

Ellinoora Nkwentie ja Ida Kalliosaari

# MIESTEN JA NAISTEN KIINTYMYKSEN ILMAISU PARISUHTEESSA

Informaatioteknologian ja viestinnän tiedekunta  
Kandidaatintutkielma  
Huhtikuu 2020

# TIIVISTELMÄ

Ellinoora Nkwentie ja Ida Kalliosaari: Miesten ja naisten kiintymyksen ilmaisu parisuhteessa

Kandidaatintutkielma

Tampereen yliopisto

Viestinnän monitieteinen kandidaattiohjelma

Huhtikuu 2020

---

Tunteiden ilmaisu on ydinasemassa läheisissä ihmissuhteissa ja on yksi parisuhteen merkittävimmistä tekijöistä. Näin ollen kumppanien tunteiden ilmaisutaitoja tulisivat tutkia paremman ymmärryksen saamiseksi liittyen miesten ja naisten kiintymyksen osoittamisen tapoihin ja käsityksiin. Tutkittavaa ilmiötä lähestytään konstruktivismiin ja affektiivisen vaihdannan teorian kautta, sillä ne keskittyvät sekä yksilölliseen viestintäkäyttäytymiseen että kiintymyksen osoittamiseen. Tämän tutkielman tarkoituksena on selvittää, miten miehet ja naiset osoittavat kiintymystä parisuhteessa. Tutkimuskysymyksinä ovat, millaisia käsityksiä miehillä ja naisilla on kiintymyksen ilmaisusta ja millaisia viestinnällisiä tapoja miehillä ja naisilla on ilmaista kiintymystä parisuhteessa.

Tutkimusmetodinä käytettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysia ja tutkimus toteutettiin 21-kohtaisen kyselomakkeen avulla, sisältäen avointen kysymysten lisäksi myös monivalintakysymyksiä. Lomakkeella selvitettiin muun muassa sitä, millaisia sanoja ja eleitä kiintymystä osoitetaan parisuhteessa, kiintymyksen osoittamisen tasapuolisuutta ja käydäänkö siitä parisuhteen osapuolten välillä keskustelua. Tutkimuksessa analysoitiin 60 vastausta, joista 30 oli naisia ja 30 miehiä. Vastaajat olivat iältään 19–52-vuotiaita ja vastaushetkellä parisuhteet olivat kestäneet 0,5–27 vuotta.

Keskeisimpinä tuloksina tutkimuksesta nousi kiintymyksen osoittamiseen liittyvät monet merkitykset. Sekä miehet että naiset kokivat kiintymyksen osoittamisen liittyvän perustarpeeseen tulla rakastetuksi ja hyväksytyksi. Naisten mukaan kiintymyksen osoittaminen viesti sitoutumisesta, arvostuksesta ja luottamuksesta, kun taas miehille se viesti turvallisuutta ja hyvän olon tunnetta. Verbaalisesti kiintymystä osoitettiin etenkin keskustelemalla, hellittelynimien ja suorien rakkaudenosoitusten kautta. Nonverbaalisesti kiintymys ilmeni fyysisenä läheisyytenä, halauksina, suukkoina, kosketuksena, kuuntelemisena ja palvelevina tekoina. Kiintymyksen osoittaminen näyttäytyi suhteissa yleisesti hyvin myönteisessä sävyssä. Vaikeat ajat parisuhteessa ja elämäntilanteiden muutokset kuten lapsen syntymä saattoi kuitenkin vaikuttaa aktiivisuuteen kiintymyksen osoittamisessa.

Tutkimustulokset syventävät ymmärrystä niin naisten kuin miestenkin tunteiden ilmaisusta, mikä voi osaltaan edistää yhteiskunnallisia asenteita miesten kiintymyksen ilmaisua kohtaan. Lisäksi tutkimuksesta on hyötyä parisuhdetyön kentällä, sillä se avaa tärkeitä käsityksiä liittyen tunnelmaisuihin ja niiden rooliin. Myös kumppanit voivat hyötyä tutkimuksen tarjoamasta tiedosta liittyen yksilöllisiin kiintymyksen osoittamistapoihin, ja niiden tyypillisiin vaihteluihin parisuhteen eri vaiheissa.

Avainsanat: Parisuhde, viestintä, kiintymyksen ilmaisu, sukupuoli, konstruktivismi, affektiivisen vaihdannan teoria

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla.

## Sisällysluettelo

<b>1. JOHDANTO</b> .....	<b>4</b>
<b>2. KIINTYMYKSEN ILMAISU PARISUHDEVIESTINNÄN OSANA</b> .....	<b>5</b>
2.1 Parisuhde ja interpersonaalinen viestintä.....	5
2.2 Kiintymyksen määrittelyä.....	6
2.3 Verbaalinen ja nonverbaalinen viestintä.....	7
<b>3. TEOREETTINEN TAUSTA</b> .....	<b>9</b>
3.1 Konstruktivismi .....	9
3.2 Affektiivisen vaihdannan teoria.....	11
3.3 Kiintymyksen ilmaisun lähtökohdat naisilla ja miehillä .....	12
3.4 Läheisyyden tuottaminen kuuntelemisen keinoin .....	15
<b>4. TUTKIMUKSEN TOTEUTUS</b> .....	<b>16</b>
4.1 Tutkimusongelma- ja kysymykset.....	16
4.2 Aineiston keruu.....	17
4.3 Aineiston analyysi .....	18
<b>5. TULOKSET</b> .....	<b>19</b>
5.1 Miesten ja naisten käsitykset kiintymyksen osoittamisesta.....	19
5.1.1 Kiintymyksen osoituksen monet merkitykset .....	20
5.1.2 Kiintymyksen osoittamisen keskeinen rooli parisuhteessa .....	21
5.1.3 Keskustelu kiintymyksen osoittamisesta parisuhteessa .....	23
5.1.4 Kiintymyksen osoittamisen tasapuolisuus .....	24
5.2 Miesten ja naisten kiintymyksen osoittamisen tavat .....	26
5.2.1 Miesten ja naisten verbaaliset kiintymyksen osoitukset .....	26
5.2.2 Miesten ja naisten nonverbaaliset kiintymyksen osoitukset .....	27
5.2.3 Kiintymyksen osoittamisen vaihtelu parisuhteen eri vaiheissa.....	29
<b>6. POHDINTA</b> .....	<b>31</b>
6.1 Kiintymyksen osoittamisen eri merkitykset .....	31
6.2 Keskustelut kiintymyksen osoittamisesta parisuhteessa.....	32
6.3 Miesten ja naisten erot kiintymyksen osoittamisessa .....	34
6.4 Kiintymyksen osoittamistavat .....	35
6.5 Kiintymyksen osoittamisen vaihtelut .....	36
6.6 Tutkimuksen arviointi .....	38
6.7 Jatkotutkimusehdotukset .....	40
<b>7. KIRJALLISUUS</b> .....	<b>41</b>
<b>8. LIITTEET</b> .....	<b>45</b>

## 1. Johdanto

Ihmisillä on yleisesti tarve kuulua johonkin ja tulla rakastetuksi. Yhteenkuuluvuuden ja läheisyyden kokemuksia voidaan saada esimerkiksi perheessä, ystävyysuhteissa ja parisuhteessa. Parisuhde onkin yksilölle hyvin merkittävä suhde ja sillä on vaikutusta myös yksilön elämänlaatuun (Roberson, Norona, Lenger & Olmstead 2018, 2180). Tunteiden ilmaisu puolestaan on ydinasemassa läheisissä ihmissuhteissa ja on yksi parisuhteen merkittävimmistä tekijöistä. Näin ollen kumppanien tunteiden ilmaisutaitoja tulisikin pitää hyvin tärkeällä paikalla parisuhteessa. (Burleson 2003, 6.) Parisuhteet luonteeltaan ovat vapaaehtoisuuteen perustuvia suhteita, joissa omalla vapaalla valinnalla on iso merkitys. Senkin vuoksi on tärkeää osata ja voida osoittaa kumppanille oma halu ja mielenkiinto häntä kohtaan.

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan erityisesti kiintymyksen osoittamista parisuhteessa, sen osoittamisen eri tapoja sekä siitä olevia käsityksiä miesten ja naisten näkökulmista. Kulttuurisen näkemyksen mukaan miesten oletetaan välttävän tunteista puhumista ja keskittyvän enemmän ongelmanratkaisuun tai ohjaamaan huomio pois tilanteesta. Tämä näkemys tukee käsitystä siitä, että miehillä ja naisilla on toisistaan poikkeavat käsitykset tunteista viestimisessä. (Burleson 2003, 12.) Tätä käsitystä on syytä tarkastella uudessa valossa, sillä yhä enemmän tutkimukset osoittavat, että miehillä ja naisilla on hyvinkin samankaltaisia käsityksiä tunneviestinnän tärkeydestä (Burleson 2003; McGeorge, Feng & Butler 2003). On myös tutkittu, että naisilla on käytössään enemmän tapoja osoittaa kiintymystä, mutta verrattain vähän tutkimus on pyrkinyt selvittämään näitä tapoja parisuhteen kontekstissa etenkin miesten näkökulmasta (Floyd 1997).

Vaikka parisuhdeviestintää on tutkittu paljon (Roberson ym. 2018; Burleson 2003), on kiintymyksen osoittamisen saralla vielä paljon kartoitettavaa. Tämän vuoksi tässä tutkimuksessa keskitytäänkin siihen, miten miehet ja naiset osoittavat kiintymystä parisuhteessa. Ymmärrystä tästä ilmiöstä pyritään lisäämään kysymällä, millaisia käsityksiä miehillä ja naisilla on kiintymyksen ilmaisusta ja millaisia viestinnällisiä tapoja miehillä ja naisilla on ilmaista kiintymystä parisuhteessa. Tämä tutkimus voi osaltaan edistää hyväksyvämpää, ymmärtävämpää sekä avoimempaa ilmapiiriä, jossa yksilöt voivat tulla sekä tietoiseksi omista viestintätavoistaan, että ymmärtää myös kumppanin kiintymyksen osoittamista uudella tavalla. Lisäksi tämän tutkimuksen avulla kumppanit voivat tulla tietoiseksi mahdollisista haasteista liittyen kiintymyksen osoittamiseen, milloin myös niiden

ratkaiseminen helpottuu. Lähestymme tutkittavaa ilmiötä nonverbaalisen ja verbaalisen viestinnän kautta hyödyntämällä Jesse Delian 1960- ja 1970-lukujen vaihteessa kehittämää konstruktivismi – teoriaa sekä Kory Floydin (2001) affektiivisen vaihdannan teoriaa.

## **2. Kiintymyksen ilmaisu parisuhdeviestinnän osana**

### **2.1 Parisuhde ja interpersonaalinen viestintä**

Interpersonaalinen viestintä keskittyy läheisessä viestintäsuhteessa olevien ihmisten vuorovaikutukseen. Tutkimusta on tehty muun muassa perhe- ystävyys- ja parisuhteesta sekä tietokonevälitteisestä vuorovaikutussuhteesta. Määritelmiä on monia erilaisia, ja määrittelemisen on ongelmallista, koska se tuo esiin joitain ulottuvuuksia ja jättää toiset ulkopuolelle. Useimmat tutkijat ovat silti yhtä mieltä siitä, että interpersonaalinen viestintä on prosessi, johon liittyy merkitysten luominen yleensä kahden henkilön välillä tai pienessä joukossa. Se toteutetaan verbaalisen ja nonverbaalisen viestintäkäyttäytymisen kautta. (Baxter & Braithwaite 2008, 4–6.) Interpersonaalinen viestintä voidaan ajatella myös dynaamisena prosessina, koska merkitykset muuttuvat ajan myötä, ja aiemmat viestit vaikuttavat siihen, miten seuraavat viestit luodaan ja ymmärretään (Solomon & Theiss 2013, 8).

Interpersonaalinen viestintä voidaan myös määritellä Millerin & Steinbergin (1975) kehitysnäkökulman (developmental approach) mukaan. Tästä näkökulmasta katsottuna erityisen tärkeää on se konteksti, missä viestien vaihto tapahtuu, ja kuinka hyvin vuorovaikutuksen osapuolet tuntevat toisensa. Kehitysnäkökulman perusteella interpersonaalinen viestintä voidaan ymmärtää kolmen erilaisen tason kautta: kulttuurisen, sosiologisen ja psykologisen. Kulttuurisen tason mukaan viestintä perustuu erityisesti kieleen, normeihin ja käytäntöihin, joita yhteinen kulttuuri luo. Sosiologisella tasolla omaa viestintää mukautetaan niihin viiteryhmiin sopiviksi, joihin itse kokee kuuluvansa ja psykologisella tasolla vuorovaikutuksen osapuolet puolestaan tuntevat toisensa yksilöinä, jolloin he voivat jakaa toiveitaan ja pelkojaan avoimesti. Kehitysnäkökulman mukaan useimmat vuorovaikutussuhteet eivät kuitenkaan koskaan etene tälle syvimmälle interpersoonalliselle tasolle, sillä suhteen onnistuminen vaatii hyviä viestintätaitoja ja sitoutumista. (Miller & Steinberg 1975, 12–21.)

Tutkimuksessamme tarkasteltava parisuhdeviestintä kuuluu interpersonaalisen viestinnän osa-alueelle. Parisuhteessa viestinnällä on tärkeä rooli suhteen alkaessa, kehittyessä, kasvaessa tai heikentyessä. Kun suhde kehittyy, osapuolet omaksuvat ja luovat yhteisiä viestinnällisiä sääntöjä, joiden kautta kumppanit vaikuttavat toinen toiseensa. Se on vastavuoroista viestintää, jossa toisen nonverbaalinen ja verbaalinen käyttäytyminen otetaan huomioon ja siihen mukaudutaan. Jokaisessa suhteessa siis kehitetään oma ainutlaatuinen kieli- ja viestintämalli, joka erottaa suhteen muista. (Ruben & Stewart 2006, 244–246.)

Tässä tutkimuksessa käsitämme parisuhteen romanttisena ja kehittyvänä vuorovaikutussuhteena kahden ihmisen välillä, jotka ovat sitoutuneita viemään suhdetta läheisemmäksi ja myös pitämään sen sellaisena. Parisuhteessa nähdään olevan kolme olennaista ulottuvuutta: vuorovaikutus, läheisyys ja kiinnostus. Suhteen kehittyessä myös vuorovaikutus kumppanien välillä lisääntyy ja yleistyy. Läheisyyteen liitetään muun muassa henkilökohtaisen tiedon jakaminen huomioon ottaen myös kumppanin henkilökohtaiset tiedot. (Dindia & Timmerman 2003, 685–688.)

## 2.2 Kiintymyksen määrittelyä

Kiintymyksen ilmaisu on keskeinen osa tätä tutkimusta. On siis tärkeää hahmottaa, mitä sillä konkreettisesti tarkoitetaan. Shaver on yhdessä kollegoidensa (1987) kanssa luonut prototyypin rakkauden tunteelle. Heidän tutkimuksensa auttaa ymmärtämään, mitä rakkauden tunne pitää sisällään, ja millaista nonverbaalista ja verbaalista käyttäytymistä sen ilmaisuun liittyy. Tässä tutkimuksessa viitataan heidän luomaansa rakkauden prototyyppiin, sillä kiintymys (*affection*) voidaan suomen kielellä ymmärtää myös rakkaudeksi. (Shaver ym.1987, 1075–1076.) Rakkauden tunteeseen voidaan nähdä liittyvän monipuolinen tunnekirjo, kuten hellyys, pitäminen, intohimo, halu sekä kaipaus (emt., 1067). Se ilmenee nonverbaalisesti muun muassa fyysisenä läheisyytenä, rakasteluna, kosketuksena, silittämisenä, halaamisena, kädestä kiinni pitämisenä, hellittelynä, hymyilynä ja katsekontaktina. Verbaalisesti se tulee esiin esimerkiksi sanallisena rakkaudenosoituksena toista kohtaan. (Emt., 1075–1076.) Tässä tutkimuksessa pyritään tuomaan lisää ymmärrystä kiintymyksen osoittamisen eri tapoihin. Lisäksi tarkoituksena on löytää vielä monipuolisemmin erilaisia viestinnällisiä kiintymyksenilmaisun muotoja ja tarkastella, millaisia käsityksiä ilmiöstä kumppaneilla on.

Kiintymys (affection) voidaan ymmärtää myös hellyytenä ja rakkautena. Tämän tutkimuksen tutkimusongelma on, miten miehet ja naiset ilmaisevat kiintymystä. Toisin sanoen tutkimuksessa tarkastellaan sitä, miten miehet ja naiset parisuhteessa viestivät kumppanilleen syvistä myönteisistä tunteistaan, kuten rakkaudesta, hellyydestä ja kaipauksesta. Kiintymys ymmärretään tässä tutkimuksessa siis tarkoittavan johonkin elävään kohdistuvaa voimakasta ja miellyttävää tunnetta (Floyd & Morman 1998). On kuitenkin tärkeä erottaa kiintymyksen tunne sekä sen ilmaisu toisistaan, vaikka ne ovatkin yhteydessä toisiinsa.

