40***	,42***	,36***	,31**	,14
8. Suorituskeskeiset elämänarvot	,01	,19*	,15	,02	,05	,37***	,24**	-	,36***	,51***	,30**	,31**	,29**
9. Fyysisen kunnan arvot	-,01	,04	,32**	-,04	-,01	,34***	,35***	,31**	-	,33***	,21*	,27**	,22*
10. Itseen suuntautumisen elämänarvot	-,19*	,22*	,31**	-,05	-,03	,50***	,40***	,38***	,40***	-	-,01	,03	,01
11. Psykologinen hyvinvointi	-,63**	,59***	,37***	,13	,23*	,16	,33***	,20*	,17	,22*	-	,56***	,58***
12. Sosiaalinen hyvinvointi	-,37**	,64***	,40***	-,05	,25*	,14	,24*	,12	,03	,27*	,49***	-	,50***
13. Subjekttiivinen hyvinvointi	-,69**	,42***	,37***	,14	,23*	,19*	,20*	,07	,06	,13	,53***	,47***	-

Huom. \*\*\*  $p < ,001$ , \*\*  $p < ,01$ , \*  $p < ,05$ , +  $p < ,10$

### **Persoonallisuuden piirteet elämänarvojen selittäjinä ja arvot hyvinvoinnin osa-alueiden selittäjinä**

Regressioanalyysien tulokset osoittivat, että naisten elämänarvoja selittivät avoimuus, ulospäinsuuntautuneisuus ja neuroottisuus (taulukko 6). Tekstissä ja taulukossa raportoidaan ainoastaan tilastollisesti merkitsevät tulokset. Lisäksi lopullisista malleista jätettiin pois tilastollisesti ei-merkitsevät tulokset. Ne muuttujien väliset yhteydet, jotka jo korrelaatioiden tasolla olivat tilastollisesti merkitseviä, otettiin mukaan regressioanalyysiin. Persoonallisuuden piirteet laitettiin malliin aina ensimmäisellä askeleella. Elämänarvot olivat selitettävänä muuttujana kukin vuorollaan. Avoimuus selitti naisilla kaikkia muita elämänarvoja paitsi suorituskeskeisiä elämänarvoja. Eniten avoimuus selitti syvälisten elämänarvojen vaihtelua, mitä korkeampi naisten avoimuuden pistemäärä oli, sitä useammin he raportoivat syvälistä elämänarvoja. Avoimuus ja neuroottisuus selittivät naisilla yhdessä pehmeiden elämänarvojen vaihtelua. Huomattavaa on se, että neuroottisuus oli yhteydessä negatiivisesti pehmeiden elämänarvojen kanssa. Tämä tarkoittaa sitä, että naiset, joilla oli korkeampi pistemäärä neuroottisuudessa, ajattelivat ja/tai tekivät vähemmän pehmeiden elämänarvojen eteen. Lisäksi ulospäinsuuntautuneisuus selitti suorituskeskeisten elämänarvojen vaihtelua siten, että naisten korkeampi pistemäärä ulospäinsuuntautuneisuudessa oli yhteydessä siihen, että suorituskeskeiset elämänarvot olivat enemmän ajattelun ja/tai tekemisen kohteina.

Pehmeät elämänarvot selittivät naisilla psykologisen hyvinvoinnin ja subjektiivisen hyvinvoinnin vaihtelua (taulukko 6). Toisin sanoen, mitä enemmän pehmeät elämänarvot olivat naisilla ajattelun ja/tai tekemisen kohteina, sitä korkeampi oli heidän psykologinen ja subjektiivinen hyvinvointinsa. Itseen suuntautumisen elämänarvot selittivät naisilla puolestaan sosiaalisen hyvinvoinnin vaihtelua, mitä enemmän naiset raportoivat itseen suuntautumisen elämänarvoja, sitä korkeampi oli heidän sosiaalinen hyvinvointinsa. Elämänarvot lisättiin malliin aina ensimmäisellä askeleella. Hyvinvoinnin osa-alueet olivat analyyseissa selitettävänä muuttujana kukin vuorollaan.

**Taulukko 6. Regressioanalyysit: Naisten elämänarvoja selittävät persoonallisuuden piirteet ja hyvinvoinnin osa-alueita selittävät elämänarvot.**

Selitettävät/riippuvat muuttujat	Syvälliset arvot		Pehmeät arvot		Suorituskeskeiset arvot		Fyysisen kunnan arvot		Itseen suuntautumisen arvot	
	$\beta$	$R^2$	$\beta$	$R^2$	$\beta$	$R^2$	$\beta$	$R^2$	$\beta$	$R^2$
Persoonallisuuden piirteet (selittäjät) ja elämänarvot (selitettävät)										
Analyysi 1: Avoimuus	,49***	,24***								
Analyysi 2: Avoimuus Neuroottisuus			,32***	,18***						
			-,23*							
Analyysi 3: Ulospäinsuuntautuneisuus					,19*	,03*				
Analyysi 4: Avoimuus							,32**	,10**		
Analyysi 5: Avoimuus									,31**	,10**
Selitettävät/riippuvat muuttujat	Psykologinen hyvinvointi		Sosiaalinen hyvinvointi		Subjekttiivinen hyvinvointi					
Elämänarvot (selittäjät) ja hyvinvoinnin osa-alueet (selitettävät)	$\beta$	$R^2$	$\beta$	$R^2$	$\beta$	$R^2$				
Analyysi 6: Pehmeät elämänarvot	,33***	,11***								
Analyysi 7: Itseen suuntautumisen elämänarvot			,27**	,07**						
Analyysi 8: Pehmeät elämänarvot					,20*	,04*				

*Huom.*  $\beta$  = selittäjien standardoitu regressiokerroin,  $R^2$  = mallin selitysaste.

\*\*\*  $p < ,001$ , \*\*  $p < ,01$ , \*  $p < ,05$

Miesten osalta regressioanalyysien tulokset osoittivat, että elämänarvoja selittivät avoimuus, neuroottisuus, ulospäinsuuntautuneisuus ja myönteisyys (taulukko 7). Avoimuus ja neuroottisuus selittivät yhdessä syvällisiä elämänarvoja, mitä korkeampi oli miesten pistemäärä avoimuudessa ja neuroottisuudessa, sitä enemmän miehet raportoivat syvällisiä elämänarvoja. Kun taas ulospäinsuuntautuneisuus ja myönteisyys selittivät yhdessä pehmeiden elämänarvojen vaihtelua, mitä korkeampi oli pistemäärä ulospäinsuuntautuneisuudessa ja myönteisyydessä, sitä enemmän raportoitiin pehmeitä elämänarvoja. Ulospäinsuuntautuneisuus selitti myös suorituskeskeisiä elämänarvoja siten, että korkeampi pistemäärä ulospäinsuuntautuneisuudessa oli yhteydessä siihen, että suorituskeskeiset elämänarvot olivat enemmän ajattelun ja/tai tekemisen kohteina. Lisäksi myönteisyys selitti miesten fyysisen kunnon arvojen vaihtelua siten, että mitä korkeampi oli pistemäärä myönteisyydessä, sitä enemmän raportoitiin fyysisen kunnon arvoja. Miehillä mikään persoonallisuuden piirre ei selittänyt merkitsevästi itseen suuntautumisen elämänarvoja.

