

**KIINTYMYSTYYLIT, KIINTYMYKSEN TURVALLISUUS,
KOETTU SOSIAALINEN TUKI JA TUNNEILMAISUN
RISTIRIITA KESKIAIKUISUUDESSA**

Pitkittäistutkimuksellinen näkökulma

Johanna Oinas
Pro gradu -tutkielma
Psykologian laitos
Jyväskylän yliopisto
Elokuu 2011

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Psykologian laitos

OINAS, JOHANNA: Kiintymystyyliä, kiintymyksen turvallisuus, koettu sosiaalinen tuki ja tunneilmaisun ristiriita keski-iäkkäisyydessä: Pitkittäistutkimuksellinen näkökulma

Pro gradu -tutkielma, 34 s., 2 liites.

Ohjaaja: FT Marja-Liisa Kinnunen

Psykologia

Elokuu 2011

Aikuisuuden kiintymystyyliä heijastavat yksilön tapaa ajatella, tuntea ja käyttäytyä läheisissä ihmissuhteissa. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin, millaista kiintymystyyliä (turvallinen, itseriittoinen, takertuva ja pelokas) suhteellinen ja absoluuttinen pysyvyys on keski-iäkkäisyydessä. Kiintymystyyliä suhteellista pysyvyyttä tutkittiin Spearmanin korrelaatiokertoimella, ja absoluuttista pysyvyyttä tarkasteltiin Wilcoxonin testillä. Lisäksi yksitekoisen toistettujen mittausten varianssianalyysin avulla tarkasteltiin kiintymyksen turvallisuuden yhteyksiä koettuun sosiaaliseen tukeen ja tunneilmaisun ristiriitaan. Tutkimuksessa käytettiin Lea Pulkkisen vuonna 1968 aloittaman Lapsesta aikuiseksi -pitkittäistutkimuksen 36- ja 42-vuotiaana kerättyä aineistoa.

Tutkimuksessa havaittiin ensinnäkin, että sekä naisten että miesten kiintymystyyliä esiintyi suhteellista pysyvyyttä, joka oli tasoltaan kohtalaista. Toiseksi todettiin, että naisilla itseriittoisuus lisääntyi ja takertuvuus väheni turvallisen ja pelokkaan kiintymystyyliä ollen absoluuttisesti pysyviä, kun taas miehillä kaikki kiintymystyyliä olivat absoluuttisesti pysyviä. Kolmanneksi osoitettiin, että pysyvästi turvallisesti kiintyneet kokivat enemmän sosiaalista tukea kuin pysyvästi turvattomasti kiintyneet ja turvalliseen tai turvattomaan kiintymykseen siirtyneet tutkittavat. Neljänneksi huomattiin, että pysyvästi turvattomasti kiintyneet olivat tunneilmaisultaan ristiriitaisempia kuin tutkittavat, jotka olivat pysyvästi turvallisesti kiintyneitä tai jotka siirtyivät joko turvalliseen tai turvattomaan kiintymykseen. Viidenneksi havaittiin, että tutkittavien tunneilmaisun ristiriita väheni tutkimuksen kuuden vuoden ajanjaksolla.

Nämä tulokset tuovat uutta tietoa keski-iäkkäisyyden kiintymystyyliä pysyvyydestä. Lisäksi ne laajentavat tietämystä pysyvään turvalliseen ja turvattomaan kiintymykseen liittyvistä tekijöistä. Jatkossa tarvitaan lisää tutkimusta siitä, millaista kiintymystyyliä pysyvyys on muissa kohorteissa ja keski-iäkkäisyyden jälkeen. Ymmärtääksemme paremmin miten kiintymyksen turvallisuus on yhteydessä edelleen yksilön selviytymiseen kuormittavissa tilanteissa, jatkossa voisi myös tutkia, välittääkö tunneilmaisun ristiriita kiintymyksen turvallisuuden ja yksilön käyttämien selviytymiskeinojen välistä yhteyttä.

Avainsanat: kiintymystyyliä, kiintymyksen turvallisuus, koettu sosiaalinen tuki, tunneilmaisun ristiriita, suhteellinen pysyvyys, absoluuttinen pysyvyys, pitkittäistutkimus, keski-iäkkäisyyden

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO.....	1
1.1 Aikuisuuden kiintymyssuhteet, kiintymystyyliä ja kiintymyksen turvallisuus	1
1.2 Aikuisuuden kiintymystyylien pysyvyys ja muutos.....	4
1.3 Miksi aikuisuuden kiintymystyyliä ja kiintymyksen turvallisuudessa tapahtuu muutoksia?	6
1.4 Koettu sosiaalinen tuki, tunneilmaisun ristiriita ja kiintymyksen turvallisuus	8
1.5 Tutkimuskysymykset ja oletukset	10
2 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	11
2.1 Aineisto ja tutkittavat.....	11
2.2 Menetelmät ja muuttujat	12
2.3 Tilastolliset analyysit	15
3 TULOKSET	15
3.1 Kuvailevat tulokset.....	15
3.2 Kiintymystyylien suhteellinen ja absoluuttinen pysyvyys.....	19
3.3 Kiintymyksen turvallisuuden yhteydet koettuun sosiaaliseen tukeen ja tunneilmaisun ristiriitaan	20
4 POHDINTA.....	23
4.1 Keskiäikuisuuden kiintymystyylien pysyvyys ja muutos.....	23
4.2 Kiintymyksen turvallisuuden yhteydet koettuun sosiaaliseen tukeen sekä tunneilmaisun ristiriitaan pitkittäistutkimuksen valossa.....	24
4.3 Tutkimuksen arviointia, jatkotutkimustarpeita ja käytännön johtopäätöksiä	26

1 JOHDANTO

Kiintymyssuhdeteoria (Bowlby, 1969, 1973, 1980) tarkastelee ihmisten taipumusta muodostaa kiintymyssuhteiksi kutsuttuja voimakkaita tunnesiteitä toisiin ihmisiin. Kiintymyssuhteiden perusta muotoutuu varhaislapsuudessa lapsen ja hänen ensisijaisen hoitajansa välisessä vuorovaikutuksessa (Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978; Bowlby, 1973). Nämä varhaislapsuuden vuorovaikutuskokemukset ulottavat vaikutuksensa ihmisen myöhempiin kiintymyssuhteisiin (Bowlby, 1973). Kiintymys liittyy siten ihmisen koko elinkaareen (Bowlby, 1979). Kiintymyksessä ilmenee yksilöiden välisiä eroja, joita on tutkimuksen kentällä lähestytty eri kiintymystyylien näkökulmasta (Mikulincer & Shaver, 2007). Aikuisuuden kiintymystyyliä heijastavat yksilöiden välisiä eroja siinä, miten ihmiset ajattelevat, tuntevat ja käyttäytyvät läheisissä ihmissuhteissa (Collins, Guichard, Ford, & Feeney, 2004).

Aikuisuuden kiintymystyyliä sekä niiden pysyvyyttä ja muutosta on tutkittu paljon (Mikulincer & Shaver, 2007). Silti tutkimuksen kentällä tiedetään yllättävän vähän siitä, millaista kiintymystyylien pysyvyys ja muutos ovat varhaisaikuisuuden jälkeen (Magai, 2008). Lisää tutkimustietoa kaivataan myös aikuisuuden kiintymystyylien pysyvyyden sekä muutosten yhteyksistä yksilön tunne-elämään ja käyttäytymiseen (Zhang & Labouvie-Vief, 2004). Tässä tutkimuksessa pyritään ensinnäkin selvittämään, millaista kiintymystyylien pysyvyys on keskiaikuisuudessa 36 ja 42 ikävuoden välillä. Lisäksi tutkimuksessa tarkastellaan kiintymyksen turvallisuuden pysyvyyttä ja muutosta suhteessa koettuun sosiaaliseen tukeen ja tunneilmaisun ristiriitaan, jotka vaikuttavat merkittäväällä tavalla esimerkiksi yksilön selviytymiseen kuormittavissa tilanteissa.

1.1 Aikuisuuden kiintymyssuhteet, kiintymystyyli ja kiintymyksen turvallisuus

Aikuisilla on elämässään monia erilaisia ihmissuhteita, jotka vaihtelevat merkitykseltään ja läheisyydeltään. Osaa näistä merkittävimmistä ja läheisimmistä ihmissuhteista voidaan kutsua kiintymyssuhteiksi (Berman & Sperling, 1994). Kiintymyssuhdeteorian pioneerien John Bowlbyn (1969) ja Mary Ainsworthin (1989) mukaan aikuisuuden ensisijainen kiintymyssuhde on tyypillisesti seksuaalisuutta sisältävä parisuhde, jossa suhteen molemmat osapuolet vastavuoroisesti sekä tarjoavat että vastaanottavat huolenpitoa. On kuitenkin tavallista, että aikuisella on myös muita

kiintymyksen kohteita, kuten esimerkiksi omat vanhemmat, sisarukset ja ystävät (Ainsworth, 1989). Kaikkia näitä kiintymyksen kohteita yhdistää se, että he ovat ihmisiä, joiden puoleen yksilö on taipuvainen kääntymään, kun hän tarvitsee huolenpitoa ja tukea (Mikulincer & Shaver, 2007).

Tätä taipumusta turvautua läheisiin ihmisiin säätelevät kiintymyksen sisäiset työmallit (Berman & Sperling, 1994), joiden perusta syntyy varhaislapsuuden vuorovaikutuskokemuksissa kiintymyksen kohteiden kanssa (Bowlby, 1973). Uusien ihmissuhteiden myötä nämä mielensisäiset edustukset kehittyvät yhä monisyisemmiksi kognitiivis-affektiivisiksi psyyken rakenteiksi (Collins ym., 2004). Sisäiset työmallit kuvaavat yksilön käsityksiä itsestä (kokeeko yksilö, että hän on rakkauden ja huolenpidon arvoinen) ja merkittävistä toisista (kokeeko yksilö, että hänen kiintymyksen kohteensa ovat tuen ja turvan lähteitä) (Bowlby, 1973). Sisäisissä työmalleissa ilmenevien systemaattisten erojen ajatellaan vastaavan myös yksilöllisistä eroista kiintymystyyliä (Collins ym., 2004).

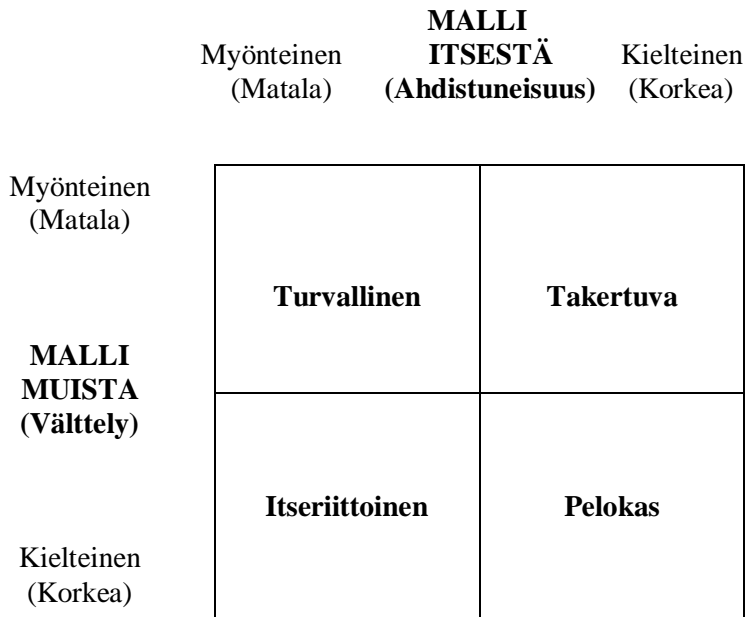
Kiintymystyylien luokittelu perustuu Ainsworthin tutkimuksiin, jotka koskevat lasten kiintymyskäyttäytymistä (Sinkkonen, 2004). Ainsworth (1978) tunnisti vierastilannemenetelmällä (Strange Situation) lapsissa kolme kiintymyssuhdekategoriaa, jotka heijastavat lapsen kiintymyksen laatua suhteessa ensisijaiseen kiintymyksen kohteeseen. Nämä kiintymyssuhdekategoriat ovat turvallinen, turvaton-välttelevä ja turvaton-ristiriitainen. 1980-luvulla alkunsa saanut aikuisuuden kiintymystyyli tutkimus (Crowell, Fraley, & Shaver, 2008) on pyrkinyt löytämään aikuisuudessa ilmeneviä vastineita näille Ainsworthin kiintymyssuhdekategorioille (Hazan, Gur-Yaish, & Campa, 2004) perheen, ystävien ja romanttisten rakkaussuhteiden konteksteissa (Bartholomew & Shaver, 1998) hyödyntäen AAI-haastattelua (Adult Attachment Interview; George, Kaplan, & Main, 1984), kokeellista tutkimusta (Collins & Feeney, 2004) ja itsearviointimenetelmiä (Bartholomew & Horowitz, 1991; Brennan, Clark, & Shaver, 1998; Hazan & Shaver, 1987).

Aikuisuuden kiintymystyylien yksilöllisten erojen tutkimuksessa on erotettavissa kolme näkökulmaa – kategorinen, dimensionaalinen ja prototyyppinen (Griffin & Bartholomew, 1994a) – jotka kaikki ovat kehittyneet Ainsworthin tutkimusten pohjalta (Mikulincer & Shaver, 2007). Kategorisessa lähestymistavassa yksilöt luokitellaan tiettyihin kiintymystyylikategorioihin, joiden katsotaan parhaiten edustavan yksilön kiintymystyyliä (Griffin & Bartholomew, 1994a). Dimensionaalisen näkökulman mukaan aikuisuuden kiintymystyylien taustalla vaikuttavat tietyt ulottuvuudet, jotka kuvaavat kiintymykseen liittyvää ahdistuneisuutta ja välttelyä (Mikulincer & Shaver, 2007). Ahdistuneisuusulottuvuus heijastaa sitä, missä määrin yksilö pelkää eroa ja hylätyksi tulemistä läheisissä ihmissuhteissaan. Välttelyulottuvuus kuvaa puolestaan sitä, miten taipuvainen yksilö on välttämään läheisyyttä merkittävissä ihmissuhteissaan (Brennan, Clark, & Shaver, 1998). Prototyyppisessä lähestymistavassa yhdistyvät sekä kategoriset että dimensionaaliset elementit, sillä

sen mukaan yksilöt kuuluvat vaihtelevin astein eri kiintymystyylikategorioihin (Griffin & Bartholomew, 1994a), joiden taustalla ovat edellä mainitut ahdistuneisuuden ja välttelyn ulottuvuudet (Griffin & Bartholomew, 1994b).

