

Jenni Höyhtyä

**AVOIMUUS JA SOVINNOLLISUUS
MODEROIVINA TEKIJÖINÄ
KIINTYMYSTYYLIN JA
PARISUHDETYTYVÄISYYDEN VÄLILLÄ**

Yhteiskuntatieteiden tiedekunta
Pro gradu -tutkielma
Toukokuu 2025

TIIVISTELMÄ

Jenni Höyhtyä: Avoimuus ja sovinnollisuus moderoivina tekijöinä kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välillä
Pro gradu - tutkielma
Tampereen yliopisto
Psykologian tutkinto-ohjelma
Toukokuu 2025

Tavoitteet. Parisuhdetyytyväisyys on yksi vahvimmista ennustajista parisuhteen pysyvyydelle, sekä merkittävä tekijä niin yksilöiden kuin perheidenkin hyvinvoinnille. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella kiintymystyylin yhteyttä parisuhdetyytyväisyyteen, sekä muokkaavatko sovinnollisuus ja avoimuus tätä yhteyttä. Kiintymystyyllillä viitataan yksilöllisiin eroihin ajatella, tuntea ja käyttäytyä läheisissä ihmissuhteissa, mikä pohjautuu erityisesti lapsuuden varhaisiin vuorovaikutussuhteisiin ja elämäkokemuksiin. Sovinnollisuus on persoonallisuuspiirre, joka kuvaa yksilöllisiä eroja muun muassa ystävällisyydessä, huomaavaisuudessa, avuliaisuudessa ja yhteistyökyvyssä. Avoimuus on persoonallisuuspiirre, joka kuvaa yksilöllisiä eroja uteliaisuudessa ja kiinnostuksessa esimerkiksi uusista asioista, tunteita, ajatuksia ja kokemuksia kohtaan. Kiintymystyylin ja persoonallisuuspiirteiden yhteisvaikutusta parisuhdetyytyväisyyteen ei ole aiemmin paljoakaan tutkittu.

Menetelmät. Tutkimuksessa käytettiin *TransParent* -tutkimushankkeen aineistoa vuodelta 2023. Tutkimusaineisto kerättiin Prolific-palvelun kautta kansainvälisenä verkkokyselyinä. Tutkimuksen lopullinen otos ($n = 226$) koostui parisuhteessa olevista, lapsettomista, 19–55-vuotiaista henkilöistä, joista naisia oli 52% ja miehiä 48%. Tutkittavien parisuhteet olivat kestoltaan 0–13 vuotta. Parisuhdetyytyväisyyttä mitattiin *Couple's Satisfaction Index (CSI-16)* -asteikolla, kiintymystyyliä *Experience in Close Relationships Scale-Short Form (ECR-12)* -itsearviointikyselyllä ja persoonallisuuspiirteitä *Big Five Inventory-2 Short Form (BFI-2-S)* -itsearviointikyselyllä. Kiintymystyylin ja persoonallisuuden yhteyttä parisuhdetyytyväisyyteen tarkasteltiin Pearsonin korrelaatioanalyysin avulla. Avoimuuden sekä sovinnollisuuden moderoivia vaikutuksia tarkasteltiin hierarkkisen regressioanalyysin avulla.

Tulokset. Yksilön kiintymystyyleistä erityisesti korkealla välttelevyydellä havaittiin vahva negatiivinen yhteys parisuhdetyytyväisyyteen. Parisuhdetyytyväisyys oli korkeinta turvallisesti kiintyneillä, eli yksilöillä, joilla sekä välttelevyys että kiintymysahdistus on matalaa. Korkea sovinnollisuus oli positiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen, mutta avoimuudella ei havaittu suoraa yhteyttä parisuhdetyytyväisyyteen. Sovinnollisuus moderoi kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välistä yhteyttä ainoastaan kiintymysahdistuksen kohdalla; kun kiintymysahdistus on matalaa, eli yksilöllä ei ole voimakasta huolta toisen hylkäämisestä, korkean sovinnollisuuden positiivinen vaikutus tulee näkyviin parisuhteen tyytyväisyydessä. Avoimuus ei moderoinut kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välistä yhteyttä tilastollisesti merkitsevästi.

Johtopäätökset. Tutkimuksen tarjosi uutta näkökulmaa parisuhdetyytyväisyyden tutkimuskenttään. Yhteenvetona voidaan todeta, että erityisesti korkea välttelevyys voi olla riskitekijä parisuhdetyytyväisyydelle. Korkea sovinnollisuus voi puolestaan vahvistaa parisuhteessa koettua tyytyväisyyttä. Tukea olisi tärkeää tarjota erityisesti pariskunnille, joilla on korkeaa välttelevyyttä tai selvää tyytymättömyyttä parisuhteeseensa.

Avainsanat: parisuhdetyytyväisyys, kiintymystyyli, sovinnollisuus, avoimuus, persoonallisuuspiirteet, The Big Five

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin Originality Check -ohjelmalla.

TEKOÄLYN KÄYTTÖ OPINNÄYTTEESSÄ

Opinnäytteessäni on käytetty tekoälysovelluksia:

- Ei
- Kyllä

Olen tietoinen siitä, että olen täysin vastuussa koko opinnäytteeni sisällöstä, mukaan lukien tekoälyllä tuotetut osat, ja hyväksyn vastuun mahdollisista eettisten ohjeiden rikkomuksista.

SISÄLLYSLUETTELO

JOHDANTO	1
PARISUHDETYTYVÄISYYS	1
KIINTYMYSTYYLI.....	5
PERSOONALLISUUSPIIRTEET	10
TUTKIMUSONGELMAT JA HYPOTEESIT	15
AINEISTO JA MENETELMÄT	17
TUTKITTAVAT JA AINEISTON KERUU	17
MITTARIT JA MUUTTUJAT	18
AINEISTON ANALYSOINTI	20
TULOKSET	21
Kuvailevat tulokset	21
Kiintymystyylin yhteys parisuhdeytytyväisyyteen	22
Sovinnollisuuden moderoituva vaikutus kiintymystyylin ja parisuhdeytytyväisyyden välillä...	24
Avoimuuden moderoituva vaikutus kiintymystyylin ja parisuhdeytytyväisyyden välillä	26
POHDINTA	27
Keskeisimmät tulokset	28
Tutkimuksen vahvuudet ja rajoitukset	32
Tutkimuksen merkitys ja jatkotutkimustarpeet	34
LÄHDELUETTELO	37

JOHDANTO

Parisuhde on yksi merkittävimmistä ihmissuhteista useimpien ihmisten elämässä (Bühler ym., 2021). Parisuhde ei kuitenkaan suoraviivaisesti ole vain voimavara vaan ratkaisevaa on parisuhteen laatu ja siinä koettu tyytyväisyys. Parisuhdetyytyväisyys on yksi parisuhdetutkimuksen eniten tutkituista näkökulmista ja yksi vahvimmista ennustajista parisuhteen pysyvyydelle (Beeney ym., 2019; Karney & Bradbury, 1995). Aikaisemman tutkimustiedon valossa parisuhdetyytyväisyys on monin tavoin yhteydessä yksilön hyvinvointiin: psyykkiseen ja fyysiseen terveyteen, elämäntyytyväisyyteen, itsetuntoon, sosiaalisiin verkostoihin ja jopa elinikään (Coleman ym. 2013; Proulx ym., 2007; Robles ym., 2014). Parisuhteella on vaikutusta myös perheiden ja lasten hyvinvointiin – vanhempien parisuhteen on sanottu olevan lasten henkinen koti (Chen ym., 2022; Nicolaus ym., 2021). Parisuhdetyytyväisyys on merkittävä tekijä niin yksilön kuin perheidenkin hyvinvoinnille, joten siihen vaikuttavien tekijöiden ymmärtäminen on tärkeää.

Parisuhdetyytyväisyyteen voidaan nähdä olevan yhteydessä monenlaiset tekijät, mutta tässä tutkimuksessa näkökulmana ovat erityisesti yksilöllisistä tekijöistä kiintymystyyli ja persoonallisuuspiirteet. Kiintymystyyllillä on havaittu tutkimuksissa toistuvasti vahva yhteys parisuhdetyytyväisyyteen (Martins ym., 2023; Vollmann ym., 2019). Persoonallisuuspiirteistä erityisesti sovinnollisuuden nähdään olevan vahvasti positiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen. Avoimuuden piirteiden yhteydestä parisuhdetyytyväisyyteen on saatu ristiriitaisia tuloksia (Furler ym., 2014; O'Meara & South, 2019; Schaffhuser ym., 2014). Aiempaa tutkimustietoa kiintymystyylien ja persoonallisuuden piirteiden suorista yhteyksistä parisuhdetyytyväisyyteen on paljon, mutta tekijöiden yhteisvaikutuksesta ei ole paljoakaan aiempaa tutkimusta. Tämän tutkimuksen tavoitteena on tutkia yksilön kiintymystyylin yhteyttä parisuhdetyytyväisyyteen sekä miten persoonallisuuden piirteistä sovinnollisuus ja avoimuus moderoivat tätä yhteyttä.

Parisuhdetyytyväisyys

Parisuhdetyytyväisyys voidaan nähdä yhtenä keskeisenä mittarina romanttisen parisuhteen laadusta (Hadden ym., 2014). Parisuhdetyytyväisyys voidaan määritellä yksilön kokonaisarvioksi romanttisesta suhteestaan: kuinka onnellinen tai tyytyväinen on parisuhteeseen, missä määrin

rakkauden tarpeet ja toiveet tulevat täytetyksi, sekä kuinka hyvin kumppanit tulevat toimeen keskenään (Beeney ym., 2019; Reynolds ym., 2014). Mikulincerin ja Shaverin (2016) mukaan parisuhdetyytyväisyys voidaan nähdä kiintymysteorian pohjalta sen mukaan missä määrin kumppanit pystyvät tarjoamaan toisilleen turvasataman ("safe haven"): tarjota toiselle läheisyyttä, tukea ja turvaa sekä kannustaa myös itsenäiseen kasvuun.

Parisuhdetyytyväisyyttä voidaan lähestyä joko subjektiivisesta näkökulmasta eli miten kumppanit itse arvioivat suhdettaan, tai toisaalta objektiivisesta näkökulmasta eli ulkoa mitattavien tekijöiden kautta (Fincham & Rogge, 2010). Subjektiivisesta näkökulmasta parisuhdetyytyväisyyttä voidaan arvioida esimerkiksi parisuhteessa koettujen positiivisten tunteiden kautta, kumppania kohtaan koettujen asenteiden kautta, miten hyvin parisuhde tyydyttää yksilön tarpeita, miten oma parisuhde vertautuu muiden parisuhteisiin sekä mahdollisten parisuhteessa koettujen ongelmien kautta (Bühler ym., 2021; Rochlen ym., 2008). Joelin ja kollegoiden (2020) laajassa meta-analyysissä havaittiin, että merkittävin parisuhdetyytyväisyyttä ennustava tekijä oli yksilön oma kokemus ja tunne parisuhteestaan, mikä selitti jopa 45% koetusta tyytyväisyydestä.