Miehillä elämänarvoista pehmeät ja suorituskeskeiset arvot selittivät hyvinvoinnin osa-alueiden vaihtelua (taulukko 7). Pehmeät ja suorituskeskeiset elämänarvot selittivät yhdessä psykologisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin vaihtelua. Toisin sanoen, mitä enemmän miehet raportoivat pehmeitä ja/tai suorituskeskeisiä elämänarvoja, sitä korkeampi oli heidän psykologinen ja sosiaalinen hyvinvointinsa. Lisäksi suorituskeskeiset elämänarvot olivat yhteydessä korkeampaan subjektiiviseen hyvinvointiin.

**Taulukko 7. Regressioanalyysit: Miesten elämänarvoja selittävät persoonallisuuden piirteet ja hyvinvoinnin osa-alueita selittävät elämänarvot**

Selittävät/riippuvat muuttajat	Syvälliset elämänarvot		Pehmeät elämänarvot		Suorituskeskeiset elämänarvot		Fyysisen kunnon elämänarvot	
	$\beta$	$R^2$	$\beta$	$R^2$	$\beta$	$R^2$	$\beta$	$R^2$
Persoonallisuuden piirteet (selittäjät) ja elämänarvot (selitettävät)								
Analyysi 1: Avoimuus	,42***	,24***						
Neuroottisuus	,33***							
Analyysi 2: Ulospäinsuuntautuneisuus			,31**	,17***				
Myönteisyys			,21*					
Analyysi 3: Ulospäinsuuntautuneisuus					,43***	,18***		
Analyysi 4: Myönteisyys							,26*	,07*
Selittävät/riippuvat muuttajat								
	Psykologinen hyvinvointi		Sosiaalinen hyvinvointi		Subjekttiivinen hyvinvointi			
	$\beta$	$R^2$	$\beta$	$R^2$	$\beta$	$R^2$		
Elämänarvot (selittäjät) ja hyvinvoinnin osa-alueet (selitettävät)								
Analyysi 5: Pehmeät elämänarvot	,30**	,17***						
Suorituskeskeiset elämänarvot	,21*							
Analyysi 6: Pehmeät elämänarvot			,24*	,15***				
Suorituskeskeiset elämänarvot			,24*					
Analyysi 7: Suorituskeskeiset elämänarvot					,29**	,08**		

*Huom.*  $\beta$  = selittäjän standardoitu regressiokerroin,  $R^2$  = mallin selitysaste.

\*\*\*  $p < ,001$ , \*\*  $p < ,01$ , \*  $p < ,05$

### **Elämänarvot osittaisina mediaattoreina persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin osa-alueiden välillä**

Mediaattorille asetettavien ehtojen toteutumisen taulukkoon 8 on koottu sellaiset muuttujat, joilla korrelaatioiden tasolla tarkasteltuna havaittiin aiemmin tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä ja joissa lisäksi kaikki kolme mediaattorille asetettua ehtoa toteutuivat.

**Taulukko 8. Muuttujat, joissa mediaattorille asetettavat ehdot toteutuivat**

<b>Muuttujat naisilla</b>	<b>Muuttujat miehillä</b>
Avoimuus ja pehmeät elämänarvot	Myönteisyys ja pehmeät elämänarvot
Avoimuus ja itseen suuntautumisen elämänarvot	Myönteisyys ja suorituskeskeiset elämänarvot
Neuroottisuus ja pehmeät elämänarvot	Ulospäinsuuntautuneisuus ja suorituskeskeiset elämänarvot
Pehmeät elämänarvot ja psykologinen hyvinvointi	Pehmeät elämänarvot ja psykologinen hyvinvointi
Pehmeät elämänarvot ja subjektiivinen hyvinvointi	Suorituskeskeiset elämänarvot ja sosiaalinen hyvinvointi
Itseen suuntautumisen elämänarvot ja sosiaalinen hyvinvointi	Suorituskeskeiset elämänarvot ja subjektiivinen hyvinvointi
Avoimuus ja sosiaalinen hyvinvointi	Myönteisyys ja psykologinen hyvinvointi
Avoimuus ja psykologinen hyvinvointi	Myönteisyys ja sosiaalinen hyvinvointi
Avoimuus ja subjektiivinen hyvinvointi	Ulospäinsuuntautuneisuus ja subjektiivinen hyvinvointi
Neuroottisuus ja subjektiivinen hyvinvointi	

Hierarkkisten regressioanalyysien perusteella näyttäisi siltä, että osa elämänarvoista toimii osittaisina mediaattoreina persoonallisuuden piirteiden ja psykologisen sekä sosiaalisen hyvinvoinnin välisissä yhteyksissä. Hierarkkisiin regressioanalyysiin laitettiin aina ensimmäisellä askeleella persoonallisuuden piirre/piirteet ja toisella askeleella elämänarvot, kun jokin hyvinvoinnin osa-alue (psykologinen, sosiaalinen, subjektiivinen) oli selitettävänä muuttujana. Taulukkoon 9 on koottu naisten mediaattorianalyysien tulokset. Naisilla pehmeät elämänarvot näyttäisivät toimivan positiivisesti osittaisina mediaattoreina avoimuuden ja psykologisen hyvinvoinnin välillä. Tämä tarkoittaa sitä, että mitä korkeampi oli naisten avoimuuden pistemäärä, sitä useammin he raportoivat pehmeitä elämänarvoja ja sitä korkeampi oli heidän psykologinen hyvinvointinsa. Mediaattorina toimiminen pääteltiin

mediaattorille asetettavien ehtojen toteutumisen perusteella, tarkastelemalla tilastollisia merkitsevyyksiä ja selitysasteen nousemisesta elämänarvojen lisäämisen jälkeen malliin.

