



Ovatko vapaaehtoistyö ja hyväntekeväisyys yhteydessä onnellisuuteen?

ANTTI O. TANSKANEN & MIRKKA DANIELSBACKA

Vapaaehtoistyötä tekevät suurten ikäluokkien edustajat ovat onnellisempia kuin ne, jotka eivät tee vapaaehtoistyötä. Hyväntekeväisyysjärjestöille rahaa lahjoittavat nuoremman sukupolven edustajat ovat onnellisempia kuin ne, jotka eivät lahjoita. Tulokset perustuvat Sukupolvien ketju -tutkimushankkeen kyselyihin, joihin vastasi vuonna 2012 yli 4 000 henkilöä.

.....

Johdanto

Yhteiskuntapoliittisessa tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita ihmisten hyvinvoinnista, siinä ilmenevistä puutteista sekä siitä, miten hyvinvointia voidaan lisätä. Hyvinvointia tuotetaan neljällä eri sektorilla, jotka ovat yksityinen sektori (markkinat, yritykset), julkinen sektori (valtio), kansalaisyhteiskunta (kansalaisjärjestöt, vapaaehtoistyö) sekä perhe ja muut sosiaaliset suhteet. Tämä tutkimus käsittelee kolmantena mainittua sektoria eli kansalaisyhteiskuntaa, jota on yhteiskuntapoliittisessa tutkimuksessa usein tarkasteltu siitä näkökulmasta, miten hyvin se onnistuu tuottamaan hyvinvointia avun kohteille. Tässä tutkimuksessa käsittelemme kuitenkin sitä, tuottaako kansalaisyhteiskunnan toimintaan (vapaaehtoistyö ja hyväntekeväisyys) osallistuminen hyvinvointia osallistujille itselleen.

Viime aikoina useissa kansainvälisissä tutkimuksissa on kysytty, millaista hyötyä toisten auttamisesta on auttajille. Eri maissa onkin tehty runsaasti tutkimuksia muiden auttamisen yhteydestä auttajan omaan terveydentilaan, pitkäikäisyy-

teen sekä koettuun onnellisuuteen ja tyytyväisyyteen (esim. Brown & al. 2005; Brown & al. 2003; Post 2005). Suomalaisissa tutkimuksissa aiheetta on kuitenkin käsitelty harvoin. Tässä tutkimuksessa tarkastelemme, millainen on suomalaisten vuosina 1945–1950 syntyneiden suurten ikäluokkien edustajien sekä heidän vuosina 1962–1993 syntyneiden aikuisten lastensa (nuorempi sukupolvi) vapaaehtoistyön tekemisen ja hyväntekeväisyyteen osallistumisen yhteys koettuun onnellisuuteen. Käytämme vuonna 2012 kerättyjä aineistoja. Tietojemme mukaan Suomessa ei ole aiemmin tutkittu kaksi sukupolvea käsittävillä laajoilla aineistoilla vapaaehtoistyön ja hyväntekeväisyyden yhteyttä onnellisuuteen.

Onnellisuuden lisääminen on viime vuosina noussut keskeiseksi yhteiskuntapoliittisen keskustelun teemaksi. 2010-luvulla onnellisuudesta saat-
taa jopa olla muodostumassa eräs yhteiskuntapoliitiikan tärkeimmistä käsitteistä (Ervasti & Saari 2011, 193). Sille, mitä onnellisuus tarkoittaa, on kuitenkin esitetty useita erilaisia määritelmiä: toiset ovat esimerkiksi painottaneet, että onnellisuus liittyy yksilöiden tarpeiden tyydytyksen tasoon; toiset taas ovat korostaneet, että onnellisuus kytkeytyy siihen, kuinka yksilöt kokevat saavuttaneensa elämälleen asettamansa tavoitteet (Dolan & al. 2008). Tässä artikkelissa tutkimme yksilöiden subjektiivista kokemusta siitä, kuinka onnell-

Artikkelissa käytetään Suomen akatemian (2506209) rahoittaman Sukupolvien ketju -tutkimushankkeen aineistoja. Lisärahoitusta on saatu Koneen Säätiöltä (MD).

lisiksi he mieltävät itsensä. Nojaamme alankomaalaisen onnellisuustutkijan Ruut Veenhoven (2009) määritelmään, jonka mukaan onnellisuus vastaa yksilöiden arviota siitä, kuinka laadukasta ja mielekäästä heidän elämänsä on kokonaisuudessaan.

Miksi tuntemattomia autetaan?

Tuntemattomien ihmisten auttamiseen liittyviä motiiveja on käsitelty useilla eri tieteenaloilla, kuten psykologiassa, sosiologiassa, taloustieteissä, teologiassa ja filosofiassa (Pessi & Saari 2011). Hyväntekeväisyyteen ja vapaaehtoistyöhön osallistumista on selitetty muun muassa sillä, että niihin osallistuminen voi parantaa sekä yksilöiden sosioekonomista menestystä (esim. parantamalla tulevia työllistymismahdollisuuksia) että henkistä ja psyykkistä hyvinvointia (Bereczkei & al. 2010; Hackl & al. 2004; Schram & Dunsing 1981).

Myös evolutiivisissa tutkimuksissa on usein etsitty vastausta siihen, miksi ihmisillä on niin vahva taipumus auttaa myös sellaisia henkilöitä, joille he eivät ole sukua (sukulaisvalinnan teoriasta, ks. Hamilton 1964). Evolutiivisesta näkökulmasta kysymys on siitä, minkä biologisen edun toisten auttaja on saanut, kun etu määrittellään myönteisenä vaikutuksina eloonjäämiseen ja lisääntymiseen evoluutioympäristössä. Evoluutioympäristö tarkoittaa ympäristöä, josta valtaosa ihmisten evolutiivisista sopeumista todennäköisesti on peräisin (ajalta noin 120 000–10 000 vuotta sitten). Nykäsäilyksen mukaan ihmiset elivät tuolloin pienissä metsästäjä-keräilijä-yhteisöissä, joihin kuuluvilta henkilöiltä edellytettiin kykyä yhteistyöhön (Fry 2006). Mikäli yksilö ei kyennyt tekemään yhteistyötä muiden kanssa, oli hänellä suuri vaara tulla suljetuksi ulos yhteisöstä. Yhteisön ulkopuolelle joutuminen taas merkitsi lähes varmaa kuolemaa ja samalla sitä, etteivät yksilön ominaisuudet siirtyneet eteenpäin sukupolvien ketjussa. Yhteistyöhön kykenevät yksilöt saavuttivat näin merkittävää selviytymiseen ja lisääntymiseen liittyvää etua, minkä vuoksi kyky yhteistyöhön saattoi yleistyä populaatioissa (Trivers 1971).

Pienten metsästäjä-keräilijä-yhteisöjen jäsenillä oli evoluutionympäristössä tyypillisesti yhteisiä selviytymiseen ja lisääntymiseen liittyviä intressejä kaikkien muiden yhteisöön kuuluvien kanssa. Tällöin yksilön edun kannalta oli hyödyllistä tukea yhteisön muita jäseniä muun muassa siksi, että toisten auttamisesta oli hyötyä tulevassa vasta-

vuoroisessa vaihdossa ja siksi, että toisten auttamisen oli keino saavuttaa sosiaalista mainetta ja suosiota oman yhteisön jäsenten keskuudessa (Bereczkei & al. 2010). Nykyään valtaosa ihmisistä elää hyvin erilaisessa ympäristössä kuin mitä evoluutioympäristö oli. Osa ihmisten käyttäytymisstrategioista on kuitenkin peräisin evoluutioympäristöstä, mikä voi selittää sen, että ihmisillä on nykyään vahva taipumus auttaa täysin tuntemattomien henkilöitä, joilta he eivät voi odottaa saavansa vasta-apua.