Bartholomewin (1990; Bartholomew & Horowitz, 1991) kehittämässä prototyyppisessä kiintymystyylihallissa aikuisuuden kiintymystyyliä tarkastellaan suhteessa läheisiin ihmisiin itsearviointimenetelmiä hyödyntäen. Mallissa kiintymystyyliä jaetaan turvalliseen, itseriittoiseen, takertuvaan ja pelokkaaseen kiintymystyyliin. Bartholomewin (1990; Bartholomew & Horowitz, 1991; Griffin & Bartholomew, 1994b) mukaan näiden kiintymystyylien taustalla olevat ahdistuneisuuden ja välttelyn ulottuvuudet voidaan määrittellä myös sisäisiä työmalleja heijastaviksi joko myönteiseksi tai kielteiseksi käsityksiksi oman itsen arvokkuudesta ja rakastettavuudesta (malli itsestä) sekä muiden luotettavuudesta ja valmiudesta tarjota tukea ja huolenpitoa kuormittavissa tilanteissa (malli muista). Mallin neljä kiintymystyyliä tavoitetaan näiden itseä ja muita koskevien mallien sekä niiden myönteisyyden ja kielteisyyden erilaisina yhdistelminä (kuvio 1).

Bartholomew (1990; Bartholomew & Horowitz, 1991) kuvaa mallissaan aikuisuuden kiintymystyyliä seuraavalla tavalla. *Turvallisesti kiintyneiden* ahdistuneisuus ja välttely kiintymyssuhteissa on vähäistä. He näkevät itsensä arvokkaina ja rakastettavina sekä kokevat kiintymyksen kohteidensa olevan luotettavia, huolehtivaisia ja herkkiä heidän tunteilleen ja tarpeilleen. Turvallisesti kiintyneet kokevat läheisyyden luontevana kiintymyssuhteissaan ja luottavat saavansa muilta tukea tarvittaessa. *Itseriittoisesti kiintyneiden* ahdistuneisuus on vähäistä ja välttely runsasta. He näkevät itsensä myönteisessä valossa ja korostavat omillaan pärjäämisen sekä riippumattomuuden tärkeyttä, koska kokevat, etteivät voi luottaa kiintymyksen kohteidensa tukeen. He siis suojaavat itseään hylätyksi tulemiselta välttämällä läheisiä ihmissuhteita ja ylläpitämällä käsitystä omasta itsenäisyydestä. *Takertuvaa kiintymystyyliä* luonnehtii korkea ahdistuneisuus ja matala välttely. Takertuvasti kiintyneiden käsityksiä itsestä leimaavat arvottomuuden tunteet. Vaikka takertuneesti kiintyneet eivät luota täysin kiintymyksen kohteidensa tukeen, he näkevät, että kiintymyshahmojen läheisyys ja hyväksyntä lieventävät heidän arvottomuuden tunteitaan. Takertuvaa kiintymystyyliä määrittävät siis voimakas läheisyyden tarve, mutta myös huoli hylätyksi ja torjutuksi tulemisesta. *Pelokasta kiintymystyyliä* kuvaa puolestaan korkea ahdistuneisuus ja välttely. Pelokkaasti kiintyneet ovat taipuvaisia näkemään itsensä arvottomina ja kiintymyksen kohteet epäluotettavina sekä hylkäävinä. Pelokkaasti kiintyneet kaipaavat läheisyyttä, mutta hylätyksi ja torjutuksi tulemisen pelko saa heidät välttämään läheisiä ihmissuhteita.



KUVIO 1. Aikuisuuden kiintymyksen neliluokkainen malli (Bartholomew, 1990)

Edellä mainitun Bartholomewin mallin perusteella voidaan tutkia myös yksilön kiintymyksen turvallisuutta (ts. kiintymyksen turvallisuuden astetta). Tällöin tarkastellaan sitä, korostuuko yksilön kiintymyksessä enemmän turvallinen vai turvaton kiintymys. Yksilön kiintymyksen turvallisuuden aste voidaan määritellä esimerkiksi vähentämällä turvallisen kiintymystyylin arvosta turvattomien (itseriittoisen, takertuvan ja pelokkaan) kiintymystyylien arvot, jolloin yksilö saa yhden kiintymyksen yleistä turvallisuutta kuvaavan arvon (Davila & Cobb, 2003; Zhang & Labouvie-Vief, 2004). Tätä turvallisuuden astetta voidaan kuvata myös kiintymyksen ahdistuneisuuden tai välttelyn ulottuvuuksien avulla: turvallinen kiintymys ilmenee vähäisenä ahdistuneisuutena ja välttelynä, kun taas turvaton kiintymys ilmenee runsaana ahdistuneisuutena ja/tai välttelynä (Brennan, Clark, & Shaver, 1998).

1.2 Aikuisuuden kiintymystyylien pysyvyys ja muutos

Bowlbyn (1973) mukaan kiintymystyyliä ovat melko pysyviä, koska sisäiset työmallit ovat luonteeltaan itseään ylläpitäviä: yksilöt ovat taipuvaisia ennemminkin sulauttamaan (assimilaatio) sisäisiin työmalleihinsa uutta tietoa kuin mukauttamaan (akkommodaatio) niitä uuden tiedon

mukaisiksi (Bowlby, 1980). Toisaalta Bowlby (1969, 1973, 1980) on todennut, että kiintymystyyliit voivat myös muuttua ennen kaikkea emotionaalisesti merkittävien elämäntapahtumien yhteydessä, jolloin yksilö joutuu päivittämään sisäisiä työmallejaan vastaamaan uusia kokemuksia. Näitä Bowlbyn ajatuksia kiintymystyylien pysyvyydestä ja muutoksesta on kahden viime vuosikymmenen aikana tarkasteltu aikuisuuden kiintymystyyli tutkimuksessa varsin ahkerasti (Fraley & Brumbaugh, 2004; Mikulincer & Shaver, 2007). Tosin suurin osa tästä tutkimuksesta on kartoittanut nuorten aikuisten kiintymystyyliissä ilmenevää pysyvyyttä ja muutosta (Magai, 2008). Lisäksi useimmissa tutkimuksissa aikuisuuden kiintymystyylien pysyvyyttä ja muutosta on tutkittu lyhyellä aikavälillä (Mikulincer & Shaver, 2007); vain muutamassa tutkimuksessa toistomittausten välinen aika on ollut yli kaksi vuotta (Kirkpatrick & Hazan, 1994; Klohnen & Bera, 1998; Klohnen & John, 1998; Zhang & Labouvie-Vief, 2004).

Kiintymystyylien pysyvyyttä ja muutosta on tutkittu muun muassa kategorisia luokittelumenetelmiä hyödyntäen (Baldwin & Fehr, 1995) ja tarkastelemalla sekä kiintymystyylien suhteellista että absoluuttista pysyvyyttä (Ruvolo, Fabin, & Ruvolo, 2001). Suhteellisella pysyvyydellä tarkoitetaan yksilöiden keskinäisen järjestyksen säilymistä samana ajan kuluessa, ja sitä tutkitaan muun muassa mittausajankohtien välisen korrelaatiokertoimen avulla (Caspi, Roberts, & Shiner, 2005). Absoluuttinen pysyvyys kuvaa puolestaan tietyn ominaisuuden keskimääräisen tason pysyvyyttä ajan myötä, ja sitä tarkastellaan vertaamalla keskiarvojen yhtäsuuruutta kahtena tai useampana ajankohtana (Metsäpelto & Rantanen, 2009). Toisin sanoen absoluuttinen pysyvyys kertoo siitä, lisääntykö vai väheneekö tietty ominaisuus tietyssä ihmisryhmässä ajan kuluessa (Caspi ym., 2005).

Kategorisia luokittelumenetelmiä käyttäneissä tutkimuksissa on havaittu, että noin 60–70 % tutkittavista voidaan luokitella jälkimmäisellä mittauskerralla samaan kiintymystyylikategoriaan kuin ensimmäisellä mittauskerralla. Näin ollen on osoitettu myös, että noin 30–40 %:lla tutkittavista kiintymystyyli muuttuu (Baldwin & Fehr, 1995; Davila, Burge, & Hammen, 1997; Kirkpatrick & Hazan, 1994). Kiintymystyylien suhteellista pysyvyyttä kartoittavissa tutkimuksissa toistomittausten korrelaatiot ovat vaihdelleet .47 ja .70 välillä ollen keskimäärin .56, mikä toisaalta kertoo kohtalaisesta pysyvyydestä, mutta toisaalta heijastaa myös sitä, että monen tutkittavan kiintymystyyli muuttuu (Mikulincer & Shaver, 2007). Tutkimuksissa, joissa kiintymystyylien toistomittausten aikaväli on ollut vähintään kaksi vuotta, kiintymystyylien toistomittauskorrelaatiot ovat pääosin olleet edellä mainittua keskimääräistä arvoa hieman pienempiä. Esimerkiksi Zhangin ja Labouvie-Viefin (2004) tutkimuksessa, jossa tutkittavat olivat iältään 15–87-vuotiaita, kiintymystyylien toistomittauskorrelaatiot vaihtelivat kahden vuoden aikavälillä .40 ja .49 välillä ja kuuden vuoden aikavälillä .24 ja .45 välillä. Puolestaan Cozzarellin, Karafan, Collinsin ja Taglerin

(2003) abortin tehneisiin nuoriin naisiin keskittyvässä tutkimuksessa kiintymystyylien toistomittauskorrelaatiot vaihtelivat kahden vuoden aikavälillä .36 ja .45 välillä. Näyttäisi siis siltä, että toistomittausten aikavälin kasvaessa kiintymystyylien suhteellinen pysyvyys vähenee.

Aikuisuuden kiintymystyylien absoluuttista pysyvyyttä on tutkittu melko vähän (Davila, Karney, & Bradbury, 1999). Tosin eräässä naisten kiintymystyyliä tarkastelevassa tutkimuksessa havaittiin, että 25 vuoden seuranta-ajalla takertuva kiintymystyyli väheni ja turvallinen kiintymystyyli lisääntyi (Klohn & John, 1998). Lisäksi tutkimuksissa on osoitettu, että nuorempiin verrattuna vanhemmat ihmiset ovat läheisissä ihmissuhteissaan vähemmän takertuneesti (Mickelson, Kessler, & Shaver, 1997; Zhang & Labouvie-Vief, 2004) ja pelokkaasti kiintyneitä (Diehl, Elnick, Bourbeau, & Labouvie-Vief, 1998) sekä enemmän itseriittoisesti (Diehl ym., 1998; Zhang & Labouvie-Vief, 2004) ja turvallisesti kiintyneitä (Zhang & Labouvie-Vief, 2004). Edellä mainitut tutkimustulokset viittaavat siihen, että yksilöiden vanhetessa kiintymystyylien keskiarvot muuttuvat siten, että turvallinen ja itseriittoinen kiintymystyyli lisääntyvät, kun taas takertuva ja pelokas kiintymystyyli vähenevät.

1.3 Miksi aikuisuuden kiintymystyyliessä ja kiintymyksen turvallisuudessa tapahtuu muutoksia?

On ehdotettu, että aikuisuuden kiintymystyylien keskiarvojen muutokset heijastavat ikään liittyviä kypsymisprosesseja (Diehl ym., 1998; Klohn & John, 1998; Mickelson ym., 1997; Zhang & Labouvie-Vief, 2004). Ikääntyessään yksilöt ovat taipuvaisia panostamaan aiempaa enemmän ihmissuhteisiin ja läheisyyteen (Carstensen, Isaacowitz, & Charles, 1999), mikä saattaa olla turvallisuuden lisääntymisen ja pelokkuuden vähenemisen taustalla. Ikä tuo mukanaan myös muita muutoksia, sillä yksilön minuuden ajatellaan iän myötä muotoutuvan aiempaa integroituneemmaksi ja itsenäisemmäksi ollen samalla vähemmän riippuvainen välittömästä sosiaalisesta vahvistuksesta ja tuesta (Labouvie-Vief, Chiodo, Goguen, Diehl, & Orwoll, 1995). Tämä voi puolestaan selittää itseriittoisuuden lisääntymistä ja takertuvuuden vähenemistä läheisissä ihmissuhteissa. Tosin nämä kiintymystyylien keskiarvojen muutokset voivat olla hieman erilaisia naisilla ja miehillä etenkin keski-ikäen kynnyksellä, ja ne saattavat kytkeytyä tässä ikävaiheessa koettuihin siirtymiin. Siirtymässä yksilö pohtii elämänrakennettaan ja mahdollisesti myös muuttaa tekemiään valintoja (Levinson, Darrow, Klein, Levinson, & Mckee, 1978). Perho ja Korhonen (1994) ovat aikuisuuden siirtymiä käsittelevässä tutkimuksessaan havainneet, että 30–40-vuotiaana naisten ja miesten

kokemissa siirtymissä korostuvat eri asiat. Heidän mukaansa naisilla tässä ikävaiheessa korostuvat itsenäistymisen ja yksilöllistymisen pyrkimyksiä heijastavat siirtymät, kun taas miehet pohtivat etenkin työhön liittyviä asioita. Tämä puolestaan saattaa johtaa siihen, että myös kiintymystyylien keskiarvoissa tapahtuvat muutokset ovat erilaisia naisilla ja miehillä. Tosin voi olla, että nämä siirtymät ja niihin mahdollisesti kytkeytyvät kiintymystyyli muutokset ovat ominaisia vain 1940- ja 1950-luvuilla syntyneille kohorteille heijastaen siten erityisesti näiden sukupolvien kokemuksia.

Bowlbyn (1969, 1973, 1980) jalanjäljissä on esitetty, että tietyt emotionaalisesti merkittävät elämäntapahtumat voivat johtaa muutoksiin aikuisuuden kiintymyksen turvallisuudessa (Kirkpatrick & Hazan, 1994). Tutkimustulokset ovat olleet elämäntapahtumien suhteen ristiriitaisia (Mikulincer & Shaver, 2007). On osoitettu esimerkiksi, että parisuhteen katkeaminen kytkeytyy kiintymyksen turvallisuuden laskuun (Cozzarelli ym., 2003; Kirkpatrick & Hazan, 1994; Ruvolo ym., 2001) ja että naimisiinmenon yhteydessä kiintymyksen turvallisuus lisääntyy (Davila ym., 1999). Toisaalta taas moni tutkimus ei ole löytänyt yhteyksiä emotionaalisesti merkittävien elämäntapahtumien ja kiintymyksen turvallisuudessa tapahtuvien muutosten välillä (Baldwin & Fehr, 1995; Davila ym., 1997; Davila & Cobb, 2003; Scharfe & Bartholomew, 1994). Lisäksi kiintymyksen turvallisuuden pysyvyydessä on havaittu sukupuolten välisiä eroja merkittävien elämäntapahtumien yhteydessä: Simpson, Rholes, Campbell ja Wilson (2003) osoittivat tutkimuksessaan, että ensimmäisen lapsen syntymän myötä naisten, mutta ei miesten, kiintymyksen turvallisuus lisääntyi.