Virtanen (2018) näkee tunneilmaisun ja pelkän tunnereaktion eron olevan tunneilmaisun tavoitteellisuus. Tunteita voidaan ilmaista sanallisesti tai sanattomasti, mutta kuitenkin tunteista puhumiseen liittyy sanallistetut toiveet, tarpeet, tulkinnat ja havainnot. (Emt., 250.) On siis mahdollista epäonnistua kiintymyksen ilmaisussa, vaikka tunne olisi todellinen. Toisaalta yksilö kykenee osoittamaan kiintymystä, vaikka ei todellisuudessa tuntisi samalla tavoin. Sen alkuperä on latinan kielen sanassa affectio, ja sen varhaisimmat esiintymismuodot viittasivat mielen tunnetilaan tai pysyvään tunnetilaan. (Floyd 2006a, 4.) Tässä tutkimuksessa tarkastelun kohteena on parisuhteessa kumppaniin kohdistuva kiintymyksen osoittaminen. Kiintymyksen osoittaminen on joko verbaalista tai nonverbaalista viestintää, joka itsessään ilmaisee sisäistä kiintymyksen tunnetta joko tarkasti tai epätarkasti (Floyd 2006a, 5).

## **2.3 Verbaalinen ja nonverbaalinen viestintä**

Viestintä käsitteenä ei ole aivan yksiselitteinen, mutta tämän tutkimuksen kannalta on keskeistä ymmärtää, mitä viestinnällä tarkoitetaan. Fiskin (1996) mukaan viestintä tarkoittaa sosiaalista vuorovaikutusta, joka tapahtuu viestien välityksellä, mutta koulukunnasta riippuen se ymmärretään hieman eri tavoin. Prosessikoulukunta näkee viestinnän sanomien siirtona, jossa tarkastelun kohteena on, miten sanomien lähettäjät ja vastaanottajat käyttävät viestintävälineitä ja -kanavia sisään- ja uloskoodataksaan viestejä. Viestintä nähdään prosessina, jossa henkilöiden keskinäinen vuorovaikutus vaikuttaa molempien osapuolten käyttäytymiseen, mielentilaan ja tunneperäiseen reagointiin. Tämän koulukunnan mukaan viestintä epäonnistuu, jos sen vaikutus poikkeaa tarkoituksenmukaisesta. Semioottinen koulukunta puolestaan määrittelee viestinnän merkityksen tuottamiseksi ja vaihdoksi. Sen mukaan väärinymmärrykset eivät ole viestinnän epäonnistumista, vaan ne selittyvät viestinnän osapuolten kulttuurieroilla. Yksilön vuorovaikutus tekeekin hänestä

tietyn kulttuurin tai yhteiskunnan jäsenen. Semioottisen koulukunnan tutkimus painottuu vahvasti tekstien ja kulttuurin tutkimukseen. (Fiske 1996, 14–15.) Tässä tutkimuksessa viestinnän ymmärretään tarkoittavan prosessikoulukunnan mukaista mallia, jossa viestintä prosessin tavoin on muutoksessa riippuen muun muassa osapuolten käyttäytymisestä, mielentilasta ja tunteista.

Tutkimus tarkastelee erilaisia viestinnällisiä tapoja, jotka tässä kontekstissa ymmärretään jakautuvan verbaaliseen ja nonverbaaliseen viestintään. Viestinnällä tarkoitetaan sosiaalista prosessia, ja sosiaalinen vuorovaikutus riippuu viestinnästä. Viestintä tässä yhteydessä koskee tiedonkulkua, tiedon ja ideoiden liikkumista ihmisyyhteiskunnassa, sekä ajatusten leviämistä ja kansainvälistymistä. (Burns 1991, 223.) Tämä kaikki vaatii sanallista viestintää. Sanallista eli verbaalista viestintää voidaan pitää vuorovaikutuksen näkyvämpänä osana. Kielen avulla pystymme ilmaisemaan asioita täsmällisemmin ja tiedostamme oman viestintämme paremmin kuin nonverbaalisen viestinnän kautta. Verbaalinen viestintä voidaan ymmärtää äänien ja sanojen käyttämiseksi osana itsensä ilmaisua, eleiden tai maneerien ohella. (YourDictionary 2020.)

Sanalliset viestit ovat keskeinen osa strategista ihmisten käyttäytymistä. Ihmiset käyttävät kieltä muun muassa saavuttaakseen tavoitteita ja rakentaakseen yhteistä käsitystä maailmasta. Kieli on ihmisten välisen käytöksen hallitseva väline, ja strategisilla viesteillä, kuten vaikka pyynnöillä, on todellinen rooli jokapäiväisessä elämässä. Kielen avulla saavutamme tavoitteemme, tyydytämme tarpeemme, hallitsemme sosiaalisia tilanteita ja koordinoimme sosiaalista käyttäytymistä. Verbaalisella viestinnällä onkin erityisen tärkeä merkitys monissa kohtaamisissa. (Forgas 1999, 850.) Siten verbaalisen viestinnän merkitys tämän tutkimuksen kontekstissa onkin avainasemassa. Kieli ja sanalliset ilmaukset ovat välineitä, joiden avulla kumppanit pystyvät kertomaan rakkauden tunteistaan toisilleen. On mielenkiintoista tutkia, minkälaisia verbaalisia ilmauksia miehet ja naiset käyttävät osoittaessaan kiintymystä, ja onko havaittavissa joitain sukupuolelle ominaisia ilmiöitä liittyen parisuhteen verbaaliseen viestintään.

Myös nonverbaaliset viestit ovat merkittäviä, kun tutkitaan tunteiden ilmaisua. Nonverbaalinen viestintä tarkoittaa kaikkea sitä käyttäytymistä, joka tapahtuu sanattomasti (Guerrero & Floyd 2006, 4). Tällaista viestintätapaa voidaan kuvailla kaikkialla läsnä olevaksi. Jokainen toiminto sisältää nonverbaalisia elementtejä, onpa kyse sitten kasvotusten käydystä, televisioituista tai videonauhoitetusta viestinnästä. Kehon toiminnot, kuten eleet, kasvoilmaukset, ryhti ja katsekontakti vaikuttavat kaikki vuorovaikutuksen luomiseen. Nonverbaalisia merkityksiä toisten toiminnasta on mahdollista huomata jopa silloin, kun ihmiset eivät puhu keskenään. Tämä tekee jokaisesta



kohtaamisesta potentiaalisen vuorovaikutustilanteen riippumatta siitä, tapahtuuko sanallinen vaihto. (Burgoon, Buller & Woodall 1996, 4.)

Nonverbaalinen viestintä voi ilmaista, mitä verbaalinen viestintä ei välttämättä voi. Tilanteissa, jolloin ajatusten ja tunteiden sanallistaminen on haastavaa, ihmiset luottavat helpommin sanattomiin lähestymistapoihin. (Burgoon ym. 1996, 7.) Nonverbaalinen viestintä on tehokas keino hellyyden osoittamisessa ja tunteiden ilmaisussa. Erityisen tärkeää se on myös suhteen kehittämässä ja ylläpitämisessä. (Guerrero & Floyd 2006, 2.) Näin ollen nonverbaalisen viestinnän merkitys myös tämän tutkimuksen kannalta on avainasemassa. Tässä tutkimuksessa keskitytään löytämään monipuolisesti tapoja, joita miehet ja naiset käyttävät osoittaakseen kiintymystä. Onkin mielenkiintoista tarkastella, kuinka monipuolisesti nonverbaalisia tapoja hyödynnetään ilmaistessa tunteita, ja kuinka merkittävässä roolissa ne ovat parisuhteen kontekstissa.

Tunteiden jakaminen ja läheisyys ovat parisuhteen merkittävimpiä tekijöitä, mitkä erottavat sen muista suhteista (Kontula 2009, 12). Tämä tutkimus pyrkii tarkastelemaan miesten ja naisten vuorovaikutusta parisuhteessa kiintymyksen ilmaisun kontekstissa. Läheisiä suhteita on tutkittu paljon, mutta tästä näkökulmasta on tehty verrattain vähän tutkimusta. Tutkimuksen tarkoituksena onkin syvemmän ymmärryksen saaminen erilaisista viestintätavoista ja -käsitteistä parisuhteen kontekstissa, mikä voi osaltaan lisätä yhteiskunnallisesti avoimempia ja hyväksyvämpiä asenteita parisuhteen eri osapuolia kohtaan. Tutkimalla miesten ja naisten eroja kiintymyksen ilmaisussa parisuhteissa voidaan myös löytää ja nimetä tunneilmaisuun liittyviä ongelmia tai haasteita, jolloin niihin on myös helpompi saada apua. Lisäksi tutkimus tarjoaa tietoa, jota voi hyödyntää oman vuorovaikutuksen kehittämässä parisuhteessa.

### **3. Teoreettinen tausta**

#### **3.1 Konstruktivismi**

Tässä tutkimuksessa hyödynnetään Jesse Delian ja hänen tutkimusryhmänsä 1960- ja 1970-lukujen vaihteessa kehittämää konstruktivistista viestinnän teoriaa. Teoria pyrkii selittämään ihmisten yksilöllisiä eroja omassa viestintäkäyttäytymisessä, mistä eroavaisuudet syntyvät ja miksi niillä on merkitystä. Teoria tarjoaa hyödyllistä tietoa tähän tutkimukseen, sillä työ keskittyy kiintymyksen

osoittamisen eri tapoihin kahden eri sukupuolen näkökulmasta. Konstruktivismi voi auttaa ymmärtämään kiintymyksen osoittamisen erilaisia muotoja, niiden vaihtelevuutta ja yksilöllisiä käyttäytymismalleja. Konstruktivismissa viestinnälliset taidot jaotellaan useisiin prosesseihin kuten sosiaaliseen havainnointiin (kyky hankkia, säilyttää, manipuloida ja käyttää tietoa sosiaalisesta maailmasta), viestien tuottamiseen (kyky tuottaa verbaalisia ja nonverbaalisia viestejä, jotka ovat tehokkaita ja joilla saavutetaan henkilökohtaisia ja sosiaalisia tavoitteita) ja viestin vastaanottamiseen (kyky ymmärtää muiden viestien merkitys, ja tarvittaessa ymmärtää muiden aikomuksia ja motiiveja). Toiseksi konstruktivismi selittää, miksi näissä viestintätaidoissa on yksilöllisiä eroja. Toisin sanoen, teoria määrittelee ne ominaisuudet, jotka ihmisillä on oltava, jotta he voivat kommunikoida taitavasti. Kolmanneksi se selittää niitä eroja, jotka johtavat siihen, että toiset ihmiset ovat taitavampia viestimään kuin toiset. (Burlison 2006, 108.)

Konstruktivismiin keskeinen ajatus on, että ihmiset ymmärtävät maailmaa erilaisten sisäisten mallien eli skeemojen kautta. Skeemat puolestaan muodostuvat omien kokemusten pohjalta, eli kaikki aiempi tieto, kokemukset, mielialat sekä asenteet vaikuttavat vuorovaikutukseemme. Yksilöillä on useita eri konstruktioita liittyen eri tilanteisiin, ja ne muodostuvat omien henkilökohtaisten mielenkiintojen mukaan. Näin ollen se, miten suhtaudumme muihin ihmisiin, riippuu täysin siitä, millaisen käsityksen tai vaikutelman olemme omassa mielessämme ehtineet muodostaa. (Burlison & Rack 2008, 52–54.) Ihmiset myös eroavat rakenteidensa tai skeemojensa monimutkaisuudessa, ja näillä kognitiivisilla eroilla on olennaisia vaikutuksia sosiaaliseen havaintokykyyn, viestin tuottamiseen ja taitoon vastaanottaa niitä (Burlison 2006, 109). Tämä on tärkeä lähtökohta tutkimuksellemme, sillä se auttaa hahmottamaan, että myös kiintymyksen ilmaisu on sidoksissa yksilön aiempiin kokemuksiin, tietoon sekä asenteisiin. Tässä tutkimuksessa kiintymyksen ilmaisu ymmärretäänkin viestintänä, jota voi kehittää ja joka on toisaalta muuttuvaa ja yksilöllistä.

Nykyään konstruktivismiin teoriaa edelleen hienosäädetään ja sovelletaan uusissa ympäristöissä, mikä parantaa monien viestintätapahtumien ja käyttäytymisen ymmärtämistä. Viime vuosina konstruktivistinen kehys on toiminut perustana muun muassa viestinnän kehittämisessä ja ohjaamisessa, mutta myös suhteiden kehittämisen ja ylläpidon teorioille. (Burlison 2006, 108.) Tästä syystä teoria voikin auttaa selittämään miesten sekä naisten kiintymyksen osoittamista yksilön näkökulmasta. Konstruktivismiin mukaan vuorovaikutus on prosessi, jossa yksilö pyrkii ilmaisemaan omia ajatusmallejaan toiselle erilaisten merkkien ja symbolien kautta. Ihmiset ovat kuitenkin keskenään erilaisia, ja näin ollen viestin tuottaminen, prosessoiminen ja havainnointi ovat myös henkilökohtaisia. (Burlison & Rack 2008, 55.) Konstruktivistisesta lähtökohdasta käsin voidaan siis

ajatella, että myös kiintymyksen osoittamisessa on havaittavissa yksilöllisiä eroavaisuuksia. Tämän tutkimuksen valossa on mielenkiintoista tutkia, minkälaisia käyttäytymismalleja miehillä ja naisilla on kiintymyksen ilmaisun kontekstissa.

### **3.2 Affektiivisen vaihdannan teoria**

Toiseksi kiintymyksen ilmaisua tutkitaan affektiivisen vaihdannan teoriaa (Affection Exchange - theory) hyödyntämällä. Kyseessä on Kory Floydin (2001) kehittämä post-positivistiseen traditioon kuuluva suhdekeskeinen vuorovaikutusteoria, joka auttaa ymmärtämään, miksi ihmiset osoittavat kiintymystä vuorovaikutussuhteessa, ja millaisia vaikutuksia sillä on. Teoria pohjaa vahvasti evoluutiopsykologiaan, ja sen oletuksena on, että ihmisen käyttäytymistä ohjaa kaksi viettiä: lisääntyminen ja selviytyminen. Teoria koostuu viidestä perusväittäjästä, joista ensimmäisen mukaan yksilöllä on synnynnäinen tarve ja kyky ilmaista kiintymystä. Kuitenkin teoria jakaa kiintymyksen tunteen ja sen ilmaisun erilleen, vaikka ne tosin vaikuttavatkin paljon toisiinsa. Kiintymyksen osoittamisen nähdään olevan välttämätöntä lisääntymisen ja elämän jatkumisen kannalta. Teorian mukaan yksilön viestintään vaikuttavat paitsi sukupuoliroolit ja ympäristön normit, myös biologia ja evoluutio.

Lisäksi teoria väittää, että ihmisillä on yksilöllinen toleranssi kiintymyksen osoittamiselle ja vastaanottamiselle. Viimeiseksi, jos käyttäytyminen rikkoo näitä tarpeita, tuntuu se yksilöstä epämiellyttävältä, jopa luotaantyöntävältä. (Floyd, Judd & Hesse 2008.) Tutkimuksissa on myös todettu, että kiintymyksen osoittamisella on terveyshyötyjä yksilölle. Sen on nähty muun muassa laskevan yksilön stressitasoa. (Floyd 2006b.) Nämä biologiset hyödyt vaikuttavat myönteisesti myös parisuhteen laatuun ja voivat osaltaan vahvistaa kumppanien välistä sidettä (Horan 2010, 395).

Kiintymyksen tuntemisen ja sen osoittamisen ollessa kaksi eri asiaa saa tämä tutkimus mielenkiintoisen lähtökohdan, sillä pyrimme selvittämään erilaisia tapoja kiintymyksen tunteen ilmaisulle. On myös mielenkiintoista tarkastella, millaisia tarpeita miehillä ja naisilla on kiintymyksen osoittamisen suhteen, sillä teoria itsessään ei tarjoa syvempää tietoa eri sukupuolten näkökulmista, vaikka tunnustaakin yksilöllisten ja biologisten ominaisuuksien vaikutuksen kiintymyksen osoittamiseen. Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, millaisia käsityksiä miehillä ja naisilla on kiintymyksen osoittamisesta ja millaisia tapoja miehillä ja naisilla on osoittaa kiintymystä.

Affektiivisen vaihdannan teorian valossa kiintymyksen osoittaminen edistää sekä kumppanien että suhteen hyvinvointia. Sen on todettu olevan fyysisesti palkitsevaa ja olevan yhteydessä muun muassa yksilön stressitasoon. Lisäksi teoria tunnustaa kulttuurillisten normien vaikutuksen kiintymyksen osoittamisen muotoihin. (Floyd ym. 2008, 285–288.) Onkin mielenkiintoista selvittää, miten miehet sekä naiset kokevat ilmiön omassa parisuhteessaan, ja saada syvempää ymmärrystä nimenomaan suomalaisista kulttuurinormeista ja käsityksistä liittyen kiintymyksen osoittamiseen parisuhteessa. Teoria keskittyy näkemään kiintymyksen osoituksen merkityksellisenä ihmiselämän jatkuvuuden turvaamiseksi, joten onkin tärkeää hyödyntää sitä romanttisten suhteiden kontekstissa, sillä ne ovat avainasemassa ihmisen lisääntymisen kannalta (Horan 2010, 398).