Objektiivisesta näkökulmasta parisuhdetyytyväisyyttä voidaan arvioida yleisten terveen parisuhteen elementtien kautta, joita ovat esimerkiksi seuraavat: positiivinen ja kunnioittava kommunikaatio, avoin keskusteluyhteys, konfliktikäyttäytyminen, emotionaalinen tuki, fyysinen läheisyys, sitoutuminen suhteeseen ja yhdessä vietetty aika (Reynolds ym., 2014; Robinson & Parker, 2008; Wang, 2015). Gottmanin mukaan (2018) parisuhdetyytyväisyyteen kuuluu muun muassa yhteisiä kiinnostuksen kohteita, yhteisiä arvoja, toimiva kommunikaatio, molemminpuolinen kunnioitus, toisen seurasta nauttiminen, kiinnostus toisen toiveista ja unelmista sekä kiintymyksen osoittaminen toista kohtaan päivittäin monin eri tavoin. Yhdeksi tärkeimmäksi parisuhdetyytyväisyyden tekijäksi on havaittu seksuaalinen tyytyväisyys (Józefacka ym., 2023).

Parisuhdetyytyväisyyden on havaittu olevan monin tavoin yhteydessä yksilön hyvinvointiin: muun muassa elämäntyytyväisyyteen, onnellisuuteen, psyykkiseen hyvinvointiin, itsetuntoon ja stressinkäsittelyyn (Diamond ym., 2010; Falconier ym., 2015; Holzapfel ym., 2018; Proulx ym., 2007; Riehl-Emde, ym., 2003; Wang, 2015). Parisuhteessaan tyytyväisillä yksilöillä on tunnistettu yhteyksiä myös parempaan fyysiseen terveyteen, immuunijärjestelmän toimintaan ja jopa pidempään elinikään verrattuna epävakaisissa parisuhteissa eläviin yksilöihin (Kantrowitz & Wingert, 1999; Robles ym., 2014; Whisman ym., 2018). Tyytymätön parisuhde voidaan sitä vastoin nähdä kroonisena stressin lähteenä, jolla voi olla yhteyksiä esimerkiksi heikompaan fyysiseen terveyteen sekä psyykkiseen oireiluun (Bookwala, 2005; Coleman ym., 2013; Holt-Lunstad ym., 2008; Miller

ym., 2013; Rosowsky ym., 2012). Parisuhde näyttäisi olevan yhteydessä yksilön onnellisuuden ja hyvinvoinnin tasoon merkittävästi enemmän kuin muut elämän-osa alueet, kuten työ tai ystävyys-suhteet (Demir, 2009; Londero-Santos ym., 2021). Parisuhdetyytyväisyyden yhteydet yksilön hyvinvointiin eivät kuitenkaan ole kausaalisia, joten suoria johtopäätelmiä ei voida tehdä.

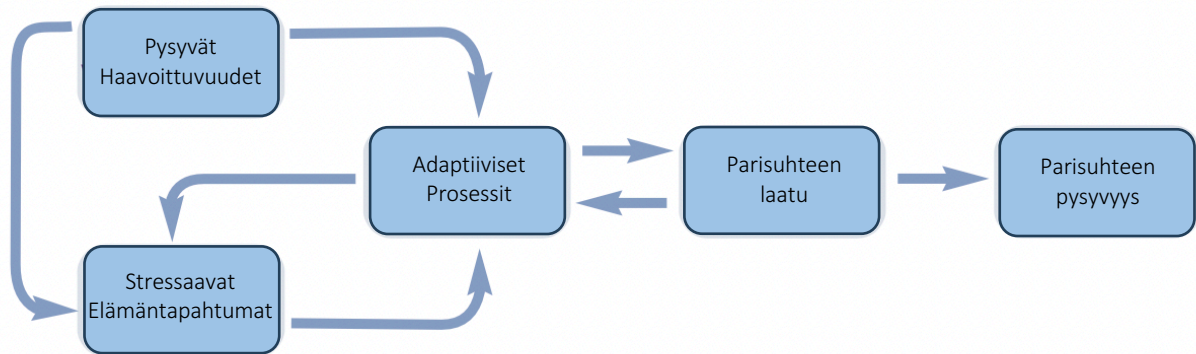
Parisuhdetyytyväisyydellä voidaan nähdä vaikutuksia myös vanhemmuuden laatuun sekä perheiden ja lasten hyvinvointiin. Tyytyväinen parisuhde on yhteydessä lämpimämpään ja turvallisempaan vanhemmuuteen sekä positiiviseen vuorovaikutukseen lasten kanssa (Carlson & McLanahan, 2004; Chen ym., 2022; Nicolaus ym., 2021). Vanhempien toimivalla parisuhteella voidaan nähdä yhteys myös lasten turvallisempiin ihmissuhteisiin tulevaisuudessa (Cunningham & Thornton, 2006). Tyytymättömällä parisuhteella on sitä vastoin havaittu yhteyksiä kielteisempiin vanhempien ja lasten välisiin suhteisiin; esimerkiksi vanhempien välisillä jatkuvilla, huonosti hoidetuilla konflikteilla on havaittu yhteyksiä lasten heikompaan fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen, lisääntyneeseen ahdistuneisuuteen, aggressiivisuuteen, tunnesäätelyn vaikeuksiin, nukahtamisvaikeuksiin, vaikeuksiin sosiaalisissa suhteissa sekä koulusuoriutumisen heikkenemiseen (Barrett ym., 2011; Carlson & McLanahan, 2004; Coleman & Glenn, 2009).

Parisuhdetyytyväisyyden selitysmalli

Yksi vaikutusvaltainen selitysmalli parisuhdetyytyväisyydelle on parisuhteen *haavoittuvuus-stressi-sopeutumismalli* (Vulnerability-Stress-Adaptation Model), joka muodostettiin yli sadan parisuhteeseen liittyvän pitkittäistutkimuksen ja yli 45 000 pariskunnan tulosten perusteella (Bradbury & Karney, 2004; Karney & Bradbury, 1995). Mallin mukaan parisuhteen laadun voidaan nähdä rakentuvan kolmen tekijän kautta: yksilölliset piirteet ja elämäkokemukset (Pysyvät Haavoittuvuudet); kommunikointitaidot ja selviytymiskeinot erityisesti vaikeina aikoina (Adaptiiviset Prosessit); pariskunnan yhteiset kokemukset (Stressaavat Elämäntapahtumat).

Kuva 1 havainnollistaa, miten kumppaneiden yksilölliset pysyvät haavoittuvuudet sekä pariskunnan yhteiset adaptiiviset prosessit yhdessä stressaavien elämäntapahtumien kanssa vaikuttavat merkittävästi parisuhteen laatuun ja pysyvyyteen (Umberson ym., 2005). Kuva havainnollistaa myös sitä, miten parisuhteen laatu sekä vaikuttaa pariskunnan adaptiivisiin prosesseihin että on niiden vaikutuksen alla (Reynolds ym., 2014). Bradburyn ja Lavnerin (2011) mukaan pariskunnat, joilla on haavoittuvuutta jollakin näistä kolmesta osa-alueesta, ovat todennäköisemmin haavoittuvia myös toisella osa-alueella.

KUVA 1. Parisuhteen haavoittuvuus-stressi-sopeutumismalli.



Pysyviin haavoittuvuuksiin kuuluu yksilöllisiä tekijöitä kuten menneet elämäkokemukset, persoonallisuuspiirteet, perhetausta, geneettiset tekijät sekä parisuhteeseen liittyvät asenteet ja uskomukset. Tutkimuksissa on havaittu suoria yhteyksiä erilaisten yksilöllisten tekijöiden ja parisuhteen laadun välillä; esimerkiksi korkea sovinnollisuus, hyvä itsetunto ja kyky katsella seurauksia pitkällä aikavälillä, ovat yhteydessä korkeampaan parisuhdetyytyväisyyteen ja sen pysymiseen korkeana vuosien edetessä (Bradbury & Karney, 2004; Lavner & Bradbury, 2010). Toisaalta esimerkiksi korkean neuroottisuuden on havaittu olevan vahvasti negatiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ja liittyvän jopa todennäköisempään parisuhteen hajoamiseen (Kurdek, 1999; Schaffhuser ym., 2014). Joelin ja kollegoiden (2020) tekemän laajan meta-analyysin mukaan parisuhdetyytyväisyyteen vaikuttavia keskeisimpiä yksilöllisiä tekijöitä ovat koettu elämäntyytyväisyys, negatiivinen affekti (herkempi negatiivisten tunteiden kokeminen), masennus sekä kiintymystyyli (Martins ym., 2023; Joel ym., 2020). Myös perhetaustalla on havaittu yhteys parisuhteen laatuun, sillä vanhempien toimintatavat ja asenteet voivat herkästi kulkeutua sukupolvelta toiselle (Bradbury & Karney, 2004).

Pariskunnan *adaptiivisiin prosesseihin* sisältyy pariskunnan yhteisiä tekijöitä kuten pariskunnan kommunikointitaidot, sitoutuminen, konfliktien ratkaisukyky, yhteinen aika, läheisyys, kumppanilta saatu emotionaalinen tuki sekä asenteet parisuhdetta ja kumppania kohtaan (Reynolds ym., 2014). Positiivinen vuorovaikutus, kuten kommunikoinnin lämpö, kunnioitus, emotionaalinen tuki, huumori, kompromissit ja toiselta saatu apu, on vahvasti yhteydessä korkeampaan parisuhdetyytyväisyyteen (Lemay ym., 2007). Negatiivinen vuorovaikutus, kuten toistuva riitely, kritiikki, valitus, väittely, välinpitämättömyys tai vastuun kieltäminen, on puolestaan yhteydessä alhaisempaan parisuhdetyytyväisyyteen ja pitkällä aikavälillä todennäköisempään parisuhteen

päättymiseen (Gottman ym., 1998; Rusbult, ym., 1986). Myös pariskunnan konfliktikäyttäytyminen sekä konfliktien ratkaisukyky ovat merkittäviä tekijöitä parisuhdetyytyväisyyden kannalta; hyvinvoivissa parisuhteissa konfliktien ymmärretään olevan väistämättömiä ja ne pyritään ratkaisemaan oikeudenmukaisesti (McCrae & Sutin, 2009). Kiitollisuuden ilmaisen kumppania kohtaan on havaittu olevan positiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen sekä sitoutumisen tunteisiin (Algoe & Haidt, 2009; Gordon ym., 2012). Sitoutuminen suhteeseen ja parisuhdetyytyväisyys korreloivat läheisesti keskenään (Givertz ym., 2009). Yksilöiden pysyvät haavoittuvuudet sekä yhdessä kohdatut stressaavat elämäntapahtumat vaikuttavat siihen, millaiset adaptiiviset prosessit pariskunnalle muodostuu (Reynolds ym., 2014).