Lisäksi itseen suuntautumisen elämänarvot näyttäisivät toimivan naisilla osittaisina mediaattoreina avoimuuden ja sosiaalisen hyvinvoinnin välillä. Toisin sanoen, mitä enemmän naisilla oli avoimuutta, sitä enemmän raportoitiin itseen suuntautuvia elämänarvoja ja sitä korkeampi oli heidän sosiaalinen hyvinvointinsa. Selitysaste myös kasvoi vähän lisättäessä itseen suuntautumisen elämänarvot malliin mukaan ja lisäksi mediaattorille asetettavat ehdot toteutuivat. Sen sijaan ei näyttäisi siltä, että pehmeät elämänarvot toimisivat mediaattoreina avoimuuden, neuroottisuuden ja subjektiivisen hyvinvoinnin välillä.

**Taulukko 9. Hierarkkiset regressioanalyysit: Elämänarvot osittaisina mediaattoreina persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin osa-alueiden välillä naisilla**

Muuttujat	$\beta$	$\Delta R^2$	$R^2$
<b>Riippuvana muuttujana psykologinen hyvinvointi</b>			
Askel 1: Avoimuus	,37***		,14***
Askel 2: Avoimuus	,29**	,05*	,18*
Pehmeät elämänarvot (mediaattori)	,23*		
<b>Riippuvana muuttujana sosiaalinen hyvinvointi</b>			
Askel 1: Avoimuus	,40***		,16***
Askel 2: Avoimuus	,35***	,03	,18+
Itseen suuntautumisen elämänarvot (mediaattori)	,17+		
<b>Riippuvana muuttujana subjektiivinen hyvinvointi</b>			
Askel 1: Avoimuus	,26***		,54***
Neuroottisuus	-,65***		
Askel 2: Avoimuus	,30***	,01	,55
Neuroottisuus	-,67***		
Pehmeät elämänarvot (mediaattori)	-,10		

*Huom.*  $\beta$  = standardoitu regressiokerroin,  $\Delta R^2$  = selitysasteen ( $R^2$ ) muutos, kun askeleen kaikki muuttujat ovat mukana.

\*\*\*  $p < ,001$ , \*\*  $p < ,01$ , \*  $p < ,05$ , +  $p < ,10$

Hierarkkisten regressioanalyysien tulosten mukaan miehillä puolestaan pehmeät elämänarvot näyttäisivät toimivan osittaisina mediaattoreina myönteisyyden ja psykologisen hyvinvoinnin välisessä yhteydessä (taulukko 10). Tämä tarkoittaa sitä, että mitä korkeampi miesten myönteisyyden pistemäärä oli, sitä useammin he raportoivat pehmeitä elämänarvoja



ja sitä korkeampi oli heidän psykologinen hyvinvointinsa. Myönteisyys selitti 10 % psykologisen hyvinvoinnin vaihtelusta. Myönteisyys selitti yhdessä pehmeiden elämänarvojen kanssa 17 % psykologisen hyvinvoinnin vaihtelusta.

Lisäksi suorituskeskeiset elämänarvot näyttäisivät toimivan osittaisina mediaattoreina myönteisyyden ja sosiaalisen hyvinvoinnin välillä. Toisin sanoen miesten korkea pistemäärä myönteisyydessä oli yhteydessä suorituskeskeisten elämänarvojen ilmenemiseen ja nämä tekijät yhdessä selittivät miesten sosiaalista hyvinvointia. Suorituskeskeiset elämänarvot eivät näyttäisi toimivan välittävänä tekijöinä ulospäinsuuntautuneisuuden ja subjektiivisen hyvinvoinnin välisessä yhteydessä.

**Taulukko 10. Hierarkkiset regressioanalyysit: Elämänarvot osittaisina mediaattoreina persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin osa-alueiden välillä miehillä**

Muuttujat	$\beta$	$\Delta R^2$	$R^2$
<b>Riippuvana muuttujana psykologinen hyvinvointi</b>			
Askel 1: Myönteisyys	,31**		,10**
Askel 2: Myönteisyys	,22*	,08**	,17**
Pehmeät elämänarvot (mediaattori)	,29**		
<b>Riippuvana muuttujana sosiaalinen hyvinvointi</b>			
Askel 1: Myönteisyys	,52***		,27***
Askel 2: Myönteisyys	,48***	,05*	,32*
Suorituskeskeiset elämänarvot (mediaattori)	,24*		
<b>Riippuvana muuttujana subjektiivinen hyvinvointi</b>			
Askel 1: Ulospäinsuuntautuneisuus	,52***		,27***
Askel 2: Ulospäinsuuntautuneisuus	,49***	,01	,28
Suorituskeskeiset elämänarvot (mediaattori)	,08		

*Huom.*  $\beta$  = standardoitu regressiokerroin,  $\Delta R^2$  = selitystason ( $R^2$ ) muutos, kun askeleen kaikki muuttujat ovat mukana.

\*\*\*  $p < ,001$ , \*\*  $p < ,01$ , \*  $p < ,05$

## Pohdinta

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin persoonallisuuden piirteiden, elämänarvojen ja hyvinvoinnin eri osa-alueiden välisiä yhteyksiä keski-ikäisillä. Aluksi selvitettiin sitä, muodostuuko elämänarvoista arvofaktoreita. Sen jälkeen tarkasteltiin, selittävätkö persoonallisuuden piirteet elämänarvoja ja toisaalta, selittävätkö elämänarvot hyvinvoinnin osa-alueita. Lisäksi tutkittiin, toimivatko elämänarvot mediaattoreina persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin välisessä yhteydessä.

Tulosten perusteella *ensimmäisen tutkimuskysymyksen* oletus sai vahvistusta eli elämänarvot muodostivat arvofaktoreita. Analyysien mukaan elämänarvot muodostivat viisi arvofaktorina, jotka nimettiin syvällisiksi, pehmeiksi, suorituskeskeisiksi, fyysisen kunnon ja itseen suuntautumisen arvofaktoriksi. Faktorianalyysissa miehet ja naiset olivat samassa analyysissa, koska jo korrelaatioiden tasolla tarkasteltuna yhteydet olivat pitkälti samankaltaiset molemmilla sukupuolilla.

