

Dr. Anu Realo
Tartu Ülikool, psühholoogia osakond

Kokkuvõtte ettekandest konverentsil "Mis on õnn?"
23.05.2008, Tartu

Õnne valem

"Iga inimene on oma õnne sepp," ütleb populaarne eesti vanasõna, vihjates vanade eestlaste pragmaatilisele (või ehk isegi protestantlikule) maailmavaatele, et ühte ja ainsat õnnevalemit pole olemas ning et see, kas ja kuidas saada õnnelikuks, on iga inimese enda kätes. Kuigi juba enam kui paarsada aastat tagasi seadis Jeremy Bentham utilitaarse põhimõtte "kõik on hea, mis suurendab inimeste õnne" Lääne väärtusmaailma alustalaks, on õnne uurimine psühholoogias suhteliselt hiline nähtus. Alates Freudist on ajaloo vältel valdav osa psühholoogide energiast kulunud inimese hinge tumedama poole uurimisele, püüdes mõista ja seletada erinevate vaimuhaiguste, meeleoluprobleemide ja käitumishäirete teket. Siiski on ka õnne uurimises toimunud viimastel aastakümnetel oluline läbimurre, mis lubab psühholoogidel nüüdseks väita, et nad teavad, mida on inimesel vaja, et õnnelik olla. Mispärast siis ikkagi mõned inimesed on õnnelikud ja teised mitte? Kas on olemas universaalne õnne valem? Millised tegurid mõjutavad inimeste rahulolu hinnanguid? Kas noorusaeg on "õnneaeg"? Need on vaid mõned küsimused, millele oma ettekandes vastust püüan leida.