Pariskunnan kohtaamat *stressaavat elämäntapahtumat* ovat pariskunnan kohtaamia kokemuksia, jotka voivat kuormittaa yksilöitä sekä parisuhdetta. Stressaavia elämäntapahtumia, joiden on havaittu olevan yhteydessä alhaisempaan parisuhteen laatuun, ovat esimerkiksi työstressi, taloudellinen paine, köyhyys, kumppanin tai lapsen sairaus, pariskunnan osapuolten psyykkiset haasteet tai päihteiden väärinkäyttö (Burnett ym., 2012; Fincham & Beach, 2006; Floyd ym., 2006; Proulx ym., 2007). Lapsen saaminen voi myös joidenkin tutkimusten mukaan vähentää parisuhdetyytyväisyyttä (Bühler ym., 2021; Twenge ym., 2003). Yhteys on kuitenkin epäselvä, sillä Mitnickin ja kollegoiden (2009) meta-analyysissä ei havaittu eroa vanhempien ja ei-vanhempien välillä parisuhdetyytyväisyydessä ja Doss kollegoineen (2009) havaitsi, että osa pariskunnista näyttäisi olevan jopa tyytyväisempiä parisuhteeseensa tullessaan vanhemmiksi. Lapsen syntymä on kuitenkin ajankohta, jolloin parisuhdetyytyväisyys voi herkästi laskea. Vanhemmuuden siirtymän onnistumiseen vaikuttavat monenlaiset tekijät kuten parisuhteen laatu ennen vanhemmaksi tuloa, erimielisyydet perheen perustamisesta, perheen taloudelliset resurssit, läheisiltä saatava tuki sekä odotukset vanhemmuutta kohtaan (Reynolds ym., 2014). Parisuhdetyytyväisyyttä tutkittaessa olisi tärkeää huomioida myös parisuhteen kesto, sillä yhdessä vietetyt vuodet voivat vaikuttaa parisuhteen tyytyväisyyteen (Umberson ym., 2005; Van Laningham ym., 2001).

Kiintymystyyli

Kiintymystyyli kuvaa yksilön sisäisiä ajatusmalleja, odotuksia ja epävarmuuksia liittyen läheisiä ihmissuhteita ja itseä kohtaan (Fraley & Roisman, 2019). Tämä näkyy yksilöllisinä eroina ajatella, tuntea ja käyttäytyä läheisissä ihmissuhteissa, erityisesti parisuhteessa, mikä pohjautuu erityisesti lapsuuden varhaisiin vuorovaikutussuhteisiin ja elämänhistoriaan (Fraley ym., 2015; Shaver &

Mikulincer, 2005). Aikuisten kiintymystyyliä perustuvat Bowlbyn (1969/1982) ja Ainsworthin (1978) kiintymyssuhdeteorioihin, jotka kuvaavat lapsen tärkeää emotionaalista sidettä ensisijaiseen hoivaajaan, sekä pyrkivät selittämään varhaisen vuorovaikutuksen merkitystä yksilön myöhemmälle kehitykselle, ihmissuhteille ja hyvinvoinnille. Ihmisillä on synnynnäinen kiintymyskäyttäytymisjärjestelmä, joka motivoi etsimään turvaa läheisistä kiintymyshahmoista hädän ja tarvitsevuuden aikana. Kiintymysjärjestelmä aktivoituu automaattisesti esimerkiksi pelon, ahdistuksen, stressin, sairauden tai väsymyksen hetkellä (Bowlby 1969/1982; Simpson ym., 2022). Osittain kasvuympäristöstä riippuen, lapsi oppii käyttämään erilaisia strategioita vuorovaikutuksessaan varmistaakseen hoivaajansa huomion; näitä strategioita voidaan luokitella erilaisiksi kiintymyssuhdemalleiksi. Kiintymyssuhde voi kehittyä joko turvalliseksi tai turvattomaksi, riippuen esimerkiksi hoivaajan sensitiivisyydestä ja miten hän vastaa lapsen tarpeisiin. Varhaiset kiintymyskokemukset ovat osaltaan vaikuttamassa siihen, millaisen käsityksen yksilö muodostaa muista ihmisistä, itsestä ja paikastaan maailmassa sekä miten hän muodostaa tulevia ihmissuhteita (Ainsworth ym., 1978; Bowlby, 1969/1982).

Aikuisen kiintymystyylin ajatellaan pohjautuvan tähän lapsuudessa muodostuneeseen kiintymyssuhdemalliin. Yksilö heijastaa läheisiin ihmissuhteisiin lapsuuden odotuksia hoivaajastaan: toisen luotettavuudesta, saatavuudesta, lämmöstä ja reagoitakyvystä sekä omasta arvokkuudesta (Hazan & Shaver, 1987; Shaver & Mikulincer, 2005). Lasten kiintymyssuhdekategoriat ja aikuisten kiintymystyyli eivät kuitenkaan korreloi suoraan keskenään. Collinsin ja Readin (1994) mukaan kiintymystyyli voi olla erilaista eri kiintymyshahmoja kohtaan (esim. romanttinen kumppani, äiti, isä, ystävä), mutta tässä tutkimuksessa tarkastelun kohteena on erityisesti yksilön kiintymystyyli romanttista kumppaniaan kohtaan. Kiintymystyyliä pidetään yleisesti ottaen suhteellisen pysyvänä ominaisuutena, mutta tutkimustiedon mukaan jopa 30% yksilöistä kokee muutoksia kiintymystyyliissään esimerkiksi elämäkokemusten, psykoterapian tai parisuhteen myötä (Fraley ym., 2019; Hesse, 2008; Saunders ym., 2011).

Nykytutkimus tarkastelee kiintymystyyliä yleensä kahden jatkuvan ulottuvuuden – välttelevyyden ja kiintymysahdistuksen – kautta (Fraley ym., 2015). Yksilöt voidaan luokitella näiden kahden kiintymysulottuvuuden pistemäärien mukaan vielä neljään kiintymystyylikategoriaan: turvallinen (*secure*), välttelevä (*avoidant*), ristiriitainen (*anxious/ambivalent*) ja pelokas (*fearful*). Välttelevä, ristiriitainen ja pelokas kiintymystyyli luokitetaan turvattomiksi kiintymystyyleiksi (Hegarty ym., 2024). Kiintymystyyleissä on havaittavissa sukupuolieroja niin lapsilla kuin aikuisilla; pojilla ja miehillä on yleisesti ottaen korkeampi taso välttelevyydessä, ja tytöillä ja naisilla puolestaan korkeampi taso kiintymysahdistuksessa (Del Giudice, 2019).

Välttelevyys on yksilön kokemaa epämukavuuden tunnetta liiasta läheisyydestä tai riippuvuudesta kumppaniin, halua pitää emotionaalista etäisyyttä sekä pyrkimystä pärjätä itsekseen (Shaver & Mikulincer, 2005). Korkean välttelevyyden (ts. välttelevän kiintymystyylin) taustalla voi olla lapsuuden kokemuksia hoivaajasta, joka ei ole ollut emotionaalisesti saatavilla ja on ohittanut toistuvasti lapsen tarpeet. Lapsen jäädessä selviytymään omin avuin hädästä, hän oppii deaktivoivien strategioiden avulla tukahduttamaan tunteidensa ilmaisemista ja kohdistamaan huomionsa hoivaajan sijaan ympäristöön, näkyen vähäisenä tarvitsevuutena ja itsekseen pärjäämisenä (Hadden ym., 2014). Välttelevästi kiintynyt on oppinut ettei toiseen voi täysin luottaa, ja että oman tarvitsevuuden näyttäminen toiselle voi johtaa hylkäämiseen ja eroon kiintymyshahmosta (Mikulincer & Shaver, 2016; Vollmann ym., 2019). Aikuisuudessa korkea välttelevyys voi näkyä emotionaalisen etäisyyden säilyttämisenä kumppaniin, epämukavien tunteiden tai ajatusten tukahduttamisena, epäluottamuksena tai välinpitämättömyytenä kumppania kohtaan, omien kiintymistarpeiden kieltämisenä sekä itseriittoisuutena (Bartholomew & Horowitz, 1991). Korkeasti välttelevän yksilön tunneilmaisu voi olla vähäistä ja hänen elämässään voi painottua loogisuus sekä järkipärisyys (Sinkkonen, 2004).

Kiintymysahdistus on yksilön kokemaa voimakasta halua ja tarvetta kumppanin läheisyyteen ja emotionaaliseen yhteyteen, sekä voimakasta huolta torjutuksi tulemisesta tai hylkäämisestä (Shaver & Mikulincer, 2005). Korkean kiintymysahdistuksen (ts. ristiriitaisen kiintymystyylin) taustalla voi olla lapsuuden kokemuksia hoivaajasta, joka on vastannut lapsen tarpeisiin epäjohdonmukaisesti tai impulsiivisesti, tuottaen lapselle epävarmuutta hoivaajaan luotettavuudesta ja tuesta. Lapsi on oppinut saamaan hoivaajansa huomion hyperaktiivisten strategioiden avulla, eli tarpeiden ja haavoittuvuuden voimakkaalla ilmaisulla sekä korostuneella turvan hakemisella (Hadden ym., 2014). Aikuisuudessa korkea kiintymysahdistus voi näkyä esimerkiksi valppautena kumppanin tavoittamattomuuteen liittyvien merkkien suhteen, parisuhteen uhkien tai omien heikkouksien murehtimisena, haluna saada kumppanilta vakuuttelua, heikkona itsetuntona, voimakkaana tarvitsevuuden ilmaisuna, pelkona eroon joutumisesta, kumppaniin takertumisena sekä emotionaalisena epätasapainona kumppanin ollessa tavoittamattomissa (Mikulincer & Shaver, 2016; Vollmann ym., 2019).

Yksilö, jolla on alhaiset pistemäärät sekä välttelevyydessä että kiintymysahdistuksessa (ts. turvallinen kiintymystyyli), tuntee olonsa turvalliseksi niin kumppanin lähellä kuin erillään ollessa. Hän luottaa, että kumppaniin voi tukeutua tarpeen vaatiessa ja osaa lähestyä häntä suoraan saadakseen lohtua tai turvaa (Hadden ym., 2014). Turvallisesti kiintyneellä on ydintunne turvallisuudesta sekä omasta arvokkuudesta; ihmiset ovat luotettavia, muiden kanssa voi olla aktiivisesti tekemisissä, ympäristöä uskaltaa tutkia uteliaasti ja itse on rakkauden arvoinen (Bowlby, 1973). Turvallisen

kiintymyksen taustalla voi olla lapsuuden johdonmukainen kasvuympäristö ja turvallinen hoivaaja, joka on vastannut lapsen tarpeisiin viivyttämättä ja myötätuntoisesti (Sinkkonen, 2004). Turvallisella kiintymystyyllillä nähdään olevan paljon positiivisia yhteyksiä yksilön fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen, ihmissuhteisiin, itsetuntoon, selviytymiskeinoihin ja tunne-elämään (Lopez, 2009; Mikulincer ym., 2011; Weimer ym., 2004).