Tässä tutkimuksessa muodostuneilla elämänarvofaktoreilla näyttäisi olevan melko paljon sisällöllisiä samankaltaisuuksia aikaisempien tutkimusten elämänarvojen kanssa (kuten Kasser & Ryan, 1993; Schwartz, 1992). Faktori 2 eli pehmeät elämänarvot (harrastukset, suhteet ystäviin ja tuttaviiin ja seksuaalisuus) ovat sisällöltään jossain määrin Schwartzin hedonististen arvojen suuntainen. Toisaalta tässä arvofaktorissa saattaa olla myös Kasserin ja Ryanin kuvaamien sisäisten arvojen sisältöä. Aiemmin Schwartzin ja Bilskyn (1985) perheeseen ja ystävyysuhteisiin liittyvien arvojen onkin todettu olevan merkitykseltään samanlaisia sisäisten arvojen kanssa (Frost & Frost, 2008). Arvofaktorina 3 eli suorituskeskeiset elämänarvot (henkinen suorituskyky, perheen hyvinvointi, ammattiin tai työhön liittyvät tehtävät ja taloudellinen hyvinvointi) ovat puolestaan sisällöllisesti samantyyllisiä Kasserin ja Ryanin ulkoisten arvojen kanssa. Toisaalta suorituskeskeisten elämänarvojen osio perheen hyvinvointi muistuttaa sisällöllisesti Schwartzin hyväntahtoisuusarvoja, jotka ovat ennemminkin sisäisiä elämänarvoja. Lisäksi Schwartzin saavutusarvoilla ja tämän tutkimuksen suorituskeskeisillä arvoilla on yhtäläisyyksiä. Arvofaktorina 5 eli itseen suuntautumisen arvofaktorina (itsenäisyys ja omien toiveiden ja kykyjen toteuttaminen) on sen sijaan sisällöllisesti melko samankaltainen Schwartzin itseen suuntautumisen arvojen kanssa. Itseen suuntautumisen arvot voisivat kuulua myös sisäisiin elämänarvoihin. Arvofaktorina 1 eli syvällisten elämänarvojen (viisaus/elämän

ymmärtäminen, oman elämän pohdiskelu, kuolema ja uskonnolliset kysymykset) ja arvofaktorin 4 eli fyysisen kunnon arvojen (terveys ja fyysinen suorituskyky) suhteen ei liene juurikaan sisällöllisiä samankaltaisuuksia Schwartzin elämänarvojen kanssa. Syvällisissä elämänarvoissa saattaa olla kuitenkin jotain samaa sisäisten elämänarvojen kanssa, kun taas fyysisen kunnon elämänarvot muistuttavat jonkin verran ulkoisia elämänarvoja.

Tutkimuksessa tarkasteltiin regressioanalyysien osalta naisia ja miehiä erikseen mahdollisten sukupuolierojen kartoittamiseksi, koska jo korrelaatioiden tasolla tarkasteltuna havaittiin yhteyksissä jonkin verran eroavaisuuksia. Eroavaisuuksia oli persoonallisuuden piirteiden ja elämänarvojen välillä sekä elämänarvojen ja hyvinvoinnin osa-alueiden välillä (ks. taulukko 5). *Toisen tutkimuskysymyksen* oletus, että persoonallisuuden piirteiden ja elämänarvojen välillä löytyy sekä positiivisia että negatiivisia yhteyksiä (esim. Roccas ym., 2000), sai vahvistusta. Negatiivinen yhteys tosin oli ainoastaan naisten osalta neuroottisuuden ja pehmeiden elämänarvojen välillä. Lisäksi oletus, että persoonallisuuden piirteistä ulospäinsuuntautuneisuus, avoimuus, tunnollisuus ja myönteisyys ovat yhteydessä elämänarvoihin, sai osittain vahvistusta. Oletuksen vastaisesti neuroottisuus selitti naisilla yhdessä avoimuuden kanssa pehmeiden elämänarvojen vaihtelua. Naisilla myönteisyys ja tunnollisuus eivät selittäneet mitään elämänarvoa merkitsevästi, kun taas avoimuus selitti kaikkia muita arvoja paitsi suorituskeskeisiä elämänarvoja. Persoonallisuuden piirteistä avoimuus selitti useimmin naisten elämänarvoja.

Miehillä puolestaan neuroottisuus selitti yhdessä avoimuuden kanssa syvällisiä elämänarvoja. Miesten osalta persoonallisuuden piirteistä ainoastaan tunnollisuus ei selittänyt mitään elämänarvoa merkitsevästi, joka on myös oletuksen vastainen tulos. Miehillä ulospäinsuuntautuneisuus selitti suorituskeskeisiä elämänarvoja ja myönteisyys fyysisen kunnon arvoja. Lisäksi miehillä myönteisyys ja ulospäinsuuntautuneisuus selittivät yhdessä pehmeitä elämänarvoja. Miehillä ulospäinsuuntautuneisuus selitti useimmin elämänarvoja.

Aikaisemmissa tutkimuksissa neuroottisuudella ei ole havaittu juurikaan yhteyksiä elämänarvoihin (Olver & Mooradian, 2003; Roberts & Robins, 2000; Roccas ym., 2002). Persoonallisuuden piirteiden ja arvojen yhteyksiä selvittäviä empiirisiä tutkimuksia on tehty kuitenkin melko vähän (Olver & Mooradian, 2003). Neuroottisuuden on aikaisemmissa tutkimuksissa havaittu kuitenkin olevan negatiivisesti yhteydessä lähestymistä edellyttäviin arvoihin, joten tämä selittänee osittain sen, miksi neuroottisuus oli naisilla negatiivisesti yhteydessä pehmeiden elämänarvojen kanssa (Heller ym., 2007). Pehmeät elämänarvothan

ovat sisällöllisesti pitkälti lähestymistä edellyttäviä arvoja (harrastukset, seksuaalisuus ja suhteet ystäviin ja tuttaviiin). Miesten osalta sen sijaan neuroottisuus oli positiivisesti yhteydessä syvällisten elämänarvojen kanssa, jotka eivät sisällöllisesti välttämättä edellytä lähestymiskäyttäytymistä. Syvälliset elämänarvot ovat kenties sisällöllisesti sellaisia, jotka voivat myös heijastaa jollain tapaa huolestuneisuutta elämän kulkuun liittyvistä asioista ja vetäytymistä omaan itseen, joka tuo mahdollisesti lisäymmärrystä tähän oletuksen vastaiseen tutkimustulokseen.

Aikaisemmissa tutkimuksissa on havaittu, että persoonallisuuden piirteet ovat yhteydessä yksilön elämänarvoihin, johon tämä tutkimus tuo osaltaan vahvistusta (Heller ym., 2007; Rokeach, 1973). Yllättävää on sen sijaan se, ettei tunnollisuus selittänyt mitään elämänarvoista merkitsevästi kummallakaan sukupuolella, vaikka aikaisemmissa tutkimuksissa tunnollisuuden on havaittu olevan positiivisesti yhteydessä esimerkiksi Schwartzin (esim. Schwartz, 1992) saavutusarvojen kanssa (kuten Roccas ym., 2002). Tässä tutkimuksessa muodostuneista arvofaktoreista tunnollisuuden olisi olettanut olevan positiivisesti yhteydessä suorituskeskeisten elämänarvojen kanssa. Kulttuurin ja iän eroavaisuudet aikaisemmissa ja tässä tutkimuksessa voivat kuitenkin osaltaan selittää tätä, miksi tunnollisuus ei selittänyt mitään elämänarvoista merkitsevästi.