### **3.3 Kiintymyksen ilmaisun lähtökohdat naisilla ja miehillä**

Pirskanen ja Eerola (2018) ovat pohtineet tunteiden sosiaalista ja kulttuurista luonnetta. Yhteiskunta ja kulttuuri vaikuttavat tunteista puhumiseen, kuinka on tarkoituksenmukaista tuntea, kuten myös siihen, millainen tunteiden kirjo yksilöllä on käytössä. Rakkaus on esimerkki tästä. Monissa kulttuureissa rakkaus yhdistetään nimenomaan kumppanin löytämiseen, mutta tapa, jolla rakkaus ymmärretään, vaihtelee kulttuurin mukaan. Kieli näyttäytyy oleellisena välineenä tunteiden osoittamisessa, välittämisessä ja hahmottamisessa, mutta tunteita ilmaistaan hyvin pitkälti myös kehollisesti, mikä korostuu silloin, kun tunteita on vaikea ilmaista sanallisesti. Tällöin tunteet näkyvät esimerkiksi kasvojen ilmeinä ja kehon kielenä. Se miten tunteita lopulta tulkitaan, riippuu siitä, miten kehollinen ja kulttuurillisesti opittu tunne ymmärretään yhdessä. (Pirskanen & Eerola 2018, 9–11.)

Kulttuuristen viestintäkäytänteiden lisäksi tunteiden ilmaisuun vaikuttavat myös biologiset tekijät, jotka osaltaan vaikuttavat siihen kuinka tietyissä tilanteissa toimimme. Viestintä on aina kontekstuaalista eli sidottu aikaan, paikkaan, kulttuuriin, sukupuoleen ja sen hetkiseen vuorovaikutussuhteeseen. Tähän liittyy vahvasti myös sukupuoleen sidotut stereotypiat, joiden mukaan sukupuolet eroavat toisistaan merkittävästi puhuttaessa tunteiden ilmaisusta. On totta, että sukupuolet eroavat toisistaan esimerkiksi fysiologisesti, mutta sukupuolten välisiä eroja tunteiden viestimisessä ei voida selittää biologian kautta. (Virtanen 2018, 251.) Kulttuuristen ja sosiaalisten rakenteiden luomat stereotypiat vaikuttavat erityisesti miesten tunteista puhumiseen ja käyttäytymiseen. Perinteinen kuva maskuliinisesta miehestä on vahva, itsenäinen, pystyvä,

rationaalinen, mutta samaan aikaan aggressiivinen ja kilpailuhenkinen. Maskuliinisuuden stereotypia ei ole siis vain uskomuksiin ja asenteisiin perustuva ihannekuva, mutta myös biologisesti sukupuoleen perustuva käyttäytymismalli. (Emt., 253.)

Tämän tyyppinen ihannekuva voi pahimmillaan mykistää tunteista viestimisen vaikuttaen miesten käyttäytymiseen, mutta myös luoden oletuksia siitä, että tunteista viestiminen on heikkoutta. Toisaalta vastaavat stereotyypit eivät ole yleistettävissä jokaisen miehen kohdalla, vaan ihminen luo yksilöllisiä käyttäytymismalleja ja tapoja jokaisessa vuorovaikutussuhteessa viestinnän kautta. (Virtanen 2018, 253.) Aiempien tutkimusten valossa naiset ilmaisevat keskimäärin enemmän sekä positiivisia että negatiivisia tunteita, mutta tutkimukset eivät todenna ajatusta siitä, että naiset kokisivat tunteita miehiä enemmän tai voimakkaammin. Miehet eivät siis viesti omista tunteistaan yhtä aktiivisesti, saati jaa yhtä paljon tietoa naisiin verrattuna. Ihmisten välillä on kuitenkin eroavaisuuksia, eikä tunteiden kokeminen tai niistä viestiminen ole sidoksissa vain sukupuoleen. Ihmiset ovat ennen kaikkea yksilöitä, eivät oman sukupuolensa edustajia. (Emt., 251.)

Onkin tärkeää tarkastella, millaisia käsityksiä miehillä ja naisilla kiintymyksen ilmaisusta on. Käsitetäänkö miesten tunteiden ilmaisun edelleen olevan maskuliinisen ihanteen mukaista, vai onko miesten kiintymyksen ilmaisusta toisenlaisia käsityksiä? On kuitenkin myös tutkittu, että tänä päivänä nuoret miehet ovat avoimempia kuin ennen, ja myös puhuvat tunteistaan (Virtanen 2018). Toisaalta on tutkittu, että naiset pitävät itseään hellempinä ja kokevat osoittavansa kiintymystä enemmän kuin miehet. Lisäksi kiintymyksen osoittaminen nähdään hyväksytympänä naisilta kuin miehiltä, minkä takia heillä on käytössään myös enemmän keinoja osoittaa kiintymystä. (Floyd 1997, 76–77.) Muun muassa lapsuuden kokemuksilla on vaikutusta kyseiseen ilmiöön. Lapsuudessa usein tyttölapsille osoitetaan poikia enemmän hellyyttä. Tällöin naiset omaksuvat todennäköisemmin myös interpersonaaliset suhteensa paikoiksi osoittaa kiintymystä. (Emt., 70.)

On tärkeää pohtia, aiheutuuko tästä naisille erilaisia viestinnällisiä odotuksia parisuhteessa kuin miehillä. Yleisesti suuri osa naisista näkee keskustelut tilaisuuksina luoda yhteyttä ja käydä neuvottelua suhteista, kun taas monille miehille puhe on keino säilyttää oma itsenäisyys ja pitää kiinni sosiaalisesta statuksesta (Tannen 1990, 111–112). Kuitenkin läheisten suhteiden kontekstissa sekä miehet että naiset kokevat yhteyden yhtä tärkeänä ja pitävät sitä arvossa. (Floyd 1997, 76–77.) Aiempien tutkimusten valossa näyttää siltä, että miehet ja naiset pitävät hyvin samankaltaisia asioita

suhteessa tärkeänä ja arvottavat viestinnälliset taidot hyvin samankaltaisesti (McGeorge ym. 2003, 195).

McGeorge ja hänen kollegansa (McGeorge ym. 2003) eivät löytäneet suuria eroavaisuuksia viestinnällisissä näkemyksissä eri sukupuolten välillä parisuhteen kontekstissa. McGeorge kollegoineen halusi selvittää, millaisia viestinnällisiä arvoja miehillä ja naisilla on. Tarkastelussa oli kahdeksan erilaista viestinnällistä osa-aluetta, joista neljä jakautui tunnepuolelle (konfliktin hallinta, lohduttaminen, itsetunnon vahvistaminen ja tunteiden säätely) ja toiset neljä olivat välineellisiä taitoja (keskustelu, tarinankerronta, tiedon jakaminen ja vaikuttaminen). Naiset korostivat miehiä enemmän konfliktinhallintaa ja lohduttamistaitoja, kun taas miehet korostivat naisia enemmän vaikuttamista. Kuitenkin sekä miehet että naiset pitivät tunnetaitoja välineellisiä taitoja tärkeämpinä. (Emt., 195–197.)

Vastoin kulttuurisia ennakko-oletuksia, jossa miesten nähdään enemmän välttelevän tunteista puhumista, sekä miehet että naiset priorisoivat ilmaisuun ja tunteisiin keskittyvät taidot parisuhteessa tärkeäksi. Konfliktin hallinta ja lohduttaminen nähtiin vuorovaikutuksellisia välineellisiä taitoja tärkeämpinä myös Burlesonin toteuttamassa tutkimuksessa. Samoin kuin McGeorge ym. (2003) myös Burleson (2003) havaitsi kuitenkin pieniä sukupuolten välisiä eroja: naiset painottavat miehiä enemmän muun muassa konfliktin hallintaa, lohduttamista sekä tunteiden säätelyä, kun taas miehet pitävät vaikuttamistaitoja tärkeämpänä kuin naiset. Kaiken kaikkiaan naiset asettavat tunneviesteille miehiä suuremman painoarvon. (Burleson 2003.) Lisäksi Floydin (1997, 69) mukaan naiset arvostavat miehiä enemmän avointa kiintymyksen ilmaisua kuten ilmaisua: ”minä rakastan sinua”. Kuitenkin sekä miehet että naiset uskovat, että tunteiden kuvailu ja niiden tarkkailu ovat hyviä tapoja tuottaa mielihyvää toiselle, ja kokevat myös itse tällaiset viestit miellyttäväksi (Burleson 2003, 13).

Kiintymyksen ilmaisuun vaikuttaa myös suhteen omat prioriteetit. Esimerkiksi liian avoin kiintymyksen osoittaminen voidaan kokea ongelmalliseksi, jos suhde ei ole vielä kovin läheinen. (Floyd 1997, 68–69.) Tässä sekä miehiltä että naisilta odotetaan vuorovaikutusosaamista ymmärtää suhteen tilaa ja arvioida, millaiset viestit ovat hyväksyttäviä juuri heidän parisuhteelleen.

Vaikka tutkimukset osoittavat, että naisilla on käytössään enemmän tapoja osoittaa kiintymystä, verrattain vähän on pyritty löytämään näitä viestinnällisiä tapoja parisuhteessa sekä miesten että naisten näkökulmasta. (Emt., 76–77.) Tässä tutkimuksessa haluamme syventää ymmärrystä kiintymyksen osoittamisesta keskittyen naisten lisäksi myös miesten omiin kokemuksiin.

### 3.4 Läheisyyden tuottaminen kuuntelemisen keinoin

Parisuhteiden kontekstissa on myös tutkittu, millainen rooli kuuntelemisella on kumppanien välisessä vuorovaikutuksessa. On osoitettu, että aktiivista kuuntelua harjoittavat puoliset ovat tyytyväisempiä parisuhteessaan, ja kokevat olonsa läheisemmäksi (Kuhn, Bradbury, Nussbeck & Bodenmann 2018). Aktiivinen kuuntelu edellyttää kaiken huomion antamista keskustelun toiselle osapuolelle keskeyttämättä häntä (Robertson 2005) ja on avain toisen ymmärtämiseksi (Weger, Castle, Minei & Robinson 2014). Shaverin ym. (1987, 1075–1076) luomassa rakkauden prototyypissä ei huomioitu kuuntelemisen merkitystä osana rakkauden osoittamista. Kuhnin ym. (2018) tutkimustulokset kuitenkin osoittavat, että aktiivisen kuuntelemisen merkitys parisuhteen hyvinvoinnin kannalta on huomattava. Voidaan siis todeta, että myös aktiivinen kuunteleminen on yksi tapa tuottaa kumppanille kokemusta siitä, että hänet on huomioitu ja ymmärretty, mitä kautta suhde voi syventyä ja lähentyä.

Aktiivinen kuunteleminen vaatii intensiivistä keskittymistä, puhujan verbaalisen sekä nonverbaalisen ilmaisun huomioimista sekä arvostelemisen välttämistä (Robertson 2005). Intensiivinen keskittyminen ja nonverbaalin viestinnän tilanteeseen sovittaminen ovat ratkaisevan tärkeitä, sillä nonverbaalisesta viestinnästä voidaan tulkita, kuinka tyytyväisiä suhteeseen ollaan. Tyytyväisyyttä ja tyytymättömyyttä osoitetaan nonverbaalisesti sitä enemmän, mitä enemmän tyytyväisyys tai tyytymättömyys lisääntyy. (Doohan 2007.)

Kuhn ym. (2018) on tutkinut, millaisia hyötyjä kuuntelemisesta on parisuhteessa. Hänen mukaansa sekä miehet että naiset ovat sitä tyytyväisempiä parisuhteeseensa, mitä tarkkaavammin kumppani kuuntelee heitä. Lisäksi hän osoittaa tutkimuksessaan, että kuunteleminen edistää vapaampaa ilmapiiriä ja rohkaisee puhujaa puhumaan ilman uhkia, kun hänen ei tarvitse pelätä kritiikkiä tai negatiivista arvostelua. Kun kumppani nähdään keskustelussa ymmärtävänä ja reagoivana, pariskunnat tuntevat enemmän läheisyyttä ja tyytyväisyyttä.

Tutkimuksessaan Kuhn ym. (2018) keskittyi tarkastelemaan kuuntelemista ja stressin kokemista. Tutkimukseen osallistui 365 20–80-vuotiasta heteroseksuaalia paria, jotka olivat olleet vähintään vuoden verran parisuhteessa. Osallistujia pyydettiin kertomaan kokemastaan stressaavasta tilanteesta, ja toinen osapuoli sai reagoida kuulemaansa kuten hän olisi reagoinut ilman tutkimusasetelmaa. Tutkimuksesta käy ilmi, että osallistujat kokivat enemmän stressiä aloittaessaan puhumaan

stressaavasta kokemuksesta. Keskustelun lopussa stressi oli selvästi laskenut. (Kuhn ym. 2018.) Tästä voidaan päätellä, että stressin kokeminen vähenee, kun kumppani osoittaa kuuntelevansa puhujaa. Artikkelissa todetaankin, että kuunteleminen on välttämätöntä, jos haluaa ymmärtää kumppanin stressaavaa kokemusta. (Kuhn ym. 2018.) Wegerin ym. (2014, 24) mukaan nimenomaan aktiivinen kuuntelu onkin tehokas tapa tuottaa kokemusta ymmärretyksi tulemisesta. Tämän tutkimuksen näkökulmasta on tärkeä pohtia, millaisista ilmiöistä kumppanit kokevat aktiivisen kuuntelemisen kertovan. Välittääkö se rakkautta, kiintymystä ja hellyyttä, vai ymmärretäänkö se jollain muulla tavalla? On myös mielenkiintoista tarkastella, kokevatko miehet ja naiset kuuntelemisen yhdeksi tavaksi osoittaa kumppanille kiintymystä.

## **4. Tutkimuksen toteutus**

### **4.1 Tutkimusongelma ja -kysymykset**

On tärkeää tutkia miesten ja naisten kiintymyksen osoittamista parisuhteen kontekstissa, sillä tunteiden jakaminen edistää niin yksilön kuin suhteenkin hyvinvointia (Burleson 2003, 2; Virtanen 2018). Sen on todettu olevan ydinasemassa läheisissä ihmissuhteissa ja olevan parisuhteen yksi merkittävimpiä tekijöitä (Kontula 2009). Tutkimusongelmamme onkin, miten miehet ja naiset osoittavat kiintymystä parisuhteessa.

Tässä tutkimuksessa pyritään selvittämään kyseiseen ilmiöön liittyviä käsityksiä. On tärkeä hahmottaa, kuinka kiintymyksen osoittaminen nähdään ja ymmärretään miesten ja naisten näkökulmista. Kulttuurisen näkemyksen mukaan miehet näyttävät tunteitaan vähemmän ja keskittyvät enemmän ongelmanratkaisuun (Burleson 2003, 12). Kuitenkin yhä enemmän tutkimus osoittaa, että myös miehet näyttävät tunteitaan (Virtanen 2018). Lisäksi on todettu, että sekä miehet että naiset pitävät tunneviestintää tärkeänä parisuhteessa (McGeorge ym. 2003). Onkin syytä tarkastella vielä tarkemmin käsityksiä keskittyen kiintymyksen osoittamiseen. Ensimmäinen tutkimuskysymys on: Millaisia käsityksiä miehillä ja naisilla on kiintymyksen ilmaisusta?

Aiemmin on todettu, että naisilla on monipuolisemmin tapoja ilmaista kiintymystä, mutta miehet ja naiset osoittavat kiintymystä lähestulkoon saman verran (Floyd 1997, 77). Suhteellisen vähän tutkimus on kuitenkin selvittänyt niitä viestinnällisiä tapoja, joita kiintymyksen osoittamiseksi



käytetään parisuhteessa sekä miesten että naisten näkökulmista. On tärkeää selvittää näitä keinoja, jotta tietoisuus ja ymmärrys ilmiöstä lisääntyy. Tällöin yksilönä on mahdollista kehittää omia viestintätaitojaan ja ymmärtää myös kumppanin tapaa viestiä kiintymyksestä. Toinen tutkimuskysymys on: Millaisia viestinnällisiä tapoja miehillä ja naisilla on ilmaista kiintymystä parisuhteessa?

## 4.2 Aineiston keruu

Aineistonkeruumenetelmäksi tähän työhön valittiin avoimia kysymyksiä sisältävä kyselylomake, jonka avulla pyrittiin saamaan vastauksia tutkimuskysymyksiin eli siihen, millaisia käsityksiä miehillä ja naisilla on kiintymyksen ilmaisusta ja siihen, millaisia viestinnällisiä tapoja miehillä ja naisilla on ilmaista kiintymystä parisuhteessa. Parisuhde ja siihen liittyvä viestintä koetaan monesti hyvin henkilökohtaisena asiana, minkä takia sähköisen kyselyn ajateltiin olevan vastaajalle helpommin lähestyttävä. Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus otettiin myös huomioon aineistonkeruumenetelmän valinnassa. Kysely turvasi jokaisen vastaajaan anonymiteetin ja näin antoi turvallisen ympäristön pohtia omia kiintymykseen liittyviä tapoja ja käsityksiä. Kyselyn etuna ajateltiin myös olevan sen puolueettomuus. Toisin kuin esimerkiksi haastattelussa, tekijöiden ennakkokäsitykset eivät vaikuttaneet vastaajaan mielipiteisiin, ja osallistuminen ajateltiin helpommaksi, kun jokainen pystyi vastaamaan omien aikataulujensa mukaan.

Kyselytutkimuksen avulla oli mahdollista saada laajasti tutkimustietoa liittyen kiintymyksen ilmaisuun ja viestinnällisiin käytäntöihin parisuhteen kontekstissa. Toiveena olikin, että kysely tuottaisi haastatteluun verrattuna rehellisempiä ja aidompia vastauksia, joita myös saatiin runsaasti. Kyselyssä on kuitenkin myös monia riskejä, liittyen kysymysten ymmärrettävyyteen ja tarkkuuteen. Toisin kuin haastattelussa, kyselyssä ei ollut mahdollista esittää jatkokysymyksiä tai selvittää vastaajan ajatuksia. Avointen kysymysten vaarana saattoikin olla niiden monitulkintaisuus, mikä osaltaan vaikutti vastausten hyödyntämiseen. Kysely pyrittiin laatimaan helposti ymmärrettäväksi ja mutkattomaksi tehdä. Laajemman tutkimustiedon saamiseksi kyselyyn haluttiin kuitenkin laittaa mahdollisimman paljon avoimia kysymyksiä, mikä saattoi vaikuttaa vastausten niukkuuteen.