Evolutiivisessa tutkimuksessa siis oletetaan, että muiden auttamisesta on pitänyt olla jotakin yksilön omaan selviytymiseen tai lisääntymiseen liittyvää hyötyä, jotta se on voinut luonnonvalinnan prosessissa valikoitua osaksi ihmisten käyttäytymistäipumuksia. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että ihmiset ajattelisivat tietoisesti aina vain itseään auttaessaan muita. Pyyteetön muiden auttaminen kumpuaa todennäköisesti tunteista, joita ihmiset ovat taipuvaisia kokemaan nähdessään apua tarvitsevia. Monet tunteet puolestaan ovat evolutiivisesti muovautuneita sekä tiettyjä käyttäytymisalltiuksia kannustavia ja motivoivia (Buss 2000; Grinde 2012). Erääksi syyksi tuntemattomiin kohdistuvaan altruismiin on esitetty niin sanottua suoraa altruismia, joka tarkoittaa välitöntä tunnereaktiota toisen kokemaan kipuun, tarpeeseen tai ahdistukseen (de Waal 2008). Suoran altruismin taustalla on ihmisten sekä eräiden muiden sosiaalisten nisäkkäiden kyky empatiaan eli toisen tunnetilojen tunnistamiseen ja ymmärtämiseen. Empatia on juuri yksi evolutiivisesti kehittyneistä sopeumista, ja se aiheuttaa usein yksilölle emotionaalisen ”pakon” huolehtia hätääkärsivän hyvinvoinnista. Tämä puolestaan voi johtaa siihen, että toisten auttaminen tuntuu itsestä hyvältä. Tällöin hyvän olon tunne ja onnellisuus, jotka syntyvät toisten auttamisesta, voivat toimia tuntemattomienkin auttamiseen kannustavana motiivina.

Evolutiivinen teoria ei kuitenkaan ennusta, että aina ja kaikissa tilanteissa ihmiset kokevat palkitsevia tunteita auttaessaan muita. Evolutiivinen näkökulma ihmisen käyttäytymiseen ja psykologiaan nimittäin alleviivaa vahvasti ihmisen sisäistä joustavuutta sekä reagoimista ympäristöön ja olosuhteisiin (Barkow 2006; Barret & al. 2002; Pievani 2011). Esimerkiksi silloin, kun omat resurssit ovat hyvin vähäiset, muiden auttaminen ei välttämättä tuota onnellisuutta, koska se saattaa heikentää omaa tilannetta liikaa.

Vapaaehtoistyö, hyväntekeväisyys ja auttajan onnellisuus

Vapaaehtoistoiminnalla tarkoitetaan palkatonta ja vapaasta tahdosta tapahtuvaa yhteisten asioiden edistämistä tai toisten ihmisten (muiden kuin sukulaisten) auttamista (Grönlund 2014). Suomessa vapaaehtoistyötä tehdään yleensä sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä osallistumalla virkistys- ja vapaa-ajan toimintaan, kuten urheiluun, kulttuuriin tai uskontoon liittyviin aktiviteetteihin (mt.). Vapaaehtoistoiminnan ohella hyväntekeväisyys, jossa ihmiset lahjoittavat rahaa jollekin taholle, on yhteiskunnallisesti ja taloudellisesti merkittävää toimintaa (Saari & Saukko 2011). Hyväntekeväisyyteen lahjoittaessaan suomalaiset antavat yleisimmin rahaa sotaveteraanien ja lasten tukemiseen sekä kansainväliseen katastrofiapuun (Pessi 2008). Suomessa kuten muissakin Pohjoismaissa vapaaehtoistyön ja hyväntekeväisyyden rooli kansalaisten hyvinvoinnin turvaamisessa on valtion roolia täydentävä, eikä niitä mielletä samalla tavoin yksilön velvollisuudeksi kuin marginaalisemman julkisen sosiaaliturvan maissa, kuten Yhdysvalloissa, jossa esimerkiksi vapaaehtoistyö on usein sosiaalityöhön liittyvää toimintaa (Grönlund 2012).

Tutkimukset osoittavat, että suuri osa suomalaisista tekee vapaaehtoistyötä ja lahjoittaa hyväntekeväisyyteen. Tilastokeskuksen ajankäyttötutkimuksen mukaan noin kolmannes suomalaisista osallistuu vapaaehtoistoimintaan (Hanifi 2011). Raha-automaattiyhdistyksen kyselyssä lähes kolme neljästä vastaajasta kertoi osallistuvansa hyväntekeväisyyteen antamalla rahaa jollekin taholle (Pessi 2008). Tässä artikkelissa tarkastelemme vapaaehtoistyötä sekä kolmea hyväntekeväisyyteen lahjoittamisen muotoa: tavaroiden ja vaatteiden lahjoittamista keräyksiin, rahan antamista hyväntekeväisyysjärjestöille sekä rahan antamista kerjäläisille.

Kansainvälisissä tutkimuksissa on huomattu, että vapaaehtoistoimintaan ja hyväntekeväisyyteen osallistuminen ovat usein yhteydessä osallistujan onnellisuuteen. Esimerkiksi saksalaisessa tutkimuksessa huomattiin, että viikoittain vapaaehtoistyötä tekevät henkilöt ovat kokonaisuudessaan tyytyväisempiä elämäänsä kuin henkilöt, jotka eivät tee lainkaan vapaaehtoistyötä (Meier & Stutzer 2008). Saksalaistutkimuksessa tarkasteltiin lisäksi ihmisten tyytyväisyyttä juuri ennen ja vähän jälkeen Itä-Saksan romahtamisen: yleisesti ihmisten tyytyväisyys elämäänsä väheni, mutta niiden hen-

kilöiden tyytyväisyys, jotka menettivät mahdollisuuden vapaaehtoistyön tekemiseen, laski vielä huomattavasti enemmän kuin niiden, joilla ei ollut muutoksia vapaaehtoistyön tekemisessä.

Vastaavia tuloksia vapaaehtoistyön tekemisen ja onnellisuuden yhteydestä on löydetty useissa muissakin tutkimuksissa (esim. Borgonovi 2008; Thoits & Hewitt 2001; Wheeler & al.1998). Yhdysvaltoja koskevassa tutkimuksessa (Borgonovi 2008) huomattiin, että alempi sosioekonominen asema on yhteydessä alhaisempaan onnellisuuteen niillä, jotka eivät tee vapaaehtoistyötä, mutta vapaaehtoistyötä tekevät ovat yhtä onnellisia keskenään riippumatta sosioekonomisesta asemasta.

Myös rahan lahjoittamisella hyväntekeväisyyteen voi olla onnellisuutta lisäävä vaikutus (esim. Dunn & al. 2008), vaikkakin on myös tutkimuksia, joissa ei ole löydetty yhteyttä hyväntekeväisyyteen lahjoittamisen ja onnellisuuden väliltä (esim. Borgonovi 2008). Elizabeth Dunn ja kumppanit (2008) tutkivat hyväntekeväisyyden ja onnellisuuden välistä yhteyttä kansallisesti edustavalla aineistolla Yhdysvalloissa. He huomasivat, että ihmiset, jotka käyttivät rahaa muiden hyväksi (*prosocial spending*) esimerkiksi lahjoittamalla sitä hyväntekeväisyyteen, kokivat itsensä onnellisemmiksi kuin ihmiset, jotka käyttivät rahaa vain omiin tarpeisiinsa. Ryhmien väliset erot säilyivät senkin jälkeen, kun tutkijat vakioivat analyyseissaan vastaajan tulot. Lara Aknin ja kumppanit (2012) puolestaan löysivät tutkimuksessaan todisteita niin sanotusta onnellisuuden kehästä. Vastaajat olivat onnellisempia muistellessaan tilannetta, jossa he olivat käyttäneet rahaa muiden hyväksi kuin tilannetta, jossa he olivat käyttäneet rahaa itsensä hyväksi. Lisäksi mitä onnellisempia vastaajat olivat, sitä todennäköisemmin he olivat tulevaisuudessa valmiita käyttämään odottamattoman rahantulon toisten hyväksi.

Vapaaehtoistyö ja hyväntekeväisyys ovat kuitenkin eri asioita ja niihin osallistumisen mahdollinen onnellisuutta lisäävä vaikutus saattaa perustua eri mekanismeihin. Vapaaehtoistyön tekeminen voi usein liittyä selkeämmin sosiaalisuuteen ja tuottaa sen vuoksi tekijälleen onnellisuutta (Post 2005). Tällöin vapaaehtoistyön ja onnellisuuden mahdollinen yhteys voi selittyä osin sillä, että vapaaehtoistyötä tehdään muiden kanssa ja nämä sosiaaliset suhteet lisäävät onnellisuutta. Lisäksi vapaaehtoistyön tekeminen on ”julkista” toimintaa. Tällöin on mahdollista, että vapaaehtoistyötä tekevän henkilön onnellisuus voi lisääntyä si-

tä kautta, että hän saavuttaa muiden silmissä maineen auttavaisena yksilönä. Eräässä tutkimuksessa havaittiinkin, että ihmiset ovat taipuvaisia auttamaan tuntemattomia useammin silloin, kun heidän omaan ryhmäänsä kuuluvat henkilöt ovat näkemässä kuin silloin, kun oman ryhmän jäsenet eivät ole paikalla (Bereczkei & al. 2010).