Aikaisempien ja tämän tutkimuksen tulokset persoonallisuuden piirteiden ja elämänarvojen välisistä yhteyksistä eivät olleet kuitenkaan kovin voimakkaita (esim. Roberts & Robins, 2000). Tutkijat eivät voi siis jatkossakaan olettaa, että elämänarvoja voisi sisällyttää persoonallisuuden piirteisiin tai päinvastoin. Paremminkin persoonallisuuden piirteet ja elämänarvot tulisikin nähdä toisiaan täydentävinä analyysiyksikköinä. Eri persoonallisuuden piirteiden ilmenemisen yleisyys ja voimakkuus yksilöllä kokonaisuudessaan ennustaa parhaiten erilaisia elämänarvoja.

Rocasin ym. (2002) mukaan useat eri mekanismit voivat yhdistää persoonallisuuden piirteitä ja arvoja. Esimerkiksi vastasyntyneen temperamentti voi vaikuttaa samansuuntaisten persoonallisuuden piirteiden ja arvojen muodostumiseen. Persoonallisuuden piirteet ja arvot voivat olla yhteydessä myös molemminpuolisesti toinen toisiinsa (Roccas ym., 2002). Läheinen suhde elämänarvojen ja persoonallisuuden piirteiden välillä voi johtua yhteisestä motivationaalisesta suuntautumisesta. Esimerkiksi motivaatio välttää negatiivisia tapahtumia voi lisätä neuroottisuutta yhtä lailla kuin vaikuttaen turvallisuuteen liittyvien arvojen tärkeyteen (Bilsky & Schwartz, 1994). Nämä mekanismit

voivatkin osaltaan selittää persoonallisuuden piirteiden ja elämänarvojen yhteyksien moninaisuutta ja tämän tutkimuskysymyksen osittain oletuksen vastaisia tuloksia.

*Kolmannen tutkimuskysymyksen* osalta asetettu oletus, että ulkoisiin elämänarvoihin panostaminen on negatiivisesti yhteydessä hyvinvointiin ja sisäisten elämänarvojen korostuminen on positiivisesti yhteydessä hyvinvointiin (Kasser & Ryan, 1993; Ryan ym., 1999; Schmuck ym., 2000), sai osittain tukea. Oletus sai vahvistusta tutkimustulosten perusteella, että naisilla pehmeät elämänarvot olivat positiivisesti yhteydessä psykologisen ja subjektiivisen hyvinvoinnin kanssa. Itseen suuntautumisen elämänarvot selittivät puolestaan sosiaalisen hyvinvoinnin vaihtelua. Miesten osalta oletus sai tukea sen suhteen, että pehmeät elämänarvot olivat yhteydessä psykologiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Oletus ei saanut kuitenkaan vahvistusta miesten osalta tutkimustulosten mukaan, joissa suorituskeskeiset elämänarvot selittivät kaikkia kolmea hyvinvoinnin osaluuetta. Lisääkö naisten hyvinvointia erityisesti pehmeät elämänarvot elämän keskeisinä asioina ja miehillä suorituskeskeiset elämänarvot?

Osittain oletuksen vastaisia tuloksia selittänee se, että elämänarvomittarit ovat erilaisia aikaisemmissa tutkimuksissa ja tässä tutkimuksessa. Lisäksi tässä tutkimuksessa muodostuneiden arvofaktoreiden sisällä olevissa muuttujissa lienee sekä sisäisten että ulkoisten elämänarvojen sisältöä. On myös otettava huomioon yksilön arvojen muodostama kokonaisuus tehtäessä varmempia johtopäätöksiä oletuksen rikkomisesta (Brunstein ym., 1999; Burroughs & Rindfleisch, 2002). Yksilön arvojen ja psykologisen hyvinvoinnin välisten yhteyksien tutkiminen on tärkeää, mutta monimutkaista ja kulttuurisesti kerroksittaista (Frost & Frost, 2000). Arvot, jotka ovat negatiivisesti yhteydessä hyvinvointiin yhdessä kulttuurissa, voikin toisessa kulttuurissa olla toisin (Schmuck ym., 2000). Kulttuurierot voivatkin siten selittää osaltaan oletuksesta poikkeavia tuloksia. Lisäksi aiemmissa tutkimuksissa on usein tutkittu nuoria aikuisia ja tässä tutkimuksessa keski-ikäisiä, joka voi vaikuttaa osittain oletuksen vastaisten tulosten muodostumiseen.

*Neljännän tutkimuskysymyksen* oletus sai vahvistusta, sillä ainakin jotkin elämänarvot toimivat mediaattoreina persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin välillä. Lisäksi oletus, että sisäiset ja ulkoiset elämänarvot voisivat olla näitä mediaattoreita, sai vahvistusta. Naisilla pehmeät elämänarvot näyttäisivät toimivan osittaisina mediaattoreina avoimuuden ja psykologisen hyvinvoinnin välillä. Lisäksi naisilla itseen suuntautumisen elämänarvot toimivat osittaisina mediaattoreina avoimuuden ja sosiaalisen hyvinvoinnin

välillä. Miehillä sen sijaan pehmeät elämänarvot toimivat osittaisina välittävinä tekijöinä myönteisyyden ja psykologisen hyvinvoinnin välisessä yhteydessä. Lisäksi miehillä suorituskeskeiset elämänarvot toimivat osittaisina välittäjinä myönteisyyden ja sosiaalisen hyvinvoinnin välisessä yhteydessä.

Mediaattorivaikutusta olisi voinut vaihtoehtoisesti tutkia polkuanalyysillä. Tässä tutkimuksessa oli paljon erilaisia muuttujia mukana tutkittavana ja tuli tehdä lukuisia analyyseja analysointivaiheessa. Regressioanalyysin sijaan olisi voinut käyttää vaihtoehtoisesti myös rakenneyhtälömallintamista tarkasteltaessa persoonallisuuden piirteiden ja elämänarvojen sekä toisaalta elämänarvojen ja hyvinvoinnin osa-alueiden välisiä yhteyksiä. Rakenneyhtälömallintamisessa on se etu, että siinä voidaan tarkastella useampia yhteyksiä samanaikaisesti.