Kyselylomaketta pidettiin auki noin kuukauden verran, ja osallistujia oli kaikkiaan 92 ihmistä, joista 60 oli naisia ja 32 miehiä. Työn laajuuden kannalta lopulliseen tutkimukseen valittiin kuitenkin vain

60 vastausta, jotka jakautuivat tasan miesten ja naisten kesken. Rajausta tehtiin pääsääntöisesti siten, että niukemmin vastanneet ihmiset jätettiin pois tutkimuksesta paremman otannan saamiseksi. Vastaajien ikää, parisuhteen kestoa tai kumppanin sukupuolta ei määritelty etukäteen, vaan vastauksia pyrittiin saamaan monipuoliselta joukolta ihmisiä. Vastaajat olivat iältään 19–52-vuotiaita ja vastaushetkellä parisuhteet olivat kestäneet 0,5–27 vuotta. Suurin osa kyselyyn osallistuneista eli 32 oli opiskelijoita, ja 22 oli työelämässä. Loput vastaajista määrittivät itsenä muun muassa työttömiksi tai vapaaehtoistyötä tekeviksi. Lisäksi kaikista vastaajista 43 asui kumppaninsa kanssa yhdessä. Kyselomake tehtiin Google Forms -työkalun kautta ja välitettiin sosiaalisen median kanavissa, etenkin Facebookissa, mutta myös suorien yhteydenottojen tai tuttavien kautta. Tulososiossa vastaajiin viitataan sitaatein, joiden lopussa oleva koodi kertoo henkilön vastaajanumeron, kirjain sukupuolen (M= mies, N=nainen) ja viimeinen numero vastaajan iän.

Kyselyyn valikoitui 21 kohtaa, joista ensimmäiset 7 koskivat vastaajien taustatietoja kuten ikää, sukupuolta ja asuinpaikkakuntaa. Aktiivista pohdintaa vaativa osuus kyselystä koostui kolmesta erilaisesta teemasta: minä ja kumppanini kiintymyksen osoittajina, kiintymyksen osoittamisen merkitys parisuhteessa ja kumppanien kokemukset ilmiöstä. Ensimmäisen teeman kysymykset koskivat kiintymyksen osoittamisen aktiivisuutta, verbaalisia ja nonverbaalisia eleitä ja sitä, millaisia adjektiivein itseä ja kumppania kuvaillaan kiintymyksen osoittajina. Viimeksi mainittua ei kuitenkaan lopulta hyödynnetty tutkimuksessa, sillä kysymyksen asettelun koettiin vaikuttavan vastauksiin liikaa. Toisessa teemassa käsiteltiin kiintymyksen osoittamisen merkitystä ja kiintymyksen osoittamiseen liittyvää keskustelua. Viimeisessä teemassa keskityttiin kiintymyksen osoittamiseen liittyvään vaihteluun parisuhteen eri vaiheissa, tasapuolisuuteen, määrään, taitoihin ja stereotypioihin. Stereotypioita koskevaa kysymystä ei myöskään lopulta hyödynnetty, sillä vastauksien ei nähty olevan relevantteja tutkimuksen kannalta. Viimeisenä osallistujilla oli vielä mahdollisuus sanoa vapaa sana, eli kirjoittaa omia ajatuksia tai terveisiä kiintymyksen osoittamiseen liittyen.

### **4.3 Aineiston analyysi**

Tässä tutkimuksessa hyödynnettiin tulosten analysoinnissa aineistolähtöistä sisällönanalyysia tavoitteena jäsentää kiintymyksen ilmaisuun liittyviä merkityksiä ja ominaisuuksia. Aineistoa pyrittiin luokittelemaan erilaisten teemojen kautta etsien mahdollisia säännönmukaisuuksia, eroavaisuuksia ja yhtäläisyyksiä. Tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia miesten ja naisten

kiintymyksen ilmaisua parisuhteessa, jolloin mahdollisten säännönmukaisuuksien ja eroavaisuuksien havaitseminen oli työn kannalta toivottavaa. Tuloksia ei kuitenkaan tutkittu teorioiden pohjalta, vaan tarkoituksena oli löytää aiheesta keskeisimmät ilmiöt ja sitoa ne laajempaan kontekstiin. Aineistolähtöistä analyysia toteuttaessa aiemmilla tiedoilla, havainnoilla tai teorioilla ei ollutkaan oleellista merkitystä lopputuloksen kannalta, sillä analyysi perustui pääasiassa saatuihin tuloksiin. Tässä tutkimuksessa teoriat olivat kuitenkin tärkeänä apuna analyysin toteuttamisessa. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 88–92.)

Tässä tutkimuksessa aineistosta pyrittiin etsimään tutkimuksen kannalta oleellisimmat kohdat teemoittelun avulla. Kyselyä alettiin purkamaan kohta kerrallaan erilliselle Word-tiedostolle niin, että miehet ja naiset pidettiin omina osioinaan. Teemoittelua tehtiin pääasiassa erilaisten värikoodien avulla, eli mahdollisia yhdenmukaisuuksia ja toistuvia teemoja koodattiin aina samalla värillä. Värikoodeista muodostettiin alaluokkia, joista taas lopulta tehtiin laajempia kattoteemoja tutkimuskysymysten perusteella. Tässä tutkimuksessa kysytään, millaisia käsityksiä miehillä ja naisilla on kiintymyksen ilmaisusta ja millaisia viestinnällisiä tapoja miehillä ja naisilla on ilmaista kiintymystä parisuhteessa. Näiden kysymysten perusteella kattoteemoiksi tutkimukseen muodostui muun muassa kiintymyksen osoituksen monet merkitykset, kiintymyksen osoittamisen vaihtelu parisuhteen eri vaiheissa ja keskustelu kiintymyksen osoittamisesta parisuhteessa. Koodattua aineistoa syntyi lopulta noin 40 sivua, josta ne koottiin yhteiseen Excel-taulukkoon. Näin aineistoa pystyttiin tarkastelemaan tarvittaessa myös laajempana kokonaisuutena, ilman että analyysi jäi pinnalliseksi.

## **5. Tulokset**

### **5.1 Miesten ja naisten käsitykset kiintymyksen osoittamisesta**

Ensimmäinen tutkimuskysymys tutkii miesten ja naisten käsityksiä liittyen kiintymyksen ilmaisuun parisuhteessa. Tavoitteena tässä tutkimuksessa on syventää ymmärrystä siitä, kuinka miehet ja naiset käsittävät ilmiöön liittyvät merkitykset ja sen tärkeyden parisuhteen näkökulmasta. Tulokset antavat yksilöllistä ja yhteiskunnallista ymmärrystä siitä, millainen rooli kiintymyksen ilmaisulla on parisuhteessa, ja millaisia vaikutuksia sen tasapuolisuudella ja siitä käydyillä keskusteluilla voi olla parisuhteen laatuun.

### 5.1.1 Kiintymyksen osoituksen monet merkitykset

Tutkimukseen osallistuneiden miesten ja naisten mukaan kiintymyksen osoitus viestii monesta eritasoisesta asiasta. He käsittävät kiintymystä ilmaisevat nonverbaaliset ja verbaaliset viestit monitasoisesti liittäen niihin eri merkityksiä, jotka antavat kumppanille vihjeitä muustakin kuin kiintymyksestä. Tulosten mukaan kiintymyksen osoitus kertoo myönteisten tunteiden lisäksi myös sitoutumisesta, kunnioituksesta ja luottamuksesta. Merkitysten monipuolisuutta oli havaittavissa sekä miesten että naisten vastauksista.

Kiintymyksen osoitus käsitettiin vastaavan ihmisen sisäiseen tarpeeseen tulla rakastetuksi. Sekä miehet että naiset liittivät kiintymystä ilmaiseviin eleisiin ja sanoihin merkityksen rakkaudesta ja välittämisestä. Kiintymyksen osoittamisen ansiosta kumppanit tietävät olevansa tärkeitä ja merkityksellisiä toisilleen. Vastaajat kuvailivat tätä ilmiötä käyttäen sanoja rakkaus, välittäminen ja merkitys. Yli puolet naisvastaajista käytti näitä sanoja kuvaillessaan kiintymyksen osoittamisen merkitystä. Samat teemat toistuivat reilussa neljäsosassa miesten vastauksista. Sekä rakastetuksi tulemisen kokemus, että sen antaminen toiselle olivat miehille ja naisille tärkeitä:

”Ihmisen perustarve on kokea tulevansa hyväksytyksi ja rakastetuksi sellaisena kuin on.” 41N, 26.

Siinä, missä kiintymyksen ilmaisun voidaan kokea hyvin abstraktilla tavalla vastaavan yksilön sisäiseen tarpeeseen tulla rakastetuksi, voidaan se myös käsittää hyvin konkreettisesti tuovan miellyttäviä tunteita. Tutkimuksessa viidennes miehistä nosti esiin, että kiintymys tuo hyvää tunnetta tai tuntuu hyvältä. Kiintymyksen ilmaisun merkitys näin ollen näyttäytyy myönteisinä tunteina, joita se saa aikaan. Naisten osalta kiintymyksen osoittamiseen ei liitetty suoraan hyvän olon tunnetta, vaan merkityksiä sanoitettiin yksityiskohtaisemmin.

Lisäksi kiintymyksen osoittamisen koettiin viestivän asioista, joita ihmiset yleisesti parisuhteessa kaipaavat: arvostusta, kunnioitusta, sitoutumista ja luottamusta. Naisten vastauksista ilmeni, että kiintymyksen osoitus viestii arvostuksesta ja kunnioituksesta. Näitä merkityksiä esiintyi naisten osalta noin neljännessä vastauksista, kun taas miehet eivät omissa vastauksissaan nimenneet vastaavia merkityksiä. Lisäksi reilu kymmenes naisista kertoi kiintymyksen ilmaisun merkitsevän sitoutumista. Kymmenes naisista myös käsitti kiintymyksen osoituksen viestivän luottamuksesta, kun taas miesten vastauksista samankaltaista teemaa ei löytynyt. Miehet puolestaan kokivat kiintymyksen osoittamisen olevan merkki tilasta, jossa ei ole uhkia. Tähän viitattiin miesten osalta vastauksissa kaksi kertaa.

Naisista vain yksi puhui samankaltaisesta teemasta, ja hänkin hieman eri näkökulmasta miehiin verrattuna:

”Mulle tulee turvallinen ja rakastettu olo.” 48M, 20.

”Kiintymyksen osoittaminen merkitsee vakautta, turvaa ja hyvää parisuhdetta.” 26M, 21.

”Kiintymyksen osoittaminen vaatii turvallisen ihmissuhteen ja ympäristön, joten siksi on luonnollista ajatella, että omalle kumppanille haluaa osoittaa kiintymystä.” 41N, 26.

Kiintymyksen osoittaminen voi myös olla eräänlainen vihje parisuhteen tilasta. Vastajaat käsittivät, että kiintymyksen ilmaisusta on mahdollista tehdä päätelmiä siitä, kuinka parisuhteessa menee. Tällainen kuvaus tuli esiin kahdessa vastauksessa, joista toinen oli mies ja toinen oli nainen. Toisaalta myös kiintymyksen osoitusten puuttuminen on itsessään tulkittavissa oleva viesti:

”Jos huomaan toisessa/itsessä, että kiintymystä ei nyt hirveästi tule, niin monesti kyseessä on vaikka riita tai muu ongelma.” 21N, 25.

Kiintymyksen osoitus ilmiönä toimii parisuhteessa ikään kuin mittarina, josta on luettavissa eri asioita ja ymmärrettävissä laajempia kokonaisuuksia. Esimerkiksi yksi miesvastaaja kertoi lukevansa kiintymyksen osoittamistavasta kumppanin mielialoja ja tunteita.

Näin ollen kiintymys voidaan ajatella hyvin monitulkintaiseksi asiaksi, mikä näkyy etenkin siinä, että naiset ja miehet nimesivät kiintymyksen osoittamiseen liittyviä merkityksiä hyvin eri lailla.

### **5.1.2 Kiintymyksen osoittamisen keskeinen rooli parisuhteessa**

Kiintymyksen osoittaminen koetaan tärkeäksi osaksi parisuhdetta, sillä se pitää yllä yhteyttä, virtanen suhdetta ja on osa jokapäiväistä vuorovaikutusta. Tutkimukseen osallistuneet miehet ja naiset kuvailivat sen olevan muun muassa yksi parisuhteen peruspilareista, parisuhteen suola ja hyvän avioliiton salaisuus. Kiintymyksen ilmaisun koettiin pitävän yllä yhteistä säveltä ja olevan hyvän parisuhteen työkalu. Tuloksista ilmenee, että kiintymyksestä kertominen kumppanille joko verbaalisesti tai nonverbaalisesti koetaan hyvin tärkeäksi. Miehistä, joka kolmas toi esiin vastauksissaan kiintymyksen osoittamisen olevan tärkeää parisuhteessa. Kiintymyksen ilmaisun tärkeyteen viittasi naisvastaajista puolet, joista kuusi painottivat sen olevan todella tärkeää. Kiintymyksen osoittamisen tärkeys tulee vastauksissa esiin myös epäsuoralla tavalla:

”En oikeastaan näe syytä olla parisuhteessa, jos kiintymystä ei näytetä mitenkään.” 17N, 22.

“Kiintymyksen osoittaminen merkitsee minulle paljon. Ilman sitä ei ainakaan oma suhteeni voisi toimia.” 40M, 20.

“Kiintymyksen osoittaminen on säännöllisenä parisuhteen elinehto.” 18M, 23.

Kiintymyksen näyttäminen kumppanille koetaan siis jopa ratkaisevaksi osaksi parisuhdetta. Samankaltaista ilmiötä kuvaavat vastaukset, jotka sanoittavat kiintymyksen osoittamisen olevan parisuhteen ylläpitäjä. Reilu neljännes miehistä ilmaisi vastauksissaan kiintymyksen osoittamisen olevan oman parisuhteensa ylläpitäjä. Tätä kuvailtiin muun muassa sanoilla: peruspilari, parisuhteen suola, hyvän avioliiton salaisuus ja työkalu. Myös reilu neljännes naisista käsitti kiintymyksen osoittamisen merkityksen samalla tavalla. He sanoittivat sen olevan muun muassa parisuhteen voimavara, kulmakivi ja tärkein osa parisuhdetta. Näitä vastauksia yhdistää ajatus siitä, että kiintymyksen ilmaisu ei ole ainoastaan osa hyvää parisuhdetta, vaan myös työkalu hyvän parisuhteen rakentamiseksi ja ylläpitämiseksi, mitä ilman parisuhde ei voisi toimia.

Toisin sanoen miehet ja naiset käsittivät kiintymyksen osoittamisen olevan parisuhteen perusta, mikä tuloksena edelleen vahvistaa kiintymyksen osoittamisen olennaista ja keskeistä roolia parisuhteen ylläpitäjänä ja voimavarana. Vastaajat kuvailivat kiintymyksen osoittamisen pitävän yllä keskinäistä yhteyttä, yhteistä säveltä sekä vahvistavan ja lujittavan suhdetta. Reilu neljännes kaikista vastaajista käsitti kiintymyksen osoittamisen roolin samalla tavalla. Miesten ja naisten välillä ei ollut merkittäviä eroja. Kiintymyksen osoittamisen merkityksestä ja tärkeydestä puhuu myös se, että kahdeksan kymmenestä vastaajasta kertoi osoittavansa kiintymystä kumppanilleen päivittäin, ja kaksi kymmenestä viikoittain. Se on normaali ja rutiininomainen osa parisuhteen arkea, mikä kuuluu jokapäiväiseen vuorovaikutukseen. Sekä miehet että naiset toivat ilmi omissa vastauksissaan kiintymyksen näyttämisen olevan luonnollinen osa parisuhdearkea:

“Kiintymyksen osoittaminen merkitsee ihan kaikkea, se on päivittäistä ihanaa pientä onnellisuutta.” 2N, 24.

“Suhteesta ja toisesta huolenpitoa, tärkeä rutiini ja yhteisen sävelen ylläpitämistä.” 44M, 23.

“Monesti voi piristää päivää, niin todella positiivinen lisä arkeen.” 31M, 24.

Toisaalta sen ei nähty olevan vain normaali osa arkea, vaan myös myönteinen lisä normaalin arjen keskellä. Kiintymyksen ilmaisu käsitettiin siis monitasoisesti. Se ei ole tulosten mukaan ainoastaan rutiini, vaan se myös rutiininomaisuudessaan piristää päiviä ja tuo onnellisuutta.

### 5.1.3 Keskustelu kiintymyksen osoittamisesta parisuhteessa

Keskustelu kiintymyksen osoittamisesta koettiin parisuhteissa tärkeäksi. Yli puolet naisvastaajista eli 20 henkilöä kertoi, että kiintymyksen osoittamisesta on keskustelu kumppanin kanssa. Myös miehistä suurin osa eli 18 henkilöä kertoi keskustelleensa aiheesta parisuhteessaan. Keskustelulle oli löydettävissä kolme tärkeää roolia. Vastaajien mukaan keskustelua kiintymyksen osoittamisesta käydään etenkin silloin, jos kumppanin toivotaan osoittavan kiintymystä aktiivisemmin tai toisaalta vähemmän. Keskustelua käydään myös yksilöllisistä toiveista ja tarpeista liittyen eri tapoihin osoittaa kiintymystä. Vuorovaikutus yksilöllisistä eroista koettiin tärkeäksi, jotta kumppanit voivat tiedostaa toistensa erilaiset tarpeet ja siten myös vastata niihin.