Yksilö, jolla on korkeat pistemäärät sekä välttelevyydessä että kiintymysahdistuksessa (ts. pelokas kiintymystyyli), kokee olonsa turvattomaksi sekä kumppanin läheisyydessä että erillään ollessa. Pelokas kiintymystyyli on harvinaisempi; taustalla on usein erittäin torjuva tai jopa pelottava hoivaaja sekä vaikeita, jopa traumaattisia lapsuudenkokemuksia. Tällaisella yksilöllä käsitys niin itsestä, muista ihmisistä kuin maailmasta on negatiivinen (Bartholomew, 1990). Pelokkaasti kiintyneellä ei välttämättä ole johdonmukaista tapaa ihmissuhteiden ylläpitämiseen, mikä voi näkyä esimerkiksi hyvin ristiriitaisina ja vaihtuvina kiintymysstrategioina. Yksilö välttelee vahvasti läheisyyttä muiden kanssa, koska pelkää muiden vahingoittavan tai torjuvan hänet (Bartholomew, 1990). Pelokkaaseen kiintymystyyliin liittyy usein merkittävästi korkeampi riski psyykkisille häiriöille ja esimerkiksi dissosiaatiolle (Simpson ym., 2003).

Kiintymystyylin yhteys parisuhdetyytyväisyyteen

Kiintymystyyllillä on havaittu monia yhteyksiä yksilön elämään kuten ihmissuhteiden laatuun, sosiaaliseen toimintaan, itsetuntoon, psyykkiseen hyvinvointiin ja selviytymiskeinoihin (Obegi & Berant, 2010). Toistuvien tutkimusten mukaan aikuisen kiintymystyyli on nähty olevan vahvasti yhteydessä myös parisuhdetyytyväisyyteen.

Turvallinen kiintymystyyli, eli matala kiintymysahdistus ja välttäminen, on yhteydessä korkeampaan parisuhdetyytyväisyyteen (Martins ym., 2023; Mikulincer & Shaver, 2016). Turvallisesti kiintyneillä on havaittu olevan yleisesti ottaen vakaampia ja sitoutuneempia parisuhteita verrattuna turvattomasti kiintyneisiin (Givertz ym., 2009). Turvallisen kiintymystyylin on havaittu olevan yhteydessä muun muassa positiivisempaan vuorovaikutukseen, vahvempaan emotionaaliseen läheisyyteen, toimivampaan konfliktien ratkaisukykyyn, vähäisempään negatiiviseen vuorovaikutukseen, vähäisempiin konflikteihin sekä positiivisempiin kuvauksiin omasta parisuhteesta, verrattuna muihin kiintymystyyliin (Feeney ym., 1994; Hammond & Fletcher, 1991; Shaver & Mikulincer, 2005).

Turvaton kiintymystyyli, eli korkea kiintymysahdistus ja/tai välttäminen, on puolestaan yhteydessä matalampaan parisuhdetyytyväisyyteen (Martins ym., 2023; Mikulincer & Shaver, 2016; Vollmann ym., 2019). Mitä voimakkaampaa välttelevyys tai kiintymysahdistus on, sen vähäisempää on koettu parisuhdetyytyväisyys (Banse, 2004; Candel & Turliuc, 2019; Hadden ym., 2014; Li & Chan, 2012). Haddenin ja kollegoiden (2014) mukaan turvattoman kiintymystyylin negatiivinen yhteys parisuhdetyytyväisyyteen myös voimistuu vuosien kuluessa. Selittäviä tekijöitä turvattoman kiintymystyylin negatiivisille vaikutuksille voivat olla esimerkiksi heikommat kommunikointitaidot, useammat konfliktit, heikompi konfliktien ratkaisukyky, negatiiviset asenteet kumppania tai parisuhdetta kohtaan, haasteet tarjota tai vastaanottaa emotionaalista tukea sekä kunnioituksen puute (Mikulincer & Shaver, 2016). Givertz ja kumppanit (2009) havaitsivat, että turvattomasti kiintyneillä on vähäisempi sitoutuminen ja investointi suhteeseen, mikä voi johtaa siihen ettei parisuhde tuo heille niin suuria palkintoja ja he ovat valmiimpia lopettamaan suhteensa kuin turvallisesti kiintyneet.

Erityisesti välttelevyyden on havaittu toistuvasti olevan negatiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen (Givertz ym., 2013; Friedman ym., 2010; Shaver & Mikulincer, 2005; Li & Chan, 2012). Syitä välttelevyyden negatiiviselle vaikutukselle voivat olla esimerkiksi välinpitämätön käyttäytyminen kumppania kohtaan, epäluottamus kumppania kohtaan, haluttomuus keskittyä tunteisiin, pyrkimys säilyttää tunne-etäisyys kumppaniin sekä kieltäytyminen hoivasta, tuesta ja läheisyydestä (Chi Kuan Mak ym., 2010; Hadden, 2014). Välttelevyys on yhteydessä myös vähäisempään positiiviseen vuorovaikutukseen sekä aitojen tunteiden tai huolenaiheiden ilmaisuun kumppanille, mitkä ovat parisuhdetyytyväisyyden kannalta tärkeitä tekijöitä (Lemay ym., 2007; Mikulincer & Shaver, 2016). Välttelevyys voi näkyä myös vähäisempänä tuen tarjoamisena kumppanille, mikä voi heikentää parisuhteen välistä yhteyttä ja johtaa kumppanissa haluun etsiä uutta kumppania (DeWall ym., 2011). Kiitollisuus kumppania kohtaan näyttäisi olevan yksi välittäjämekanismi välttelevyyden ja parisuhdetyytyväisyyden negatiiviselle yhteydelle; korkea välttelevyys on yhteydessä vähäisempään kiitollisuuden ja arvostuksen ilmaisuun kumppania kohtaan, mikä johtaa alhaisempaan parisuhdetyytyväisyyteen (Vollmann ym., 2019; Zhang ym., 2017). Välttelevästi kiintyneillä on muita kiintymystyyliä vahvemmin taipumus aliarvioida parisuhteen merkitystä ja tärkeyttä omassa elämässä (Li & Chan, 2012; Mikulincer & Shaver, 2016).

Osassa tutkimuksista on havaittu korkean kiintymysahdistuksen olevan negatiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen (Jones & Cunningham, 1996; Kimmes ym., 2015; Vollmann ym., 2019). Syitä kiintymysahdistuksen negatiiviselle vaikutukselle voivat olla esimerkiksi jatkuva huoli toisen hylkäämisestä tai pettämisestä, haitallinen mustasukkaisuus, takertuminen tai hallitseminen, jotka voivat aiheuttaa kumppanissa ahdistusta ja halua päästä etäämmälle (Shaver &

Mikulincer, 2005; Vollmann ym., 2019). Selittävinä tekijöinä on esitetty myös kiintymysahdistuksen tuoma korostunut negatiivinen affekti eli herkemmin esiintyvät negatiiviset tunteet, konfliktiherkkyys, negatiivisten ajatusten märehtiminen, pettymyksen tunteet, kunnioituksen puute kumppania kohtaan sekä kumppanin käyttäytymisen negatiivinen tulkinta (Brassard ym., 2009; Fraley & Shaver, 1997; Mikulincer & Shaver, 2016; Molero ym. 2017). Candelin ja Turliucin (2019) mukaan kiintymysahdistus voi herkistää yksilön näkemään suhteessa uhkia ja aliarvioimaan kumppanin sitoutumista suhteeseen, mikä voi johtaa jatkuvaan hylkäämisen pelkoon ja sitä myötä alhaisempaan parisuhdetyytyväisyyteen.

Parisuhdetyytyväisyyden ja kiintymystyylin väliset yhteydet eivät kuitenkaan ole deterministisiä, sillä pitkittäistutkimukset osoittavat, että parisuhteessa koettu tyytyväisyys voi myös muokata kiintymystyyliä. Hammondin ja Fletcherin (1991) tutkimuksessa havaittiin, että korkeampi parisuhdetyytyväisyys näyttäytyi myöhemmin yksilön alhaisempana välttelevyytenä ja korkeampana turvallisuuden tunteena. Kiintymystyyliä ovat siis muokkautuvia, ja esimerkiksi aikuisuuden läheiset ihmissuhteet tai psykoterapia, voivat muokata kiintymyssuhteen laatua (Hammond & Fletcher, 1991). Parisuhteen toisen osapuolen kiintymystyylin on havaittu vaikuttavan toisen osapuolen parisuhdetyytyväisyyteen (Givertz ym., 2009). Kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välisissä yhteyksissä sukupuolella ei ole havaittu vaikutusta (Candel & Turliuc, 2019; Li & Chan, 2012).

Persoonallisuuspiirteet

Persoonallisuudella tarkoitetaan yksilön suhteellisen pysyviä taipumuksia käyttäytyä, tuntea ja ajatella (McAdams & Olson, 2010). Persoonallisuutta voidaan tarkastella erilaisten piirteiden kautta, jotka kuvaavat yksilöiden välisiä eroavaisuuksia käyttäytymisessä, toiminnassa ja ajattelutavoissa. Nykyään vaikutusvaltaisimpana persoonallisuuden teoriana pidetään *viiden suuren piirteen* (The Big Five) -mallia, jonka mukaan persoonallisuuden perusta koostuu viidestä ulottuvuudesta: neuroottisuus, ekstraversio, sovinnollisuus, tunnollisuus ja avoimuus (McAdams & Olson, 2010). Nämä viisi piirrettä on havaittu useissa eri kulttuureissa ympäri maailmaa. Piirteet nähdään jatkumoina, joille yksilöt voidaan asettaa sen mukaan, miten vahvasti piirre heissä ilmenee; suurin osa ihmisistä asettuu piirrejatkuoissa keskivaiheille ja ääripäät ovat harvinaisempia (McCrae & Costa, 2003). Persoonallisuuden on havaittu olevan kohtalaisen vahvasti periytyvää ja sitä pidetään melko pysyvänä ominaisuutena (McAdams & Olson, 2010). Muutoksia persoonallisuuspiirteissä voi kuitenkin tapahtua, erityisesti lapsuudessa ja nuoruudessa (Costa & McCrae, 1992).

Persoonallisuuspiirteet vaikuttavat laajasti yksilön elämään sekä läheisiin ihmissuhteisiin, ja ovat yhteydessä myös parisuhdetyytyväisyyteen; tämä yhteys voi olla jopa kausaalinen (Furler ym., 2013; Malouff ym., 2010; Sayehmiri ym., 2020; Weidmann ym., 2017). Parisuhteen on kuvattu olevan kuin ”side kahden erilaisen persoonallisuuden välillä”, minkä vuoksi pariskunnan osapuolten persoonallisuudet vaikuttavat merkittävästi siihen millaista heidän päivittäinen, arkinen vuorovaikutus keskenään on (Sayehmiri ym., 2020). Kumppaneiden persoonalluuksien voidaan nähdä olevan ”pitkäkestoiset vahvuutta tai haavoittuvuutta tuovat osa-alueet parisuhteeseen”, vaikuttaen esimerkiksi stressin sietokykyyn, lisäten tai heikentäen pariskunnan sopeutumista stressiin (Karney & Bradbury, 1995). Pariskunnan persoonallisuudet vaikuttavat myös esimerkiksi siihen, miten paljon positiivista tai toisaalta negatiivista vuorovaikutusta heidän välillä esiintyy, mikä on yksi merkittävä parisuhdetyytyväisyyteen vaikuttava tekijä (Gottman ym., 1998; Lemay ym., 2007). Persoonallisuuspiirteiden ja parisuhdetyytyväisyyden välisissä yhteyksissä sukupuolella ei ole havaittu vaikutusta (Sayehmiri ym., 2020).