Lisäksi Davila ym. (1997) ovat ehdottaneet, että yksilön taipumus kokea muutoksia – olipa kyseessä sitten muutos turvalliseen tai turvattomaan kiintymykseen – kumpuaa tietyistä haavoittuvuustekijöistä kuten esimerkiksi vanhempien tai yksilön omista mielenterveyden häiriöistä. He ovat todenneet, että nämä haavoittuvuustekijät voivat johtaa epävakaiden ja epäselvien sisäisten työmallien syntyyn, mikä ilmenee puolestaan epävarmuutena omasta arvosta ja sosiaalisen tuen luotettavuudesta. Tämän seurauksena yksilöt raportoivat eriasteista kiintymyksen turvallisuutta eri aikoina (Davila & Cobb, 2004). Näille oletuksille on saatu myös empiiristä tukea, sillä Davila ja Cobb (2003) havaitsivat, että yksilön mielenterveyden häiriöt, kuten esimerkiksi masennus kytkeytyivät epäselviin sisäisiin työmalleihin, jotka olivat yhteydessä edelleen epävakautteen kiintymyksen turvallisuudessa.

1.4 Koettu sosiaalinen tuki, tunneilmaisun ristiriita ja kiintymyksen turvallisuus

Koettu sosiaalinen tuki (perceived social support) on määritelty yksilön käsityksiksi omasta arvostaan ja sosiaalisen tuen luotettavuudesta (Sarason, Pierce, & Sarason, 1990). Näin ollen koettu sosiaalinen tuki yhdistyy käsitteellisesti kiintymyksen turvallisuuteen. Myös kehityksellisiltä juuriltaan koettu sosiaalinen tuki kytkeytyy kiintymyksen turvallisuuteen, sillä koettua sosiaalista tukea pidetään melko vakaana piirteenä, joka kehittyy lapsuuden kokemuksissa kiintymyksen kohteiden kanssa (Sarason, Sarason, & Shearin, 1986). Lapselle, jonka turvallisuuden tarpeisiin on vastattu, kehittyy myönteisiä odotuksia muista, mikä puolestaan johtaa käsityksiin muista luotettavina ja saatavilla olevina, kun taas lapselle, joka ei koe saavansa tukea ja huolenpitoa, kehittyy käsityksiä muista hylkäävinä ja ei-saatavilla olevina (Bartholomew, Cobb, & Poole, 1997).

Kiintymyksen turvallisuuden ja koetun sosiaalisen tuen on osoitettu olevan yhteydessä toisiinsa monissa tutkimuksissa. Poikkileikkaustutkimuksissa on havaittu, että turvallisesti kiintyneet kokevat enemmän sosiaalista tukea kuin turvattomasti kiintyneet yksilöt (Blain, Thompson, & Whiffen, 1993; Davis, Morris, & Kraus, 1998; Priel & Shamai, 1995; Wallace & Vaux, 1993). Niin ikään poikkileikkaustutkimuksissa, joissa on tarkasteltu kiintymyksen ahdistuneisuuden ja välttelyn kytköksiä koettuun sosiaaliseen tukeen, on osoitettu, että vähäinen ahdistuneisuus ja vähäinen välttely ovat yhteydessä korkeaan koettuun sosiaaliseen tukeen, kun taas korkea ahdistuneisuus ja korkea välttely ovat yhteydessä vähäiseen koettuun sosiaaliseen tukeen (Alexander, Feeney, Hohaus, & Noller, 2001; Gallo, Smith, & Ruiz, 2003; Mallinckrodt & Wei, 2005; Vogel & Wei, 2005). Lisäksi koetun sosiaalisen tuen on havaittu välittävän osittain kiintymyksen turvallisuuden ja sosiaalisen tuen etsimisen välistä yhteyttä: mitä enemmän yksilöt olivat turvallisesti kiintyneitä, sitä enemmän he raportoivat myös koettua sosiaalista tukea ja sitä enemmän he myös etsivät sosiaalista tukea (Ognibene & Collins, 1998).

Koetun sosiaalisen tuen ja kiintymyksen turvallisuuden yhteyksiä kartoittavia pitkittäistutkimuksia on olemassa vain muutama. Esimerkiksi aiemmin mainitussa Cozzarellin ym. (2003) tutkimuksessa havaittiin, että abortin tehneillä naisilla koettu sosiaalinen tuki lisääntyi tutkimuksen kahden vuoden aikavälillä, olivat he sitten pysyvästi turvallisesti tai turvattomasti kiintyneitä tai turvalliseen tai turvattomaan kiintymykseen siirtyneitä. Tosin Cozzarellin ym. mukaan kyseiset muutokset koetussa sosiaalisessa tuessa eivät ehkä kytkeytyneet niinkään kiintymyksen turvallisuuden muutoksiin, vaan ne heijastivat pikemminkin abortin vaikutuksia näiden naisten elämään: abortin aikaan syntyneet jännitteet ihmissuhteissa saattoivat lieventyä tutkimuksen kahden vuoden aikavälillä, mikä puolestaan näkyi lisääntyneenä koettuna sosiaalisena

tukena. Kaikissa edellä mainituissa poikkileikkaus- ja pitkittäistutkimuksissa tutkittavat ovat olleet nuoria aikuisia, joten lisää tutkimustietoa kaivataan selvästi siitä, miten kiintymyksen turvallisuus ja koettu sosiaalinen tuki kytkeytyvät toisiinsa edelleen myöhemmässä aikuisuudessa.

Tunneilmaisun ristiriidalla (ambivalence over emotional expression) tarkoitetaan puolestaan yksilön kokemaa tietoista ristiriitaa suhteessa hänen tunneilmaisutyylinsä (King & Emmons, 1990, 1991). Tunneilmaisun ristiriita liittyy sekä myönteisten että kielteisten tunteiden ilmaisuun, ja se pitää sisällään erilaisia ristiriitakokemuksia: 1) yksilö haluaisi ilmaista tunteitaan, mutta ei uskalla sitä tehdä; 2) hän ilmaisee tunteitaan vastentahtoisesti; 3) hän ilmaisee tunteitaan, mutta katu ilmaisuun jälkikäteen (King & Emmons, 1990). Tunneilmaisun ristiriitaa pidetään koetun sosiaalisen tuen tavoin suhteellisen pysyvänä piirteenkaltaisena ominaisuutena (King, 1998; King & Emmons, 1990, 1991), ja sen on todettu olevan yhteydessä muun muassa huonoon itsetuntoon (Emmons & Colby, 1995; King & Emmons, 1990), vähäiseen koettuun sosiaaliseen tukeen (Emmons & Colby, 1995), passiivisiin (esim. itsen ja muiden syyttely) sekä välttelyyn perustuviin (esim. etäännyttäminen) selviytymiskeinoihin (Tucker, Winkelmann, Katz, & Bermas, 1999) ja vähäiseen sosiaalisen tuen etsimiseen (Emmons & Colby, 1995).

On ehdotettu, että tunneilmaisun ristiriidan juuret ovat sellaisissa lapsuuden ihmissuhteissa, joissa tunneilmaisu on ollut epäselvää ja ristiriitaista (King, 1998). Myös turvattomissa kiintymyssuhteissa korostuu usein ensisijaisen kiintymyksen kohteen epäjohdonmukainen tunneilmaisu ja käyttäytyminen lasta kohtaan, kun taas turvallisia kiintymyssuhteita määrittää kiintymyksen kohteen sensitiivinen ja johdonmukainen reagointi lapsen viesteihin (Ainsworth ym., 1978). Näin ollen voisi ajatella, että runsas tunneilmaisun ristiriita on yhteydessä turvattomaan kiintymykseen, ja vastaavasti vähäinen tunneilmaisun ristiriita kytkeytyy turvalliseen kiintymykseen. Kiintymyksen turvallisuuden ja tunneilmaisun ristiriidan välisistä yhteyksistä on olemassa kuitenkin hyvin vähän tutkimustietoa. Tosin Männikkö (2001) on sivunnut tätä aihetta tutkimuksessaan, jossa edellä esitettyjen oletusten mukaisesti havaittiin, että pelokkaasti kiintyneet aikuiset olivat tunneilmaisun ristiriidassa korkealla, kun taas turvallisesti kiintyneiden tunneilmaisun ristiriita oli vähäistä.

1.5 Tutkimuskysymykset ja oletukset

Tämän tutkimuksen ensimmäisenä tutkimuskysymyksenä oli, millaista kiintymystyylien suhteellinen ja absoluuttinen pysyvyys on 36-vuotiaasta 42-vuotiaaksi. Aiempaan tutkimustietoon (Cozzarelli ym., 2003; Zhang & Labouvie-Vief, 2004) pohjaten kiintymystyylien suhteellisen pysyvyyden oletettiin olevan tasoltaan kohtalaista: 36- ja 42-vuotiaana tehtyjen mittausten keskinäisten korrelaatiokertoimien oletettiin vaihtelevan .20 ja .50 välillä. Niin ikään aiempien tutkimusten (Diehl ym., 1998; Klohnen & John, 1998; Mickelson ym., 1997; Zhang & Labouvie-Vief, 2004) perusteella oletettiin, että keskiarvojen valossa turvallinen sekä itseriittoinen kiintymystyyli lisääntyvät ja takertuva sekä pelokas kiintymystyyli vähenevät.

Toisena tutkimuskysymyksenä tarkasteltiin, millaisia yhteyksiä kiintymyksen turvallisuudella on koettuun sosiaaliseen tukeen ja tunneilmaisun ristiriitaan 36-vuotiaasta 42-vuotiaaksi. Oletuksena oli, että pysyvästi turvallisesti kiintyneet kokevat enemmän sosiaalista tukea kuin pysyvästi turvattomasti kiintyneet, koska myös poikkileikkaustutkimuksissa turvallisesti kiintyneiden on havaittu kokevan turvattomasti kiintyneitä enemmän sosiaalista tukea (Blain, Thompson, & Whiffen, 1993; Davis, Morris, & Kraus, 1998; Priel & Shamai, 1995; Wallace & Vaux, 1993). Oletuksena oli myös, että pysyvästi turvattomasti kiintyneet ovat tunneilmaisultaan ristiriitaisempia kuin pysyvästi turvallisesti kiintyneet, koska turvattoman kiintymyksen on havaittu olevan yhteydessä runsaaseen tunneilmaisun ristiriitaan, kun taas turvallinen kiintymys kytkeytyy vähäiseen tunneilmaisun ristiriitaan (Männikkö, 2001). Koska kiintymyssuhdeteorian mukaan (Bowlby, 1969, 1973, 1980) kiintymyksen turvallisuuden muutokset kytkeytyvät vastaavasti muutoksiin yksilön tunne-elämässä ja käyttäytymisessä, oletettiin lisäksi, että a) kiintymyksen turvallisuuden lisääntyessä koettu sosiaalinen tuki lisääntyy ja tunneilmaisun ristiriita vähenee ja b) kiintymyksen turvallisuuden vähentyessä koettu sosiaalinen tuki vähenee ja tunneilmaisun ristiriita lisääntyy.

Kiintymystyylien suhteellista ja absoluuttista pysyvyyttä tutkittiin erikseen naisilla ja miehillä (tutkimuskysymys 1), koska kiintymystyylien pysyvyys voi olla erilaista naisilla ja miehillä johtuen esimerkiksi keskiaikuisuuden siirtymissä havaituista sukupuolieroista (Perho & Korhonen, 1994). Kiintymyksen turvallisuuden pysyvyyttä ja muutosta koskevilla analyyseilla (tutkimuskysymys 2) sukupuoli oli taustamuuttujana, koska kiintymyksen turvallisuuden pysyvyydessä on todettu ilmenevän sukupuolten välisiä eroja (Simpson ym., 2003). Näissä analyyseissa sukupuolen lisäksi huomioitiin tutkittavien parisuhdestatus ja masentuneisuus.

2 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

2.1 Aineisto ja tutkittavat

Tämä tutkimus oli osa professori Lea Pulkkisen aloittamaa sosiaalista kehitystä ja persoonallisuutta tarkastelevaa Lapsesta aikuiseksi -pitkäaikaisesta tutkimuksesta, jonka ensimmäinen aineistonkeruu suoritettiin vuonna 1968 (Pulkinen, 2006; Pulkinen ym., 2003). Alkuperäisotokseen kuuluivat satunnaisesti Jyväskylän seudun kansakouluista poimitut 12 kakkosluokkaa. Yhteensä näillä luokilla oli 369 (173 tyttöä ja 196 poikaa) lasta, joista 93,5 % oli syntynyt vuonna 1959. Kaikki olivat syntyperältään suomalaisia. Tutkittavia on tämän jälkeen tutkittu säännöllisin väliajoin läpi heidän nuoruutensa ja tähänastisen aikuisuutensa heidän ollessa 8-, 14-, 27-, 36-, 42-, ja 50-vuotiaita. Tässä tutkimuksessa käytettiin aineistoa, joka kerättiin tutkittavilta vuosina 1995 ja 2001 heidän ollessa 36- ja 42-vuotiaita. 36- ja 42-vuotiaiden otokset edustivat hyvin vuonna 1959 syntyneiden suomalaisten koko ikäluokkaa muun muassa siviilisäädyn, lasten määrän, koulutusasteen ja työttömyyden suhteen (Pulkinen, 1996; Pulkinen ym., 2003; Sinkkonen & Pulkinen, 1996).