Keskustelemalla kumppaninsa kanssa, osallistujat ilmaisivat parisuhteessa toiveitaan ja tarpeitaan liittyen kiintymyksen osoittamiseen. Miesten ja naisten välillä ei ollut huomattavissa suuria eroja toiveiden ja tarpeiden osalta. Kuitenkin etenkin naiset sanoittivat aktiivisemmin parisuhteessa näkyviä eroja, kun taas miesten vastauksissa kumppaneiden välisistä eroista ei juurikaan puhuttu. Toiveita ja haluja sen sijaan sekä miehet että naiset osasivat sanoittaa. Tuloksissa 47 vastaajaa oli sitä mieltä, että parisuhteessa osoitetaan kiintymystä tarpeeksi, eikä tilanteeseen kaivattu muutosta. 13 vastaajaa taas halusi, että parisuhteessa osoitettaisiin enemmän kiintymystä. Tämä näkyi tasapuolisesti sekä naisten että miesten vastauksissa:

”Aikaisemmin koin itse antavani toiselle enemmän huomiota, mutta koska siitä keskusteltiin, on asia muuttunut parempaan, ja nyt saan kiintymyksen osoituksia enemmän. Koskaan ei voi saada liikaa kiintymyksen osoittamista.” 23N, 23.

”Välillä ehkä itse haluaisin osoittaa kiintymystä enemmän, kun kumppanini, että häntä saattaa välillä ärsyttää, jos haluaisin olla vähän liikaakin hänessä kiinni.” 39N, 22.

”Itse haluaisin osakseni enemmän osoituksia, kumppanini taas kokee saavansa jopa liikaa osoituksia kosketuksen välityksellä.” 18M, 23.

Naiset sanoittivat aineistossa omia toiveitaan ja tarpeitaan miehiä enemmän. Sekä sanaton että sanallinen kiintymyksen osoittaminen koettiin naisten näkökulmasta tärkeäksi. Pusuja, halauksia ja sanoja kerrottiin tarvittavan jopa päivittäin. Keskustelun kautta miehet ja naiset pystyivät erottamaan sekä omia että kumppanin yksilöllisiä tapoja ilmaista kiintymystä. Erityisesti naiset puhuivat siitä, kuinka kiintymyksen osoittaminen eroaa kumppaneiden välillä. Tähän liittyivät esimerkiksi kosketus, sanat, lahjat ja palvelevat teot. Myös miesten vastauksista ilmenee, että keskustelua on käyty samoista teemoista, kuten millainen kiintymyksen osoittaminen tuntuu hyvältä, ja minkälaista kiintymystä

kumppanilta toivottaisiin. Toisaalta kolme miestä puhuivat kiintymyksen osoittamisen olevan hyvin yksilöllistä, ja eroja selitettiin muun muassa risteävillä luonteenpiirteillä ja toisaalta lapsuudessa opituilla asioilla.

Kiintymyksen ilmaisuun liittyvät keskustelut näyttäytyivät keskeisinä kumppanin tarpeisiin vastatessa. Tuloksissa toistuu kiintymyksen osoittamisen tuoma hyvä mieli ja mukava olo. Sekä miehet että naiset sanoivat tarvitsevansa kiintymystä, ja se ajateltiin oleellisena osana parisuhdetta. Kumppanin halut ja toiveet koettiin tärkeiksi, jolloin omiin kiintymyksen osoittamisen tapoihin tehtiin tarpeen tullen muutoksia. Kiintymyksen osoittamiseen liittyvä keskustelu kuului myös osaksi parisuhdetta:

”Olemme sitten jutelleet, kuinka osoitamme kiintymystä eri tavoin ja olen itse pyrkinyt myös toimimaan hänen ”rakkauden kielellään”.” 22N, 24.

”Olemme keskustelleet kuinka omat tapamme osoittaa ja vastaanottaa kiintymystä kohtaavat ja eroavat. (Rakkauden kielet: kosketus, laatu-aika, palvelevat teot, lahjat)” 24N, 22.

”Olemme puhuneet rakkauden eri kielistä tunteaksemme toisemme paremmin tällä alueella.” 34M, 29.

Tosin sanoen, vaikka miehet ja naiset merkityksentävät asioita eri tavalla, toisen huomioiminen ja tarpeiden tiedostaminen koettiin molempien sukupuolten osalta oleelliseksi. Vain neljä miestä ja viisi naista puhuivat siitä, ettei kiintymyksen osoittamisesta keskusteltu erikseen. Näissä tapauksissa keskustelulle ei koettu tarvetta, sillä kiintymyksen osoittaminen koettiin luonnolliseksi osaksi suhdetta, eikä siinä nähty ristiriitoja. Voidaankin todeta, että kiintymyksen osoittamiseen liittyvät tarpeet, halut ja toiveet nähdään yhtä tärkeänä osana parisuhdetta kuin siihen liittyvä keskustelu.

#### **5.1.4 Kiintymyksen osoittamisen tasapuolisuus**

Tutkimustuloksien mukaan kiintymyksen osoittamisen tasapuolisuus kumppaneiden välillä heijastuu parisuhteeseen myönteisellä tavalla. Toisaalta tasapuolisuuden puuttumisella voi olla kielteisiä seurauksia parisuhteen kannalta. Kaikkia pareja ei kuitenkaan haitannut, vaikka toinen kumppaneista olisi ollut aktiivisempi kiintymyksen osoittaja. Kaiken kaikkiaan 12 naista ja 16 miestä kokivat kiintymyksen osoittamisen olevan tasapuolista heidän suhteessaan. Lisäksi yhdeksän naista kokivat kiintymyksen osoittamisen jakaantuvan jotenkuten tasapuolisesti.



Vastauksista kävi ilmi, että tasapuolisuuden kokeminen tällä osa-alueella vaikuttaa suhteeseen hyvällä tavalla. Kolme miestä ja kaksi naista viittasivat kiintymyksen osoittamisen tasapuolisuuden näkyvän hyvänä, onnellisena ja tasavertaisena parisuhteena. Lisäksi yksi naisvastaaja kertoi parisuhteensa vahvistuvan, kun he ovat kumppaninsa kanssa keskenään yhtä aloitteellisia. Kiintymyksen osoittamisen tasapuolisuus näkyy tulosten mukaan myös varmuutena toisen tunteista, jolloin molemmat voivat kokea olonsa tärkeäksi. Toisaalta viisi naista koki osoittavansa kiintymystä kumppaniaan enemmän, ja miehistä taas neljä ajatteli olevansa kumppaniaan aktiivisempia. Tuloksista ilmenee, että epätasapaino kumppanien välillä heijastuu suhteen vakauteen kielteisesti:

“Minä osoitan kiintymystä enemmän. Se näkyy siinä, että olen epävarma siitä, mitä hän tuntee minua kohtaan.” 6N, 34.

“Kumppani osoittaa kiintymystä selkeästi vähemmän ja etenkin epäsuorasti. Näkyy riitoina ja epävarmuutena jatkuvuudesta/toisen tunteista” 19N, 23.

“Osoitan kiintymystä enemmän. Itse haluaisin osakseni enemmän osoituksia, kumppanini taas kokee saavansa jopa liikaa osoituksia kosketuksen välityksellä. Ristiriidasta aiheutuu välillä jännitettä ja vääriä tulkintoja.” 18M, 23.

Kaiken kaikkiaan yhdeksän miestä ja kahdeksan naista kokivat kiintymyksen osoittamisen jakautuvan epätasapainoisesti. Toisaalta viisi naista ja kuusi miestä kertoivat kumppaninsa olevan aktiivisempia tällä alueella. Vastauksista ilmenee, että kiintymyksen osoittamisen epätasapaino voi lisätä epävarmuutta ja riitoja suhteessa. Toisaalta tasapaino kumppanien välillä tällä osa-alueella myös toimii riitojen ennaltaehkäisijänä. Lisäksi viisi vastaajaa kertoi, ettei epätasapaino kiintymyksen osoittamisessa vaikuta parisuhteeseen. Kaikki parit eivät siis kiinnitä kiintymyksen ilmaisun tasapuolisuuteen samalla tavalla huomiota:

“Kumppani osoittaa kiintymystä minua enemmän, mutta se ei juurikaan näy suhteessamme, hän ymmärtää minua tässä asiassa.” 59N, 19.

“Molemmat osoittavat kiintymystä omalla tavallaan. Ei tarvitse vertailla.” 55M, 42.

“En ole hyvä puhumaan tunteistani, joten näytän niitä tekojen kautta. Välillä tuntuu itsestäni, että se ei riitä, kumppanille tosin riittää ja hän tietää mitä tunnen.” 10N, 26.

Vastauksista ilmenee, että osa pariskunnista jakoi keskinäisen ymmärryksen eri tavoistaan osoittaa kiintymystä, eikä tasapuolisuudella silloin ollut merkitystä suhteen kannalta. Näissä vastauksissa yhdistyy ajatus siitä, että suhteen tasapaino ei ole riippuvainen kiintymyksen osoittamisen määrästä, vaan tärkeintä on tietää, että on toiselle tärkeä.

## 5.2 Miesten ja naisten kiintymyksen osoittamisen tavat

Toinen tutkimuskysymys keskittyy löytämään erilaisia tapoja, joilla kiintymystä osoitetaan kumppanille parisuhteessa. Tässä tutkimuksessa kiintymystä osoittaviksi tavoiksi ymmärretään kaikki ne sanalliset ilmaukset ja sanattomat eleet, joilla pyritään viestimään omista rakkauden tunteista kumppanille. Tutkimustulokset auttavat ymmärtämään paremmin ilmiön monipuolisuutta naisten ja miesten näkökulmasta, ja voivat olla osaltaan rikkomassa vääränlaisia stereotyyppioita liittyen suomalaisen miehen tunteiden ilmaisuun.

### 5.2.1 Miesten ja naisten verbaaliset kiintymyksen osoitukset

Verbaalinen kiintymyksen osoitus näyttäytyi hyvin samanlaisena sukupuolten välillä. Suurin osa miehistä eli 16 vastaajaa ajatteli kiintymyksen osoittamisen helpoksi, ja naisista samaa ajatteli 17 vastaajaa. Vastauksissa neljä miestä koki sanallisen kiintymyksen osoittamisen eleitä vaikeammaksi, ja naisistakin vain kolme puhui asiasta vaikeana tai haastavana. Sen lisäksi, että suurin osa kaikista vastaajista ajatteli verbaalisen kiintymyksen osoittamisen olevan helppoa, toistuivat tuloksissa myös samanlaiset tavat osoittaa sitä. Miehet ja naiset osoittivat verbaalista kiintymystä erityisesti hellittelynimien kautta. Hellittelynimien käytössä toistuivat samankaltaiset nimitykset läpi tulosten. Näitä olivat esimerkiksi *kulta*, *muru* ja *rakas*. Lisäksi naiset puhuivat kumppaneistaan nimillä *beibi*, *ihanus*, *mussukka* ja *komistus*. Toisin sanoen naiset puhuivat kumppaneista laajemmin erityyppisillä nimillä, mutta kaiken kaikkiaan määrällisesti nimien käytössä ei ollut merkittäviä eroja:

”Minulla on paljon kumppanini kanssa keksittyjä hellyttely nimiä, joita on esim. väännetty toistemme nimistä tai muista rakkauteen liittyvistä sanoista. Mutta myös käytän paljon sanoja rakas, kulta, ihana, kaunis ja seksikäs.” 57M, 27.

”Käytän hellittelynimiä: kulta, rakas ja lempinimiä.” 59N, 19.

Hellittelynimien lisäksi toistuvana teemana nousi suorat rakkaudenosoitukset. Sekä miehet että naiset käsittivät suorat rakkaudenosoitukset tärkeiksi, ja tulosten mukaan kumppanille kerrotaan jopa päivittäin kuinka ihana, rakas tai tärkeä toinen on. Miehistä noin puolet puhui rakkaudenosoituksista, kun taas naisista suurin osa kolmea vastausta lukuun ottamatta puhui kyseisestä asiasta. Kuitenkin näissäkin vastauksissa kumppanista puhuttiin tärkeänä tai rakkaana. Lisäksi kehujen ja kannustamisen merkitys näkyi molempien sukupuolten tuloksissa. Tähän sisältyi niin ulkonäön

kehuminen kuin yleinen kehuminen. Verbaalinen kiintymyksen osoitus ilmeni myös kunnioituksena, arvostuksena ja kiitollisuutena. Miesten vastauksissa tämä nousi esiin vain kahdessa vastauksessa, kun taas naisilla kyseisistä teemoista puhuttiin kahdeksassa vastauksessa. Naiset myös korostivat ystävällistä puhetta ja kumppanin hyvien puolien esiin tuomista. Toisaalta etenkin naiset tunnustivat omassa kiintymyksen osoittamisessaan tähän teemaan liittyviä puutteita ja kokivat, että toisen kehuminen on jäänyt arjen keskellä vähäiseksi:

”- - Pysin aika-ajoin puhumaan ääneen niitä asioita, joita hänessä arvostan. Kerron hänelle rakastavani häntä. Helppoa, mutta toisinaan minun pitää muistuttaa itseäni puhumaan ääneen positiiviset ajatukseni hänestä.” 36N, 31.

”- - Arjessa unohtuu, joskus huomaa helpommin negatiivisia asioita ja sanoo niistä. Enemmän pitäisi antaa hyvää palautetta ja sanallisesti kertoa tykkäämisestä ja rakkaudesta.” 16N, 43.

Miesten ja naisten osalta verbaalinen kiintymyksen ilmaisu näkyi myös keskustelemisena kumppanin kanssa. Tähän sisältyi keskustelun käyminen toista kiinnostavista aiheista sekä omista tunteista puhuminen. Keskustelu kumppaneiden välillä nähtiin samalla tavalla henkisen tuen antamisena kuin kumppanin kuunteleminenkin. Toisaalta syvälinen keskustelu ymmärrettiin jopa muuta verbaalista kiintymyksen osoittamista tärkeämpänä.

## **5.2.2 Miesten ja naisten nonverbaaliset kiintymyksen osoitukset**

Miesten ja naisten tavat näyttää kiintymystä nonverbaalisin keinoin olivat verbaalisten tavoin hyvin samankaltaisia keskenään. Tuloksista ilmeni vain muutama keino kiintymyksen osoittamiseen, jotka toistuivat joko miehillä tai vain naisilla. Kaiken kaikkiaan tuloksista nousi kahdeksan erilaista tapaa osoittaa kiintymystä nonverbaalisesti, jotka toistuivat sekä miesten että naisten vastauksissa. Näitä olivat halaaminen, pussaaminen, kosketus, seksi, katse, toisen huomiointi, läsnäolo sekä palvelevat teot. Toisaalta monet edellä mainituista menevät myös toistensa kanssa limittäin. Kyselyyn vastanneet miehet ja naiset osoittivat kiintymystä kaikkein yleisimmin halaamalla, koskettamalla tai fyysisellä läheisyydellä. Nämä teemat toistuivat jokaisessa vastauksessa. Seksuaalisiin eleisiin ja seksiin viittasivat yhteensä neljä vastaajaa, eikä sukupuolten välillä ollut havaittavissa tässä asiassa merkittäviä eroja. Miehet kuitenkin kuvailivat erilaisia koskettamistapoja kovin niukasti naisiin verrattuna, joiden vastauksista löytyi runsaammin erilaisia tapoja koskettaa:

”Halaan, painaudun viereen, silittelen, kutitan niskasta, jos kuljen ohi, suukottelen, pidän kädestä, katson ja hymyilen hellästi, painan poskeni kumppanini poskea vasten, hieron kumppanini niskaa ja hartioita, ja jos väsyttää, painan pääni kumppanin syliin ja lepäilen siinä.” 27N, 23.

Miehet käyttivät joko sanoja kosketus, silittäminen tai hipsutus, kun taas naisten vastauksista koskettamiseksi lukeutui niiden lisäksi myös kädestä kiinni pitäminen, hierominen, kutittelu, paijaaminen ja kainaloon tai lähelle meneminen. Kaiken kaikkiaan naiset myös aktiivisemmin kertoivat silittävänsä puolisoaan. Naisista 14 vastaajaa kertoi silittävänsä kumppaniaan, kun miehistä kolme viittasivat samaan. Naiset myös osoittivat tulosten mukaan kiintymystä aktiivisemmin kosketuksen kautta ja olivat hieman aktiivisempia halailijoita kuin miehet, mutta erot miesten ja naisten välillä eivät olleet tässä kohtaa merkittäviä. Lisäksi noin kolmannes kaikista vastaajista koki kertovansa kumppanille kiintymyksestään erilaisin palvelevin teoin:

”Tiiän et mun mies haluaa kahvia töitten jälkee, kun tulee kotia. Niin mä voin sen valmiiks ladata, voi sit vaan nappaa sen päälle, kun toinen tulee.” 2N, 24.

”Osoitan kiintymystä esim. halaamalla yms. ja kertomalla kiintymyksestä. Joskus harvinaisemmin myös romanttisilla yllätyksillä.” 56M, 28.