Sovinnollisuuden yhteys parisuhdetyytyväisyyteen

Sovinnollisuus on persoonallisuuspiirre, joka kuvaa yksilöllisiä eroja muun muassa ystävällisyydessä, vilpittömyydessä, avuliaisuudessa ja yhteistyökyvyssä (McCrae & Costa, 2003). Sovinnollisuus on vahvasti interpersoonallinen piirre eli sillä on vaikutusta ihmissuhteiden muodostamiseen ja laatuun. Korkea sovinollisuus voi näyttäytyä muun muassa huomaavaisuutena, helläsydämyksenä, kannustamisena, sosiaalisena mukauttamisena, haluna kuunnella ja ottaa muiden näkökulmat huomioon, vaatimattomuutena sekä empatiakykyä (Graziano & Tobin, 2017; Wilmot & Ones, 2022). Sovinnolliset yksilöt ovat usein myös luottavaisia ja heillä on taipumus uskoa muista hyvää (McCrae & Costa, 2003). Metsäpellon ja Rantasen (2009) mukaan korkeasti sovinollisilla yksilöillä on kykyä muodostaa syvempiä ja pysyvämpiä ihmissuhteita verrattuna vähemmän sovinollisiin yksilöihin. Matala sovinollisuus voi puolestaan näkyä kriittisyytenä, skeptisyytenä, vihamielisyytenä, yhteistyön vaikeuksina sekä ristiriitoina muiden kanssa (Graziano & Tobin, 2017). Sovinnollisuuden on havaittu muuttuvan elinkaaren aikana: sovinollisuus vähenee myöhäislapsuudesta murrosikään siirryttäessä ja taas voimistuu aikuisuutta ja keski-ikää kohti (Roberts ym., 2006; Soto ym., 2011). Murphy ja kollegoiden (2020) mukaan naiset saavat korkeampia pisteitä sovinollisuudessa kuin miehet.

Korkea sovinnollisuus on nähty tutkimuksissa lähes poikkeuksetta olevan vahvasti positiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen (Botwin ym., 1997; Donnellan ym., 2004; Furler ym., 2014; Karney & Bradbury, 1995; Malouff ym., 2010; Schaffhuser ym., 2014; Watson ym., 2000; White ym., 2004). Alhainen sovinnollisuus on puolestaan nähty olevan yhteydessä parisuhteen tyytymättömyyteen (Botwin ym., 1997). Yhteys sovinnollisuuden ja parisuhdetyytyväisyyden välillä on vahvempi erityisesti pidemmissä suhteissa; sovinnollisuuden merkitys näyttäisi siis voimistuvan vuosien kuluessa (Furler ym., 2014).

Syitä sovinnollisuuden positiiviseen vaikutukseen parisuhdetyytyväisyydessä voivat olla esimerkiksi taipumus ottaa toisen tarpeet huomioon, kokea myötätuntoa toista kohtaan, olla motivoitunut yhteistyöhön sekä edesauttaa positiivista, lämmintä vuorovaikutusta toisen kanssa. Sovinnollisuus on nähty olevan yhteydessä myös vähäisempiin konflikteihin, pyrkimykseen hillitä negatiivisten tunteiden ilmaisua ja toisaalta konfliktien syntyessä pyrkiä kompromisseihin ja riidan sopimiseen. Sovinnollisilla pariskunnilla on nähty keskimääräistä vähemmän negatiivista vuorovaikutusta (Donnellan ym., 2004; Gottman ym., 1998). Vähemmän sovinnollisilla pariskunnilla on puolestaan taipumusta negatiivisiin kommunikointimalleihin, kuten kritiikkiin, vihan ilmaisuun ja välinpitämättömyyteen toista kohtaan (Tov ym., 2016). Conger kollegoineen (2002) havaitsivat, että pariskunnat, jotka kestävät paremmin ulkoisia stressitekijöitä, tukevat toisiaan stressaavina aikoina muun muassa ilmaisemalla kumppanilleen hoivaa, kiintymystä, avuliaisuutta ja sensitiivisyyttä – mitkä voidaan nähdä sovinnollisuuden piirteinä. Sovinnollisuus on keskeinen piirre, joka vaikuttaa parisuhteen vuorovaikutuksen laatuun ja lämpöön, vaikuttaen sitä kautta myös parisuhdetyytyväisyyteen (Graziano & Eisenberg, 1997; Solomon & Jackson, 2014).

Kääntöpuolena korkealle sovinnollisuudelle on se, että se voi johtaa haitalliseen liialliseen miellyttämiseen tai mukautumiseen, mikä voi heikentää pariskunnan erillisyyttä ja oman identiteetin säilyttämistä. Korkea sovinnollisuus voidaan kuitenkin yleisesti ottaen nähdä vahvuutena parisuhteessa, sekä parisuhdetyytyväisyyttä vahvistavana tekijänä (Taggart ym., 2019; Weidmann ym., 2017). Suoria johtopäätöksiä siitä, miten sovinnollisuus näyttäytyy yksittäisissä parisuhteissa, ei kuitenkaan voida tehdä, sillä parisuhteeseen vaikuttavat niin monet tekijät (Donnellan ym., 2004).

Avoimuuden yhteys parisuhdetyytyväisyyteen

Avoimuus kokemuksille on persoonallisuuspiirre, joka kuvaa yksilöllisiä eroja avoimuudessa ja kiinnostuksessa muun muassa tunteille, ajatuksille, kokemuksille, toiminnalle ja arvoille. Avoimuus heijastelee yksilön tapaa lähestyä maailmaa, joten se näkyy monin tavoin yksilön sisäisissä kokemuksissa, käyttäytymisessä sekä sosiaalisessa vuorovaikutuksessa (McCrae, 1996). Korkea avoimuus voi näkyä esimerkiksi uteliaisuutena, kiinnostuksena uusille asioille ja vaihtelulle, avarakatseisuutena, luovuutena, mielikuvituksellisuutena, herkkyytenä taiteelle ja kauneudelle sekä seikkailunhaluna (Costa & McCrae, 1992). Matala avoimuus voi puolestaan näkyä esimerkiksi tuttuuden ja ennustettavuuden arvostuksena, realistisuutena, rutiinien ja toimintatapojen toistuvuutena, perinteisinä arvoina, haluttomuutena muutoksiin, uteliaisuuden vähäisyytenä, näkemysten suppeutena ja vähäisempänä kiinnostuksena taiteelle (McCrae & John, 1992; McCrae & Sutin, 2009). Avoimuuden on havaittu olevan korkeimmillaan nuoruusiässä ja varhaisaikuisuudessa (McCrae & Sutin, 2009). McCraen ja Sutinin (2009) mukaan pariskunnat ovat avoimuuden voimakkuudessa usein melko samankaltaisia. De Oliveiran kollegoineen (2021) esitti, että mitä pienempi ero kumppaneiden välillä on avoimuuden tasossa, sitä tyytyväisempiä he ovat parisuhteessa. Korkeaa avoimuutta pidetään usein yhtenä arvostetuimpana ominaisuutena romanttisessa kumppanissa (Botwin ym., 1997).

Avoimuuden yhteyksistä parisuhdetyytyväisyyteen on ristiriitaisia tuloksia (Solomon & Jackson, 2014). Osa tutkimuksista on löytänyt positiivisen yhteyden avoimuuden ja parisuhdetyytyväisyyden välillä, osa negatiivisen yhteyden ja useimmat eivät ole löytäneet yhteyttä ollenkaan (Dyrenforth ym., 2010; Furler ym., 2014; Holland & Roisman, 2008; Nofle & Shaver, 2006; Schaffhuser ym., 2014; Watson ym., 2004). Syitä avoimuuden positiiviseen vaikutukseen parisuhdetyytyväisyydessä voivat olla esimerkiksi kyky sietää erilaisia mielipiteitä, avoimuus ilmaista omia tunteita ja ajatuksia, avoimempi lähestymistapa ongelmiin, joustavampi konfliktien ratkaisukyky, korkeampi näkökulmanottokyky, rohkeus tarttua uusiin ideoihin tai muutuskokeiluihin sekä avoimuus analysoida parisuhdetta (Donnellan ym., 2004). Korkea avoimuus korreloi myös vähäisemmän negatiivisen vuorovaikutuksen (kuten kritiikki, riitely, välinpitämättömyys) kanssa. Korkealla avoimuudella on havaittu yhteyksiä myös korkeampaan seksuaaliseen tyytyväisyyteen parisuhteessa, mikä on yksi tärkeimmistä parisuhdetyytyväisyyden ennustajista (Allen & Walter, 2018; Donnellan ym., 2004). Avoimemmilla yksilöillä on tapana etsiä uusia kokemuksia, mikä voi vaikuttaa positiivisesti parisuhdetyytyväisyyteen; parisuhteen kangistuminen samoihin kaavoihin ja ”juuttuminen umpikujaan” on parisuhdetyytyväisyyttä heikentävä tekijä, joten korkea avoimuus

voi heikentää tätä riskiä (McCrae & Sutin, 2009; Solomon & Jackson, 2014). Matala avoimuus voi puolestaan näkyä konfliktien tai ongelmien välttelynä, toisen näkökulmien kritisointina, muutosvastaisuutena tai kyvyttömyytenä keskustella konflikteja läpi, mitkä puolestaan heikentävät parisuhdetyytyväisyyttä (McCrae & Sutin, 2009).

Avoimuuden negatiivisista yhteyksistä parisuhdetyytyväisyyteen on kuitenkin myös tuloksia. Korkean avoimuuden on nähty olevan yhteydessä alhaisempaan parisuhteen laatuun, lyhyempään parisuhteen keston ja myös todennäköisempään parisuhteen hajoamiseen (Shaver & Brennan, 1992; Solomon & Jackson, 2014). Korkea avoimuus voi johtaa herkemmin esimerkiksi kiinnostukseen etsiä uusia suhteita ja johtaa jopa pettämiseen (Orzeck & Lung, 2005). Avoimemmilla yksilöillä voi olla myös avoimempi suhtautumistapa eroa kohtaan, mikä voi vaikuttaa pariskunnan todennäköisempään eroamiseen (Solomon & Jackson, 2014). Yksi selitysmalli avoimuuden piirteen negatiivisesta yhteydestä parisuhdetyytyväisyyteen on se, että korkeasti avoimilla yksilöillä on todennäköisemmin useampia harrastuksia, mikä voi johtaa parisuhteessa ajankäytön ristiriitoihin ja kumppanin kokemukseen, että toinen käyttää liikaa aikaa harrastuksiin parisuhteeseen käytetyn ajan kustannuksella (Lutz-Zois ym., 2006; Solomon & Jackson, 2014). Avoimuuden yhteys parisuhdetyytyväisyyteen on kuitenkin edelleen epäselvä ja vaatii lisätutkimuksia.