Hyväntekeväisyyteen lahjoittaminen puolestaan on usein ”piilotetumpaa” kuin vapaaehtoistyöhön osallistuminen. Hyväntekeväisyyteen lahjoittaminen ei välttämättä sisällä lainkaan sosiaalista kanssakäymistä, jolloin siinä on kyse pikemminkin siitä, että yksilö itse tietää olevansa hyväntekijä kuin siitä, että hän saavuttaa mainetta muiden silmissä. Tosin hyväntekeväisyyteen lahjoittavat henkilöt ja tahot haluavat toisinaan saada nimensä esiin, ja tällä voidaan pyrkiä oman maineen parantamiseen. Lisäksi nykyisin on olemassa myös vuoro-vaikutteisia hyväntekeväisyyteen lahjoittamisen muotoja, kuten esimerkiksi kummilapsitoiminta.

Aiempien tutkimusten perusteella vapaaehtoistyöhön osallistumisen laajuudella voi olla vaikutusta auttajan omaan hyvinvointiin (Anderson & al. 2014). Esimerkiksi Francesca Borgonovi (2008) havaitsi Yhdysvalloista kerätyllä aineistolla, että onnellisuus lisääntyi lineaarisesti sen mukaan, kuinka paljon ihmiset osallistuivat vapaaehtoistyön tekemiseen. Vastaavaan tulokseen päädyttiin myös saksalaisessa tutkimuksessa (Meier & Stutzer 2008). Uutta-Seelantia käsittelevässä tutkimuksessa taas selvisi, että vapaaehtoistyöhön osallistumisen tuntimäärän kasvaessa myös koettu onnellisuus kasvoi (Dulin & al. 2012). Hyväntekeväisyyteen lahjoittamisen osalta Aknin ja kumppanit (2012) puolestaan eivät löytäneet eroa onnellisuudessa sen mukaan oliko kyseessä 20 vai 100 dollarin lahjoitus muiden hyväksi. Dunn ja kumppanit (2008) ovatkin painottaneet, että jo hyvin pienikin lahjoitus hyväntekeväisyyteen voi lisätä merkittävästi auttajan onnellisuutta.

Vaikka vapaaehtoistyöhön ja hyväntekeväisyyteen osallistuminen voi hyödyttää siihen osallistujia, hyöty voi vaihdella yksilöiden elämäntien mukaan. Tutkimusten perusteella vapaaehtoistyöhön osallistuminen saattaa lisätä hyvinvointia iäkkäämmillä, mutta ei välttämättä nuoremmilla henkilöillä (esim. Musick & Wilson, 2003; Van Willigen 2000). Tämä voi liittyä siihen, että vanhemmat ikäryhmät ovat nuorempia epätodennäköisemmin vielä mukana palkkatyössä ja vanhemmilla henkilöillä on nuorempia harvemmin pieniä lapsia, joista he ovat vastuussa. Näistä sivistä joh-

tuen vanhemmilla ikäluokilla voi olla huomattavasti nuorempia enemmän vapaata aikaa, jolloin osallistua vapaaehtoistyöhön. Tällöin siihen osallistuminen voi myös olla emotionaalisesti palkitsevampaa kuin silloin, jos vapaaehtoistyötä tehdään, vaikka siihen ei olisi aikaa. Rahan lahjoittamisen osalta tilanne sukupolvien osalta voi olla päinvastainen, sillä eläkkeellä olevat vanhemmat henkilöt joutuvat usein tulemaan toimeen pienillä eläkkeillä, kun taas työelämässä mukana olevilla nuoremmilla aikuisilla palkkatulot ovat usein hyvät. Rahan lahjoittaminen voi siis olla erityisen kuormittavaa juuri vanhemmalle ikäpolvelle, kun taas vähemmän vapaata aikaa omaava nuorempi sukupolvi voi hyväntekeväisyyteen lahjoittamalla ”ostaa” itselleen hyvän mielen.

Tässä artikkelissa käsittelemme kahta sukupolvea: suurten ikäluokkien edustajia ja heidän täysi-ikäisiä lapsiaan. Ryhmät eroavat elämäntilanteen ja sosioekonomisten tekijöiden perusteella monin tavoin toisistaan. Vuonna 2012 suurista ikäluokista työelämässä mukana oli enää noin joka kolmas, mutta heidän täysi-ikäisistä lapsistaan enemmän kuin neljä viidestä (Danielsbacka & al. 2013). Nuoremmasta sukupolvesta noin 70 prosentilla oli ala-ikäisiä lapsia, kun vastaava osuus suurilla ikäluokilla oli vain kaksi prosenttia. Lisäksi suurten ikäluokkien kuukausitulot olivat huomattavasti alhaisemmat kuin heidän aikuisten lastensa tulot, joskin mainitsemisen arvoista on, että suurten ikäluokkien edustajille on saattanut kertyä muuta varallisuutta. (Mt.)

Muut onnellisuuden liittyvät tekijät

Tutkimuksissa on huomattu, että vapaaehtoistyön tekemisen ja hyväntekeväisyyteen osallistumisen lisäksi onnellisuuden ovat yhteydessä myös useat muut tekijät. Iän on yleensä havaittu olevan negatiivisessa mutta iän neliön puolestaan positiivisessa yhteydessä onnellisuuteen (esim. Blanchflower & Oswald 2004). Tämä tarkoittaa, että iän mukainen onnellisuus noudattaa niin sanottua U-käyrää: nuoret ja vanhat ovat onnellisempia kuin keski-ikäiset. Joidenkin tutkimusten mukaan naiset ovat miehiä onnellisempia (esim. Alesina & al. 2004), kun taas toisissa tutkimuksissa ei ole löydetty eroa naisten ja miesten välillä (esim. Louie & Zhao 2002). Korkeasti koulutetut ja ylimpiin tuloluokkiin kuuluvat henkilöt ovat usein onnellisempia kuin heikommin koulutetut ja alem-

piin tuloluokkiin lukeutuvat ihmiset (esim. Clark 2011; mutta ks. Stutzer 2004). Tutkimukset osoittavat, että myös työmarkkinatilanne on yhteydessä onnellisuuteen ja etenkin työttömät ovat työsäkävyyttä onnettomampia (Dolan & al. 2008). Terveystilansa hyväksi kokevat ovat onnellisempia kuin terveydentilansa huonoksi kokevat (Dolan & al. 2008). Lisäksi uskonnolliset henkilöt tapaavat mieltää itsensä keskimäärin onnellisemmiksi kuin ei-uskonnolliset (esim. Borgonovi 2008).

Läheisten ihmissuhteiden määrän on havaittu korreloivan onnellisuuden kanssa niin, että ne keillä on enemmän läheisiä sosiaalisia suhteita, ovat muita onnellisempia (Borgonovi 2008; Pedersen & Schmidt 2011). Myös lasten määrän on huomattu korreloivan onnellisuuden kanssa. Erään tutkimuksen mukaan ensimmäisen lapsen saaminen lisää hetkellisesti onnellisuutta (Myrskylä & Margolis 2014). Useissa tutkimuksissa on kuitenkin havaittu, että lapsettomat ovat onnellisempia kuin he, jotka asuvat lapsiensa kanssa samassa kotitaloudessa (katsaus tutkimuksiin, ks. Hansen 2012). Kumppanin kanssa elävät kokevat itsensä onnellisemmiksi kuin ilman kumppania elävät, mikä korostuu erityisesti ikääntyvillä miehillä (Di Tella & al. 2002). Tämän artikkelin analyyseissa vakioimme edellä mainitut mahdolliset sekoittavat tekijät.

Tutkimuskysymykset

Tarkastelemme artikkelissa vapaaehtoistyön ja hyväntekeväisyyden eri muotojen yhteyttä onnellisuuden kahdella suomalaisella sukupolvella. Tutkimme kahta kysymystä:

- Ovatko vapaaehtoistyön tekemiseen ja/tai hyväntekeväisyyteen lahjoittavat onnellisempia kuin muut? (K1)
- Ovatko vapaaehtoistyön tekeminen ja erilaisiin hyväntekeväisyyden muotoihin lahjoittaminen eri tavoin yhteydessä onnellisuuteen? (K2)

Aineisto ja menetelmät

Aineistona käytämme *Sukupolvien ketju* -tutkimushankkeessa kerättyjä suomalaisia vuosina 1945–1950 syntyneitä suuria ikäluokkia sekä heidän vuosina 1962–1993 syntyneitä täysi-ikäisiä lapsiaan (nuorempi sukupolvi) koskevia posti-

kyselyaineistoja. Perusjoukkona olivat Suomessa asuvat (Ahvenanmaata lukuun ottamatta) suurten ikäluokkien edustajat ja heidän lapsensa. Tilastokeskus keräsi kyselyt hankkeen toimeksiannosta keväällä 2012, ja kyselyt tehtiin erikseen kahdelle sukupolvelle. Suurten ikäluokkien kyselyyn vastasi 2 278 henkilöä ja nuoremman sukupolven kyselyyn 1 753 henkilöä. Suurilla ikäluokilla vastausosuus oli 65 ja nuoremmalla sukupolvella 50 prosenttia (tarkempi aineistokuvaus, ks. Danielsbacka & al. 2013).