Tutkimuksessa olivat mukana ne henkilöt, jotka täyttivät 36- ja 42-vuotiaana haastattelun yhteydessä aikuisiän kiintymystyylejä kartoittavan kyselylomakkeen (Relationship Questionnaire [RQ]; Bartholomew & Horowitz, 1991) ja jotka 36- ja 42-vuotiaana vastasivat kotiin lähetetyn elämäntilannekyselyn sosiaalista tukea selvittäviin kysymyksiin sekä täyttivät haastattelun yhteydessä tunneilmaisun ristiriitaa kartoittavan kyselylomakkeen (Ambivalence Over Emotional Expressiveness Questionnaire [AEQ]; King & Emmons, 1990). 36-vuotiaana kiintymystyylilykselyyn vastasi 267 (129 naista ja 138 miestä) ja 42-vuotiaana 240 tutkittavaa (120 naista ja 120 miestä). Molemmissa ikävaiheissa 208 tutkittavaa (106 naista ja 102 miestä) vastasi kiintymystyylilykselyyn. Näistä 208 tutkittavasta koetun sosiaalisen tuen väittämiin vastasi 36-vuotiaana 206 (106 naista ja 100 miestä) ja 42-vuotiaana 204 tutkittavaa (105 naista ja 99 miestä). Edelleen näistä 208 tutkittavasta yhtä lukuun ottamatta kaikki (105 naista ja 102 miestä) vastasivat tunneilmaisun ristiriitaa mittaaviin väittämiin 36-vuotiaana, kun taas 42-vuotiaana näihin väittämiin vastasi jokainen. Attritioanalyysin mukaan tutkittavat, jotka vastasivat vain 36-vuotiaana kiintymystyylilykselyyn, eivät eronneet kiintymystyylilien, koetun sosiaalisen tuen, tunneilmaisun ristiriidan tai taustamuuttujien (sukupuoli, parisuhdestatus ja masentuneisuus) suhteen niistä, jotka vastasivat kiintymystyylilykselyyn sekä 36- että 42-vuotiaana.

2.2 Menetelmät ja muuttujat

Kiintymystyyli

Kiintymystyyliä tutkittiin 36- ja 42-vuotiaana kiintymystyylikyselyllä, joka oli muokattu versio Bartholomewin ja Horowitzin (1991) kehittämästä kiintymystyylikyselystä (Relationship Questionnaire [RQ]). Alkuperäisessä Bartholomewin ja Horowitzin (1991) kiintymystyylikyselyssä tutkittavat arvioivat, miten neljä kyselyssä kuvattua kiintymystyyliä (turvallinen, itseriittoinen, takertuva ja pelokas) vastaavat heidän suhtautumistaan läheisiin ihmisiin. Lapsesta aikuiseksi - tutkimuksessa käytetyssä kiintymystyylikyselyssä tutkittavat arvioivat omaa kiintymystyyliään suhteessa samaa ja vastakkaista sukupuolta oleviin läheisiin ihmisiin (Männikkö, 2001) (liite 1). Tässä tutkimuksessa haluttiin tarkastella Bartholomewin ja Horowitzin (1991) alkuperäisen kiintymystyylikyselyn mukaisesti koehenkilöiden kiintymystä suhteessa läheisiin ihmisiin, joten samaan ja vastakkaiseen sukupuoleen annetuista kiintymystyyliarvoista laskettiin keskiarvo jokaiselle neljälle kiintymystyylielle erikseen 36- ja 42-vuotiaana. Tutkittavat vastasivat kyselyyn asteikolla 1 (*ei kuvaa minua lainkaan*) – 4 (*kuvaa minua erittäin hyvin*).

Kiintymyksen turvallisuus

Kiintymyksen turvallisuuden pysyvyyden ja muutoksen tutkimiseksi muodostettiin uusi jatkuva-arvoinen kiintymyksen turvallisuusmuuttuja siten, että turvallisen kiintymystyylin keskiarvosta vähennettiin turvattomien (itseriittoinen, takertuva ja pelokas) kiintymystyylien keskiarvot (Davila & Cobb, 2003; Zhang & Labouvie-Vief, 2004).

$$\text{Kiintymyksen turvallisuus} = \text{turvallinen} - (\text{itseriittoinen} + \text{takertuva} + \text{pelokas})$$

Yllä olevaa laskukaavaa käyttäen jokainen tutkittava sai uuden kiintymyksen turvallisuutta kuvaavan arvon. Seuraavaksi tutkittavat jaettiin kiintymyksen turvallisuusmuuttujan keskiarvon perusteella joko turvattomaan tai turvalliseen kiintymykseen 36- ja 42-vuotiaana. Turvaton kiintymys tarkoitti sitä, että tutkittava sai turvallisuusmuuttujalla alle keskiarvon olevan arvon. Turvallinen kiintymys tarkoitti puolestaan sitä, että tutkittavan arvo turvallisuusmuuttujalla oli yli keskiarvon. Tämän jälkeen muodostettiin kiintymyksen neljä turvallisuusryhmää: 1) *pysyvä turvaton kiintymys*, 2) *muutos turvattomasta turvalliseen kiintymykseen*, 3) *muutos turvallisesta turvattomaan kiintymykseen* ja 4) *pysyvä turvallinen kiintymys* (kuvio 2).

	Turvaton	Kiintymyksen turvallisuus 42-vuotiaana	Turvallinen
Kiintymyksen turvallisuus 36-vuotiaana	Turvaton	Ryhmä 1: Pysyvä turvaton kiintymys	Ryhmä 2: Muutos turvattomasta turvalliseen kiintymykseen
	Turvallinen	Ryhmä 3: Muutos turvallisesta turvattomaan kiintymykseen	Ryhmä 4: Pysyvä turvallinen kiintymys

KUVIO 2. Kiintymyksen turvallisuusryhmät

Koettu sosiaalinen tuki

Koettu sosiaalinen tuki oli summamuuttuja, joka muodostui kuudesta elämäntilanelomakkeen kysymyksestä koskien läheisten ystävien määrää (*0 = ei yhtään, 1 = yksi, 2 = 2–3 ystävää, 3 = neljä tai enemmän ystäviä*), tutkittavan tyytyväisyyttä nykyisiin ystävyys-suhteisiin asteikolla 1 (*erittäin tyytymätön*) – 4 (*erittäin tyytyväinen*) ja käsitystä sosiaalisen tuen saatavuudesta asteikolla 1 (*täysin eri mieltä*) – 4 (*täysin samaa mieltä*). Näiden kysymysten lisäksi koetun sosiaalisen tuen summamuuttujaan kuului kolme kysymystä, jotka kartoittivat, onko tutkittavalla a) perheen/sukulaisten, b) työ-/opiskelukavereiden ja c) harrastusten parissa ihmisiä, joiden kanssa hän voi keskustella henkilökohtaisista asioistaan ja ongelmistaan. Vastausvaihtoehdot näihin kolmeen kysymykseen olivat: *0 = ei yhtään, 1 = yksi, 2 = muutama ja 3 = useita* (Kokkonen & Pulkkinen, 2001). Tilastollisia analyyseja varten koetun sosiaalisen tuen summamuuttuja standardoitiin, koska edellä mainittujen kysymysten mitta-asteikot eivät olleet yhteismitallisia. Koetun sosiaalisen tuen summamuuttujan Cronbachin alfat olivat sekä 36- että 42-vuotiaana .69. Koettua sosiaalista tukea kartoitettiin samoilla kysymyksillä 36 ja 42 vuoden iässä.

Tunneilmaisun ristiriita

Tunneilmaisun ristiriita oli Kingin ja Emmonsin (1990) AEQ-kyselylomakkeen (Ambivalence Over Emotional Expressiveness Questionnaire) seitsemästä väittämästä (liite 2) (esim. ”Haluaisin näyttää tunteeni toisille, mutta jokin tuntuu pidättelevän minua”) muodostettu summamuuttuja. Näihin seitsemään väittämään tutkittavat vastasivat asteikolla 1 (*sopii minuun erittäin huonosti*) – 4 (*sopii minuun erittäin hyvin*). Tunneilmaisun ristiriidan summamuuttujan Cronbachin alfat olivat 36-vuotiaana .73 ja 42-vuotiaana .74. Tunneilmaisun ristiriitaa selvitettiin samoilla kysymyksillä 36 ja 42 vuoden iässä.

Taustamuuttujat

Aiemmissa tutkimuksissa kiintymyksen turvallisuuden pysyvyydessä on havaittu sukupuolten välisiä eroja (Simpson ym., 2003). Tutkimuksissa on myös osoitettu, että parisuhteen päättymisen on yhteydessä kiintymyksen turvallisuuden laskuun (Cozzarelli ym., 2003; Kirkpatrick & Hazan, 1994; Ruvolo ym., 2001). Niin ikään aiemmissa tutkimuksissa on havaittu masennuksen olevan yhteydessä epävakautteen kiintymyksen turvallisuudessa (Davila & Cobb, 2003). Niinpä kiintymyksen turvallisuutta koskevissa tilastollisissa analyyseissa huomioitiin tutkittavien sukupuoli, parisuhdestatus ja masentuneisuus 36- ja 42-vuotiaina. Parisuhdestatusta selvitettiin elämäntilannekyselyllä, jonka tietojen perusteella tutkittavat jaettiin kahteen luokkaan. Ensimmäiseen luokkaan kuuluivat tutkittavat, jotka olivat pysyvässä parisuhteessa (avo- tai avioliitossa) sekä 36- että 42-vuotiaina. Toisessa luokassa olivat tutkittavat, joiden parisuhdestatus muuttui (avo- tai avioliitossa 36-, mutta ei 42-vuotiaina; avo- tai avioliitossa 42-, mutta ei 36-vuotiaina) ja tutkittavat, jotka eivät olleet parisuhteessa 36- ja 42-vuotiaina (ei avo- tai avioliitossa 36- ja 42-vuotiaina). Ensimmäiseen luokkaan kuului yhteensä 154 tutkittavaa (78 naista ja 76 miestä) ja toiseen luokkaan 54 tutkittavaa (28 naista ja 26 miestä). Masentuneisuutta tutkittiin 36 ja 42 vuoden iässä kuudentoista väittämän kyselylomakkeella, joka oli lyhennetty versio General Behavior Inventory -kyselylomakkeesta (Depue, 1987). Tutkittavat vastasivat näihin kuuteentoista väittämään (esim. ”Onko sinulla ollut kausia, jolloin mielesi on vallannut synkkyys, joka ei ole tahtonut hellittää”) asteikolla 1 (*ei koskaan*) – 4 (*hyvin usein*). Masennusmuuttujan Cronbachin alfat olivat 36-vuotiaana .89 ja 42-vuotiaana .92.

2.3 Tilastolliset analyysit

Ensin tarkasteltiin 36- ja 42-vuotiaana mitattujen kiintymystyylien (itseriittoinen, turvallinen, pelokas, takertuva), koetun sosiaalisen tuen ja tunneilmaisun ristiriidan keskiarvoja ja keskihajontoja koko otoksessa. Kiintymystyylien mahdollisia sukupuolieroja tarkasteltiin epäparametrisella Mann-Whitneyn *U*-testillä. Kiintymystyylien suhteellista pysyvyyttä tarkasteltiin epäparametrisella Spearmanin järjestyskorrelaatiokertoimella ja absoluuttista pysyvyyttä tutkittiin epäparametrisella Wilcoxonin testillä. Kiintymystyyli-tarkasteluissa käytettiin epäparametrisia testejä, sillä kiintymystyyli-tulokset eivät olleet normaalisti jakautuneita. Kiintymyksen turvallisuuden yhteyksiä koettuun sosiaaliseen tukeen ja tunneilmaisun ristiriitaan tarkasteltiin yksitekijäisen toistettujen mittausten varianssianalyysin avulla. Näissä analyyseissa huomioitiin tutkittavien sukupuoli, parisuhdestatus ja masentuneisuus. Parivertailut (post hoc) tehtiin LSD-testillä. Kaikki tilastolliset analyysit suoritettiin SPSS Statistics 17 -ohjelmalla.

3 TULOKSET

3.1 Kuvailevat tulokset

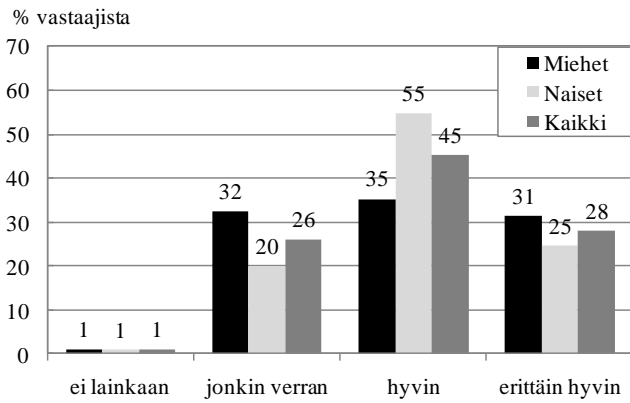
Tutkittavien arvot olivat turvallisessa kiintymystyyliässä melko korkeita 36- ja 42-vuotiaana (36-vuotiaana keskiarvo 2.92, vaihteluväli 1–4; 42-vuotiaana keskiarvo 3.02, vaihteluväli 1–4) (taulukko 1). Kuten kuvioista 3a ja 3b nähdään, sekä 36- että 42-vuotiaana yleisin vastausvaihtoehto turvalliseen kiintymystyyliin olikin ”kuvaa minua hyvin” (36- ja 42-vuotiaana 45 %).