Avoimuuden yhteydestä parisuhdetyytyväisyyteen on havaittu sukupuolisidonnaisuutta. Miehen korkealla avoimuudella on yhteys sekä miesten että naisten korkeampaan parisuhdetyytyväisyyteen ja toimivampaan avioliittoon (Botwin ym., 1997; Neyer & Voigt, 2004). Naisten korkea avoimuus on puolestaan positiivisessa yhteydessä sekä miesten että naisten kokemaan seksuaaliseen tyytyväisyyteen suhteessa (Donnellan ym., 2004).

Kiintymystyylin, persoonallisuuspiirteiden ja parisuhdetyytyväisyyden välisiä yhteyksiä

Aikaisempaa tutkimustietoa kiintymystyylien ja persoonallisuuspiirteiden suorista yhteyksistä parisuhdetyytyväisyyteen on paljon, mutta niiden yhteisvaikutuksesta ei ole kovinkaan paljo aiempaa tutkimusta. Aiemmin esiteltyyn parisuhteen *haavoittuvuus-stressi-sopeutumismalliin* peilaten yksilön persoonallisuus voidaan nähdä pysyvänä (haavoittuvuus)tekijänä (Bradbury & Karney, 2004). Yksilön kiintymystyyli voidaan puolestaan nähdä joustavampana, kokemusten myötä muotoutuvana reagointitapana, johon vaikuttavat aiemmat elämäkokemukset, mutta myös pariskunnan yhteiset adaptiiviset prosessit (Fraleay ym., 2019). On siis mielenkiintoista ja

teoreettisesti perusteltua tutkia miten nämä kaksi erityyppistä tekijää yhdessä vaikuttavat yksilön parisuhdetyytyväisyyteen.

Richter kollegoineen (2022) tutki kiintymystyylin ja persoonallisuuspiirteiden yhteisvaikutusta liittyen parisuhteessa koettuun mustasukkaisuuteen. Tulosten mukaan alhainen sovinnollisuus yhdessä kiintymysahdistuksen kanssa selittivät mustasukkaisuutta eniten. Korkea avoimuus itsenäisenä tekijänä nähtiin puolestaan mustasukkaisuutta vähentävänä tekijänä, mitä selitettiin muun muassa joustavamman ajattelun ja paremman tunnesäätelyn avulla, kun kumppani käyttäytyy ”epäilyttävästi” (Richter ym., 2022).

Kiintymystyylin ja persoonallisuuspiirteiden välisistä yhteyksistä on havaittu, että erityisesti välttelevyys, mutta myös kiintymysahdistus, ovat negatiivisessa yhteydessä sovinnollisuuteen (Fraley & Shaver, 1997; Kaur & Soni, 2024; Young ym., 2019). Turvallinen kiintymystyyli on yhteydessä korkeampaan sovinnollisuuteen ja tunnollisuuteen sekä matalampaan neuroottisuuteen; matala neuroottisuus sekä korkea sovinnollisuus näyttäisivät puolestaan olevan yhteydessä korkeimpaan parisuhdetyytyväisyyteen (Donnellan ym., 2004; Tosun ym., 2022). Avoimuuden ja kiintymystyylien välillä ei ole havaittu selkeää yhteyttä (Noftle & Shaver, 2006). Turvallinen ja toimiva parisuhde voi olla toisaalta muokkaamassa myös yksilön persoonallisuutta esimerkiksi enemmän sovinnolliseen ja tunnolliseen suuntaan (Donnellan ym., 2004; Lehnart & Neyer, 2006). Noftlen ja Shaverin (2006) mukaan kiintymystyyli ennustaa parisuhdetyytyväisyyttä persoonallisuuspiirteitä vahvemmin.

Tutkimusongelmat ja hypoteesit

Edellä kuvattujen tutkimustulosten perusteella sekä kiintymystyyli että persoonallisuuspiirteet ovat yhteydessä yksilön parisuhdetyytyväisyyteen. Tämän tutkimuksen tavoitteena on tarkastella ovatko sovinnollisuus ja avoimuus muokkaamassa kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välistä yhteyttä. Tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita esimerkiksi siitä voiko korkea sovinnollisuus olla parisuhdetyytyväisyyttä suojaava tekijä, kun yksilöllä on korkeaa välttelevyyttä ja/tai kiintymysahdistusta (ts. turvaton kiintymystyyli). Toisaalta tarkastellaan myös sitä, onko matalalla välttelevyydellä/kiintymysahdistuksella (ts. turvallinen kiintymystyyllillä) enää positiivista yhteyttä parisuhdetyytyväisyyteen, jos yksilöllä on matala sovinnollisuus. Lisäksi halutaan tutkia miten avoimuuden piirre, jonka yhteys parisuhdetyytyväisyyteen on epäselvä, vaikuttaa kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden väliseen yhteyteen. Tutkimukseen osallistujat ovat vastanneet internetissä

toteutettuun verkkokyselyyn, jossa on kartoitettu kyselylomakkeilla heidän kiintymystyyliä, persoonallisuuspiirteitä sekä parisuhdetyytyväisyyttä. Tutkimuskysymyksiäni ovat seuraavat:

- (1) Onko kiintymystyyli yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen?
- (2) Moderoiko sovinnollisuus kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden yhteyttä?
- (3) Moderoiko avoimuus kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden yhteyttä?

Aiempiin tutkimuksiin pohjautuen oletan, että kiintymystyyli on yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen (Candel & Turliuc, 2019; Martins ym., 2023). Ensimmäinen hypoteesi on, että matala välttelevyys ja kiintymysahdistus (ts. turvallinen kiintymystyyli) on yhteydessä korkeampaan parisuhdetyytyväisyyteen ja korkea välttelevyys ja/tai kiintymysahdistus (ts. turvaton kiintymystyyli) on yhteydessä matalampaan parisuhdetyytyväisyyteen. Lisäksi oletan, että korkealla välttelevyydellä on voimakkaampi negatiivinen yhteys parisuhdetyytyväisyyteen kuin kiintymysahdistuksella, mikä pohjautuu aiempaan tutkimustulokseen (Li & Chan, 2012).

Aikaisemmissa tutkimuksissa sovinnollisuus on havaittu lähes poikkeuksetta olevan positiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen (Furler ym., 2014; Schaffhuser ym., 2014). Näihin tuloksiin pohjautuen toinen hypoteesi on, että korkea sovinnollisuus vaimentaa korkean välttelevyyden/kiintymysahdistuksen (ts. turvattoman kiintymystyylin) ja parisuhdetyytyväisyyden välistä negatiivista yhteyttä. Tämä näkyisi niin, että parisuhdetyytyväisyys olisi korkeampaa niillä henkilöillä, joilla on korkea välttelevyys/kiintymysahdistus ja korkea sovinnollisuus, verrattuna niihin, joilla on korkea välttelevyys/kiintymysahdistus ja matala sovinnollisuus. Aikaisemmassa tutkimuksessa alhainen sovinnollisuus on puolestaan ennakoanut parisuhteen tyytymättömyyttä (Botwin ym., 1997). Tähän tulokseen pohjaten kolmas hypoteesi on, että matala sovinnollisuus heikentää matalan välttelevyyden ja kiintymysahdistuksen (ts. turvallisen kiintymystyylin) ja parisuhdetyytyväisyyden välistä positiivista yhteyttä. Tämä näkyisi niin, että parisuhdetyytyväisyys on matalampaa niillä turvallisesti kiintyneillä, joilla on matalampi sovinnollisuus verrattuna niihin, joilla on korkeampi sovinnollisuus.

Aikaisemmissa tutkimuksissa avoimuuden yhteydet parisuhdetyytyväisyyteen ovat olleet ristiriitaisia (Solomon & Jackson, 2014). Joidenkin tutkimusten mukaan avoimuus voi lisätä parisuhdetyytyväisyyttä esimerkiksi uusien kokemusten etsimisen tai korkeamman seksuaalisen tyytyväisyyden myötä (Allen & Walter, 2018; Donnellan ym., 2004). Näihin tuloksiin pohjautuen neljäs hypoteesi on, että korkea avoimuus vahvistaa matalan välttelevyyden/kiintymysahdistuksen

(ts. turvallisen kiintymystyylin) sekä parisuhdetyytyväisyyden välistä positiivista yhteyttä. Tämä näkyisi niin, että parisuhdetyytyväisyys olisi korkeampaa niillä turvallisesti kiintyneillä, joilla on korkeampi avoimuus verrattuna niihin, joilla on matalampi avoimuus. Joidenkin tutkimusten mukaan avoimuus voi kuitenkin lisätä riskiä esimerkiksi pettämiseen, kiinnostukseen etsiä uusia suhteita sekä avoimempaan suhtautumistapaan eroa kohtaan (Orzeck & Lung, 2005; Shaver & Brennan, 1992; Solomon & Jackson, 2014). Näihin tutkimuksiin pohjautuen viides hypoteesi on, että korkea avoimuus vahvistaa korkean välttelevyyden/kiintymysahdistuksen (ts. turvattoman kiintymystyylin) ja parisuhdetyytyväisyyden välistä negatiivista yhteyttä ja voi olla riski parisuhteen hajoamiseen. Tämä näkyisi niin, että parisuhdetyytyväisyys on matalampaa niillä henkilöillä, joilla on korkea välttelevyys/kiintymysahdistus ja korkea avoimuus, verrattuna niihin, joilla on korkea välttelevyys/kiintymysahdistus ja matala avoimuus.

AINEISTO JA MENETELMÄT

Tutkittavat ja aineiston keruu

Tutkimuksen aineisto on osa *TransParent*-tutkimusprojektia (<https://projects.tuni.fi/transparent/>), joka kerättiin helmikuussa 2023 internetissä sähköisen Prolific-palvelun (<https://www.prolific.com/>) kautta. Tutkimus oli kansainvälinen verkkokysely ja siihen pystyi vastaamaan vapaaehtoisena ympäri maailman millä tahansa laitteella, jossa oli pääsy internettiin. Vastaaminen tapahtui anonymisti. Kysely toteutettiin englannin kielellä, joten edellytyksenä osallistumiselle oli sujuva englannin kielen taito. Tutkittavat vastasivat LimeSurvey-sivustolla erilaisiin kyselylomakkeisiin, joiden vastaamiseen kului keskiarviolta aikaa noin 20 minuuttia. Tutkimukseen osallistumisesta maksettiin vastaajille muutaman euron suuruinen palkkio. Kyselyiden lomassa oli kolme tarkistuskysymystä (*Attention Check*), joiden avulla varmistettiin tutkittavien riittävä keskittyminen kyselyiden vastaamiseen. Tutkimukseen vastasi yhteensä 440 aikuista, jotka jakautuivat maanosien mukaan seuraavasti: Eurooppa 61 %, Afrikka 22 %, Pohjois-Amerikka 13 %, Etelä-Amerikka 3 %, Aasia 0.7 % ja Oseania 0.2 %. Analyyseistä jätettiin pois henkilöt, jotka olivat vastanneet väärin tarkistuskysymyksiin. Lisäksi osa henkilöistä jätettiin pois sen perusteella, etteivät he olleet täyttäneet kyselyä loppuun asti

tai heiltä puuttui joitakin vastauksia. Lisäksi tämän tutkimuksen analyyseistä jätettiin pois henkilöt, jotka eivät olleet parisuhteessa.