Kummankin aineiston koko otoksiin (suuret ikäluokat $n = 3\,492$; nuorempi sukupolvi $n = 3\,495$) sekä niihin liittyviin rekisteriaineistotietoihin pohjautuvan katoanalyysin perusteella aineistoissa on jonkin verran vinoumaa, mutta niiden edustavuutta voi pitää vähintään tyydyttävänä (Danielsbacka & al. 2013). Niin suurten ikäluokkien kuin heidän lastensakin otoksessa naiset vastasivat miehiä aktiivisemmin (suuret ikäluokat: vastausaktiivisuus naiset 71 %, miehet 59 %; nuorempi sukupolvi: naiset 59 %, miehet 40 %). Naimattomat (suuret ikäluokat: 56 %; nuorempi sukupolvi: 48 %) ja eronneet (suuret ikäluokat: 58 %; nuorempi sukupolvi: 43 %) vastasivat harvemmin kuin avioliitossa elävät (suuret ikäluokat: 69 %; nuorempi sukupolvi: 54 %). Korkeampi koulutus puolestaan nosti lineaarisesti vastausaktiivisuutta molemmilla sukupolvilla. Perusasteen koulutuksen saaneet vastasivat selvästi harvemmin (suuret ikäluokat: 56 %; nuorempi sukupolvi: 48 %) kuin ylemmän korkeakouluasteen (suuret ikäluokat: 83 %) tai lisensiaatin/tohtorin tutkinnon suorittaneet (nuorempi sukupolvi: 74 %). Myös vastaajan sosioekonominen asema vaikutti vastausaktiivisuuteen: suurista ikäluokista aktiivisimmin vastasivat ylemmät (72 %) ja alemmat toimihenkilöt (75 %), kun taas harvimmin lomakkeen palauttavat yrittäjät (57 %) ja työntekijät (60 %). Nuoremman sukupolven vastausaktiivisuus vaihteli samansuuntaisesti: yrittäjät (39 %) sekä työntekijät (39 %) ja työttömät (37 %) vastasivat harvemmin kuin ylemmät (63 %) ja alemmat (54 %) toimihenkilöt sekä opiskelijat (55 %). Suurten ikäluokkien aineistossa lapsettomat (61 %) ja neljä- tai useampilapsiset (62 %) vastasivat hieman harvemmin kuin muut. Kaksilapsiset (69 %) vastasivat kaikkein innokkaimmin. Nuoremmassa sukupolvessa vähemmän aktiivisia vastaajia olivat vain neli- tai useampilapsiset (44 %).

Selitettävänä muuttujana on vastaajien koettu onnellisuus. Molempien sukupolvien kysely-

Taulukko 1. Korrelaatiot eri hyväntekeväisyyden muotojen ja vapaaehtoistyön välillä

	Suuret ikäluokat (n = 2 166)			Nuorempi sukupolvi (n = 1 706)		
	1	2	3	1	2	3
1. Antanut rahaa hyväntekeväisyysjärjestölle	-			-		
2. Antanut vaatteita/tavaroita keräykseen	0,03			0,09*		
3. Antanut rahaa kerjäläiselle	0,09*	0,07*		0,09	0,10*	
4. Tehnyt vapaaehtoistyötä	0,10*	0,06*	0,08*	0,12*	0,03*	0,08*

* p < ,05

lomakkeissa kysyttiin, kuinka onnellisina vastaajat pitävät itseään nykyään asteikolla 0–10, jossa 0 = erittäin onneton, 5 = ei onnellinen eikä onneton ja 10 = erittäin onnellinen (suuret ikäluokat: keskiarvo = 7,3, keskihajonta = 1,71; nuorempi sukupolvi: keskiarvo = 7,6, keskihajonta = 1,72).

Artikkelin pääselittävinä muuttujina ovat vapaaehtoistyöhön ja hyväntekeväisyyteen osallistuminen. Kyselylomakkeissa vastaajilta tiedusteltiin, ovatko he viimeisen 12 kuukauden aikana a) antaneet rahaa jollekin hyväntekeväisyysjärjestölle, b) antaneet vaatteita tai tavaroita keräykseen, c) antaneet rahaa kerjäläiselle ja d) tehneet vapaaehtoistyötä. Muodostimme näistä neliluokkaisen summamuuttujan (0 = ei ole osallistunut mihinkään, 1 = yhteen, 2 = kahteen ja 3 = kolmeen/neljään muotoon). Summamuuttuja muodostettiin teoreettisista syistä, ja se mittaa vastaajan osallistumista useampaan hyväntekeväisyyden muotoon ja vapaaehtoistyöhön. Eri hyväntekeväisyyden muotoihin ja vapaaehtoistyöhön osallistuminen korreloivat heikosti toistensa kanssa (ks. taulukko 1).

Summamuuttujan perustalta tarkastelemme, miten vapaaehtoistyöhön osallistuminen tai hyväntekeväisyyteen lahjoittaminen ylipäättään ovat yhteydessä auttajan onnellisuuteen. Tämän jälkeen tarkastelemme neljän eri osallistumisen muodon yhteyttä onnellisuuteen erikseen. Lopuksi testaamme vielä vapaaehtoistyön ja hyväntekeväisyyden sekä onnellisuuden interaktioita. Pääselittävien muuttujien jakaumat on esitetty taulukossa 2.

Menetelmänä käytämme lineaarista regressioanalyysia, jota voidaan käyttää silloin kun selitettävä muuttuja on vähintään välimatka-asteikollinen. Lineaarisen regressioanalyysin etuna on, että sillä voidaan analysoida selittävän muuttujan yhteyttä selitettävään muuttujaan, kun useat muut mahdolliset sekoittavat tekijät on vakioitu. Vakioimme kaikissa malleissa useita tekijöitä, jotka ovat vastaajan sukupuoli, syntymävuosi, onko vastaajalla puolisoa, koulutus, pääasiallinen toiminta,

Taulukko 2. Suurten ikäluokkien ja nuoremman sukupolven vapaaehtoistyöhön ja hyväntekeväisyyteen osallistuminen (%)

	Suuret ikäluokat	Nuorempi sukupolvi
Antanut rahaa hyväntekeväisyysjärjestölle		
Ei	42,0	42,3
Kyllä	58,0	57,7
Antanut vaatteita/tavaroita keräykseen		
Ei	48,1	34,9
Kyllä	51,9	65,1
Antanut rahaa kerjäläiselle		
Ei	94,1	93,9
Kyllä	5,9	6,1
Tehnyt vapaaehtoistyötä		
Ei	78,5	83,2
Kyllä	21,5	16,8
Vapaaehtoistyö/hyväntekeväisyys: kuinka moneen muotoon osallistunut		
Ei yhteenkään	16,4	14,1
Yhteen	42,8	39,3
Kahteen	29,3	34,5
Kolmeen/neljään	11,5	12,1
n	2 166	1 706

taloudellinen tilanne, lasten määrä, läheisten ihmisten määrä, uskonnon tärkeys elämässä ja koettu terveydentila. Nämä muuttujat on vakioitu, koska useissa aiemmissa tutkimuksissa on havaittu niiden olevan usein yhteydessä onnellisuuteen.