TAULUKKO 1. Kiintymystyylien keskiarvot (ka), keskihajonnat (kh) ja sukupuolierojen tarkastelu Mann-Whitney *U*-testillä 36- ja 42-vuotiaana sekä kiintymystyylien absoluuttisen pysyvyyden tarkastelu Wilcoxonin testillä

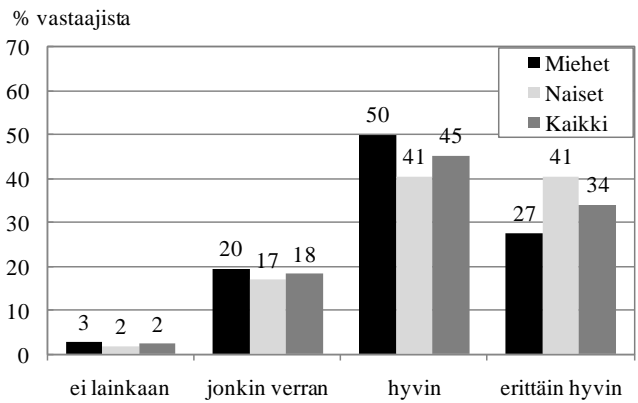
Muuttujat	Kaikki	Naiset	Miehet	Mann-Whitney <i>U</i> -testi	
	ka (kh)	ka (kh)	ka (kh)	<i>U</i>	<i>p</i>
Turvallinen kiintymystyyli					
36-vuotiaana	2.92 (0.75)	2.94 (0.69)	2.90 (0.82)	-0.43	.666
42-vuotiaana	3.02 (0.79)	3.09 (0.77)	2.94 (0.81)	-1.45	.146
Wilcoxonin testi	Z(-1.64) = .101	Z(-1.94) = .052	Z(-.35) = .728		
Itseriittoinen kiintymystyyli					
36-vuotiaana	1.55 (0.68)	1.39 (0.57)	1.72 (0.75)	-3.49	.000**
42-vuotiaana	1.63 (0.72)	1.54 (0.67)	1.73 (0.75)	-2.01	.044*
Wilcoxonin testi	Z(-1.59) = .111	Z(-2.17) = .030*	Z(-.20) = .839		
Takertuva kiintymystyyli					
36-vuotiaana	1.66 (0.74)	1.65 (0.73)	1.67 (0.76)	-.20	.840
42-vuotiaana	1.57 (0.71)	1.48 (0.60)	1.66 (0.80)	-1.33	.185
Wilcoxonin testi	Z(-1.21) = .227	Z(-1.99) = .047*	Z(-.24) = .810		
Pelokas kiintymystyyli					
36-vuotiaana	1.86 (0.83)	1.82 (0.85)	1.90 (0.81)	-.97	.333
42-vuotiaana	1.77 (0.79)	1.68 (0.74)	1.86 (0.82)	-1.49	.136
Wilcoxonin testi	Z(-1.56) = .118	Z(-1.80) = .072	Z(-.40) = .688		

Huom. *n* = 208 (naiset *n* = 106, miehet *n* = 102)

p* < .05, **p* < .001

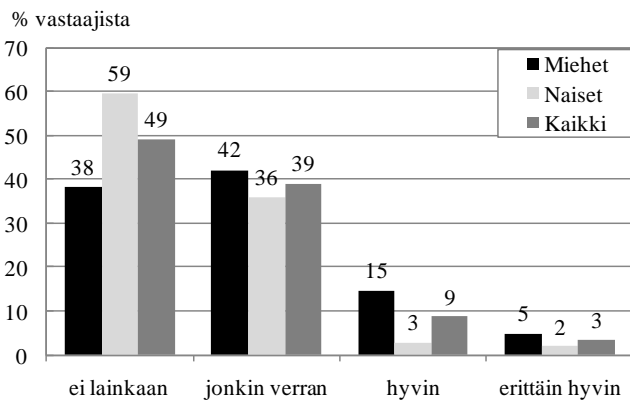


KUVIO 3a. Turvallinen kiintymystyyli 36-v

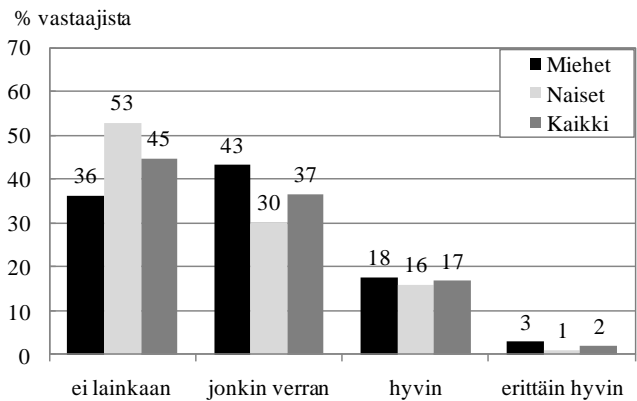


KUVIO 3b. Turvallinen kiintymystyyli 42-v

Sen sijaan tutkittavien arvot turvattomissa kiintymystyyliissä olivat melko alhaisia. Itseriittoisen kiintymystyylin keskiarvot olivat 36-vuotiaana 1.55 (vaihteluväli 1–4) ja 42-vuotiaana 1.63 (vaihteluväli 1–4) (taulukko 1). 36- ja 42-vuotiaana tutkittavat valitsivatkin yleisimmin vastausvaihtoehdon ”ei kuvaa minua lainkaan” kyseiseen kiintymystyyliin (36-vuotiaana 49 % ja 42-vuotiaana 45 %) (kuviot 4a ja 4b). Miehet saivat keskimäärin suurempia arvoja kuin naiset itseriittoisessa kiintymystyyliissä 36-vuotiaana ($U = -3.49, p < .001$) ja 42-vuotiaana ($U = -2.01, p < .05$).

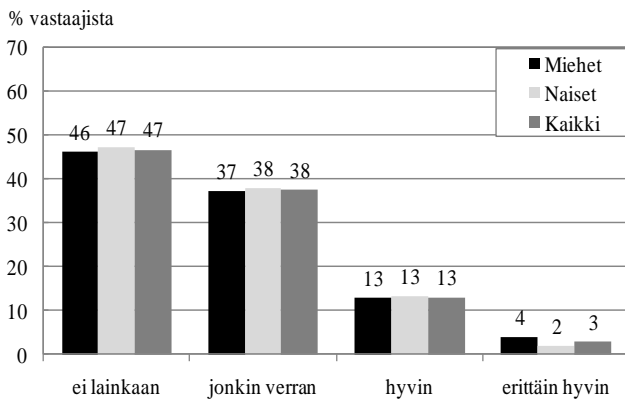


KUVIO 4a. Itseriittoinen kiintymystyyli 36-v

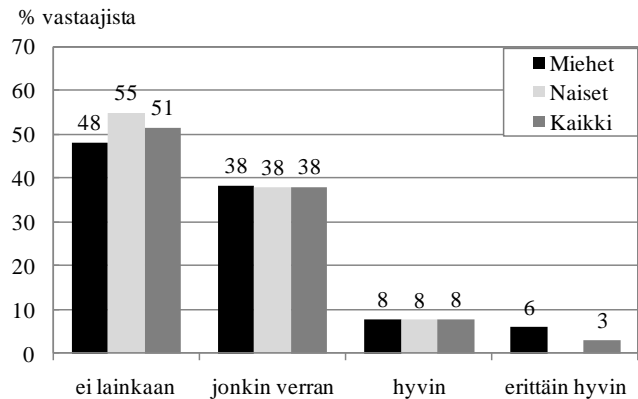


KUVIO 4b. Itseriittoinen kiintymystyyli 42-v

Takertuvan kiintymystyylin keskiarvot olivat 36-vuotiaana 1.66 (vaihteluväli 1–4) ja 42-vuotiaana 1.57 (vaihteluväli 1–4) (taulukko 1). 36-vuotiaana yleisin vastausvaihtoehto (47 %) takertuvaan kiintymystyyliin oli ”ei kuvaa minua lainkaan” (kuvio 5a). Niin ikään 42-vuotiaana suurin osa tutkittavista (51 %) arvioi, ettei tämä kiintymystyyli vastannut lainkaan heidän suhtautumistaan läheisiin ihmisiin (kuvio 5b).

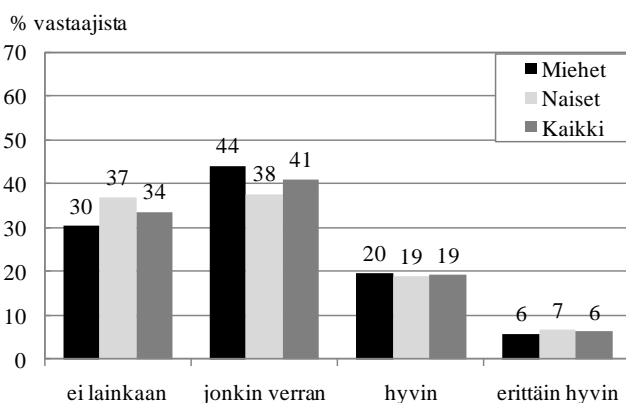


KUVIO 5a. Takertuva kiintymystyyli 36-v

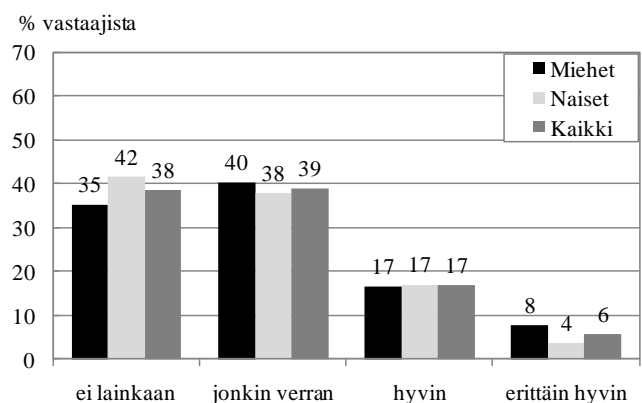


KUVIO 5b. Takertuva kiintymystyyli 42-v

Keskiarvojen valossa kolmesta turvattomasta kiintymystyylistä pelokasta kiintymystyyliä oli tutkittavilla eniten sekä 36- ja 42-vuotiaana. Kyseisen kiintymystyylin keskiarvot olivat 36-vuotiaana 1.86 (vaihteluväli 1–4) ja 42-vuotiaana 1.77 (vaihteluväli 1–4) (taulukko 1). Pelokkaaseen kiintymystyyliin valittiin yleisimmin 36- ja 42-vuotiaana vastausvaihtoehto ”kuvaa minua jonkin verran” (36-vuotiaana 41 % ja 42-vuotiaana 39 %) (kuviot 6a ja 6b).

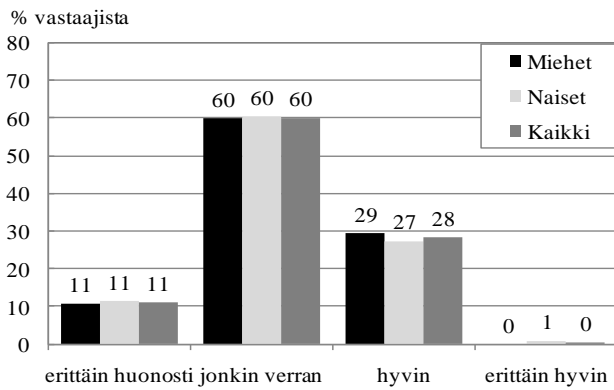


KUVIO 6a. Pelokas kiintymystyyli 36-v

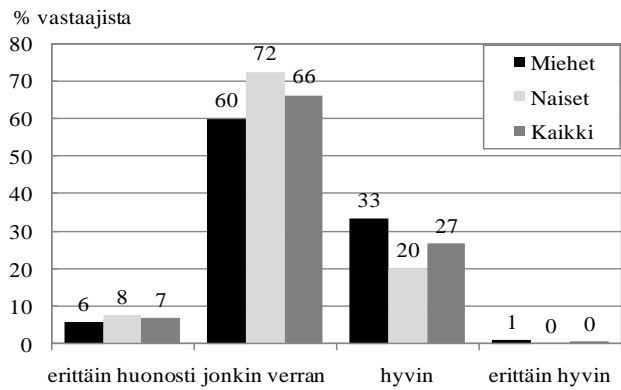


KUVIO 6b. Pelokas kiintymystyyli 42-v

Tutkittavien tunneilmaisun ristiriita oli 36- ja 42-vuotiaana tasoltaan kohtalaista (36-vuotiaana keskiarvo 2.17, vaihteluväli 1–3.9; 42-vuotiaana keskiarvo 2.09, vaihteluväli 1–3.7). Suurin osa tutkittavista (36-vuotiaana 60 % ja 42-vuotiaana 66 %) arvioikin tunneilmaisun ristiriidan väittämien sopivan itseensä ”jonkin verran” kuten kuvioista 7a ja 7b nähdään.



KUVIO 7a. Tunneilmaisun ristiriita 36-v



KUVIO 7b. Tunneilmaisun ristiriita 42-v

36- ja 42-vuotiaana mitattu koettu sosiaalinen oli standardoitu muuttuja, joten sen keskiarvo oli nolla (keskihajonta sekä 36- että 42-vuotiaana 0.62). Koetun sosiaalisen tuen vaihteluväli 36-vuotiaana oli -2.1–1.5 ja 42-vuotiaana -2.2–1.4.

Tutkittavien masentuneisuus 36-vuotiaana oli tunneilmaisun tavoin tasoltaan kohtalaista (36-vuotiaana keskiarvo 1.46, vaihteluväli 1–2.8), kun taas 42-vuotiaana tutkittavien masentuneisuus oli melko vähäistä (keskiarvo 1.49, vaihteluväli 1–4).

3.2 Kiintymystyylien suhteellinen ja absoluuttinen pysyvyys

Seuraavaksi tutkittiin kiintymystyylien suhteellista ja absoluuttista pysyvyyttä naisilla ja miehillä erikseen. Kuten taulukosta 2 ilmenee, Spearmanin järjestyskorrelaatiokertoimet olivat jokaisessa kiintymystyyllissä naisilla ja miehillä tilastollisesti merkitseviä. Kiintymystyylyissä esiintyi siis suhteellista pysyvyyttä. Spearmanin järjestyskorrelaatiokertoimet vaihtelivat naisilla .29 ja .53 välillä ja miehillä .42 ja .52. välillä.

TAULUKKO 2. Kiintymystyylien suhteellinen pysyvyys 36-vuotiaasta 42-vuotiaaksi Spearmanin järjestyskorrelaatiokertoimella mitattuna

Muuttujat	Naiset	Miehet
Turvallinen kiintymystyyli		
36-vuotiaasta 42-vuotiaaksi	.38**	.42**
Itseriittoinen kiintymystyyli		
36-vuotiaasta 42-vuotiaaksi	.45**	.46**
Takertuva kiintymystyyli		
36-vuotiaasta 42-vuotiaaksi	.29**	.44**
Pelokas kiintymystyyli		
36-vuotiaasta 42-vuotiaaksi	.53**	.52**

Huom. naiset $n = 106$, miehet $n = 102$

** $p < .01$

Taulukosta 1 nähdään absoluuttista pysyvyyttä mittaavan Wilcoxonin testin tulokset. Naisten itseriittoinen ja takertuva kiintymystyyli eivät olleet absoluuttisesti pysyviä: naisten itseriittoisuus lisääntyi ($Z = -2.17$, $p < .05$) ja takertuvuus väheni ($Z = -1.99$, $p < .05$). Sen sijaan naisten turvallinen ja pelokas kiintymystyyli sekä miehillä kaikki kiintymystyyli olivat absoluuttisesti pysyviä. Toisin sanoen näiden kiintymystyylien keskiarvot 36- ja 42-vuotiaana eivät eronneet toisistaan tilastollisesti merkitsevästi.