Kiintymystä osoittaviksi palveleviksi teoiksi koettiin kaiken kaikkiaan siivoaminen, ruuan tekeminen, kahvin keittäminen, toisen auttaminen, toiselle lahjojen ostaminen, kaupassa käyminen, osallistuminen toiselle mieluisaan tekemiseen ja yllätykset. Miesten kohdalla erityisesti toisen auttaminen arjessa oli toistuva teema. Naisten vastauksissa puolestaan toistui paljon esimerkiksi kahvin keittäminen ja ruoan laittaminen.

Pussaaminen lukeutui myös yleisimpiin tapoihin osoittaa kumppanilleen rakastavansa. Kuitenkin naisten osalta tämä tuli esiin 21 kertaa, kun taas miesten vastauksissa samaan viitattiin 12 kertaa. Miehet ja naiset kertoivat osoittavansa kiintymystä vähemmän katseilla ja ilmeillä. Kuitenkin reilu kymmenes miehistä kertoi antavan kumppanilleen rakkautta osoittavia katseita ja hymyjä. Vajaa kolmannes naisvastaajista kertoi samasta asiasta. Myös läsnäolo ja toisen huomiointi koettiin kiintymystä ilmaisevaksi eleeksi. Sukupuolten välillä ei ollut merkittäviä eroja, vaan reilu kymmenes kaikista vastaajista kertoi olevansa läsnä:

”Osoitan kiintymystä ottamalla aikaa hänen kanssaan, keskustelemalla.” 36N, 31.

”Kuuntelen kun hän kertoo päivästään, ohimennen annan halauksen ja ehkä pusun, otan hänet kainaloon, pidän häntä hyvänä, silittelen seksuaalisesti, olen selkeästi ja oikeasti kiinnostunut hänen elämästään ja osoitan siihen mielenkiintoa.” 57M, 27.

Miesten osalta kiintymyksen osoitukseksi ymmärrettiin myös kuunteleminen. Kuuntelemiseen liitettiin erityisesti henkisen tuen antaminen, mutta myös toisen huomiointi ja läsnäolo. Naisten vastauksissa kuuntelemisen näkökulmaa ei tullut ollenkaan esille, vaan naiset puolestaan kertoivat osoittavan kiintymystä keskustellen kumppanin kanssa ja puhuvansa kauniiseen ja kunnioittavaan sävyyn.

### 5.2.3 Kiintymyksen osoittamisen vaihtelu parisuhteen eri vaiheissa

Huomattavaa tuloksissa oli kiintymyksen osoittamiseen liittyvien tapojen vaihtelu parisuhteen kehittyessä. Suurin osa tutkimukseen osallistuneista henkilöistä koki, että kiintymyksen osoittaminen on joko vähentynyt, syventynyt, helpottunut, muuttunut eri vaiheissa tai arkistunut. Vain yhteensä kuudella vastaajalla ei ollut vastaavia kokemuksia. Kolmasosa vastaajista koki, että heidän tapansa osoittaa kiintymystä ovat vähentyneet ajan kuluessa. Tämä ilmeni tasaisesti sekä miesten että naisten vastauksissa:

”Olemme olleet yhdessä kovin lyhyen aikaa, mutta totta kai ensimmäiset viikot olivat erityisen intensiivisiä kiintymyksen osoittamisessa. Tunne oli vahvasti läsnä jokaisessa eleessä, nyt suhteen ”tavallistuttua”, tunteen palo voi olla pienemmässä roolissa, mutta toisen arvostus syvempää yhteisten kokemusten myötä.” 36N, 31.

Ilmiöön oli tulosten mukaan vaikuttanut erityisesti se, että alussa kiintymystä osoitettiin kovin intensiivisesti alkuhuuman takia. Myös lasten saamisen koettiin vaikuttavan siihen, kuinka aktiivisesti kiintymystä osoitetaan kumppanille. Toisaalta yhtä moni nainen kertoi kiintymyksen osoittamisen syventyneen parisuhteen edetessä. Kolmasosa naisista oli kokenut saman, kun taas miehistä kuudesosa kertoi vastaavasta ilmiöstä. Tulosten mukaan kiintymyksen osoittamisen vähentyminen ei siis sulje pois kiintymyksen syventymistä suhteessa, ja rakkauden syventymisen kannalta merkityksellistä ei ole kiintymysten osoitusten määrä, vaan enemmänkin yhdessä jaetut merkitykset. Tunteiden näyttämisen tavat olivatkin saaneet uusia muotoja ja merkityksiä parisuhteen edetessä. Kun tietyt tavat olivat jääneet vähemmälle, muita tapoja oli alettu käyttämään enemmän. Yhdeksän kymmenestä vastaajasta kertoi kiintymyksen osoittamisen tapojen vaihdelleen eri vaiheissa. Tämä näkyi sekä miesten että naisten vastauksissa:

”Aluksi harrastimme seksiä useasti päivässä, parisuhteen kehittymisen myötä seksi jäi ja keskustelut lisääntyivät.” 37M, 26.

” Nykyään kiintymyksen osoittaminen toisen kunnioittamisen ja avoimuuden kautta on lisääntynyt entisestään.” 24N, 22.

” Nykyään osoitan kiintymystä vielä enemmän kuin ennen. Nykyään se on enemmän sitä, että kannustan kumppania hänen tekemisissään ja tuen häntä syvällisemmin. Ennen se oli pinnallisempaa kehumista” 48M, 21.

Reilu neljäsosa tutkimukseen osallistuneista naisista myös ajatteli, että kiintymyksen osoittaminen on ajan myötä tullut arkisemmaksi. Miehistä vain kymmenesosa kertoi samasta. Ilmiötä kuvailtiin kuitenkin hyvin samaan sävyyn sekä miesten että naisten osalta. Kiintymyksen osoittaminen koettiin tulleen rutiininomaisemmaksi ja tasaisemmaksi suhteen tullessa tasapainoisemmaksi. Toisaalta vajaa kymmenesosa tutkimukseen osallistuneista miehistä ja naisista puhui kiintymyksen osoittamisen helpottuneen parisuhteen edetessä. Omien tunteiden näyttäminen koettiin näissä tilanteissa alussa pelottavaksi ja vieraaksi. Epävarmuus niin itsestä kuin toisen tunteista saattoi tehdä omien tunteiden ilmaisusta haastavaa. Kun kumppania oppi tuntemaan paremmin, myös kiintymyksen ilmaisussa tultiin rohkeammaksi. Ajan kanssa kumppanit olivat myös avautuneet toisilleen enemmän, mikä edelleen rohkaisi vapaampaan kiintymyksen ilmaisuun. Vastauksia yhdistää ajatus siitä, että vapaaseen ja rohkeaan kiintymyksen ilmaisuun on täytynyt oppia, ja tämä prosessi on voinut viedä aikaa:

”Teininä oli hankalaa osoittaa kiintymystä, olin hyvin emotionaalisesti sulkeutunut murrosiän jäljiltä. Nyt olen avautunut vuosi vuodelta enemmän ja uskallan näyttää tunteeni.” 44M, 23.

Kaiken kaikkiaan vastaajat käsittivät taitonsa osoittaa kiintymystä suurimmalta osin hyviksi. Miehet kokivat naisia enemmän puutteita tällä osa-alueella, ja kymmenesosa miehistä kertoikin taitonsa osoittaa kiintymystä olevan kohtalaiset. Yksi mies koki taitonsa tällä alueella vähäisiksi. Naisista kuudesosa kertoi taitonsa osoittaa kiintymystä olevan kohtalaiset, eikä kukaan nainen kokenut taitojaan vähäisiksi. Kuitenkin etenkin naisten vastauksista ilmeni, että kiintymyksen osoittaminen on vaikeampaa haastavina aikoina. Miehistä vain kaksi kuvaili tämän tyyppistä ilmiötä, kun naisista reilu neljäsosa kertoi vastaavaa. Haastavaksi kiintymyksen ilmaisua tekee naisten mukaan vaikeammat ajat, joita voivat aiheuttaa muun muassa kiire, stressi, riidat, vähäinen aika yhdessä, omat itsenäistymisen vaiheet sekä lasten saaminen. Miesten vastauksissa ei tullut esille samanlaista kuvailua. Sekä miesten että naisten vastauksissa kuitenkin yhdistyy kokemus siitä, että vaikeat vaiheet ovat olleet ohimeneviä:

”Välillä on ollut suoraan sanoen hiljaisempaa mutta uudestaan on aina löydetty toisemme.” 56M, 28.

”Alkuhuumassa on enemmänkin kiinni toisessa ihmisessä, itsenäistymisvaiheessa tarvinnut enemmän omaa tilaa ja uskaltanut myös kyseenalaistaa asioita, jotka ovat haastavia parisuhteessa. Nyt koen, että

on hyvä vaihe meneillään eli tarpeeksi omia juttuja sekä yhteistä tekemistä. Koen, että olemme kasvaneet tiimiksi näiden vuosien aikana.” 41N, 24.

Erilaisten vaiheiden ja haastavien aikojen läpikäynti, jolloin kiintymystä on osoitettu vähemmän, ei siis kaikkien suhteiden kannalta ole ollut huono asia. Tällaisten aikojen on voitu kokea vahvistavan suhdetta ja antavan tilaa omalle kasvulle. Toisin sanoen kiintymyksen osoittamisessa tulee lähes jokaisessa suhteessa erilaisia vaiheita vastaan, mutta vaiheet on mahdollista kääntää kumppanien yhteyden vahvistamiseksi.

## 6. Pohdinta

### 6.1 Kiintymyksen osoittamisen eri merkitykset

Tutkimuksessa tarkasteltiin, millaisia käsityksiä miehillä ja naisilla on kiintymyksen osoittamisesta. Kiintymyksen ilmaisujen koettiin vastaavan ihmisen perustarpeeseen. Tulosten mukaan sekä miehet että naiset ymmärtävät kiintymyksen ilmaisut viestinä rakkaudesta ja välittämisestä. Tätä käsitystä tukee myös kiintymyksen määritelmä, minkä mukaan kiintymys on voimakas ja miellyttävä tunne jotakuta kohtaan (Floyd & Morman 1998). Englanninkielinen sana kiintymykselle, *affection*, myös kääntyy tarkoittamaan rakkautta ja hellyyttä. Rakkauden ja välittämisen kokeminen onkin yksi ihmisen perustarpeista, ja affektiivisen vaihdannan teorian mukaan edellytys ihmiselämän jatkumiselle (Floyd ym. 2008, 286). Onkin siis tärkeää, että rakkauden tarve todella tulee täytetyksi.

Edelleen tuloksissa oli nähtävillä, että kiintymyksen osoittaminen on parisuhteen osana keskeinen ja korvaamaton. Sekä miehet että naiset pitivät kiintymyksen osoittamista parisuhteessa hyvin tärkeällä paikalla. Sen nähtiin olevan parisuhteen perusta, elinehto sekä ylläpitäjä. Tässä ei ollut eroavaisuuksia sukupuolten välillä, minkä vahvistavat myös Floyd (1997) ja McGeorge ym. (2003). Miesten on nähty keskittyvän itsenäisyyden säilyttämiseen naisia enemmän (Tannen 1990, 111–112), mutta kuitenkin läheisten suhteiden kontekstissa sekä miehet että naiset pitävät yhteyttä suurella arvolla (Floyd 1997). Aiemmat tutkimukset myös todistavat, että miehet ja naiset arvostavat parisuhteessa hyvin samankaltaisia asioita (McGeorge ym. 2003). Affektiivisen vaihdannan teoria myös tukee tätä tutkimustulosta, sillä kiintymyksen osoittamisen nähdään teorian valossa auttavan parisuhteen ylläpitämisessä (Horan 2010, 401).

Sen lisäksi, että kiintymyksen osoittamisen koettiin vastaavan perustarpeisiin ja olevan parisuhteen osana korvaamaton, tuovat kiintymystä osoittavat sanat ja eleet suhteeseen jotain muutakin hyvää. Tutkimukseen osallistuneiden miesten osalta kiintymyksen osoittamisen kerrottiin tuntuvan hyvältä. Naiset puolestaan sanoittivat kokemuksiaan yksityiskohtaisemmin ja kertoivat kiintymyksen viestivän kunnioittamisesta, arvostuksesta ja sitoutumisesta. On mielenkiintoista pohtia, osasivatko aineiston naispuoliset henkilöt sanoittaa ajatuksiaan yksityiskohtaisemmin, vai liittävätkö he kiintymyksen ilmauksille enemmän merkityksiä. Joka tapauksessa näyttäisi siltä, että kiintymyksen osoittaminen edistää suhteen laatua ja kumppaneiden hyvinvointia suhteessa.

Horan (2010) on tutkinut kollegansa kanssa kiintymyksen osoittamisen vaikutuksia parisuhteessa ja löytänyt sen liittyvän siihen, kuinka sitoutuneita ja tyytyväisiä kumppanit ovat. Horanin työ vahvistaa tämän tutkimuksen tuloksia siitä, että kiintymyksen osoittaminen kertoo sitoutumisesta. Myös affektiivisen vaihdannan teorian näkökulmasta kiintymyksen osoittaminen on tärkeä resurssi suhteessa. Kumppanin osoittaessa aktiivisesti kiintymystä, toinen osapuoli voi tulkita hänen panostavan suhteeseen, ja siten olevan myös sitoutuneempi. (Horan & Booth-Butterfield 2010, 400–401.) Miehet ja naiset käsittivät kiintymyksen ilmaisun ikään kuin mittarina, josta oli luettavissa niin toisen tunteita, mielialoja kuin suhteenkin tilannetta. Tämän vahvistaa myös Horan (2010, 408) tutkimuksessaan, jonka mukaan epäaktiivisuus kiintymyksen osoittamisessa voi viestiä tyytymättömyydestä, ja vain vähäisten kiintymystä ilmaisevien viestien vastaanottaminen voi kertoa kumppanin heikosta sitoutumisesta. Tässä tutkimuksessa vastaajat kertoivat vähäisen aktiivisuuden kiintymyksen osoittamisessa olevan usein yhteydessä riitatilanteisiin.

## **6.2 Keskustelut kiintymyksen osoittamisesta parisuhteessa**

Tarve kiintymyksen osoittamiselle ja vastaanottamiselle koettiin tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden parisuhteissa voimakkaasti. Tarpeen jäädessä täyttymättä asia otettiinkin puheeksi monissa parisuhteissa. Keskustelua käytiin kumppanin kanssa siitä, minkälaista kiintymyksen osoittamista toivottiin saavan. Toisaalta suhteissa oli keskusteltu myös siitä, miten parhaalla tavalla voisi täyttää kumppaninsa toiveet ja tarpeet. Tuloksista ilmeni, että kumppaneille on tärkeää osata vastata kumppanin tarpeisiin ja toiveisiin. Keskusteluilla oli merkittävä rooli välineenä, joiden avulla kumppanit pystyivät sekä tulemaan tietoiseksi toisen tarpeista että jakamaan omia tarpeitaan. Aiheesta käytyjen keskustelujen yleisyys voi kertoa siitä, että yksilöllä on parisuhteessa voimakas



halu kokea olevan merkityksellinen toiselle, jolloin kumppanilta halutaan vastaanottaa tietynlaisia kiintymystä ilmaisevia eleitä. Toisaalta myös halu täyttää kumppanin tarpeet voi heijastaa kaipausta olla hyvä ja tärkeä kumppani.

Affektiivisen vaihdannan teoria auttaa hyvin ymmärtämään ja täydentämään tätä tulosta. Teorian mukaan yksilöllisten tarpeiden jäädessä täyttymättä, kokee yksilö sen epämiellyttäväksi, jopa luotaantyöntäväksi (Floyd ym. 2008, 287). Onkin siis tarpeellista ja ihanteellista, että kumppanit jakavat toisilleen yksilöllisiä toiveitaan ja pyrkivät myös käyttäytymään niin, että vastaavat kumppaninsa tarpeisiin. Affektiivisen vaihdannan teorian valossa tarkasteltuna se on edellytyksenä suhteen ylläpysymiseen.

Virtanen (2018) kutsuu tunnepuheeksi puhetta, joka sisältää sanallistettuja toiveita, tarpeita, havaintoja ja tulkintoja. Hän erottaa pelkän tunnereaktion tunteen ilmaisusta. (Virtanen 2018, 250.) Kuitenkin affektiivisen vaihdannan teorian valossa nimenomaan tunteen ilmaisu on merkityksellistä suhteen hyvinvoinnin kannalta ja näkeekin viestinnällisten erojen johtuvan yksilöiden erilaisista toleransseista liittyen kiintymyksen ilmaisuun ja vastaanottamiseen. (Floyd ym. 2008, 287.) Teoriat täydentävät tässä tutkimuksessa nousseita tuloksia, joiden mukaan tunnepuhe auttaa ymmärtämään yksilöiden eriäviä toimintamalleja kiintymyksen ilmaisuun.

Tulokset myös paljastivat jotain kiintymyksen osoittamisesta viestinnällisenä ilmiönä. Tutkimukseen osallistuneiden parisuhteissa oli nähtävillä paljon rutiininomaisia piirteitä. Kiintymyksen ilmaisussa toistuivat samanlaiset tavat, mutta niitä käytettiin usein. Niitä jopa tarvittiin päivittäin. Samoihin tapoihin, sanoihin ja eleisiin ei kyllästytty, vaan niitä saatettiin jopa odottaakin. Kiintymyksen osoittaminen näyttäisi olevan kuin rutiini, joka puuttuessaan herättää kysymään, onko kaikki hyvin. Aineistossa naiset sanoittivat toiveitaan tarkemmin kuin miehet. Aineistosta tuli esille, että naiset kaipaavat sekä fyysistä että sanallista kiintymyksen ilmaisua: pusuja, halauksia sekä sanoja tarvittiin jopa päivittäin.