Analyyseja varten olemme tehneet useita selittävien muuttujien uudelleen luokitteluja. Uskonnollisuudesta kyselylomakkeissa on tiedusteltu, kuinka tärkeä asia uskonto on vastaajien elämässä. Vastausvaihtoehdoiksi on annettu 1 = hyvin tärkeä, 2 = jossain määrin tärkeä, 3 = ei kovin tärkeä ja 4 = ei lainkaan tärkeä. Olemme luoki-

Taulukko 3. Kuvailevat tiedot (%/keskiarvo)

	Suuret ikäluokat	Nuorempi sukupolvi
Sukupuoli (%)		
Nainen	57,0	62,6
Mies	43,0	37,4
Syntymävuosi (keskiarvo)		
	1947	1976
Onko puolisoa (%)		
Ei	24,9	23,6
Kyllä	75,1	76,4
Koulutus (%)		
Enintään perus- tai keskikoulu	32,4	3,5
Ylioppilas, ammattikoulu tai opistoaste	50,4	42,8
Alempi korkeakoulu	6,7	27,1
Vähintään ylempi korkeakoulu	10,5	26,7
Pääasiallinen toiminta (%)		
Muu	83,1	22,6
Työssä	16,9	77,4
Taloudellinen tilanne (%)		
Pienituloinen	44,8	29,9
Keskituloinen	37,5	48,2
Hyvin toimeentuleva tai varakas	17,7	21,9
Lasten määrä (keskiarvo)		
	2,0	1,4
Uskonnollisuus (keskiarvo)		
	1,5	1,0
Läheisten ystävien/ sukulaisten määrä (keskiarvo)		
	10,2	9,6
Terveys (keskiarvo)		
	1,6	2,1
n	2 166	1 706

telleet alkuperäisen muuttujan uudelleen niin, että 0 = ei lainkaan tärkeä, 1 = ei kovin tärkeä, 2 = jossain määrin tärkeä ja 3 = hyvin tärkeä. Tällöin suurten ikäluokkien keskiarvo (1,5) tarkoittaa, että heille uskonto ei ole keskimäärin kovin tärkeää tai on jossain määrin tärkeää. Nuoremmalle sukupolvelle uskonto taas ei keskimäärin ole kovin tärkeää (keskiarvo 1,0). Terveydentilasta kyselylomakkeissa on tiedusteltu, millaisena vastaajat pitävät terveyttään 5-luokkaisella asteikolla, jossa 1 = erittäin hyvä, 2 = hyvä, 3 = kohtalainen, 4 = huono ja 5 = erittäin huono. Muuttuja on uudelleen luokiteltu siten, että 0 = erittäin huono tai huono, 1 = kohtalainen, 2 = hyvä ja 3 = erittäin hyvä. Luokat ”erittäin huono” ja ”huono” on yhdistetty, koska erittäin huonoksi terveydentilansa ar-

vioivia ei nuoremmassa sukupolvessa ole ainuttakaan ja suurissa ikäluokkissakin alle yksi prosentti vastaajista. Suurten ikäluokkien keskiarvo terveydentilassa (1,6) tarkoittaa keskimäärin kohtalaista tai hyvää terveydentilaa. Nuorempi sukupolvi taas mieltää terveydentilansa keskimäärin hyväksi (keskiarvo 2,1).

Korkeinta koulutusastetta kysyttäessä vastausvaihtoehtoiksi on annettu 10 eri mahdollisuutta. Analyysija varten koulutusaste on luokiteltu neljään luokkaan. Vastaajan pääasiallista toimintaa tiedusteltaessa lomakkeissa on annettu yhdeksän vastausvaihtoehtoa. Tämän muuttujan olemme uudelleen luokitelleet viiteen luokkaan. Koulutusta ja pääasiallista toimintaa koskevissa muuttujissa luokkia on yhdistetty, koska osassa vastausmäärät ovat hyvin pieniä. Lisäksi vastaajan omaa taloudellista tilannetta koskevassa muuttujassa olemme yhdistäneet luokat ”varakas” ja ”hyvin toimeen tuleva”, koska molemmissa sukupolvissa vain harva kertoo pitävänsä itseään varakkaana (suurissa ikäluokissa 1,3 prosenttia ja nuoremmassa sukupolvessa prosentti vastaajista). Aineiston kuvailevat tiedot on esitetty taulukossa 3.

Tulokset

Suuret ikäluokat

Taulukossa 4 on esitetty tulokset eri taustamuuttujien ja koetun onnellisuuden välisestä yhteydestä. Taulukosta ilmenee, että yhteensä kahteen tai kolmeen/neljään eri hyväntekeväisyyden ja vapaaehtoistyön muotoon osallistuneet suurten ikäluokkien edustajat ovat onnellisempia kuin ei lainkaan osallistuneet (K1). Lisäksi naiset ovat onnellisempia kuin miehet ja kumppanin kanssa elävät onnellisempia kuin ilman kumppania elävät. Itsensä hyvin toimeentulevaksi tai varakkaaksi sekä keskituloiseksi mieltävät ovat pienituloisia onnellisempia. He, joilla on enemmän läheisiä ihmisiä, ovat onnellisempia kuin he, joilla on vähemmän läheisiä. Uskonnon tärkeäksi mieltävät ovat onnellisempia kuin ne, joille uskonto ei ole tärkeää. Terveytensä paremmaksi kokevat ovat onnellisempia kuin terveydentilansa heikommaksi kokevat.

Taulukossa 5 on esitetty tulokset eri hyväntekeväisyyden muotojen ja vapaaehtoistyön tekemisen yhteydestä onnellisuuteen (K2), kun useat mahdolliset sekoittavat tekijät on vakioitu. Hyväntekeväisyyden lahjoittamista mittaavien muuttujien kohdalla kertoimet indikoivat positiivista yhtey-

Taulukko 4. Suurten ikäluokkien ja nuoremman sukupolven vapaaehtoistyöhön/hyväntekeväisyyteen osallistumisen yhteys onnellisuuteen

	Suuret ikäluokat				Nuorempi sukupolvi			
	β	p	95 % luottamusväli		β	p	95 % luottamusväli	
alempi			ylempi	alempi			ylempi	
Vapaaehtoistyö/hyväntekeväisyys: kuinka moneen muotoon osallistunut								
Ei yhteenkään (ref)								
Yhteen	0,30	0,002	0,11	0,48	0,11	0,358	-0,12	0,34
Kahteen	0,37	< 0,001	0,17	0,57	0,30	0,015	0,06	0,54
Kolmeen/neljään	0,33	0,012	0,07	0,59	0,20	0,184	-0,10	0,49
Sukupuoli								
Nainen (ref)								
Mies	-0,16	0,019	-0,30	-0,03	-0,41	< 0,001	-0,57	-0,25
Syntymävuosi	0,03	0,114	-0,01	0,07	0,0003	0,967	-0,01	0,01
Onko puolisoa								
Ei (ref)								
Kyllä	0,63	< 0,001	0,48	0,79	0,69	< 0,001	0,51	0,88
Koulutus								
Enintään perus- tai keskikoulu (ref)								
Ylioppilas tai ammattikoulu	0,06	0,430	-0,09	0,20	-0,29	0,159	-0,70	0,11
Alempi korkeakoulu	-0,07	0,612	-0,35	0,20	-0,45	0,039	-0,87	-0,02
Vähintään ylempi korkeakoulu	-0,07	0,550	-0,32	0,17	-0,59	0,007	-1,02	-0,16
Pääasiallinen toiminta								
Muu (ref)								
Työssä	0,05	0,607	-0,13	0,23	-0,17	0,097	-0,37	0,03
Taloudellinen tilanne								
Pienituloinen (ref)								
Keskituloinen	0,39	< 0,001	0,24	0,53	0,44	< 0,001	0,24	0,63
Hyvin toimeentuleva tai varakas	0,69	< 0,001	0,49	0,89	0,73	< 0,001	0,49	0,97
Lasten määrä	0,02	0,449	-0,03	0,06	-0,01	0,855	-0,07	0,06
Uskonnollisuus	0,18	< 0,001	0,11	0,25	0,14	0,001	0,05	0,22
Läheisten ystävien/sukulais- ten määrä	0,02	< 0,001	0,01	0,03	0,03	< 0,001	0,01	0,04
Terveys	0,73	< 0,001	0,64	0,82	0,83	< 0,001	0,72	0,95
Korjattu R2	0,24				0,22			
n	2 166				1 706			

Tulokset kahdesta lineaarisesta regressiomallista (yksi malli/sukupolvi).

tä onnellisuuteen. Yhdenkään muuttujan kohdalla erot hyväntekeväisyyteen lahjoittavien ja ei-lahjoittavien välillä eivät kuitenkaan ole tilastollisesti merkitseviä. Taulukosta 5 kuitenkin selviää, että vapaaehtoistyötä tekevät suurten ikäluokkien edustajat ovat onnellisempia kuin ne, jotka eivät tee vapaaehtoistyötä.