Tässä tutkimuksessa käytetyillä Staudingerin määrittelemillä viidellätoista keskeisellä asialla, joita ihmiset joko ajattelevat ja/tai tekevät jokapäiväisessä elämässä (Goal Pattern Schedule), löytynee sekä yhtäläisyyksiä että eroavaisuuksia aiemman kirjallisuuden elämänarvo -käsitteen kanssa. Staudinger käyttää käsitettä henkilökohtainen elämään investoiminen (engl. personal life investment) (esim. Staudinger & Fleeson, 1996), joka tarkoittaa sen motivoivan energian määrää (toiminta ja ajatteleminen), jota ihmiset investoivat kymmeneen keskeiseen elämän alueeseen (kuten terveys ja perheen hyvinvointi). Eroavaisuudet saattavat tulla esimerkiksi siitä, että kirjallisuudessa elämänarvot nähdään enemmän opittuina uskomuksina suositelluista tavoista toimia ja ne voivat myös motivoida ihmisen toimintaa (Costa & McCrae, 2001; McCrae & Costa, 1999; Rohan, 2000; Rokeach, 1973; Schwartz, 1994; Seligman ym., 1996). Näiden asioiden perusteella voidaankin mahdollisesti tehdä johtopäätös, etteivät ihmiset aina välttämättä toimi jokaisessa tilanteessa omien elämänarvojensa mukaisella tavalla. Ihmiset voivat sinällään arvostaa joitakin tietynlaisia elämänarvoja, mutta nämä arvot saattavat toimia joissakin tilanteissa enemmän taustauskomuksina kuin käytännön toteuttamisen muodossa varsinaisena toimintana.

Yhtäläisyyksiä lienee käsitteillä kuitenkin enemmän. Staudingerin (esim. Schindler & Staudinger, 2008) mukaan asioita voi myös ajatella ja pohdiskella jokapäiväisessä elämässä ilman todellista tekemistä niiden asioiden eteen. Tämä tarkoittaa sitä, kuinka paljon eri asioihin elämässään investoi. Elämänarvot puolestaan näkyvät ainakin jossakin määrin ihmisten ajattelemisen ja pohdiskelemisen suuntaamisessa. Rokeachin (1973) mukaan ihmiset pitävät usein sellaisia arvoja tärkeinä, joiden mukaan he eivät tällä hetkellä

elä, mutta joihin heillä on kuitenkin pyrkimys. Todennäköistä on se, että nämä pätevät myös Staudingerin henkilökohtainen elämän investointi -käsitteeseen, jotka voitaneen nähdä jonkinlaisina tavoitteina tai päämäärinä ihmisen toiminnassa. Elämänarvot, päämäärät, henkilökohtainen elämään investoiminen ja elämän tärkeät/keskeiset asiat voidaankin nähdä toistensa lähikäsitteinä.

Tutkimuksen heikkoutena voisi pitää sitä, että arvofaktoreiden summamuuttujien reliabiliteetit eivät olleet kovin korkeita. Tutkimuksen heikkouksiin kuuluu myös se, että tässä käytettiin vain yhden ikävaiheen, 42-vuotiailta kerättyjä tietoja, jolloin ei voida tehdä päätelmiä muuttujien välisistä syy- ja seuraussuhteista. Tällöin voidaan puhua vain tekijöiden välisistä yhteyksistä. Kausaalisuhteita ei ole hyvinvoinnin ja arvojen välillä tutkittu aiemminkaan, joten ei tiedetä, onko heikompi hyvinvointi ensin, jonka seurauksena panostetaan ulkoisiin arvoihin vai onko asia toisinpäin (Schmuck ym., 2000). Tarvittaisiin siis pitkittäisanalyseja, jotta voitaisiin tehdä päätelmiä asioiden kausaalisuussuhteista. Lisäksi subjektiivisen hyvinvoinnin itsearvioinnin on havaittu olevan melko vahvasti kontekstista riippuva (Eid & Diener, 2004) ja tämä asia on syytä ottaa huomioon tehdessä johtopäätöksiä tuloksista. Lisäksi tutkittavien kokemukset elämästään keski-ikäsi siirtymävaiheessa on suhteutettava siihen aikakauteen, jonka he ovat läpikäyneet. Suhteessa omaan ikäluokkaansa tämän tutkimuksen otos oli kuitenkin edustava, ja siten tulokset voidaan yleistää ainakin Suomessa vuonna 1959 syntyneiden ikäkohorttiin ja mahdollisesti myös laajemmin keski-ikäisiin (Pulkkinen ym., 2003).

Tämän tutkimuksen merkittävimpiä vahvuuksia oli se, että tutkittiin elämänarvoja mahdollisina välittävinä tekijöinä persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin osa-alueiden välillä, koska sitä ei ole aikaisemmin vielä tutkittu. Uutena tutkimustuloksena havaittiin, että elämänarvot saattaisivat toimia osittaisina välittäjinä persoonallisuuden piirteiden ja psykologisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin välisissä yhteyksissä. Tutkimuksen ansiona voidaan pitää myös sitä, että hyvinvoinnin osa-alueista tutkittiin myös sosiaalista hyvinvointia, jota on aiemmin tutkittu melko vähän (Keyes, 1998). Hyvinvointi on käsitteenä hyvin laaja ja tämä tutkimus tuo osaltaan esille tarpeen tutkia hyvinvoinnin eri osa-alueiden yhteyksiä elämänarvoihin, koska eri elämänarvot ovat yhteydessä eri hyvinvoinnin osa-alueisiin. Tutkimus vahvisti osaltaan aiemmin havaittuja persoonallisuuden piirteiden, elämänarvojen ja hyvinvoinnin välisiä yhteyksiä. Jakaumien graafisten esitysten kuten histogrammien tarkastelemisen perusteella jakaumat olivat myös riittävän normaalisia. Lisäksi

elämänarvojen vinous- ja huipukkuusarvot kertoivat riittävästä normaalisuudesta naisten ja miesten ollessa samassa jakaumassa. Otokoko oli myös kohtalaisen suuri, joka on yksi tutkimuksen vahvuuksista. Aikuisikäisiä on aiemmin tutkittu aika vähän ja tämä tuo osaltaan lisäarvoa tutkimukselle.