Floydin (1997) mukaan kiintymyksen osoittaminen on yhtä tärkeää niin naisille kuin miehillekin, mutta aineistossa miehet eivät kuitenkaan naisten tapaan sanallistaneet omia toiveitaan. Voikin pohtia, ovatko tutkimukseen osallistuneet naiset pohtineet omia toiveitaan miehiä enemmän, vai tietävätkö he kenties tarkemmin omat halunsa. Tannenin (1990, 111–112) mukaan yleisesti suurin osa naisista kokee keskustelut mahdollisuuksina edistää yhteyttä, kun taas miesten on nähty keskittyvän enemmän oman statuksen ja itsenäisyyden säilyttämiseen. Kuitenkin tässä tutkimuksessa

tulokset puhuvat sen puolesta, että myös miehet ovat halukkaita keskustelemaan kumppaninsa kanssa toiveenaan rakentaa yhteyttä ja ymmärrystä. Suurin osa miehistä kertoi keskustelewansa kumppaninsa kanssa kiintymyksen osoittamisesta, omista toiveistaan ja olevan halukkaita vastaamaan kumppaninsa tarpeisiin tällä osa-alueella.

Tuloksista on myös nähtävillä, että miesten ja naisten tarpeiden täytyminen ja kiintymyksen osoittamisen tasapuolisuus vaikuttaa parisuhteeseen myönteisesti. Sen muun muassa koettiin ehkäisevän riitoja ja edistävän kumppanien varmuutta toisen tunteista. Kun kiintymystä osoitettiin tasapuolisesti, vastaajat kokivat suhteensa olevan onnellinen ja tasavertainen. Myös affektiivisen vaihdannan teorian mukaan kiintymyksen vastaanottaminen edistää tyytyväisyyttä suhteessa ja parantaa kumppanien välistä sidettä (Horan & Booth-Butterfiel 2010). Toisaalta reilu kymmenes vastaajista koki, että tasapuolisuudella ei juurikaan ollut merkitystä suhteen laatuun, vaan kumppanit jakoivat yhteisymmärryksen ja tiesivät olevansa toisille tärkeitä riippumatta kiintymyksen osoittamisen määrästä. Affektiivisen vaihdannan teorian painottaessa kiintymyksen osoittamisen kriittistä roolia suhteessa, on pohdittava myös muita tekijöitä, jotka ylläpitävät suhdetta ja edistävät sitoutumista. Suhteen hyvinvointiin voi vaikuttaa kiintymyksen osoittamisen määrää enemmän esimerkiksi avoin keskusteluyhteys ja toisen perusteellinen tunteminen.

### **6.3 Miesten ja naisten erot kiintymyksen osoittamisessa**

Yleisesti miehet kokivat enemmän puutteita kiintymyksen osoittamisen taidoissa, kun taas suurempi osa naisista koki taitonsa olevan hyvät. Tätä tulosta voidaan selittää esimerkiksi konstruktivistisesta lähtökohdasta, mikä pyrkii selittämään yksilöiden välisiä eroja viestintäkäyttäytymisessä. Konstruktivistisen viestintäkäsityksen mukaan ihmisillä on keskenään erilaiset rakenteet tai skeemat, ja näillä kognitiivisilla eroilla on olennaisia vaikutuksia sosiaaliseen havaintokykyymme, viestin tuottamiseen ja taitoon vastaanottaa niitä. Niinpä toiset ihmiset ovat parempia viestimään kuin toiset, ja siihen vaikuttaa muun muassa omat kokemuksemme, mielialamme ja asenteemme. (Burleson & Rack 2008, 52–54.)

Toisaalta myös lapsuuden kokemuksilla ja saadulla kasvatuksella voi olla vaikutusta kiintymyksen osoittamisessa ilmeneviin eroihin. Floydin (1997) mukaan lapsuudessa usein tyttölapsille osoitetaan poikia enemmän hellyyttä. Tällöin naiset omaksuvat todennäköisemmin interpersoonalliset suhteensa

paikoiksi osoittaa kiintymystä. (Floyd 1997, 70.) Myös tässä aineistossa miehet kokivat kiintymyksen ilmaisuun liittyvien erojen liittyvän yksilöllisiin luonteenpiirteisiin, mutta myös lapsuudessa saatuun kasvatukseen. Kiintymyksen osoittamiseen liittyvistä eroista oltiin siis hyvin tietoisia parisuhteiden sisällä, sillä myös naiset puhuivat kumppanien välisistä eroavaisuuksista liittyen kosketukseen, sanoihin ja palveleviin tekoihin.

Eroiin voi osaltaan myös vaikuttaa maskuliininen ihanne ja käsitys miehestä, joka ei ”osaa” puhua tunteistaan. Kulttuuristen ja sosiaalisten rakenteiden luomat stereotypiat antavat vaikutelman siitä, että tunteiden ilmaisu ja niistä viestiminen on hyvin pitkälle biologisten tekijöiden summa. (Virtanen 2018, 251.) Myös affektiivisen vaihdannan teoria vahvistaa yksilöllisten ja biologisten ominaisuuksien vaikutuksen kiintymyksen osoittamiseen. Teorian näkökulmasta yksilön viestinnässä vaikuttavina tekijöinä nähdään olevan sukupuoliroolit ja ympäristön normit, mutta myös biologia ja evoluutio. Lisäksi teoria väittää, että ihmisillä on yksilöllinen toleranssi kiintymyksen osoittamiselle ja vastaanottamiselle. (Floyd ym. 2008, 287.)

Kuitenkin aineistossa suuri osa miehistä koki taitonsa hyväksi kiintymyksen osoittamisesta puhuttaessa. Tulosten mukaan miehet keskustelevat tunteistaan, ilmaisevat kiintymystä monipuolisesti ja kokevat sen tärkeäksi. Myös Virtanen (2018, 251) puhuu sen puolesta, että miehet kyllä keskustelevat tunteistaan, mutta eivät yhtä aktiivisesti kuin naiset. Virtanen lisäksi Burlesonin (2003, 12) tutkimuksessa tulee ilmi kulttuuriset ennako-oletukset, joissa miesten nähdään enemmän välttelevän tunteista puhumista. Kuitenkin myös Burleson todentaa, että molemmat sukupuolet priorisoivat tunteiden ilmaisuun, ja tunnetaidot koetaan parisuhteen kannalta tärkeäksi.

## **6.4 Kiintymyksen osoittamistavat**

Tuloksista nousi esiin kahdeksan erilaista tapaa osoittaa kiintymystä: halaaminen, pussaaminen, kosketus, seksi, katse, toisen huomiointi, läsnäolo sekä palvelevat teot. Kaikkein yleisimmin kyselyyn vastanneet miehet ja naiset osoittavat kiintymystä halaamalla, koskettamalla tai fyysisellä läheisyydellä. Myös Shaverin ym. (1987) laatimasta rakkauden prototyypistä löytyy rakkauden tunteeseen liittyvä kirjo: hellyys, intohimo, halu sekä kaipaus. Nonverbaalisesti kiintymys ilmenee Shaverin mukaan fyysisenä läheisyytenä, halaamisena, kosketuksena, silittämisenä mutta myös hellittelynä ja katsekontaktina, mitkä myös tässä tutkimuksessa tulivat ilmi. (Shaver ym. 1987, 1075–1076.) Vaikka koskettamisen oli yksi toistuvista teemoista, miehet kuvailivat erilaisia

koskettamistapoja hyvin niukasti, kun taas naisten vastauksissa kosketukseen liittyviä tapoja nimettiin runsaammin. Floyd (1997, 76–77) vahvistaa tämän myös omassa tutkimuksessaan, jossa naisilla ilmeni enemmän tapoja osoittaa kiintymystä miehiin verrattuna. Toisaalta aineistossa ei tapojen välillä ollut kaiken kaikkiaan merkittävää eroa, vaikka naiset osasivat sanoittaa samankaltaisia ilmiöitä miehiä enemmän.

Nonverbaalisista tavoista toistuivat erilaiset palvelevat teot arjessa. Tällaisiksi teoiksi koettiin esimerkiksi siivoaminen, ruoan laittaminen, kahvin keittäminen, toisen auttaminen, lahjojen ostaminen ja erilaiset yllätykset. Miesten kohdalla erityisesti toisen auttaminen arjessa oli toistuva tapa, kun taas naisten vastauksissa toistui ruoan laittaminen, kahvin keittäminen ja yllätykset. Arkiset teot eivät Shaverin ym. (1987, 1075–1076) prototyypissä olleet mukana, eikä muissakaan tutkimuksissa tämän tyyppistä kiintymyksen osoittamista tullut ilmi. Myöskään läsnäolon merkityksestä ei puhuttu aiemmissa tutkimuksissa, kun taas tässä aineistossa läsnäolo, pussaaminen, katse ja hymy lukeutuivat yleisimpiin tapoihin osoittaa kiintymystä kumppanille. Miesten osalta kiintymyksen osoitukseksi ymmärrettiin lisäksi kuunteleminen, mikä toistuu myös Wegerin ym. (2014), Doohan (2007) ja Kuhnin ym. (2018) tutkimuksissa. Heidän mukaansa kiintymyksen osoitus lisää kumppanien välistä ymmärrystä ja tyytyväisyyttä, mikä on etenkin parisuhteen hyvinvoinnin kannalta merkittävää.

Verbaalisesti miehet ja naiset osoittivat kiintymystä erityisesti hellittelynimien kautta. Aineistossa toistuivat esimerkiksi *kulta*, *muru* ja *rakas*, mutta myös erilaiset lempinimet koettiin tärkeiksi. Tuloksissa suorat rakkaudenosoitukset kuuluivat molemmille sukupuolille, vaikka määrällisesti naiset puhuivat tästä enemmän. Floydin (1997, 69) mukaan naiset arvostavat miehiä enemmän avointa kiintymyksen ilmaisua kuten: ”Minä rakastan sinua”. Myös Shaverin ym. (1987, 1075–1076) määritelmässä verbaalinen rakkauden tunne tulee esille sanallisena rakkaudenosoituksena toista kohtaan, mikä osaltaan tukee myös tässä tutkimuksessa saatuja tuloksia. Uusina tuloksina nousi lisäksi kunnioitus, arvostus, kiitollisuus ja keskustelu, joita ei muista tutkimuksista käynyt ilmi.

## 6.5 Kiintymyksen osoittamisen vaihtelut

Affektiivisen vaihdannan teoria näkee kiintymyksen osoittamisen parisuhteessa olevan niin ratkaisevan tärkeää, että olettaa vähäistä aktiivisuutta tällä osa-alueella vastaanottavan kumppanin todennäköisemmin vaihtavan kumppania kohdatessaan toisen, joka osoittaa kiintymystä enemmän.

Vastavuoroisesti aktiivisen kiintymyksen osoittajan kumppani todennäköisemmin näkee muut mahdolliset vaihtoehdot huonompina. (Horan ym. 2010, 399.) Kuitenkin tässä tutkimuksessa nousi esiin, että kiintymyksen osoittamisen aktiivisuus vaihtelee parisuhteen ja yksilön vaiheista riippuen. Kiintymyksen osoittamisen ajoittainen vähyys ei kuitenkaan ollut tutkittavien henkilöiden parisuhteissa rikkova tekijä, vaan jopa suhteita vahvistava elementti. Kyselyyn osallistuneet henkilöt kertoivat, että kiintymyksen osoittamisen vaihtelu on usein liittynyt vaikeampiin ajanjaksoihin, mutta niistä on päästy yli. Kiintymyksen osoittamisella ja sitoutumisella on yhteys toisiinsa (Horan ym. 2010), mutta on mielenkiintoista pohtia, voiko suhde ajoittain pysyä yllä myös pelkän sitoutumisen voimalla.

Suurin osa kyselyyn vastanneista naisista ja miehistä koki kiintymyskäyttäytymisen muuttuneen tai vaihdelleen parisuhteen alun jälkeen jollain tavalla. Kolmasosa kaikista vastaajista koki kiintymyksen osoittamisen vähentyneen. Aineiston mukaan tähän oli vaikuttanut arkistuminen, lapsien saaminen, stressi ja vaikeammat ajat. Toisaalta myös sama määrä aineiston naisista ajatteli kiintymyksen osoittamisen syventyneen alun jälkeen. Noin kolmasosa kaikista vastaajista koki kiintymyksen osoittamisen helpottuneen ajan myötä. Merkittävä tulos oli kuitenkin, että tutkimukseen osallistuneiden parisuhteissa kiintymyksen osoittamisen oli koettu saavan erilaisia vaiheita. Vaikka tutkimustuloksissa tuli esille, että kiintymyksen osoittamisella on rutiininomaisia piirteitä, ja siitä oli tullut vastaajille osa normaalia arkea, on kiintymyksen osoittaminen kuitenkin altis vaihtelulle. Aktiivisuus tällä osa-alueella näyttäisi olevan vahvasti sidoksissa elämän ja parisuhteen eri vaiheisiin.

Tätä tulosta auttaa selittämään konstruktivistinen näkemys, jonka mukaan viestintäkäyttäytymiseen vaikuttaa yksilön aiemmat kokemukset (Burlison & Rack 2008, 53). Näin ollen erilaisten vaiheiden läpi käyminen, henkilökohtainen kasvu ja uudet elämäkokemukset myös vaikuttavat siihen, miten henkilö viestii kiintymyksestään. Tuloksissa tuli esille, että elämän vaikeiden murrosvaiheiden läpi käyminen on vaikuttanut kielteisesti kiintymyksen osoittamisen aktiivisuuteen. Konstruktivismin mukaan yksilön viestintä on intentionaalista ja tavoitteisiin pyrkivää (emt., 56). Virtasen (2018, 250–251) mukaan konstruktivismi näkee myös tunteista viestimisen intentionaalisenä. Viestillä on siis jokin tavoite, kun yksilö päättää ilmaista tunteensa toiselle.

Voisi siis myös ajatella, että kiintymyksen osoittaminen on taito, jota voi oppia, ja jossa voi tulla paremmaksi. Aineistosta nousikin esiin, että kiintymyksen osoittaminen on helpottunut, kun kumppania on oppinut tuntemaan paremmin. Teorian ja tulosten pohjalta voisi ymmärtää, että suhteen kehittyessä yksilö on tullut varmemmaksi omista tunteistaan, jolloin myös tavoite ilmaista niitä on

selkeytynyt. Tällöin konstruktivistisen näkemyksen mukaan itse viesti on myös helpompi tuottaa. Kaiken kaikkiaan konstruktivistinen näkemys tukee hyvin näitä tuloksia ja auttaa ymmärtämään prosesseja, jotka voivat aiheuttaa muutoksia yksilön kiintymyskäyttäytymisessä.

## 6.6 Tutkimuksen arviointi

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, miten miehet ja naiset osoittavat kiintymystä parisuhteessaan. Aiheen valinta koettiin onnistuneeksi, sillä kiintymyksen osoittaminen on keskeistä parisuhteiden hyvinvoinnin kannalta, millä puolestaan on vaikutusta kumppanien elämänlaatuun (Roberson ym. 2018, 2180). Parisuhteista on paljon aiempaa tutkimusta (Roberson ym. 2018; Burleson 2003), mutta tässä tutkimuksessa onnistuttiin tuottamaan uutta tietoa tavoista ja käsityksistä liittyen kiintymyksen osoittamiseen miesten ja naisten näkökulmista. Tutkimuksen yhteiskunnallinen merkittävyys näkyy yleisissä asenteissa etenkin miesten tunteiden ilmaisua kohtaan, mitkä ovat näyttäneet verrattain kielteisinä. Kuitenkin tässä tutkimuksessa korostuu sekä miesten että naisten aktiivisuus kiintymyksen ilmaisun saralla. Tutkimusongelmaa lähestyttiin kysymällä, millaisia käsityksiä miehillä ja naisilla on kiintymyksen osoittamisesta ja millaisia tapoja miehillä ja naisilla on osoittaa kiintymystä. Tutkimuskysymykset edistivät tutkimuksen päämäärän saavuttamista, ja niiden kautta saatiinkin valideja tuloksia tutkimusongelman ymmärtämiseksi, millä tässä tarkoitetaan sitä, että tutkimuksessa on onnistuttu tutkimaan, sitä mitä on luvattu (Sarajärvi 2018, 120). Erilaiset käsitykset kiintymyksen osoituksesta ja tavat sen osoittamiseksi avasivat ilmiötä monipuolisesti, ja toivat ilmi myös eri sukupuolille tyypillisiä käyttäytymismalleja.