Lopuksi testasimme vapaaehtoistyön ja eri hyväntekeväisyyden muotojen sekä onnellisuuden interaktioita suurten ikäluokkien edustajilla (tuloksia ei ole esitetty taulukoissa). Malli, joka sisälsi interaktiotermin, osoitti, että rahan lahjoittaminen on yhteydessä lisääntyneeseen onnellisuuteen niillä, jotka eivät tee vapaaehtoistyötä ($\beta = 0,16$; SE = 0,07; $t = 2,10$; $p = 0,036$; 95 % luottamus-

välit = 0,01–0,30). Vastaavasti vapaaehtoistyöhön osallistuminen on yhteydessä lisääntyneeseen onnellisuuteen niillä, jotka eivät lahjoita rahaa hyväntekeväisyysjärjestöille ($\beta = 0,40$; SE = 0,13; $t = 3,01$; $p = 0,003$; 95 % luottamusvälit = 0,14–0,66; koko malli: korj. R2 = 0,24, $n = 2166$). Lisäksi interaktiotermin sisältänyt malli osoitti, että vaatteiden ja tavaroiden lahjoittaminen on yhteydessä lisääntyneeseen onnellisuuteen niillä, jotka eivät tee vapaaehtoistyötä ($\beta = 0,17$; SE = 0,07; $t = 2,33$; $p = 0,020$; 95 % luottamusvälit = 0,03–0,32). Vastaavasti vapaaehtoistyöhön osallistuminen on yhteydessä lisääntyneeseen onnellisuuteen niillä, jotka eivät lahjoita vaatteita tai tavaroita ($\beta = 0,39$; SE = 0,12; $t = 3,23$; $p = 0,001$; 95 % luot-

Taulukko 5. Suurten ikäluokkien ja nuoremman sukupolven vapaaehtoistyöhön ja hyväntekeväisyyteen osallistumisen yhteys onnellisuuteen

	Suuret ikäluokat						Nuorempi sukupolvi					
	β		95 % luottamusväli		korj. R2	n	β		95 % luottamusväli		korj. R2	n
		alempi	ylempi					alempi	ylempi			
Antanut rahaa hyväntekeväisyysjärjestölle												
Ei (ref)												
Kyllä	0,10	0,160	-0,04	0,23	0,24	2 166	0,18	0,017	0,03	0,33	0,22	1 706
Antanut vaatteita/tavaroita keräykseen												
Ei (ref)												
Kyllä	0,10	0,147	-0,03	0,23	0,24	2 166	0,09	0,297	-0,08	0,25	0,22	1 706
Antanut rahaa kerjäläiselle												
Ei (ref)												
Kyllä	0,0002	0,999	-0,27	0,27	0,24	2 166	0,01	0,968	-0,30	0,31	0,22	1 706
Tehnyt vapaaehtoistyötä												
Ei (ref)												
Kyllä	0,18	0,030	0,02	0,33	0,24	2 166	0,03	0,759	-0,17	0,23	0,22	1 706

Tulokset yhteensä kahdeksasta lineaarisesta regressiomallista (neljä mallia/sukupolvi). Kaikissa malleissa on vakioitu vastaajan sukupuoli, syntymävuosi, puolison olemassaolo, koulutus, pääasiallinen toiminta, lasten määrä, uskonnollisuus, läheisten ystävien/sukulaisten määrä ja terveys.

tamusväli = 0,15–0,62; koko malli: korj. R2 = 0,24, n = 2166). Vapaaehtoistyön ja rahan lahjoittamisen yhteisvaikutus ei kuitenkaan osoittautunut jatkoanalyysien perusteella merkitseväksi kummassakaan edellä mainituista malleista.

Nuorempi sukupolvi

Nuoremman sukupolven tulokset (taulukko 4) indikoivat, että yhteen, kahteen tai kolmeen/neljään aktiviteetin muotoon osallistuneet henkilöt ovat onnellisempia kuin ei lainkaan osallistuneet (K1). Ero on kuitenkin tilastollisesti merkitsevä vain kahteen muotoon osallistuneilla. Nuoremman sukupolven naiset ovat miehiä onnellisempia. Puolison olemassaolo on yhteydessä lisääntyneeseen onnellisuuteen. Yllättäen alemman tai ylempään korkeakoulututkinnon suorittaneet ovat onnettomampia kuin perusasteen tutkinnon suorittaneet. Tämä koulutustason mukainen tilastollisesti merkitsevä ero ilmenee vasta kun mallissa vakioidaan terveys. Merkitsevää eroa ei ole mallissa, jossa on vakioitu kaikki muut muuttujat paitsi terveys. Hyvin toimeentulevat tai varakkaat sekä keskituloiset ovat pienituloisia onnellisempia. Uskonnollisuuden lisääntyessä myös onnellisuus lisääntyy. Samoin suurempi läheisten ystävien ja sukulaisten määrä sekä parempi terveydentila ovat positiivisissa yhteydessä onnellisuuteen.

Nuoremman sukupolven tulokset (taulukko 5) osoittavat, että vaatteiden tai tavaroiden antaminen keräykseen, rahan antaminen kerjäläisille ja

vapaaehtoistyön tekeminen eivät ole tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä onnellisuuden kanssa (K2). Rahaa hyväntekeväisyysjärjestölle antaneet nuoremman sukupolven edustajat ovat kuitenkin onnellisempia kuin ne, jotka eivät ole antaneet rahaa hyväntekeväisyysjärjestölle.

Lopuksi testasimme vapaaehtoistyön ja eri hyväntekeväisyyden muotojen sekä onnellisuuden interaktioita (tuloksia ei ole esitetty taulukoissa). Nuoremman sukupolven edustajilla vapaaehtoistyön ja eri hyväntekeväisyyden muotojen interaktiot eivät olleet merkitseviä eivätkä vaikuttaneet näiden muuttujien ja onnellisuuden yhteyteen.

Johtopäätökset

Tässä artikkelissa olemme tutkineet suurten ikäluokkien sekä nuoremman sukupolven vapaaehtoistyön tekemisen ja hyväntekeväisyyteen lahjoittamisen yhteyttä onnellisuuteen. Evoluutiivinen teoria olettaa, että toisten auttaminen lisää auttajan omaa onnellisuutta silloin, kun auttajan resurssit eivät ole liian niukat. Tulosten perusteella ne suurten ikäluokkien edustajat, jotka ovat osallistuneet yhteen, kahteen tai kolmeen/neljään auttamisen muotoon, ovat onnellisempia kuin ne, jotka eivät ole osallistuneet mihinkään niistä. Erityisesti vapaaehtoistyötä tekevät suurten ikäluokkien edustajat ovat onnellisempia kuin ne, jotka eivät tee vapaaehtoistyötä. Nuoremman sukupol-

ven edustajista kahteen auttamisen muotoon osallistuvat ovat onnellisempia kuin ei lainkaan osallistuvat. Rahaa hyväntekeväisyysjärjestölle lahjoittaneet nuoremman sukupolven edustajat ovat onnellisempia kuin ne, jotka eivät ole lahjoittaneet rahaa hyväntekeväisyysjärjestöille. Tutkimuksemme tulokset ovat osin sopusoinnussa mutta osin ristiriidassa aiempien tutkimustulosten kanssa.

Vapaaehtoistyöhön osallistumisen on aiemmin havaittu korreloivan paremman koetun onnellisuuden ja tyytyväisyyden kanssa useissa tutkimuksissa, jotka ovat käsitelleet esimerkiksi Saksa (Meier & Stutzer 2008), Britannia (Whiteley 2004) ja Uutta-Seelantia (Dulin & al. 2012). Tutkimukset osoittavat myös, että vapaaehtoistyö saattaa lisätä onnellisuutta erityisesti vanhemmissa ikäluokissa (Post 2005). Esimerkiksi yhdysvaltalaiseen aineistoon perustuvassa tutkimuksessa havaittiin, että vapaaehtoistyöhön osallistuminen oli yhteydessä suurempaan koettuun onnellisuuteen yli 60-vuotiailla vastaajilla, mutta vastaavaa yhteyttä ei löydetty nuoremmilla sukupolvilla (Van Willigen 2000).