Lopullinen otoskoko tämän tutkimuksen analyyseihin oli 226 henkilöä, joista naisia oli 52 % ($n = 117$) ja miehiä 48 % ($n = 109$). Tutkittavat olivat 19–55-vuotiaita ($ka = 25.13$, $kh = 4.82$). Kaikki tutkittavat olivat parisuhteessa. Parisuhteet olivat kestoltaan 0–13 vuotta ($ka = 2.75$, $kh = 2.32$); suurin osa ($n = 186$) parisuhteista oli kestänyt alle viisi vuotta. Kaikki tutkittavat olivat lapsettomia.

Mittarit ja muuttujat

Parisuhdetyytyväisyys. Parisuhdetyytyväisyyttä mitattiin *Couple's Satisfaction Index (CSI-16)* -itsearviointikyselyllä (Funk & Rogge, 2007), joka on suunniteltu arvioimaan yksilön tyytyväisyyttä parisuhteeseensa. CSI-asteikko on kehitetty yhdistämällä monia yleisesti käytettyjä parisuhde- ja avioliittotyytyväisyyden mittareita ja niiden komponentteja yhdeksi mittariksi (Funk & Rogge, 2007; Quinn-Nilas, 2023). Kysely sisältää 16 kysymystä liittyen yksilön parisuhteeseen (esim. ”Yleisesti ottaen, kuinka usein sinusta tuntuu, että sinun ja kumppanisi välillä menee hyvin?”) Yksilö arvioi väittämien paikkansa pitävyyttä pääasiassa kuusiportaisella Likert-asteikolla (0 = Ei ollenkaan totta, 5 = Täysin totta). Kyselyn kuudestatoista muuttujasta muodostetaan summamuuttuja (vaihteluväli 0–81). Mittari on osoittanut aiemmissa tutkimuksissa erinomaista ($\alpha = 0.98$) reliabiliteettia (esim. Funk & Rogge, 2007). Myös tässä tutkimuksessa kuudentoista väittämän pohjalta muodostettiin summamuuttuja, jonka suuremmat arvot kuvasivat korkeampaa parisuhdetyytyväisyyttä. Mittarin sisäinen reliabiliteetti osoittautui erinomaiseksi myös tämän tutkimuksen aineistossa ($\alpha = 0.96$).

Kiintymystyyli. Tutkittavien kiintymystyyliä mitattiin *Experience in Close Relationships Scale-Short Form (ECR-12)* – itsearviointikyselyllä (Lafontaine ym., 2016), joka on suunniteltu arvioimaan aikuisen kiintymystyyliä romanttisessa parisuhteessa. Mittari on kehitetty alkuperäisen 36-kymyksen ECR-R- versiosta (Brennan ym., 1998) ja on havaittu säilyttävän suurimman osan alkuperäisen pidemmän kyselyn luotettavuudesta (Lafontaine ym., 2016). Kysely sisältää 12 väittämää liittyen yksilön ajatuksiin, tunteisiin ja toimintatapoihin romanttisessa suhteessaan, keskittyen kiintymysteorian kahteen ulottuvuuteen, kiintymysahdistukseen ja välttelyyn (esim. ”Tarvitsen paljon vakuuttelua siitä, että kumppanini rakastaa minua.”). Yksilö arvioi väittämien paikkansa pitävyyttä seitsenportaisella Likert-asteikolla (1 = Vahvasti eri mieltä, 7 = Vahvasti samaa mieltä). Kyselyssä on kuusi väittämää molemmille ulottuvuuksille, joista

muodostetaan omat summamuuttujat sekä välttelevyydelle että kiintymysahdistukselle (vaihteluväli 6–42). Näiden summamuuttujien pohjalta yksilöt voidaan vielä jakaa neljään kiintymystyylikategoriaan (Hegarty ym., 2024). Mittari on käännetty monille eri kielille ympäri maailmaa ja on validoitu eri väestöryhmissä. Aiemmissa tutkimuksissa mittari on osoittanut hyvää ($\alpha = .77-.88$) reliabiliteettia (esim. Wei ym., 2007). Myös tässä tutkimuksessa kahdentoista väittämän pohjalta muodostettiin kaksi summamuuttujaa, joiden suuremmat arvot suuremmat arvot kuvasivat vahvempaa välttelevyyden ja kiintymysahdistuksen ilmenemistä yksilön romanttisissa suhteissa. Sekä välttelevyyden ($\alpha = 0.82$) että kiintymysahdistuksen ($\alpha = 0.84$) summamuuttujien sisäiset reliabiliteetit olivat hyvät. Yksilöt jaettiin Hegarty ja kollegoiden (2024) ohjeiden mukaisesti vielä kiintymystyylikategorioihin siten, että kumpikin ulottuvuus - välttelevyys ja kiintymysahdistus – voitiin määritellä pisterajojen mukaan joko korkeaksi tai matalaksi. Välttelevyyden raja-arvo on 20 pistettä ja kiintymysahdistuksen raja-arvo 27 on pistettä (Hegarty ym., 2024). Luokitusten mukaan saatiin muodostettua neljä kiintymyssuhdeluokkaa: turvallinen (matala välttelevyys, matala kiintymysahdistus), välttelevä (korkea välttelevyys, matala kiintymysahdistus), ristiriitainen (matala välttelevyys, korkea kiintymysahdistus) ja pelokas (korkea välttelevyys, korkea kiintymysahdistus).

Persoonallisuuspiirteet. Tutkittavien sovinnollisuutta ja avoimuutta mitattiin *Big Five Inventory–2 Short Form (BFI-2-S)* - itsearviointikyselyllä (Soto & John, 2017), joka on suunniteltu mittaamaan yksilön viittä persoonallisuuspiirrettä (ekstraversio, sovinnollisuus, tunnollisuus, neuroottisuus, avoimuus). Mittari on kehitetty Big Five –mallin pohjalta. Lyhennetyin BFI-2-S-version on havaittu säilyttävän suurimman osan alkuperäisen pidemmän BFI-2-kyselyn luotettavuudesta sekä tehostavan tutkimuksen tekoa ajallisesti (Soto & John, 2017). Kysely sisältää 30 väittämää liittyen yksilön ajatuksiin, tunteisiin ja toimintatapoihin (esim. tai ”Kohtelen muita kunnioittavasti” tai ”Olen kiinnostunut taiteesta, musiikista ja kirjallisuudesta”). Yksilö arvioi väittämien paikkansa pitävyyttä viisiportaisella Likert-asteikolla (1 = Vahvasti eri mieltä, 5 = Vahvasti samaa mieltä). Kyselyssä muodostetaan keskiarvomuuttuja kullekin piirteelle kuuden väittämän pohjalta (vaihteluväli 1–5). Mittari on käännetty monille eri kielille ympäri maailman ja validoitu eri väestöryhmissä (Attar & Ouadi, 2023). Aiemmissa tutkimuksissa mittari on osoittanut hyvää ($\alpha = 0.73 - 0.84$) reliabiliteettia (esim. Soto & John, 2017). Myös tässä tutkimuksessa kuuden väittämän pohjalta muodostettiin keskiarvomuuttujat sovinnollisuudelle ja avoimuudelle, joiden suuremmat arvot kuvasivat vahvempaa piirteen ilmenemistä yksilössä. Sovinnollisuuden ($\alpha = 0.72$) ja avoimuuden ($\alpha = 0.63$) keskiarvomuuttujien reliabiliteetit osoittautuivat kohtalaisiksi.

Aineiston analysointi

Aineisto analysoitiin IBM SPSS Statistics -ohjelmalla (versio 29.0). Ensin tarkasteltiin taustamuuttujien sekä parisuhdetyytyväisyyden, kiintymystyylin ja persoonallisuuspiirteiden jakaumia, tunnuslukuja ja sisäistä reliabiliteettia. Jakaumat olivat riittävän normaalijakautuneita. Muuttujien jakaumia tarkasteltaessa toteutettiin riippumattomien otosten *t*-testi, jonka avulla vertailtiin sukupuolten välisiä merkitseviä eroja parisuhdetyytyväisyyden, kiintymystyylien ja persoonallisuuspiirteiden keskiarvoissa. Tämän jälkeen tutkittavat jaettiin välttelevyyden ja kiintymysahdistuksen pistemäärien mukaisesti neljään kiintymystyyliin. Myös kiintymystyyliin välisiä merkitseviä eroja parisuhdetyytyväisyyden keskiarvoissa tutkittiin riippumattomien otosten *t*-testin avulla.

Kiintymystyylien (erikseen välttelevyyden ja kiintymysahdistuksen osalta) sekä muiden muuttujien yhteyksiä ja korrelaatioita parisuhdetyytyväisyyteen tutkittiin Pearsonin korrelaatiokertoimella. Korrelaatioiden jälkeen toteutettiin neljä lineaarista regressioanalyysia, jossa tutkittiin sovinnollisuuden ja avoimuuden moderoivaa vaikutusta kiintymystyylien ja parisuhdetyytyväisyyden välisiin yhteyksiin. Selitettynä muuttujana oli parisuhdetyytyväisyys, taustamuuttujina ikä, sukupuoli sekä parisuhteen pituus, selittävänä muuttujana kiintymystyyli (välttelevyys tai kiintymysahdistus) ja moderoivana muuttujana persoonallisuuspiirre (sovinnollisuus tai avoimuus). Moderaatiovaikutusten tutkimista varten regressioanalyysiin sisällytettiin vielä interaktiiviset muuttujat, jotka muodostettiin kertomalla kiintymystyylien ja persoonallisuuspiirteiden standardoidut arvot keskenään: (1) välttelevyys \times sovinnollisuus, (2) kiintymysahdistus \times sovinnollisuus, (3) välttelevyys \times avoimuus ja (4) kiintymysahdistus \times avoimuus. Toteutettujen regressioanalyysien oletukset täyttyivät.

Regressioanalyysien jälkeen tilastollisesti merkitseviä yhdysvaikutuksia tutkittiin vielä *Simple Slopes* -menetelmällä (Soper, 2006), jossa kiintymystyylien yhteyksiä parisuhdetyytyväisyyteen tutkittiin moderaattorin (eli sovinnollisuuden tai avoimuuden) eri tasoilla. Interaktiivisten yhdysvaikutusten kuvaajat muodostettiin *ModGraph* -työkalulla (Jose, 2013).