Jatkotutkimuksen kohteena voisi olla vaihtaa mediaattoriksi persoonallisuuden piirteet ja tutkia, toimivatko persoonallisuuden piirteet mediaattoreina elämänarvojen ja hyvinvoinnin välisessä yhteydessä. Tuoreen Melbournen yliopistossa toteutetun tutkimuksen mukaan viisi suurta persoonallisuuden piirrettä toimivat välittävinä tekijöinä Schwartzin elämänarvojen (esim. Schwartz, 1992) ja subjektiivisen hyvinvoinnin välisissä yhteyksissä (Haslam, Whelan, & Bastian, 2009). Lisäksi arvoteorian mukaan arvojen yhteys on luonteeltaan vuorovaikutteinen. Sen laajuus, kuinka ulkoiset arvot heikentävät hyvinvointia voi riippua siitä, mitä muita tärkeitä elämänarvoja yksilöllä on ja ovatko ne ristiriidassa keskenään. Mikäli yksilön elämänarvot ovat ristiriidassa keskenään, se saattaa aiheuttaa ajan mittaan henkistä painetta johtaen heikentyneeseen hyvinvointiin (Burroughs & Rindfleisch, 2002). Jatkossa olisikin mielenkiintoista tutkia näitä asioita tarkemmin ottaen huomioon eri persoonallisuuden piirteiden ja elämänarvojen muodostama kokonaisuus ja niiden yhteydet hyvinvoinnin eri osa-alueisiin. Toisaalta olisi mielekäästä tutkia myös, saataisiinko samanlaisia tutkimustuloksia myös eri-ikäisillä ja eri kulttuureissa elävillä ihmisillä. Jatkotutkimuksissa voisi tarkastella joitakin muitakin asioita kuten itsetuntoa tai perfektionismia elämänarvojen lisäksi mahdollisina mediaattoreina persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin välisessä yhteydessä.

Tämän tutkimuksen tulokset korostavat elämänarvojen tarkastelun merkitystä persoonallisuuden piirteiden ja hyvinvoinnin välisessä yhteydessä. On siten tärkeää tutkia hyvinvointiin yhteydessä olevia tekijöitä, jotta voitaisiin käytännön sosiaalityön tasolla kehittää ja ottaa käyttöön mahdollisimman tehokkaita menetelmiä kohentamaan yksilöiden hyvinvointia.



## Lähteet

- Argyle, M., & Lu, L. (1990). The happiness of extraverts. *Personality and Individual Differences, 11*, 1011-1017.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*, 1173-1182.
- Bilsky, W., & Schwartz, S. H. (1994). Values and personality. *European Journal of Personality, 8*, 163-181.
- Brebner, J., Donaldson, J., Kirby, N., & Ward, L. (1995). Relationship between happiness and personality. *Personality and Individual Differences, 19*, 251-258.
- Brunstein, J. C., Schultheiss, O. C., & Maier, G. W. (1999). The pursuit of personal goals: A motivational approach to well-being and life adjustment. Teoksessa J. Brandtstädter & R. M. Lerner (toim.), *Action and self-development: Theory and research through the life span* (s.169-196). Thousand Oaks: Sage.
- Burroughs, J. E., & Rindfleisch, A. (2002). Materialism and well-being: A conflicting values perspective. *Journal of Consumer Research, 29*, 348-370.
- Campbell, A. (1981). *The sense of well-being in America: Recent patterns and trends*. New York, McGraw-Hill.
- Caprara, G. V., Caprara, M., & Steca, P. (2003). Personality's correlates of adult development and aging. *European Psychologist, 8*, 131-147.
- Chan, R., & Joseph, S. (1999). Dimensions of personality, domains of aspiration, and subjective well-being. *Personality and Individual Differences, 28*, 347-354.
- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extroversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology, 38*, 668-678.
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1985a). *The NEO Personality Inventory Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1998). Trait theories of personality. Teoksessa D. F., Barone, M. Hersen, & V. B. Van Hasselt (toim.), *Advanced personality*, (s.103-121). New York: Plenum Press.

- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (2001). A theoretical context for adult temperament. Teoksessa T. D. Wachs, & G. A. Kohnstamm (toim.), *Temperament in context*, (s.1-21). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- 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. (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, *55*, 34-43.
- Diener, E., & Emmons, R. A. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, *47*, 1105-1117.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). "The Satisfaction with Life Scale". *Journal of Personality Assessment*, *49*, 71-75.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (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., & Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*, 276-302.
- Dollinger, S. J., Leong, F. L., & Ulicni, S. K. (1996). On traits and values: with special reference to openness to experience. *Journal of Research in Personality*, *30*, 23-41.
- Eid, M., & Diener, E. (2004). Global judgments of subjective well-being: situational variability and long-term stability. *Social Indicators Research*, *65*, 245-277. Kluwer Academic, Netherlands.
- Frisch, M. B., Cornell, J., Villanueva, M., & Retzlaff, P. J. (1992). Clinical validation of the quality of life inventory: A measure of life satisfaction for use in treatment planning and outcome assessment. *Psychological Assessment*, *4*, 92-101.
- Fromm, E. (1976). *To have or to be?* New York: Harper & Row.
- Frost, K. M., & Frost, C. J. (2000). Romanian and American life aspirations in relation to psychological well-being. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, *31*, 726-751.
- Furnham, A. F. (1984). Personality and values. *Personality and Individual Differences*, *5*, 483-485.

- Haslam, N., Whelan, J., & Bastian, B. (2009). Big Five traits mediate associations between values and subjective well-being. *Personality and Individual Differences, 46*, 40-42.
- Heller, D., Komar, J., & Lee, W. B. (2007). The Dynamics of Personality States, Goals and Well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin, 33*, 898-910.
- Herringer, L. G. (1998). Relating values and personality traits. *Psychological Reports, 83*, 953-954.
- Inglehart, R., & Beker, W. E. (2000). Modernization, cultural change, and the persistence of traditional values. *American Sociological Review, 65*, 19-51.
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (1993). A dark side of the American dream: correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of Personality and Social Psychology, 65*, 410-422.
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (1996). Further examining the American dream: Differential correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of Personality and Social Psychology, 65*, 410-422.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly, 61*, 121-140.
- Keyes, C. L. M. (2003). Complete mental health: An agenda for the 21<sup>st</sup> century. Teoksessa C. L. M. Keyes & J. Haidt (toim.), *Flourishing. Positive psychology and the life well-lived*, (s.293-312). Washington: APA.
- Keyes, C. L. M. (2006). Subjective well-being in mental health and human development research worldwide: An introduction. *Social Indicators Research, 77*, 1-10.
- Korkalainen, A. (2007). *Psykologian tutkimuksessa käytettyjen hyvinvoinnin osa-alueiden suhde toisiinsa, masentuneisuuteen, persoonallisuuden piirteisiin ja objektiivisiin tekijöihin*. Pro gradu tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Psykologian laitos.
- Korkalainen, A., & Kokko, K. (2008). Psykologinen näkökulma aikuisiän hyvinvointiin ja siihen kytkeytyviin tekijöihin. *Psykologia, 4*, 261-275.
- Lapsesta aikuiseksi -lomakkeet. Jyväskylän yliopisto. Psykologian laitos. Julkaisematonta materiaalia.
- Lewin, K. (1952). Constructs in field theory (1944). Teoksessa D. Cartwright (toim.), *Field theory in social science. Selected theoretical papers by Kurt Lewin*, (s.40-41). London: Tavistock.