Suurilla ikäluokilla havaittu vapaaehtoistyön yhteys onnellisuuteen voi liittyä heidän elämäntahansa: valtaosa on jo eläkkeellä, eikä heillä juuri ole alaikäisiä lapsia huolehdittavanaan. Suurilla ikäluokilla on siis potentiaalisesti paljon vapaata aikaa, jolloin osallistua vapaaehtoistyöhön. Kun vapaaehtoistyö ei ole heille liian kuormittavaa, se voi tuottaa emotionaalisen palkinnon, joka ilmenee onnellisuutena. Lisäksi vapaaehtoistyö voi tarjota työelämän ulkopuolella oleville ikääntyneille mahdollisuuden ylläpitää statussaan hyödyllisinä ja tuottavina kansalaisina sekä lisätä heidän sosiaalisen kanssakäymisensä määrää (Van Willigen 2000). Samoin selitys sille, miksi vapaaehtoistyön tekeminen ei vaikuta lisäävän nuoremman sukupolven onnellisuutta, voi liittyä elämäntahansa. Kyselyyn vastaamisen aikaan vuonna 2012 nuoremman sukupolven edustajat olivat keskimäärin 36-vuotiaina keskellä elämän ”ruuhkavuosia”. Esimerkiksi yli 80 prosenttia heistä oli työelämässä ja noin 70 prosentilla oli alaikäisiä lapsia kotitaloudessaan (Danielsbacka & al. 2013). Vapaaehtoistyö edellyttää tyypillisesti ajan antamista toisten hyväksi, ja tätä aikaa nuoremmilla aikuisilla ei välttämättä ole.

Edellä esitettyjen analyysien perusteella nuoremmalla sukupolvella rahan lahjoittaminen hyväntekeväisyysjärjestöille on kuitenkin yhteydessä suurempaan koettuun onnellisuuteen. Nuorem-

man sukupolven edustajille rahan lahjoittaminen muille saattaa olla huomattavasti vähemmän kuormittavaa kuin ajan lahjoittaminen, ja siten se on emotionaalisesti palkitsevampaa. Näin nuorempi sukupolvi voi siis ”ostaa” onnellisuutta lahjoittamalla rahaa hyväntekeväisyyteen. Tämä tulos on linjassa Dunnin ja kumppaneiden (2008) tutkimuksen kanssa, jossa he havaitsivat, että rahan käyttäminen muiden hyväksi lisäsi ihmisten onnellisuutta Yhdysvalloissa.

Tavaroita ja vaatteita keräykseen tai rahaa kerjäläiselle antaneet eivät olleet onnellisempia kuin ne, jotka eivät olleet lainkaan osallistuneet tällaiseen avustamiseen. Tämä koski kumpaankin tutkimamaamme sukupolvea. Edellinen osoittaa, että erilaisiin hyväntekeväisyyden muotoihin osallistuminen voi olla eri tavoin yhteydessä onnellisuuteen. Tosin tulokset saattavat ainakin osaltaan liittyä siihen, että vastaajilta ei tiedusteltu hyväntekeväisyyteen lahjoittamisen määrää. Tavaroita ja vaatteita keräykseen tai rahaa kerjäläiselle antaneiden kohdallakin voi olla, että tällaiseen avustamiseen paljon osallistuneet ovat onnellisempia kuin ne, jotka eivät ole lainkaan osallistuneet. Kysymys jää kuitenkin jatkotutkimuksen selvitettäväksi.

Oletusta siitä, että juuri intensiivinen apu on yhteydessä onnellisuuteen, tukevat edellä esittämämme analyysit, joissa olemme tarkastelleet, kuinka moneen avun muotoon vastaajat ovat osallistuneet. Suurten ikäluokkien edustajat, jotka ovat osallistuneet yhteen, kahteen tai kolmeen/neljään auttamisen muotoon, ovat onnellisempia kuin ne, jotka eivät ole osallistuneet yhteenkään. Nuorempaa sukupolvea koskevat tulokset ovat samansuuntaisia, joskin ainoastaan kahteen avun muotoon osallistuneet ovat tilastollisesti merkittävästi onnellisempia kuin ei lainkaan osallistuneet.

Lisäksi suurten ikäluokkien edustajia koskevien tulosten perusteella vastaajat, jotka lahjoittavat rahaa hyväntekeväisyysjärjestölle tai vaatteita/tavaroita keräykseen (mutta eivät tee vapaaehtoistyötä), ovat onnellisempia kuin ne, jotka eivät lahjoita. Vastaavasti ne, jotka tekevät vapaaehtoistyötä (mutta eivät lahjoita rahaa hyväntekeväisyysjärjestölle tai vaatteita/tavaroita keräykseen), ovat onnellisempia kuin ne, jotka eivät tee. Tulokset viittaavat siihen, että sekä vapaaehtoistyöhön osallistuminen että hyväntekeväisyyteen lahjoittaminen voi olla suurten ikäluokkien edustajille liian kuormittavaa. Tästäkin aiheesta tarvitaan kuitenkin jatkotutkimusta, joka huomioi avun intensiteetin paremmin kuin tässä tutkimuksessa on ollut mahdollista.

Auttamisen ja onnellisuuden yhteyttä käsitellessä on syytä painottaa, että korrelaatio itsessään ei kerro kausaalisuudesta. On mahdollista, että yhteys selittyy jollakin väliin tulevalla tekijällä. Analyseissa olemme kuitenkin vakioineet useita mahdollisia sekoittavia tekijöitä, mikä ei poistanut yhteyksiä. Toinen mahdollisuus on, että havaitsemamme korrelaatiot perustuvat siihen, että jo valmiiksi onnellisemmat ihmiset tarjoavat apua muille useammin kuin muut. Eräs vaihtoehto on se, että toisten auttaminen ja onnellisuus ikään kuin edistävät toinen toistaan (Aknin & al. 2012). Tällöin toisten auttaminen voi ensin tuottaa onnellisuutta auttajille, minkä jälkeen toisia halutaan auttaa uudelleen, koska tällainen toiminta tuottaa emotionaalisen palkinnon. Näin voi muodostua positiivinen kehä toisten auttamisen ja onnellisuuden välille.

Tutkimuksemme tulokset nostavat esiin myös useita jatkotutkimuksen aiheita. Tulevaisuudessa tulisi tutkia, onko eri vapaaehtoistyön muotoihin, kuten sosiaali- ja terveydenhuoltoon, urheiluun, kulttuuriin tai uskontoon liittyvään toimintaan, osallistuminen eri tavoin yhteydessä onnellisuuteen. Jatkossa sukupolvia tulisi myös verrata tarkemmin keskenään. Minkälaisia sosioekonomisen taustan mukaisia eroja sukupolvien välil-

lä on vapaaehtoistyöhön osallistumisessa? Osallistuvatko eri sukupolvien edustajat erilaisiin vapaaehtoistyön ja hyväntekeväisyyden muotoihin? Lisäksi kaivataan pitkittäistutkimusta samoista sukupolvista ja henkilöistä, jotta voidaan selvittää, muuttuvatko vapaaehtoistyöhön ja hyväntekeväisyyteen osallistumisen muodot iän myötä ja miten ne ovat yhteydessä onnellisuuteen ja sen mahdollisiin muutoksiin.

Tutkimuksemme perusteella hyväntekeväisyysjärjestöille lahjoittavat nuoremman sukupolven edustajat ovat muita onnellisempia. Vapaaehtoistyö taas on yhteydessä suurempaan onnellisuuteen suurten ikäluokkien edustajilla. Sen lisäksi, että hyväntekeväisyys ja vapaaehtoistyö voivat hyödyttää avun saajia, ne siis voivat parantaa merkittävästi avun antajan hyvinvointia. Yhteiskuntapoliittisessa päätöksenteossa tulisikin pohtia, miten kansalaisten mahdollisuuksia osallistua toisten auttamiseen voitaisiin parantaa silloin, kun ihmiset itse haluavat osallistua. Tärkeää on kuitenkin huomioida, että toisten auttaminen sijoittuu sellaisille alueille, jotka eivät ole julkisten palveluiden piirissä. Suomessa ja muissa Pohjoismaissa vapaaehtoistyön ja hyväntekeväisyyden roolina on perinteisesti ollut täydentää ja tukea julkisia palveluita. On tärkeää, että näin on myös jatkossa.