Tutkimus toteutettiin kyselyllä, johon osallistuminen oli anonymiä ja vapaaehtoista ja osallistujien henkilötietoja käsiteltiin niin, ettei niistä ole tunnistettavissa kenenkään henkilöllisyyttä. Kyselyn alussa oli selkeä teksti, joka kertoi, mihin käyttöön osallistujat antavat vastauksensa. Tutkimukseen osallistuminen ei aiheuttanut osallistujille henkilökohtaista haittaa, vaikka kysymykset koskivat intiimejä asioita, ja monelle kiintymyksen osoittaminen voi olla arka puheenaihe. Kuitenkin netissä toteutettu anonymi kysely mahdollisti turvallisen ympäristön vastaajille. Tämä tutkimusmenetelmä koettiin toimivaksi, ja se tuotti rehellisiä vastauksia. Toisaalta haastatteleamalla vastauksissa olisi voitu päästä syvemmälle. Kyselyn kysymykset olivat valideja, sillä aineistosta pystyttiin hyödyntämään suurinta osaa tutkimusongelman selvittämiseksi. Parisuhteista on tehty laajasti jo aiempaa tutkimusta (Roberson ym. 2018; Burleson 2003), mutta tässä tutkimuksessa onnistuttiin

kuitenkin tarjoamaan uutta tietoa kiintymyksen osoittamisen tavoista, sekä tärkeää ja ajantasaista ymmärrystä käsityksistä liittyen kiintymyksen ilmaisuun miesten ja naisten osalta. Tutkimustulokset saivat myös laajalti vahvistusta aiemmasta kirjallisuudesta, joten voidaan sanoa, että tutkimus on reliaabeli, eli tutkimustuloksilla on toisteisuutta (Tuomi & Sarajärvi 2018, 120). Toisin sanoen kahdella samanlaisella tutkimuksella olisi mahdollista saada toisiaan vastaavat tulokset (Hirsjärvi & Hurme 2008, 185).

Tutkimuksen reliabiliteettia tukee myös suhteellisen laaja aineisto, jonka ikäskala on 19–52. Tarkoituksena oli lähestyä tutkimusongelmaa niin miesten kuin naistenkin näkökulmasta. Tutkimuksen aineisto koostuu 30:stä naisen ja 30:stä miehen vastauksesta. Tasainen sukupuolijakauma tukee tutkimuksen validiteettia. Toisaalta suurin osa vastaajista oli 21–25-vuotiaita, ja vastaajien keski-ikä oli alle 25,8-vuotta. Tämän perusteella tulokset kertovat enemmän nimenomaan nuorten miesten ja naisten kiintymyksen osoittamisesta, kuin miehistä ja naisista yleisesti. On myös muistettava, että vastaajat ovat jokainen yksilöitä. Lisäksi aineiston laajuus oli rajallinen. Tuloksia ei voida siis yleistää koskemaan kaikkia miehiä ja naisia. Kuitenkin tuloksista oli huomattavissa toisteisuutta, ja tiettyjä sukupuolelle ominaisia piirteitä oli tämän vuoksi pääteltävissä.

Tutkimuksessa hyödynnettiin konstruktivismia (Burlison & Rack 2008; Burlison 2006) sekä affektiivisen vaihdannan teoriaa (Floyd ym. 2008; Floyd 2006b; Horan 2010). Teoriat olivat hyödyllisiä tutkimuksen näkökulman kannalta, ja selittivät sekä tukivat saatuja tutkimustuloksia tärkeistä näkökulmista käsin. Kuitenkin affektiivisen vaihdannan teoria on hyvin evolutiivinen teoria (Floyd ym. 2008), ja sen painotus saattoi hieman hankaloittaa sen soveltamista. Lisäksi konstruktivismi on yksilökeskeinen teoria (Burlison & Rack 2008), joten sen soveltuvuus suhdekeskeiseen viestinnän tutkimukseen on rajallinen. Kuitenkin teoriat tarjosivat hyödyllistä tietoa selittäen kiintymyksen osoittamisen merkitystä ja ilmiön yksilöllisyyttä.

Yhtenä tutkimuksen tavoitteena oli edistää yksilötason tietoisuutta erilaisista tavoista osoittaa kiintymystä, jolloin myös kumppanit voivat ymmärtää toisiaan paremmin tällä alueella. Tämän tavoitteen toteutumiseksi olisi ollut hyödyllistä saada parisuhteen molemmat osapuolet tutkimukseen mukaan, mikä olisi tarjonnut mahdollisuuden vertailla kumppanien vastauksia keskenään. Näin olisi saanut selville, ymmärretäänkö kiintymystä osoittavat eleet oikein, ja kuinka tehokasta parisuhteen viestintä on. Toisaalta tutkimus tuotti yhteiskunnallisesti tärkeää tietoa miesten tunteiden ilmaisusta, mikä on suomalaisissa yhteiskunnallisissa keskusteluissa näyttäytynyt hyvin kielteisessä sävyssä. Lisäksi tuloksia voi yhteiskuntatasolla hyödyntää myös parisuhdetyössä, sillä tulokset antoivat

ymmärrystä kiintymyksen osoittamisen merkittävydestä osana parisuhdetta, mutta toisaalta nosti esille myös muita parisuhteen toimivuuteen vaikuttavia tekijöitä.

## 6.7 Jatkotutkimusehdotukset

Tässä työssä syvennetään ymmärrystä miesten ja naisten käsityksistä liittyen kiintymyksen ilmaisuun parisuhteen kontekstissa. Tutkimustuloksista voidaan nähdä, millainen rooli kiintymyksen ilmaisulla on osana parisuhdeviestintää. Tutkimus antaa ymmärrystä kyseisen ilmiön tärkeydestä sekä miesten että naisten näkökulmasta, osoittaa aiheesta käytyjen keskustelujen ja kiintymyksen osoittamisen tasapuolisuuden vaikutuksia parisuhteeseen, ja tarjoaa ajankohtaista tietoa kiintymyksen osoittamisen erilaisista muodoista ja niiden vaihtelusta. Tässä tutkimuksessa onnistuttiin löytämään mielenkiintoisia tuloksia, ja olisikin tärkeää edelleen syventää tutkimustietoa aiheesta keskittyen niihin tuloksiin, joista ei aiemmassa kirjallisuudessa ole vielä näyttöä.

Yksi tämän tutkimuksen keskeisimmistä löydöksistä oli, että kiitollisuus, arvostus ja kunnioitus koettiin ilmaisevan kiintymystä parisuhteessa. Olisikin mielenkiintoista tutkia syvemmin kiitollisuuden, arvostuksen ja kunnioituksen yhteyttä kiintymyksen kokemiseen ja vastaanottamiseen. Millä tavalla parisuhteessa osoitettu kiitollisuus, arvostus ja kunnioitus eroaa muissa suhteissa esiintyviin samankaltaisiin tunteisiin, vai eroaako? Myös kuunteleminen koettiin tavaksi osoittaa kiintymystä kumppanille. Tämä on toinen mielenkiintoinen näkökulma, mitä olisi syytä tutkia lisää, sillä aiemmat tutkimukset eivät ole keskittyneet vielä kuuntelemisen tarkastelemiseen tästä näkökulmasta.

Tätä tutkimusta tehdessä nousi myös uusia ehdotuksia kiintymyksen osoittamisen jatkotutkimuksen näkökulmiksi. Aiemmin on todettu, että maskuliinisella ihanteella ja siihen liittyvillä stereotyyppioilla voi olla vaikutusta miesten viestintäkäyttäytymiseen (Virtanen 2018, 253). Myös tässä tutkimuksessa miehet kokivat enemmän puutteellisuutta kiintymyksen ilmaisutaidoissa verrattuna naisiin, jotka suurimmaksi osaksi kokivat taitonsa hyviksi tällä alueella. Kuitenkin nykyään yhä suurempi osa nuorista miehistä kokee olevansa avoimempia puhumaan tunteistaan, ja näyttämään ne (Virtanen 2018). Olisikin tärkeää tämän muutoksen ja murroksen vaiheessa tutkia syvemmin stereotyyppien ja minäkäsityksen vaikutusta miesten ja naisten kiintymyksen ilmaisuun.



## 7. Kirjallisuus

Braithwaite, Dawn O. & Baxter, Leslie A. (2008). Meta-theory and Theory in Interpersonal Communication Research. Teoksessa Baxter & Braithwaite (toim.), Engaging theories in interpersonal communication: multiple perspectives (s.1–18). London, Sage Press.

Burgoon, J. K., Buller, D. B. & Woodall, W. G. (1996). Nonverbal communication: The unspoken dialogue (2. ed.). New York: McGraw-Hill.

Burleson, Brant R. (2006). Constructivism: A General Theory of Communication Skill. Teoksessa B. B. Whaley & W. Samter (toim.), Explaining communication: Contemporary theories and exemplars (s. 105–128). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Burleson, Brant R. (2003). The experience and effects of emotional support: What the study of cultural and gender differences can tell us about close relationships, emotion, and interpersonal communication. *Personal relationships*, 10, 1–23.

Burleson, Brant R. & Rack, Jessica J. (2008). Constructivism theory. Teoksessa Baxter & Braithwaite (toim.), Engaging theories in interpersonal communication: multiple perspectives (s. 51– 63). London, Sage Press.

Burns, R.B. (1991). Verbal and Non-verbal Communication. In: *Essential Psychology*. Springer, Dordrecht

Dindia, K. & Timmerman, L. (2003). Accomplishing romantic relationships. Teoksessa Greene, J. O. & Burleson, B. R. (toim.), *Handbook of Communication and Social Interaction Skills* (s.685–721). Mahwah: Lawrence Erlbaum.

Doohan, E-A. (2007). Listening Behaviors of Married Couples: An Exploration of Nonverbal Presentation to a Relational Outsider. *The International Journal of Listening*, no. 2, 24–41.

Eerola, P. & Pirskanen, H. (2018). Johdanto: Tunteet perhe- ja läheissuhteissa. Teoksessa P. Eerola, & H. Pirskanen (toim.), *Tunteet ja perhe* (s. 7–27). Helsinki: Gaudeamus.

Fiske, J. (1996). *Merkkien kieli. Johdatus viestinnän tutkimiseen*. Vastapaino: Tampere

Floyd, K., Judd, J. & Hesse C. (2008). *Affection Exchange Theory*. Teoksessa Baxter, Leslie A; Braithwaite, Dawn O. (toim.), *Engaging theories in interpersonal communication: multiple perspectives* (s. 285–294). London, Sage Press.

Floyd, Kory. (1997). *Communicating affection in dyadic relationships: An assessment of behavior and expectancies*. *Communication Quarterly*, 45(1), 68–80.

Floyd, K. (2006a). *Communicating affection: Interpersonal behavior and social context*. Cambridge, England: Cambridge University Press.

Floyd, K. (2006b). *Human Affection Exchange: XII. Affectionate Communication is Associated with Diurnal Variation in Salivary Free Cortisol*. *Western Journal of Communication*, 70(1), 47 – 63.

Floyd, K., & Morman, M. T. (1998). *The measurement of affectionate communication*. *Communication Quarterly*, 46, 144–162.

Forgas, J. (1999). *Feeling and Speaking: Mood Effects on Verbal Communication Strategies*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25(7), 850–863.

Guerrero, L. K. & Floyd, K. (2006). *Nonverbal communication in close relationships*. Mahwah (N.J.): Lawrence Erlbaum.

Hirsjärvi, S., & Hurme, H. (2008). *Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Horan, S. M. & Booth-Butterfield, M. (2010). *Investing in Affection: An Investigation of Affection Exchange Theory and Relational Qualities*. *Communication Quarterly*, 58(4), 394–413.

Kontula, O. (2009). Parisuhdeonnan avaimet ja esteet. Perhebarometri. Väestöliitto, Väestöntutkimuslaitos. Katsauksia E 38.

Kuhn, R., Bradbury, T.H., Nussbeck, F.W., Bodenmann, G., (2018). The power of listening: Lending an ear to the partner during dyadic coping conversations, American Psychological Association.

Mac George, E. L., Feng, B. & Butler, G. L. (2003). Gender differences in the communication values of mature adults. *Communication Research Reports*, 20(3), 191–199.

Miller, G. R. & Steinberg, M. (1975). *Between people: A new analysis of interpersonal communication*. Chicago: Science Research Associates

Roberson, P. N. E., Norona, J. C., Lenger, K. A. & Olmstead, S. B. (2018). How do Relationship Stability and Quality Affect Wellbeing? Romantic Relationship Trajectories, Depressive Symptoms, and Life Satisfaction across 30 Years. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 2171–2184.

Robertson, K., (2005). Active listening. More than just paying attention. *Australian Family Physician* Vol 34, No. 12.

Ruben, B. D. & Stewart, L. P. (2006). *Communication and human behavior* (5th ed.). Boston: Pearson/A&B.

Solomon, D. & Theiss, J. (2013). *Interpersonal communication: Putting theory into practice*. New York: Routledge.

Shaver, P., Schwartz, J., Kirson, D. & O'Connor, C. (1987). Emotion Knowledge: Further Exploration of a Prototype Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(6), 1061–1086.

Tannen, Deborah. (1990). *You just don't understand, women and men in conversation*. New York: William Morrow

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi (Uudistettu laitos.). [Helsinki]: Tammi.

Verbal-communication. (n.d.). In YourDictionary. Saatavilla [www-osoitteessa: https://www.yourdictionary.com/VERBAL-COMMUNICATION](https://www.yourdictionary.com/VERBAL-COMMUNICATION). Luettu 7.3.2020.

Virtanen, I. A. (2018). Tunteiden viestiminen miesten ystävyysuhteissa. Teoksessa P. Eerola, & H. Pirskanen (toim), *Tunteet ja perhe* (s. 261–277). Helsinki: Gaudeamus.

Weger, Harry, Jr., Castle, Gina, B., Minei, Elizabeth, M. & Robinson, Melisa, C., (2014). The Relative Effectiveness of Active Listening in Initial Interactions. *International Journal of Listening*, 28(1), 13–31.

## 8. Liitteet

Tutkimuskysely

19.3.2020 13.27

# Tutkimuskysely

Tämä kysely on toteutettu osana Tampereen yliopiston puheviestinnän kandidaatintutkielmaa. Työn tarkoituksena on tutkia miesten ja naisten kiintymyksen osoittamista parisuhteessa. Vastaamalla tähän kyselyyn sitoudut antamaan vastauksesi tutkimuskäyttöön. Tutkimukseen vastaaminen tapahtuu nimettömästi, niin ettei kenenkään henkilöllisyyttä ole mahdollista tunnistaa tutkimustuloksista. Kyselyyn osallistuminen perustuu vapaaehtoisuuteen ja vastaaminen on mahdollista keskeyttää koska tahansa.

Tutkimuksen tekijöiden yhteystiedot:

[ida.kalliosaari@tuni.fi](mailto:ida.kalliosaari@tuni.fi)

[ellinoora.nkwentie@tuni.fi](mailto:ellinoora.nkwentie@tuni.fi)

Lisätietoja saa kandidaatintutkielman ohjaajalta Sanna Ala-Kortesmaalta.

Hänen yhteystietonsa ovat: [sanna.ala-kortesmaa@tuni.fi](mailto:sanna.ala-kortesmaa@tuni.fi), puhelin 050 3182109

**\*Pakollinen**

### Taustatiedot

1. Sukupuoli \*

Nainen

Mies

2. Ikä \*

---

3. Asuinpaikkakunta \*

---

4. Mihin kulttuuriseen taustaryhmään koet kuuluvasi? (Esimerkiksi suomalainen, espanjalainen, venäläinen jne.)

---

5. Kuinka monta vuotta olette olleet yhdessä kumppanisi kanssa? \*

---

6. Asun kumppanini kanssa yhdessä \*

Kyllä

En

7. Olen itse tällä hetkellä \*

Opiskelija

Työelämässä

Työtön

Muu: \_\_\_\_\_

Minä ja kumppanini kiintymyksen osoittajina

8. Kuinka usein ilmaiset kiintymystä parisuhteessasi? \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

- En koskaan
- Kuukausittain
- Viikoittain
- Päivittäin

9. Millaisin sanattomin elein osoitat kiintymystä parisuhteessasi? Onko se helppoa/vaikeaa?

---

---

---

---

---

10. Millaisin sanoin osoitat kiintymystä parisuhteessasi? Onko se helppoa/vaikeaa? \*

---

---

---

---

---

11. Millaisin adjektiivein kuvailisit itseäsi kiintymyksen osoittajana? (Esimerkiksi aktiivinen, pidättyväinen, suora, epäsuora jne.) \*

---

---

---

---

---

12. Millaisin adjektiivein kuvailisit kumppaniasi kiintymyksen osoittajana? (Esimerkiksi aktiivine pidättyväinen, suora, epäsuora jne.) \*

---

---

---

---

---

#### Merkitys parisuhteessa

13. Mitä kiintymyksen osoittaminen sinulle merkitsee? \*

---

---

---

---

---

14. Oletteko keskustelleet kiintymyksen osoittamisesta? Miten? \*

---

---

---

---

---

#### Kokemukset



15. Miten sinun kiintymyksen osoittaminen on vaihdellut parisuhteen eri vaiheissa? \*

---

---

---

---

---

16. Miten kumppanisi kiintymyksen osoittaminen on vaihdellut parisuhteen eri vaiheissa? \*

---

---

---

---

---

17. Koetko, että osoitatte kiintymystä tasapuolisesti? Miten tämä näkyy parisuhteessanne? \*

---

---

---

---

---

18. Haluaisin, että parisuhteessani osoitettaisiin kiintymystä... \*

*Merkitse vain yksi soikio.*

- enemmän.
- vähemmän.
- En kaipaa muutosta

19. Millaiseksi koet taitosi osoittaa kiintymystä parisuhteessasi?

*Merkitse vain yksi soikio.*

- Hyväksi
- Kohtalaiseksi
- Vähäiseksi
- Muu: \_\_\_\_\_

20. Oletko kohdannut sukupuolellesi ominaisia stereotyyppioita liittyen kiintymyksen osoittamiseen? Kerro millaisia. \*

---

---

---

---

---

Vapaa sana

21. Millaisia muita ajatuksia kiintymyksen ilmaisu sinussa herättää? Kerro vapaasti.

---

---

---

---

---

Google ei ole luonut tai hyväksynyt tätä sisältöä.

Google Forms