3.3 Kiintymyksen turvallisuuden yhteydet koettuun sosiaaliseen tukeen ja tunneilmaisun ristiriitaan

Seuraavaksi tutkittiin yksitekijäisen toistettujen mittausten varianssianalyysin avulla, millaisia yhteyksiä kiintymyksen turvallisuudella on koettuun sosiaaliseen tukeen ja tunneilmaisun ristiriitaan 36-vuotiaasta 42-vuotiaaksi. Tätä varten tutkittavat jaettiin neljään kiintymyksen turvallisuusryhmään: 1) *pysyvä turvaton kiintymys*, 2) *muutos turvattomasta turvalliseen kiintymykseen*, 3) *muutos turvallisesta turvattomaan kiintymykseen* ja 4) *pysyvä turvallinen kiintymys*. Tutkittavien jakautuminen näihin ryhmiin ilmenee taulukosta 3. Pysyvän turvattoman kiintymyksen ryhmään kuului lähes joka kolmas (32 %) tutkittavista. Noin kymmenesosa (11 %) tutkittavista siirtyi turvattomasta turvalliseen kiintymykseen, kun taas noin viidesosa (19 %)

tutkittavista siirtyi turvallisesta turvattomaan kiintymykseen. 38 % tutkittavista kuului puolestaan pysyvän turvallisen kiintymyksen ryhmään. Naisten ja miesten kiintymyksen turvallisuusryhmien jakaumat eivät poikenneet toisistaan tilastollisesti merkitsevästi ($\chi^2(3) = 7.77, p = .05$).

TAULUKKO 3. Tutkittavien jakautuminen kiintymyksen turvallisuusryhmiin

	Ryhmä 1: Pysyvä turvaton kiintymys		Ryhmä 2: Muutos turvattomasta turvalliseen kiintymykseen		Ryhmä 3: Muutos turvallisesta turvattomaan kiintymykseen		Ryhmä 4: Pysyvä turvallinen kiintymys	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Nainen	26	24,5	13	12,3	19	17,9	47	45,3
Mies	41	40,2	9	8,8	21	20,6	31	30,4
Kaikki	67	32,2	22	10,6	40	19,2	79	38,0

Koetun sosiaalisen tuen ja tunneilmaisun ristiriidan taustamuuttujilla korjatut keskiarvot ja keskivirheet 36- ja 42-vuotiaana sekä yksitekiäisten toistettujen mittausten varianssianalyysien tulokset ilmenevät taulukosta 4. Taulukosta havaitaan, että kiintymyksen turvallisuudella (ts. kiintymyksen neljällä turvallisuusryhmällä) oli päävaikutus koettuun sosiaaliseen tukeen ($F(3, 149) = 8.36, p < .001$). Pysyvästi turvallisesti kiintyneet kokivat enemmän sosiaalista tukea kuin pysyvästi turvattomasti kiintyneet ja turvalliseen tai turvattomaan kiintymykseen siirtyneet tutkittavat. Kiintymyksen turvallisuudella ja ajalla ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhdysvaikutusta koettuun sosiaaliseen tukeen ($F(3, 149) = .84, p = .475$). Koetussa sosiaalisessa tuessa tapahtuneet muutokset olivat siis samansuuntaisia kaikissa kiintymyksen turvallisuusryhmissä.

Taulukosta 4 nähdään myös, että kiintymyksen turvallisuudella oli päävaikutus tunneilmaisun ristiriitaan ($F(3, 154) = 7.74, p < .001$). Pysyvästi turvattomasti kiintyneet olivat tunneilmaisultaan ristiriitaisempia kuin pysyvästi turvallisesti kiintyneet ja turvattomuuteen tai turvallisuuteen siirtyneet tutkittavat. Lisäksi ajalla oli päävaikutus tunneilmaisun ristiriitaan ($F(1, 154) = 6.61, p < .05$). Toisin sanoen tutkittavat olivat tunneilmaisultaan vähemmän ristiriitaisia 42- kuin 36-vuotiaana. Kiintymyksen turvallisuudella ja ajalla ei ollut tilastollisesti merkitsevää yhdysvaikutusta tunneilmaisun ristiriitaan ($F(3, 154) = 1.26, p = .290$). Näin ollen tunneilmaisun ristiriidan muutokset olivat kaikissa kiintymyksen turvallisuusryhmissä samansuuntaisia.

TAULUKKO 4. Koetun sosiaalisen tuen ja tunneilmaisun ristiriidan taustamuuttujilla (sukupuoli, parisuhdestatus ja masentuneisuus) korjatut keskiarvot (ka) ja keskivirheet (kv) 36- ja 42-vuotiaana yksitekiäisiin toistettujen mittausten varianssianalyysiin, joissa tarkastellaan kiintymyksen turvallisuuden ja ajan päävaikutuksia sekä kiintymyksen turvallisuuden ja ajan yhdysvaikutusta koettuun sosiaaliseen tukeen ja tunneilmaisun ristiriitaan

	Ryhmä 1 Pysyvä turvaton kiintymys		Ryhmä 2 Muutos turvattomasta turvalliseen kiintymykseen		Ryhmä 3 Muutos turvallisesta turvattomaan kiintymykseen		Ryhmä 4 Pysyvä turvallinen kiintymys		<i>F</i> Kiintymyksen turvallisuuden päävaikutus ^a	<i>F</i> Ajan päävaikutus ^a	<i>F</i> Kiintymyksen turvallisuuden ja ajan yhdysvaikutus
	ka (kv)		ka (kv)		ka (kv)		ka (kv)				
	36-v	42-v	36-v	42-v	36-v	42-v	36-v	42-v			
Koettu sosiaalinen tuki	-1.17 (0.04)	-1.22 (0.03)	-1.15 (0.05)	-1.13 (0.05)	-1.07 (0.04)	-1.10 (0.04)	-0.98 (0.03)	-1.00 (0.03)	8.36 1 < 4*** 2 < 4** 3 < 4*	n.s	n.s
Tunneilmaisun ristiriita	2.47 (0.07)	2.37 (0.08)	2.28 (0.11)	1.99 (0.13)	2.06 (0.08)	2.09 (0.09)	1.99 (0.06)	1.90 (0.06)	7.74 1 > 4*** 1 > 3** 1 > 2*	6.61 ^b	n.s

Huom. n.s. = nonsignificant

^aParivertailut tehtiin LSD-testillä

^bTunneilmaisun ristiriita vähäisempää 42- kuin 36-vuotiaana ($p < .05$)

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

4 POHDINTA

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, millaista kiintymystyylien suhteellinen ja absoluuttinen pysyvyys on keski-iäikuisuudessa 36-vuotiaasta 42-vuotiaaksi. Lisäksi haluttiin tarkastella, millaisia yhteyksiä kiintymyksen turvallisuudella on koettuun sosiaaliseen tukeen ja tunneilmaisun ristiriitaan hyödyntäen pitkäikäisyyttä tutkimuksellista näkökulmaa.

4.1 Keski-iäikuisuuden kiintymystyylien pysyvyys ja muutos

Tutkimuksen ensimmäisenä tutkimuskysymyksenä oli, miten pysyviä kiintymystyyliä ovat 36-vuotiaasta 42-vuotiaaksi käsittäen sekä suhteellisen että absoluuttisen pysyvyyden. Kiintymystyyliä esiintyi sekä naisilla että miehillä suhteellista pysyvyyttä, joka oli tasoltaan kohtalaista. Toisin sanoen tutkittavien keskinäinen järjestys kiintymystyyliä pysyi 36-vuotiaasta 42-vuotiaaksi jossain määrin samana, mutta siinä tapahtui myös muutoksia. Tämä tulos tukee aiempia havaintoja (Cozzarelli ym., 2003; Zhang & Labouvie-Vief, 2004) aikuisuuden kiintymystyylien suhteellisesta pysyvyydestä. Toisaalta se tuo uutta tietoa, sillä Bartholomewin (1990; Bartholomew & Horowitz, 1991) mallin neljän kiintymystyylin (turvallinen, itseriittoinen, pelokas ja takertuva) suhteellista pysyvyyttä ei ole tutkittu 30 ja 40 ikävuoden välillä. Aiemmissä tutkimuksissa näiden neljän kiintymystyylin pysyvyyttä on tutkittu joko alle 30-vuotiailla aikuisilla (Cozzarelli ym., 2003; Scharfe & Bartholomew, 1994) tai tarkastelu on koskenut laajempaa kirjoa eri-ikäisiä ihmisiä (Zhang & Labouvie-Vief, 2004).

Keskiarvojen valossa naisten takertuvuus väheni ja itseriittoisuus lisääntyi. Näin ollen aikaisempien tutkimusten havainnot siitä, että aikuisiän edetessä kiintymyksen takertuvuus vähenee (Klohn & John, 1998) ja itseriittoisuus lisääntyy (Zhang & Labouvie-Vief, 2004) saivat naisten osalta tukea tässä tutkimuksessa. Nämä naisten kiintymystyyliä muutokset saattavat kytkeytyä ikään liittyviin kypsyminen prosesseihin; naisten takertuvuus vähenee ja itseriittoisuus lisääntyy ehkä siksi, että iän myötä yksilöt tulevat vähemmän riippuvaiseksi välittömästä sosiaalisesta vahvistuksesta ja tuesta (Labouvie-Vief ym., 1995). Tosin koska näiden kypsyminen prosessien ajatellaan koskevan molempia sukupuolia (Carstensen ym., 1999; Labouvie-Vief ym., 1995), oletuksena oli, että naisten ja miesten kiintymystyyliä tapahtuu samansuuntaisia muutoksia. Tämä oletus ei kuitenkaan

saanut tukea, sillä miesten kiintymystyyliä osoittautuivat tässä tutkimuksessa absoluuttisesti pysyviksi.

Perhon ja Korhosen (1994) tutkimukseen viitaten naisten ja miesten kiintymystyylien pysyvyydessä ilmeneviä eroja saattaa selittää naisten ja miesten aikuisuuden siirtymien eri sisällöt sekä erilainen ajoittuminen. Perhon ja Korhosen mukaan juuri 30–40-vuotiaana naisilla korostuvat itsenäistymisen ja yksilöllistymisen pyrkimyksiä heijastavat siirtymät (esim. opintojen aloittaminen ja puoliso- sekä perhesuhteiden pohdinta). Sen sijaan miehet pohtivat tässä ikävaiheessa etenkin työhön liittyviä asioita. Mahdollisesti tämän seurauksena naisten takertuvuus vähentyy ja itseriittoisuus lisääntyy keski-iäkuudessa enemmän kuin miehillä. Lisäksi Perho ja Korhonen ovat todenneet, että miehillä siirtymät kaiken kaikkiaan jakautuvat 20 ja 40 ikävuoden välille tasaisemmin kuin naisilla. Näin ollen voisi ajatella, että keski-ikä kynnysellä miesten kiintymystyyliä ovat absoluuttisesti pysyvämpiä kuin naisilla siitä syystä, että heidän elämänsä on siirtymien suhteen vakaampaa kuin naisilla.

Toisaalta naisten takertuvuuden väheneminen ja itseriittoisuuden lisääntyminen sekä yksilöllistymisen pyrkimyksiä ilmentävät siirtymät saattavat olla ominaisia vain 1940- ja 1950-luvuilla syntyneille naiskohorteille, joihin myös Lapsesta aikuiseksi -tutkimuksen pääosin vuonna 1959 syntyneet naiset lukeutuvat. Näiden sukupolvien naiset ovat tyypillisesti 20–30-vuotiaana eläneet perhevaihetta, jossa lapset ovat olleet pieniä, kun taas 30–40-vuotiaana kiireisten lastenhoitovuosien jälkeen heillä on jälleen ollut aikaa toteuttaa omia lykättyjä pyrkimyksiään ja haaveitaan (Perho & Korhonen, 1994). On mahdollista, että esimerkiksi 1980-luvulla syntyneet naiset, joiden aikuisuuden ensimmäistä vuosikymmentä (ikävuodet 20–30) määrittävät pikkulapsiperhevaiheen sijaan tyypillisesti opiskelu, erilaiset pätkätyöt ja avoliitossa eläminen (Martelin, Pitkänen, & Koskinen, 2000), eivät keski-ikä kynnysellä käy läpi samanlaisia siirtymiä ja koe samanlaisia kiintymystyyliämuutoksia kuin 40- ja 50-luvuilla syntyneet naissukupolvet. Näiden kohorttivaikutusten selvittämiseksi tarvitaan lisää tutkimustietoa siitä, millaisia siirtymiä ja kiintymystyyliämuutoksia muut naissukupolvet raportoivat keski-ikä lähestyessä.

4.2 Kiintymyksen turvallisuuden yhteydet koettuun sosiaaliseen tukeen sekä tunneilmaisun ristiriitaan pitkittäistutkimuksen valossa

Toisena tutkimuskysymyksenä selvitettiin, millaisia yhteyksiä kiintymyksen turvallisuudella on koettuun sosiaaliseen tukeen ja tunneilmaisun ristiriitaan 36-vuotiaasta 42-vuotiaaksi.

Tutkimuksessa havaittiin, että pysyvästi turvallisesti kiintyneet kokivat enemmän sosiaalista tukea kuin pysyvästi turvattomasti kiintyneet tutkittavat, mikä oli oletusten mukaista. Oletusten mukaisesti todettiin myös, että pysyvästi turvattomasti kiintyneet olivat tunneilmaisultaan ristiriitaisempia kuin pysyvästi turvallisesti kiintyneet tutkittavat. Lisäksi pysyvästi turvallisesti kiintyneiden havaittiin kokevan enemmän sosiaalista tukea kuin turvalliseen tai turvattomaan kiintymykseen siirtyneet tutkittavat, kun taas pysyvästi turvattomasti kiintyneiden havaittiin olevan tunneilmaisultaan ristiriitaisempia kuin tutkittavat, jotka siirtyvät joko turvalliseen tai turvattomaan kiintymykseen.

Koska kiintymyksen turvallisuutta, koettua sosiaalista tukea ja tunneilmaisun ristiriitaa mitattiin sekä 36- ja 42-vuotiaana, näiden tulosten perusteella ei voida vetää suoraviivaisia syy-seurauspäätelmiä kiintymyksen turvallisuuden yhteyksistä koettuun sosiaaliseen tukeen tai tunneilmaisun ristiriitaan. Pysyvä turvallinen kiintymys voi johtaa pysyvään korkeaan koettuun tukeen eli pysyviin myönteisiin käsityksiin sosiaalisesta tuesta. Toisaalta nämä pysyvät myönteiset käsitykset saattavat edelleen ylläpitää tai vahvistaa turvallista kiintymystä, koska ne rohkaisevat yksilöä muun muassa etsimään sosiaalista tukea läheisissä ihmissuhteissa. Niin ikään pysyvä turvaton kiintymys voi johtaa ristiriitojen sävyttämään tunneilmaisuuksiin, mutta yhtä lailla tunneilmaisun ristiriidat, jotka vaikeuttamalla esimerkiksi läheisten ihmissuhteiden solmimista sekä sosiaalisen tuen etsimistä mahdollisesti ylläpitävät tai lisäävät turvatonta kiintymystä.