- Lucas, R. E., Diener, E., & Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*, 616-628.
- Luk, C. L., & Bond, M. H. (1993). Personality variation and values endorsement in Chinese university students. *Personality & Individual Differences, 14*, 429-437.
- Magid, V., MacLean, M. G., & Colder, C. R. (2007). Differentiating between sensation seeking and impulsivity through their mediated relations with alcohol use and problems. *Addictive Behaviors, 32*, 2046-2061.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper & Row.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1990). *Personality in adulthood*. New York: Guilford.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1996). Toward a new generation of personality theories: theoretical contexts for the five-factor model. Teoksessa J. S. Wiggins (toim.), *The five factor model of personality*, (s.51-87). New York: The Guilford Press.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. Jr. (1999). A five-factor theory of personality. Teoksessa L. A. Pervin & O. P. John (toim.), *Handbook of personality: theory and research, 2. painos*, (s.139-153). New York: Guilford Press.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hrebickova, M., Avia, M. D., ym. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and life span development. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 173-186.
- Nummenmaa, T., Konttinen, R., Kuusinen, J., & Leskinen, E. (1997). Tutkimusaineiston analyysi, Porvoo: WSOY.
- Nummenmaa, L. (2004). Käyttäytymistieteiden tilastolliset menetelmät, Vammala: TAMMI.
- Oishi, S., Diener, E., Suh, E., & Lucas, R. E. (1999). Value as a moderator in subjective well-being. *Journal of Personality, 67*, 157-184.
- Olver, J. M., & Mooradian, T. A. (2003). Personality traits and personal values: a conceptual and empirical integration. *Personality and Individual Differences, 35*, 109-125.
- Pulkkinen, L., Feldt, T., & Kokko, K. (2006). Adaptive behavior in childhood as an antecedent of psychological functioning in early middle age: linkage via career orientation. *Social Indicators Research, 77*, 171-195.
- Pulkkinen, L., Fyrstén, S., Kinnunen, U., Kinnunen, M-L., Pitkänen, T., & Kokko, K. (2003). *40+ Erään ikäluokan selviytymistarina*. Jyväskylä, Finland: University of Jyväskylä, Department of Psychology.

- Pulkkinen, L., Kaprio, J., & Rose, R. J. (2006). *Socioemotional development and health from adolescence to adulthood*. (s.27-49). Cambridge University Press.
- Pulkkinen, L., Nygren, H., & Kokko, K. (2002). Successful development: Childhood antecedents of adaptive psychosocial functioning in adulthood. *Journal of Adult Development, 9*, 251-265.
- Rantanen, J., Metsäpelto, R-L., Feldt, T., Pulkkinen, L., & Kokko, K. (2007). Long-term stability in the Big Five personality traits in adulthood. *Scandinavian Journal of Psychology, 48*, 511-518.
- Roberts, B. W., & Robins, R. W. (2000). Broad dispositions, broad aspirations: the intersection of personality traits and major life goals. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26*, 1284-1296.
- Roccas, S., Sagiv, L., Schwartz, S. H., & Knafo, A. (2002). The Big Five Personality Factors and Personal Values. *Personality and Social Psychology Bulletin, 28*, 789-801.
- Rogers, C. (1963). The actualizing tendency in relation to motives and to consciousness. Jones M. R. (toim.). *Teoksessa Nebraska symposium on motivation, 11*, (s.1-24). University of Nebraska Press, Lincoln.
- Rohan, M. J. (2000). A rose by any name? The values construct. *Personality and Social Psychology Review, 4*, 255-277.
- Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. New York: Free Press.
- Rothbart, M. K., Ahadi, S. A., & Evans, D. E. (2000). Temperament and personality: Origins and outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 122-135.
- Russell, J. A., & Carroll, J. M. (1999). On the bipolarity of positive and negative affect. *Psychological Bulletin, 125*, 3-30.
- Ryan, R. M., Chirkov, V. I., Little, T. D., Sheldon, K. M., Timoshina, E., & Deci, E. L. (1999). The American dream in Russia: Extrinsic aspirations and well-being in two cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin, 25*, 1509-1524.
- Ryff, C. D. (1989a). Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*, 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). 'The structure of psychological well-being'. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*, 719-727.

- Schindler, I., Nesselroade, J. R., & Staudinger, U. M. (2006). Development and structural dynamics of personal life investment in old age. *Psychology and Aging, 21*, 737-753.
- Schindler, I., & Staudinger, U. M. (2008). Obligatory and optional personal life investments in old and very old age: Validation and functional relations. *Motivation and Emotion, 32*, 23-36.
- Schmuck, P., Kasser, T., & Ryan, R. M. (2000). Intrinsic and extrinsic goals: their structure and relationship to well-being in German and U.S. college students. *Social Indicators Research, 50*, 225-241.
- Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in experimental social psychology, 25*, 1-65.
- Schwartz, S. H. (1994). Are there universal aspects in the content and structure of values? *Journal of Social Issues, 50*, 19-46.
- Schwartz, S. H. (1999). Cultural value differences: Some implications for work. *Applied Psychology: An International Journal, 48*, 23-47.
- Schwartz, S. H. (2001). Multidimensional analysis of value structures in 65 countries. *Julkaisematon raaka aineisto*.
- Schwartz, S. H., & Rubel, T. (2005). Sex differences in value priorities: Cross-cultural and multimethod studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 89*, 1010-1028.
- Schwartz, S. H., & Sagiv, L. (1995). Identifying culture-specifics in the content and structure of values. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 26*, 92-116.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology (special issue). *American Psychologist, 55*, 5-14.
- Seligman, C., Olson, J. M., & Zanna, M. P. (toim.) (1996). *The psychology of values: The Ontario symposium, 8*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Staudinger, U. M., & Fleeson, W. (1996). Self and personality in old and very old age: A sample case of resilience? *Development and Psychopathology, 8*, 867-885.
- Stewart, S. H., Loughlin, H. L., & Rhyno, E. (2001). Internal drinking motives mediate personality domain - Drinking relations in young adults. *Personality and Individual Differences, 30*, 271-286.

- Wolfradt, U., & Dalbert, C. (2003). Personality, values and belief in a just world. *Personality and Individual Differences, 35*, 1911-1918.
- Yik, M. S. M., & Tang, C. S. (1996). Linking personality and values: the importance of a culturally relevant personality scale. *Personality and Individual Differences, 21*, 767-774.