Saapunut 4.3.2015
Hyväksytty 25.5.2015

KIRJALLISUUS

- Aknin, Lara B & Dunn, Elizabeth W. & Norton, Michael I.: Happiness Runs in a Circular Motion: Evidence for a Positive Feedback Loop between Prosocial Spending and Happiness. *Journal of Happiness Studies* 13 (2012): 347–355.
- Alesina, Alberto & Di Tella, Rafael & MacCulloch, Robert: Inequality and happiness: are Europeans and Americans different? *Journal of public economics* 88 (2004): 9–10, 2009–2042.
- Anderson, Nicole D. & Damianakis, Thecla & Kröger, Edeltraut & Wagner, Laura M. & Dawson, Deirdre R. & Binns, Malcolm A. & Bernstein, Syrelle & Caspi, Eilon & Cook, Suzanne L. & the BRAVO Team: The Benefits Associated With Volunteering Among Seniors: A Critical Review and Recommendations for Future Research. *Psychological Bulletin* 140 (2014): 6, 1505–1533.
- Barkow, Jerome H.: Introduction: Sometimes the Bus Does Wait. S. 3–59. Teoksessa Barkow, Jerome H. (toim.): *Missing the Revolution. Darwinism for Social Scientists*. Oxford University Press: New York, 2006.
- Barret, Louise & Dunbar, Robin & Lycett, John: *Human Evolutionary Psychology*. Princeton University Press: Princeton and Oxford, 2002.
- Bereczkei, Tamas & Birkas, Bela & Kerekes, Zsuzsanna: Altruism towards strangers in need: costly signaling in an industrial society. *Evolution and Human Behavior* (2010): 31, 95–103.
- Blanchflower, David G., & Oswald, Andrew J.: Well-being over time in Britain and the USA. *Journal of Public Economics* 88 (2004): 1359–1386.
- Borgonovi, Francesca: Doing well by doing good. The relationship between formal volunteering and self-reported health and happiness. *Social Science & Medicine* 66 (2008): 2321–2334.
- Brown, William Michael & Consedine, Nathan S. & Magai, Carol: Altruism Relates to Health in an Ethnically Diverse Sample of Older Adults. *Journal of Gerontology* 60B (2005): 143–152.
- Brown, Stephanie L. & Nesse, Randolph M. & Vinokur, Amiram D. & Smith, Dylan M.: Providing Social Support May Be More Beneficial Than Receiving It: Results From a Prospective Study of Mor-

- tality. *Psychological Science* 14 (2003): 320–327.
- Buss, David: The Evolution of Happiness, *American Psychologist* 55 (2000): 15–23.
- Clark, Andrew E.: Income and Happiness: Getting the Debate Straight. *Applied Research Quality Life* 6 (2011): 3, 253–263.
- Danielsbacka, Mirkka & Tanskanen, Antti O. & Hämäläinen, Hans & Pelkonen, Inka & Haavio-Mannila, Elina & Rotkirch, Anna & Karisto, Antti & Roos, J. P.: Sukupolvien vuorovaikutus: Auttaminen ja yhteydenpito suurten ikäluokkien ja heidän lastensa elämässä. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 58/2013. Helsinki: Väestöliitto, 2013.
- De Waal, Frans B. M.: Putting the Altruism Back into Altruism: The Evolution of Empathy. *Annu. Rev. Psychol.* 59 (2008): 279–300.
- Dolan, Paul & Peasgood, Tessa & White, Mathew: Do We Really Know What Makes Us Happy? A review of the economic literature on the factors associated with subjective well-being, *Journal of Economic Psychology* 29 (2008): 94–122.
- Dulin, Patrick L. & Gavala, Jhanitra & Stephens, Christine & Kostick, Marylynne & McDonald, Jennifer: Volunteering predicts happiness among older Maori and non-Maori in the New Zealand health, work, and retirement longitudinal study. *Aging & Mental Health* 6 (2012): 617–624.
- Dunn, Elizabeth W. & Aknin, Lara B. & Norton, Michael I.: Spending Money on Others Promotes Happiness. *Science* 319 (2008): 1687–1688.
- Ervasti, Heikki & Saari, Juho: Onnellisuus hyvinvointivaltiossa. S. 191–218. Teoksessa Saari, Juho (toim.): Hyvinvointi. Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Helsinki: Gaudemus, 2011.
- Fry, Douglas P.: The Human Potential for Peace. An Anthropological Challenge to Assumptions about War and Violence. New York: Oxford University Press, 2006.
- Grinde, Björn: The biology of happiness. London: Springer, 2012.
- Grönlund, Henrietta: Volunteerism as a mirror of individuals and society: reflections from young adults in Finland. Helsinki: Unigrafia, 2012.
- Grönlund, Henrietta: Vapaaehtoistoiminta vuonna 2025. S. 57–61. Teoksessa Innola, Eeva (toim.): Kohti kattavampaa varautumista. Vapaaehtoistoimintajärjestöt kokonaisturvallisuuden tukena. Helsinki: Turvallisuuskomitea, 2014.
- Hackl, Franz & Halla, Martin & Pruckner, Gerald J.: The fallacy of the Good Samaritan: volunteering as a weird way of making money. Mimeo, Department of Economics, Johannes Kepler University of Linz, 2004.
- Hamilton, William D.: The genetical evolution of social behaviour I & II. *Journal of Theoretical Biology* 7 (1964): 1–52.
- Hansen, Thomas: Parenthood and Happiness: a Review of Folk Theories Versus Empirical Evidence. *Social Indicators Research* 108 (2012): 29–64.
- Hanifi, Riitta: Suomalaiset tekevät melko paljon vapaaehtoistyötä. *Hyvinvointikatsaus* 3 (2011).
- Louis, Vincent V., & Zhao, Shanyang: Effects of family structure, family SES, and adulthood experiences on life satisfaction. *Journal of Family Issues* 23 (2002): 986–1005.
- Meier, Stephan & Stutzer, Alois: Is Volunteering Rewarding in Itself? *Economica* 75 (2008): 39–59.
- Myrskylä, Mikko & Margolis, Rachel: Happiness: Before and After the Kids. *Demography* 51 (2014): 1843–1866.
- Pedersen, Peder J. & Schmidt, Torben D.: Happiness in Europe: Cross-country differences in the determinants of satisfaction with main activity. *Journal of Socio-Economics* 40 (2011): 5, 480–489.
- Pessi, Anne Birgitta: Suomalaiset auttajina ja luottamus avun lähteisiin. RAY:n juhluvoden kansalaiskyselyjen tulokset. Helsinki: Yliopistopaino, 2008.
- Pessi, Anne Birgitta & Saari, Juho (toim.): Hyvien ihmisten maa. Auttaminen kilpailukyky-yhteiskunnassa. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulun tutkimuksia A31, 2011.
- Pievani, Telmo: Born to Cooperate? Altruism as Exaptation and the Evolution of Human Sociality. S. 41–61. Teoksessa Sussmann, R. W. & Cloninger, C. R. (toim.): Origins of Altruism and Cooperation. New York: Springer, 2011.
- Post, Stephen G.: Altruism, Happiness, and Health: It's Good to Be Good. *International Journal of Behavioral Medicine* 12 (2005): 2, 66–77.
- Saari, Juho & Saukko, Anu Emilia: Antamisen markkinat. Rahankeräys 2000-luvun alun Suomessa. S. 185–210. Teoksessa Pessi, Anne Birgitta & Saari, Juho (toim.): Hyvien ihmisten maa. Auttaminen kilpailukyky-yhteiskunnassa. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulun tutkimuksia A31, 2011.
- Schram, Vicki R. & Dunsing, Marilyn M.: Influences on married women's volunteer work participation. *Journal of Consumer Research* 7 (1981): 372–79.
- Stutzer, Alois: The role of income aspirations in individual happiness. *Journal of Economic Behaviour and Organisation* 54 (2004), 89–109.
- Thoits, Peggy A., & Hewitt, Lyndi N.: Volunteer work and well-being. *Journal of Health and Social Behavior* 42 (2001): 2, 115–131.
- Trivers, Robert L.: The Evolution of Reciprocal Altruism. *The Quarterly Review of Biology* 46 (1971): 35–57.
- Veenhoven, Ruut: How do we assess how happy we are? Tenets, implications and tenability of three theories. S. 45–69. Teoksessa Dutt, Amitava Krishna & Radcliff, Benjamin (toim.): Happiness, Economics and Politics: Towards a Multi-Disciplinary Approach. Cheltenham: Edward Elgar, 2009.
- Van Willigen, Marieke: Differential benefits of volunteering across the life course. *The Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences* 55 (2000): 308–318.
- Whiteley, Paul: The art of happiness: Is volunteering the blueprint for bliss? London: Economic and Social Research Council, 2004.

ENGLISH SUMMARY

Antti O. Tanskanen & Mirikka Danielsbacka: The associations between voluntariness, charity and happiness (Ovatko vapaaehtoistyö ja hyväntekeväisyys yhteydessä onnellisuuteen?)

This article investigates the associations between voluntariness, charity and self-evaluated happiness. We use two surveys that were collected as part of the Generational Transmissions in Finland project. The study subjects are Finnish baby boomers (born in 1945–1950) and their adult children (born in

1962–1993). In the baby boomer generation, voluntariness was associated with a higher degree of self-evaluated happiness. In the younger generation, a positive association was furthermore detected between charity donations and happiness. Voluntariness and charity may thus increase self-evaluated happiness, but there tend to be differences between the types of help and between generations.

Keywords: altruism, charity, happiness, voluntariness.