Kaiken kaikkiaan nämä tulokset tuovat kuitenkin uutta tietoa pysyvään turvalliseen ja turvattomaan kiintymykseen kytkeytyvistä tekijöistä. Koetun sosiaalisen tuen ja kiintymyksen turvallisuuden pysyvyyden välisiä yhteyksiä ei ole aiemmin tutkittu keski-iäkuisuuttaan elävillä ihmisillä. Lisäksi tiedossa ei ole yhtään aiempaa tutkimusta, jossa olisi tarkasteltu, miten tunneilmaisun ristiriita on yhteydessä kiintymyksen turvallisuuden pysyvyyteen.

Turvalliseen tai turvattomaan kiintymykseen siirtyneiden tutkittavien koetussa sosiaalisessa tuessa tai tunneilmaisun ristiriidassa ei tässä tutkimuksessa havaittu tapahtuvan muutoksia 36 ja 42 ikävuoden välillä, mikä oli oletusten vastaista. Davilan ym. (1997; Davila & Cobb, 2004) näkemykset kiintymyksen turvallisuudessa muutoksia kokevien yksilöiden epäselvistä ja epävakasta sisäisistä työmalleista voivat selittää tätä yllättävää havaintoa. Heidän mukaan epävakaa sisäinen työmalli saavat tällaiset yksilöt ajattelemaan omasta arvostaan ja sosiaalisen tuen luotettavuudesta eri tavalla eri tilanteissa, minkä johdosta turvalliseen kiintymykseen siirtyminen saattaa merkitä heille vain hetkellistä piikkiä ja turvattomaan kiintymykseen siirtyminen vastaavasti hetkellistä notkahdusta. Näin ollen muutokset kiintymyksen turvallisuudessa saattavat kytkeytyä pikemminkin välittömiin ympäristön vaikutuksiin (esim. päivän tapahtumiin) kuin perustavanlaatuisiin muutoksiin yksilön tunne-elämässä ja käyttäytymisessä. Tämä tarjoaa

puolestaan selityksen sille, miksei tässä tutkimuksessa kiintymyksen turvallisuudessa tapahtuneet muutokset olleet yhteydessä muutoksiin koetussa sosiaalisessa tuessa tai tunneilmaisun ristiriidassa.

Eräs huomionarvoinen seikka on, että tunneilmaisun ristiriita väheni kaikissa kiintymyksen turvallisuusryhmissä ajan myötä. Toisin sanoen tutkittavat olivat 42-vuotiaina tunneilmaisultaan vähemmän ristiriitaisia kuin 36-vuotiaina. Tämä saattaa heijastaa esimerkiksi persoonallisuuden kypsyminenprosesseja, joiden on havaittu ilmenevän muun muassa iän myötä lisääntyneenä tunne-elämän tasapainona, sovinnollisuutena ja tunnollisuutena (Caspi ym., 2005; Rantanen, Metsäpelto, Feldt, Kokko, & Pulkkinen, 2007).

4.3 Tutkimuksen arviointia, jatkotutkimustarpeita ja käytännön johtopäätöksiä

Tämä tutkimus on ensimmäinen pitkittäistutkimus, jossa Bartholomewin (1990; Bartholomew & Horowitz, 1991) mallin neljän kiintymystyylin (turvallinen, itseriittäinen, takertuva ja pelokas) suhteellista ja absoluuttista pysyvyyttä tarkasteltiin erikseen naisilla ja miehillä keski-iäkuudessa. Tämä tutkimus on myös ensimmäinen pitkittäistutkimus, jossa tutkittiin kiintymyksen turvallisuuden pysyvyyden yhteyksiä koettuun sosiaaliseen tukeen ja tunneilmaisun ristiriitaan keski-iäkuudessa. Näin ollen tämä tutkimus tuo uutta tietoa keski-iäkuisuuden kiintymystyylien pysyvyydestä ja kiintymyksen turvallisuuden pysyvyyteen kytkeytyvistä tekijöistä.

Jatkotutkimuksen aiheena voisi olla, millaisia kiintymystyyli muutoksia muissa kohorteissa ilmenee keski-ikä lähestyessä. Olisi mielenkiintoista tietää, heijastavatko kiintymystyyli muutokset kohorttivaikutuksia vai kertovatko ne ennemminkin ikään liittyvistä kypsyminenprosesseista, joita jokainen sukupolvi kokee keski-ikä kynnyksellä. Lisäksi olisi hyödyllistä tutkia, millaisiksi yksilöiden kiintymystyyli muovautuvat keski-iäkuisuuden jälkeen. Tästä aiheesta tiedetään tällä hetkellä melko vähän (Magai, 2008). Kasvaneesta eliniänodotteesta johtuen ikääntyvien ihmisten määrä väestöstä tulee kuitenkin kasvamaan tulevaisuudessa. Pyrkisäämme tukemaan ikäihmisten psyykkistä hyvinvointia tieto myöhäsaikuisuuden kiintymystyyleistä osoittautuu todennäköisesti hyvin tarpeelliseksi. Lapsesta aikuiseksi -pitkittäistutkimus mahdollistaa tämän aiheen tutkimisen jatkossa.

Ymmärtääksemme paremmin, miten kiintymyksen turvallisuus on yhteydessä edelleen yksilön selviytymiseen kuormittavissa tilanteissa, jatkossa voisi tutkia lisäksi sitä, välittääkö tunneilmaisun ristiriita kiintymyksen turvallisuuden ja selviytymiskeinojen välistä yhteyttä. Pohjan tälle mediaatiomallille antaa Männikön (2001) ja tämän tutkimuksen havainnot kiintymyksen

turvallisuuden kytköksistä tunneilmaisun ristiriitaan. Muissa tutkimuksissa on puolestaan todettu, että tunneilmaisu ristiriita on yhteydessä vähäiseen sosiaalisen tuen etsimiseen (Emmons & Colby, 1995) ja passiivisiin sekä välttelyyn perustuviin selviytymiskeinoihin (Tucker ym., 1999). Kyseistä mediaatiomallia ei voitu tässä tutkimuksessa tarkastella, koska Lapsesta aikuiseksi -tutkimuksessa ei ole kerätty tietoa tutkittavien selviytymiskeinoista. Seuraavaan Lapsesta aikuiseksi -tutkimuksen aineistonkeruuseen voisikin liittää esimerkiksi Folkmanin ja Lazaruksen yksilön selviytymiskeinoja kartoittavan Ways of Coping Questionnaire (WCQ; Folkman & Lazarus, 1988).

Tutkimuksessa oli tiettyjä rajoituksia, jotka liittyvät muun muassa käytettyyn Bartholomewin ja Horowitzin (1991) kiintymystyylikyselyyn (Relationship Questionnaire). Tätä kiintymystyylikyselyä pidetään luotettavana aikuisuuden kiintymystyyliä kuvaavana mittarina (Crowell ym., 2008), mutta sitä on myös kritisoitu siitä, että siinä on vain neljä eri kiintymystyyliä kuvaavaa kappaletta, joista jokaiseen tutkittava antaa yhden arvon (Zhang & Labouvie-Vief, 2004). Nykyään suositellaan käytettäväksi kyselyn uudempaa versiota (Relationship Style Questionnaire [RSQ]; Griffin & Bartholomew, 1994a), jota pidetään alkuperäistä kiintymystyylikyselyä luotettavampana, koska turvallista, itseriittoista, takertuvaa ja pelokasta kiintymystyyliä koskevat kuvaukset on hajotettu kolmeen kymmeneen erilliseen kysymykseen (Mikulincer & Shaver, 2007). Tämän mittarin perusteella yksilöille voidaan laskea myös pistemäärät kiintymyksen ahdistuneisuuden ja välttelyn ulottuvuuksilla (Crowell ym., 2008). Useiden tutkijoiden mukaan (esim. Fraley & Waller, 1998; Mikulincer & Shaver, 2007) aikuisuuden kiintymystyyliä tulisi tutkia juuri näiden ulottuvuuksien valossa, sillä ne tavoittavat aikuisuuden kiintymystyyliin liittyvän kompleksisuuden paremmin kuin esimerkiksi kategoriset lähestymistavat, joissa tutkittavat luokitellaan eri kiintymystyylikategorioihin tyypillisesti sen mukaan, mille kiintymystyyliille he ovat antaneet suurimman arvon (Männikkö, 2001).

Lapsesta aikuiseksi -tutkimuksessa Bartholomewin ja Horowitzin (1991) kiintymystyylikyselyssä aikuisuuden kiintymystyyliä arvioitiin asteikolla 1–4. Tämän neliportaisen mittarin perusteella ei ollut mielekästä luokitella tutkittavia eri kiintymystyylikategorioihin, koska moni tutkittava antoi saman arvon eri kiintymystyyliin. Nämä saman arvon antaneet tutkittavat olisi pitänyt jättää pois analyysistä, mikä olisi merkinnyt suuren tietomäärän menettämistä. Tässä tutkimuksessa muodostettiin kiintymyksen turvallisuutta kuvaava mittari, minkä seurauksena välttyttiin kategoristen menetelmien mukanaan tuomilta rajoitteilta ja aikuisuuden kiintymystä voitiin silti tarkastella tutkijoiden suosittelemasta dimensionaalista näkökulmasta. Kyseisessä mittarissa on kuitenkin vahvuutensa ohella myös eräs rajoitus: tarjotessaan yleisen arvion yksilön kiintymyksen turvallisuuden asteesta se ei kuitenkaan tavoita eri kiintymystyyliissä ja etenkin turvattomissa kiintymystyyliissä ilmeneviä eroavaisuuksia. On hyvin mahdollista, että

itseriittäinen, takertuva ja pelokas kiintymystyyli kytkeytyvät kukin hiukan eri tavoilla esimerkiksi juuri koettuun sosiaaliseen tukeen ja tunneilmaisun ristiriitaan.

Kaikkia muuttujia mitattiin itsearvioinneilla, joissa on tiettyjä etuja, mutta myös haittoja. Itsearviointeja pidetään tehokkaina aineistonkeruumenetelminä, sillä niiden avulla voidaan kerätä suuria määriä aineistoja nopeasti, mutta toisaalta niiden ongelmana on, että yksilöt voivat tietoisesti tai tiedostamatta antaa todellisuutta vastaamattoman kuvan arvioidessaan käyttäytymistään tai tunne-elämäänsä (Metsäpelto & Rantanen, 2009). Itsearviointeja on kritisoitu etenkin kiintymystyyli tutkimuksessa (Mikulincer & Shaver, 2007). Niiden on nähty mittaavan ainoastaan tiedollisia prosesseja, koska kiintymystyylikyselyissä tutkittavat antavat tietoisia arvioita muun muassa tunteistaan läheisissä ihmissuhteissa, kun taas esimerkiksi haastattelumenetelmien on ajateltu tavoittavan kiintymykseen liittyvää tiedostamatonta käyttäytymistä (Crowell ym., 2008). Toisaalta tutkimuksissa on havaittu, että kiintymystyylien itsearviointit ovat systemaattisesti olleet yhteydessä tutkimustuloksiin, joita on saatu esimerkiksi Rorschach-musteläiskätestillä (Berant, Mikulincer, Shaver, & Segal, 2005), jonka nähdään mittaavan juuri psyyken tiedostamattomia elementtejä (Exner, 2003). Lisäksi tutkimuksissa, joissa on käytetty sekä kiintymystyylien itsearviointeja että haastattelumenetelmiä, on havaittu, että nämä kaksi menetelmää tuottavat samanlaisia tuloksia (Bartholomew & Horowitz, 1991; Griffin & Bartholomew, 1994b). Näin ollen voidaan todeta, että kiintymystyylien itsearviointit tavoittavat myös prosesseja, jotka eivät ole yksilön välittömässä tietoisuudessa (Crowell ym., 2008).

Tämän tutkimuksen tulosten valossa erityishuomiota tulisi kiinnittää pysyvästi turvattomasti kiintyneiden yksilöiden tukemiseen, sillä heidän kokemusmaailmassaan näyttäisi korostuvan sekä epäluottamus sosiaaliseen tukeen että ristiriidat koskien omaa tunneilmaisua. Todennäköisesti nämä vaikeudet vaikuttavat kielteisesti turvattomasti kiintyneiden yksilöiden ihmissuhteisiin ja selviytymiseen kuormittavissa tilanteissa, minkä seurauksena he eivät ehkä saa turvallisuudentunnetta rakentavia kokemuksia. Erityisen tärkeää olisi myös kaikin tavoin pyrkiä edistämään varhaisten turvallisten kiintymyssuhteiden syntymistä. Vaikka kiintymystyyli jatkavat muotoutumistaan vielä aikuisuudessa, kiintymyksen turvallisuuden perusta luodaan varhaislapsuudessa, jossa saadut kokemukset vaikuttavat merkittäväällä tavalla yksilön käyttäytymiseen, ajatuksiin ja tunteisiin myöhemmissä läheisissä ihmissuhteissa.

LÄHTEET

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, *44*, 709–716.
- Alexander, R., Feeney, J., Hohaus, L., & Noller, P. (2001). Attachment style and coping resources as predictors of coping strategies in the transition to parenthood. *Personal Relationships*, *8*, 137–152.
- Baldwin, M. W., & Fehr, B. (1995). On the instability of attachment style ratings. *Personal Relationships*, *2*, 247–261.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, *7*, 147–178.
- Bartholomew, K., Cobb, R. J., Poole, J. A. (1997). Adult attachment patterns and social support processes. Teoksessa G. R. Pierce, B. Lakey, I. G. Sarason, & B. R. Sarason (toim.), *Sourcebook of social support and personality* (s. 359–378). New York: Plenum Press.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*, 226–244.
- Bartholomew, K., & Shaver, P. R. (1998). Methods of assessing adult attachment: Do they converge? Teoksessa J. A. Simpson & W. S. Rholes (toim.), *Attachment theory and close relationships* (s. 25–45). New York: Guilford Press.
- Berant, E., Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Segal, Y. (2005). Rorschach correlates of self-reported attachment dimensions: Dynamic manifestations of hyperactivating and deactivating strategies. *Journal of Personality Assessment*, *84*, 70–81.
- Berman, W. H., & Sperling, M. B. (1994). The structure and function of adult attachment. Teoksessa M. B. Sperling & W. H. Berman (toim.), *Attachment in adults* (s. 3–28). New York: Guilford Press.
- Blain, M. D., Thompson, J. M., & Whiffen, V. E. (1993). Attachment and perceived social support in late adolescence: The interaction between working models of self and others. *Journal of Adolescent Research*, *8*, 226–241.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock.

- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. Teoksessa J. A. Simpson & W. S. Rholes (toim.), *Attachment theory and close relationships* (s. 46–76). New York: Guilford Press.
- Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity. *American Psychologist*, *54*, 165–181.
- Caspi, A., Roberts, B. W., & Shiner, R. L. (2005). Personality development: Stability and change. *Annual Review of Psychology*, *56*, 453–484.
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2004). Working models of attachment shape perceptions of social support: Evidence from experimental and observational studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, *87*, 363–383.
- Collins, N. L., Guichard, A. C., Ford, M. B., & Feeney, B. C. (2004). Working models of attachment: New developments and emerging themes. Teoksessa W. S. Rholes & J. A. Simpson (toim.), *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications* (s. 196–239). New York: Guilford Press.
- Cozzarelli, C., Karafa, J. A., Collins, N., & Tagler, M. J. (2003). Stability and change in adult attachment styles: Associations with personal vulnerabilities, life events, and global construals of self and others. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *22*, 315–346.
- Crowell, J. A., & Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2008). Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment. Teoksessa J. Cassidy & P. R. Shaver (toim.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2. painos, s. 599–634). New York: Guilford Press.
- Davila, J., Burge, D., & Hammen, C. (1997). Why does attachment style change? *Journal of Personality and Social Psychology*, *73*, 826–838.
- Davila, J., & Cobb, R. J. (2003). Predicting change in self-reported and interview-assessed adult attachment: Test of the individual difference and life stress models of attachment change. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *29*, 859–870.
- Davila, J., & Cobb, R. J. (2004). Predictors of change in attachment security during adulthood. Teoksessa W. S. Rholes & J. A. Simpson (toim.), *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications* (s. 133–156). New York: Guilford Press.
- Davila, J., Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1999). Attachment change processes in the early years of marriage. *Journal of Personality and Social Psychology*, *76*, 783–802.

- Davis, M. H., Morris, M. M., & Kraus, L. A. (1998). Relationship-specific and global perceptions of social support: Associations with well-being and attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 468–481.
- Depue, R. (1987). *General Behavior Inventory*. Department of Psychology, Cornell University.
- Diehl, M., Elnick, A. B., Bourbeau, L. S., & Labouvie-Vief, G. (1998). Adult attachment styles: Their relations to family context and personality. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 1656–1669.
- Emmons, R. A., & Colby, P. (1995). Emotional conflict and interpersonal processes: Linking ambivalence and repression to social support. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*, 947–959.
- Exner, J. E., Jr. (2003). *The Rorschach: A comprehensive system: Vol. 1. Basic foundations and principles of interpretation* (4. painos). Oxford, UK: Wiley.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). *Manual for the ways of coping questionnaire*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Fraley, R. C., & Brumbaugh, C. C. (2004). A dynamical systems approach to conceptualizing and studying stability and change in attachment security. Teoksessa W. S. Rholes & J. A. Simpson (toim.), *Adult Attachment: Theory, research, and clinical implications* (s. 86–132). New York: Guilford Press.
- Fraley, R. C., & Waller, N. G. (1998). Adult attachment patterns: A test of the typological model. Teoksessa J. A. Simpson & W. S. Rholes (toim.), *Attachment theory and close relationships* (s. 77–114). New York: Guilford Press.
- Gallo, L. C., Smith, T. W., & Ruiz, J. M. (2003). An interpersonal analysis of adult attachment style: Circumplex descriptions, recalled developmental experiences, self-representations, and interpersonal functioning in adulthood. *Journal of Personality, 71*, 141–181.
- George, C., Kaplan, N., & Main, M. (1984). *Adult Attachment Interview Protocol*. Julkaisematon käsikirjoitus. University of California, Berkeley.
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994a). The metaphysics of measurement: The case of adult attachment. Teoksessa K. Bartholomew & D. Perlman (toim.), *Advances in personal relationships: Attachment processes in adulthood* (Vol. 5, s. 17–52). London: Jessica Kingsley.
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994b). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 67*, 430–445.

- Hazan, C., Gur-Yaish, N., & Campa, M. (2004). What does it mean to be attached? Teoksessa W. S. Rholes & J. A. Simpson (toim.), *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications* (s. 55–85). New York: Guilford Press.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, *52*, 511–524.
- King, L. A. (1998). Ambivalence over emotional expression and reading emotions in situations and faces. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*, 753–762.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, *58*, 864–877.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1991). Psychological, physical, and interpersonal correlates of emotional expressiveness, conflict, and control. *European Journal of Personality*, *5*, 131–150.
- Kirkpatrick, L. A., & Hazan, C. (1994). Attachment styles and close relationships: A four-year prospective study. *Personal Relationships*, *1*, 123–142.
- Klohnen, E. C., & Bera, S. (1998). Behavioral and experiential patterns of avoidantly and securely attached women across adulthood: A 31-year longitudinal perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, *74*, 211–223.
- Klohnen, E. C., & John, O. P. (1998). Working models of attachment: A theory-based prototype approach. Teoksessa J. A. Simpson & W. S. Rholes (toim.), *Attachment theory and close relationships* (s. 115–140). New York: Guilford Press.
- Kokkonen, M., & Pulkkinen, L. (2001). Extraversion and neuroticism as antecedents of emotion regulation and dysregulation in adulthood. *European Journal of Personality*, *15*, 407–424.
- Labouvie-Vief, G., Chiodo, L. M., Goguen, L. A., Diehl, M., & Orwoll, L. (1995). Representations of self across the life span. *Psychology and Aging*, *10*, 404–415.
- Levinson, D.J., Darrow, C., Klein, E. B., Levinson, M. H., & Mckee, B. (1978). *The seasons of a man's life*. New York: Knopf.
- Magai, C. (2008). Attachment in middle and later life. Teoksessa J. Cassidy & P. R. Shaver (toim.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2. painos, s. 532–551). New York: Guilford Press.
- Mallinckrodt, B., & Wei, M. (2005). Attachment, social competencies, social support, and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, *52*, 358–367.
- Martelin, T., Pitkänen, K., & Koskinen, S. (2000). Suomalainen väestöllinen elämäntilanne: Tilastoita ja tarinoita. Teoksessa E. Heikkinen & J. Tuomi (toim.), *Suomalainen elämäntilanne* (s. 38–57). Helsinki: Tammi.

- Metsäpelto, R-L., & Rantanen, J. (2009). Persoonallisuuden piirteet ihmisten samanlaisuuden ja erilaisuuden kuvaajina. Teoksessa R-L. Metsäpelto & T. Feldt (toim.), *Meitä on moneksi. Persoonallisuuden psykologiset perusteet* (s. 71–90). Juva: PS-kustannus.
- Mickelson, K. D., Kessler, R. C., & Shaver, P. R. (1997). Adult attachment in a nationally representative sample. *Journal of Personality and Social Psychology*, *73*, 1092–1106.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
- Männikkö, K. (2001). *Adult attachment styles: A person-oriented approach*. Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research, 185. Jyväskylä: University of Jyväskylä.
- Ognibene, T. C., & Collins, N. L. (1998). Adult attachment styles, perceived social support, and coping strategies. *Journal of Social and Personal Relationships*, *15*, 323–345.
- Perho, H., & Korhonen, M. (1994). Elämän vakaat vaiheet ja siirtymät aikuisuuden alusta keski-ään kynnykselle. Teoksessa H. Perho & P. Sinisalo (toim.), *Näkökulmia elämäntien ja ammattiurien tutkimukseen* (s. 61–78). Acta Psychologica Fennica: Soveltavan psykologian monografioita, no 7. Helsinki: Suomen psykologinen seura.
- Priel, B., & Shamai, D. (1995). Attachment style and perceived social support: Effects on affect regulation. *Personality and Individual Differences*, *19*, 235–241.
- Pulkkinen, L. (toim.) (1996). *Lapsesta aikuiseksi*. Jyväskylä: Atena.
- Pulkkinen, L. (2006). The Jyväskylä Longitudinal Study of Personality and Social Development (JYLS). Teoksessa L. Pulkkinen, J. Kaprio & R. J. Rose (toim.), *Socioemotional development and health from adolescence to adulthood* (s. 29–55). New York: Cambridge University Press.
- Pulkkinen, L., Fyrstén, S., Kinnunen, U., Kinnunen, M-L., Pitkänen, T., & Kokko, K. (2003). *40+. Erään ikäluokan selviytymistarina*. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen julkaisu, 349.
- 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.
- Ruvolo, A. P., Fabian, L. A., & Ruvolo, C. M. (2001). Relationship experiences and change in attachment characteristics of young adults: The role of relationship breakups and conflict avoidance. *Personal Relationships*, *8*, 265–281.
- Sarason, B. R., Pierce, G. R., & Sarason, I. G. (1990). Social support: The sense of acceptance and the role of relationships. Teoksessa B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce (toim.), *Social support: An interactional view* (s. 97–128). New York: Wiley.

- Sarason, I. G., Sarason, B. R., & Shearin, E. N. (1986). Social support as an individual difference variable: Its stability, origins, and relational aspects. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*, 845–855.
- Scharfe, E., & Bartholomew, K. (1994). Reliability and stability of adult attachment patterns. *Personal Relationships, 1*, 23–43.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., Campbell, L., & Wilson, C. L. (2003). Changes in attachment orientations across the transitions to parenthood. *Journal of Experimental Social Psychology, 39*, 317–331.
- Sinkkonen, J. (2004). Kiintymyssuhdeteoria – tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin. *Duodecim, 120*, 1866–1873.
- Sinkkonen, M., & Pulkkinen, L. (1996). *Elämänrakenne parhaassa aikuisiässä*. Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen julkaisuja, 333.
- Tucker, J. S., Winkelman, D. K., Katz, J. N., & Bermas, B. L. (1999). Ambivalence over emotional expression and psychological well-being among rheumatoid arthritis patients and their spouses. *Journal of Applied Social Psychology, 29*, 271–290.
- Vogel, D. L., & Wei, M. (2005). Adult attachment and help-seeking intent: The mediating roles of psychological distress and perceived social support. *Journal of Counseling Psychology, 52*, 347–357.
- Wallace, J. L., & Vaux, A. (1993). Social support network orientation: The role of adult attachment style. *Journal of Social and Clinical Psychology, 12*, 354–365.
- Zhang, F., & Labouvie-Vief, G. (2004). Stability and fluctuation in adult attachment style over a 6-year period. *Attachment and Human Development, 6*, 419–437.

LIITE 1 Muokattu versio Bartholomewin ja Horowitzin (1991) kiintymystyylikyselystä (Relationship Questionnaire)

Seuraavassa on 4 kuvausta erilaisista tavoista suhtautua läheisiin ihmisiin. Arvioi, missä määrin kuvaukset sopivat sinuun ja merkitse viivoille sopivan vastausvaihtoehdon numero. Arvioi erikseen suhtautumistasi läheisiin ihmisiin, jotka ovat

- a) samaa sukupuolta kuin sinä
- b) eri sukupuolta kuin sinä

- 1 = ei kuvaa minua lainkaan
- 2 = kuvaa minua jonkin verran
- 3 = kuvaa minua hyvin
- 4 = kuvaa minua erittäin hyvin

1. Minun on aivan hyvä olla ilman läheisiä ihmissuhteita. Minulle on erittäin tärkeää, että voin tuntea itseni riippumattomaksi ja omillani toimeen tulevaksi. En mielelläni turvaudu toisiin enkä toivo toisten turvautuvan minuun.

samaa sukupuolta_____ eri sukupuolta_____

2. Minun on suhteellisen helppo ystäväystyä läheisesti toisten ihmisten kanssa. En tunne oloani hankalaksi silloin kun joudun turvautumaan toisiin, enkä silloin, kun toiset turvautuvat minuun. Toisaalta en ole huolissani, vaikka joutuisin joskus olemaan itsekseni tai toiset eivät hyväksyisi minua.

samaa sukupuolta_____ eri sukupuolta_____

3. Syvempi ystäväystyminen on minulle melko tukalaa. Toivon kyllä läheisiä ihmissuhteita, mutta minun on vaikea luottaa muihin täysin, tai olla heistä riippuvainen. Välistä pelottaa antautua liian läheiseen suhteeseen jonkun kanssa.

samaa sukupuolta_____ eri sukupuolta_____

4. Pyrin mahdollisimman läheisiin ihmissuhteisiin, mutta monet tuntuvat kaihtavan niin suurta läheisyyttä kuin toivoisin. Minun on hankala elää ilman läheisiä suhteita. Joskus pelottaa, etteivät toiset arvosta minua yhtä paljon kuin minä heitä.

samaa sukupuolta_____ eri sukupuolta_____

Huom. 1. = itseriittoinen, 2. = turvallinen, 3. = pelokas ja 4. = takertuva kiintymystyyli
Tässä tutkimuksessa samaan ja vastakkaiseen sukupuoleen annetuista kiintymystyyliarvoista laskettiin keskiarvo jokaiselle neljälle kiintymystyyliille erikseen 36- ja 42-vuotiaana.

LIITE 2 Tunneilmaisun ristiriidan väittämät

1. Haluaisin puhua ongelmistani muiden kanssa, mutta ajoittain en pysty siihen.
2. Minua huolestuttaa se, että jos ilmaisen kielteisiä tunteita (kuten pelkoa tai vihaa), muut ihmiset eivät hyväksy minua.
3. Haluaisin näyttää tunteeni toisille, mutta jokin tuntuu pidättelevän minua.
4. Huomaan usein, etten pysty kertomaan toisille, kuinka paljon he todella merkitsevät minulle.
5. Suututtuani jollekin se vaivaa minua pitkään.
6. Yritän tukahduttaa suuttumukseni, mutta haluaisin toisten ihmisten tietävän, miltä minusta tuntuu.
7. Yritän pitää syvimmit pelkoni ja tunteeni piilossa, mutta joskus haluaisin avautua toisille.

Huom. Väittämät ovat peräisin Kingin ja Emmonsin (1990) AEQ-kyselylomakkeesta (Ambivalence Over Emotional Expressiveness Questionnaire).