TULOKSET

Kuvailevat tulokset

Taulukossa 1 on nähtävillä tutkimusmuuttujien tunnuslukuja ja jakaumia aineistossa. Parisuhdetyytyväisyyden keskiarvo oli tässä aineistossa 63.7 ($kh = 14.32$). Naisilla parisuhdetyytyväisyys oli tilastollisesti merkitsevästi korkeampaa ($ka = 65.30$) kuin miehillä ($ka = 62.08$) ($F(1, 224) = 1.694, p < .05$). Populaation keskiarvo on aiemmin ollut amerikkalaisissa aineistoissa 61 (Funk & Rogge, 2007) eli parisuhdetyytyväisyys oli tässä aineistossa hieman keskimääräistä korkeampaa. Funkin ja Roggen (2007) mukaan raja-arvo huomattavalle parisuhteen tyytymättömyydelle on 51.5 pistettä tai alle. Tämän tutkimuksen vastaajista tyytyväisessä parisuhteessa (>51.5) oli 183 vastaajaa (81%) ja huomattavan tyytymättömyyden alueella (<51.5) 43 vastaajaa (19%).

TAULUKKO 1. *Tutkimusmuuttujien keskiarvot, tunnuslukuja sekä jakautuminen eri luokkiin (n = 226).*

Muuttujat	<i>ka</i>	<i>kh</i>	<i>vaihteluväli</i>	<i>n</i>	%
Parisuhdetyytyväisyys	63.75	13.42	15 – 81		
Tyytyväinen parisuhde (>51.5)				183	81.0
Huomattava tyytymättömyys (<51.5)				43	19.0
Välttelevyys	15.81	6.48	6 – 35		
Kiintymysahdistus	26.29	8.31	7 – 42		
Turvallinen				91	40.3
Välttelevä				32	14.2
Ristiriitainen				80	35.4
Pelokas				23	10.2
Sovinnollisuus	3.66	0.69	2.17 – 5.00		
Avoimuus	3.64	0.67	1.83 – 5.00		

ka = keskiarvo, *kh* = keskihajonta

Kiintymystyylin tuloksista havaitaan, että välttelevyyden keskiarvo oli tässä aineistossa 15.81 ($kh = 6.48$) ja kiintymysahdistuksen keskiarvo 26.29 ($kh = 8.31$). Populaation keskiarvo on aiemmin ollut amerikkalaisessa aineistossa välttelevyydelle 14.97–16.28 ja kiintymysahdistukselle 21.73–22.45 (Hegarty ym., 2024; Wei ym., 2007). Välttelevyys oli siis tässä aineistossa keskitasoista ja kiintymysahdistus keskimääräistä korkeampaa. Sukupuolten välisiä keskiarvoja vertaillen välttelevyys oli miehillä tilastollisesti merkitsevästi korkeampaa ($ka = 16.66$) kuin naisilla ($ka = 15.02$) ($F(1, 224) = -1.918, p < .05$) ja kiintymysahdistus puolestaan tilastollisen merkitsevyyden rajoissa hieman korkeampaa naisilla ($ka = 27.15$) kuin miehillä ($ka = 25.37$) ($F(1, 224) = 1.613, p = .054$). Hegartyn ja kollegoiden (2024) mukaisia kiintymyskategorioita mukaillen tämän tutkimuksen vastaajista turvallisen kiintymyksen alueella oli 40%, välttelevän kiintymyksen alueella 14%, ristiriitaisen kiintymyksen alueella 35% ja pelokkaan kiintymyksen alueella 10%.

Persoonallisuuspiirteiden tuloksista nähdään, että sovinnollisuuden keskiarvomuuttujan keskiarvo oli 3.66 ($kh = 0.69$) ja avoimuuden keskiarvo 3.64 ($kh = 0.67$). Sukupuolten välisiä keskiarvoja vertaillen sovinnollisuus oli naisilla tilastollisesti merkitsevästi korkeampaa ($ka = 3.79$) kuin miehillä ($ka = 3.52$) ($F(1, 224) = 3.031, p < 0.01$), mutta avoimuudessa ei ollut tilastollisesti merkitsevää eroa sukupuolten välillä.

Kiintymystyylin yhteys parisuhdetyytyväisyyteen

Kiintymystyylin yhteyttä parisuhdetyytyväisyyteen tutkittiin Pearsonin korrelaatiokertoimen avulla. Taulukossa 2 on nähtävillä tutkimusmuuttujien väliset korrelaatiokertoimet. Kiintymystyyleistä vain välttelevyys oli tilastollisesti erittäin merkitsevässä negatiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyden kanssa ($r = -.49, p < .001$). Kiintymysahdistus ei ollut tilastollisesti merkitsevässä yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ($r = -.093, p = .082$).

Lisäksi havaittiin, että taustamuuttujista ikä oli tilastollisesti merkitsevässä negatiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ($r = -.14, p < .05$). Myös sovinnollisuus oli merkitsevässä positiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ($r = .17, p < .01$). Parisuhteen pituus oli tilastollisesti merkitsevässä yhteydessä sovinnollisuuteen ($r = .14, p < .05$). Välttelevyys oli tilastollisesti merkitsevässä negatiivisessa yhteydessä sovinnollisuuteen ($r = -.22, p < .01$). Avoimuus ja sovinnollisuus korreloivat tilastollisesti merkitsevästi keskenään ($r = .25, p < .001$).

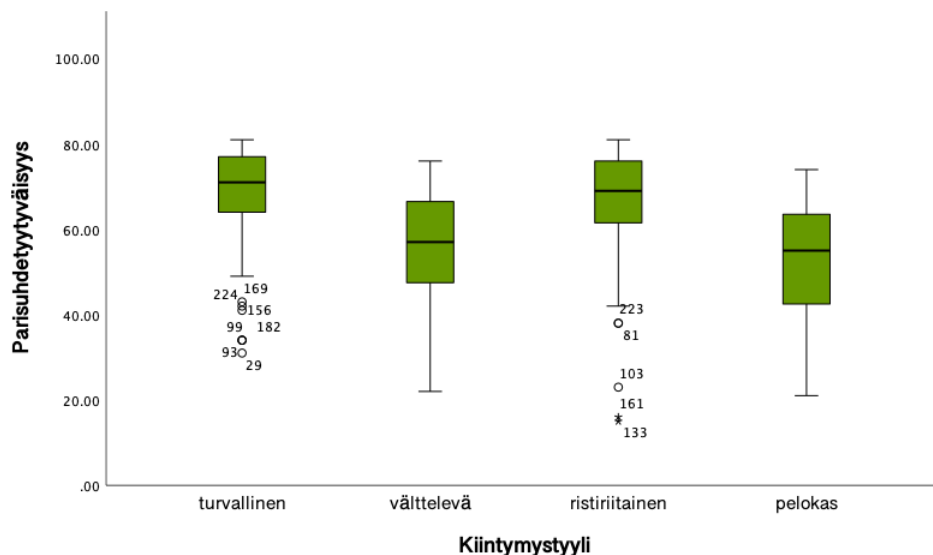
TAULUKKO 2. Tutkimusmuuttujien väliset Pearsonin korrelaatiokertoimet ($n = 226$).

Muuttujat	1	2	3	4	5	6	7
1 Ikä	-						
2 Parisuhteen pituus	.172**	-					
3 Välttelevyys	.013	-.101	-				
4 Kiintymysahdistus	-.145*	-.057	.014	-			
5 Parisuhdetyytyväisyys	-.142*	-.028	-.490***	-.093	-		
6 Sovinnollisuus	.003	.136*	-.215**	-.090	.174**	-	
7 Avoimuus	-.006	.075	-.109	-.029	.090	.245***	-

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

Seuraavaksi tarkasteltiin kiintymystyyliyhmiä keskiarvoja parisuhdetyytyväisyydessä. Parisuhdetyytyväisyyden keskiarvot eri luokissa olivat seuraavat: turvallinen $ka = 67.73$, välttelevä $ka = 55.97$, ristiriitainen $ka = 65.71$ ja pelokas $ka = 52.00$. Kuvan 2 kuviosta voi havaita, että parisuhdetyytyväisyys on korkeampaa turvallisessa ja ristiriitaisessa kiintymystyyli luokassa verrattuna välttelevään ja pelokkaaseen kiintymystyyli luokkaan. Kiintymystyyliyhmiä välisiä keskiarvojen eroja tarkasteltiin riippumattomien otosten t -testien avulla. Tilastollisesti merkitsevät erot keskiarvoissa havaittiin turvallisen ja välttelevän ($F(104, 121) = 4.595$, $p < 0.001$) sekä turvallisen ja pelokkaan ($F(113, 112) = 5.281$, $p < 0.001$) kiintymystyylien välillä. Turvallisen ja ristiriitaisen kiintymystyylien välillä ei havaittu tilastollisesti merkitsevää eroa.

KUVA 2. Eri kiintymystyyli luokkien parisuhdetyytyväisyyden taso.



Sovinnollisuuden moderoiva vaikutus kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välillä

Toisena tutkimuskysymyksenä tarkasteltiin, muokkaako sovinnollisuus kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välistä yhteyttä. Yhteyttä tarkasteltiin hierarkkisella regressioanalyysillä. Ensiksi tutkittiin sovinnollisuuden moderaatiovaikutusta välttelevyyden ja parisuhdetyytyväisyyden väliseen yhteyteen. Taulukosta 3 käy ilmi, että välttelevyys oli itsessään parisuhdetyytyväisyyttä tilastollisesti merkitsevästi ennustava muuttuja ($\beta = -.491, p < .001$) ja lisäsi mallin selitysastetta 26.3 % ($F(1,221) = 70.306, p < .001$). Sovinnollisuus ei ollut itsessään parisuhdetyytyväisyyttä tilastollisesti merkitsevästi ennustava muuttuja. Myöskään välttelevyyden ja sovinnollisuuden välinen interaktiomuuttuja (välttelevyys \times sovinnollisuus) ei ennustanut parisuhdetyytyväisyyttä tilastollisesti merkitsevästi ($\beta = -.035, p = .551$) eikä lisännyt mallin selitysastetta merkitsevästi. Kaikki mallin muuttujat yhdessä selittivät 26.9 % parisuhdetyytyväisyyden vaihtelusta ($F(6,219) = 13.451, p < .001$).

TAULUKKO 3. Lineaarinen regressiomalli sovinnollisuuden vaikutuksesta välttelevyyden ja parisuhdetyytyväisyyden väliseen yhteyteen.

Muuttujat	β	R^2	ΔR^2
1. Askel		.028	.028
Ikä	-.125		
Sukupuoli	-.090		
Parisuhteen pituus	-.006		
2. Askel		.263***	.235***
Välttelevyys	-.491***		
3. Askel		.268***	.006
Sovinnollisuus	.078		
4. Askel		.269***	.001
Välttelevyys \times Sovinnollisuus	-.035		

TAULUKKO 4. Lineaarinen regressiomalli sovinnollisuuden vaikutuksesta kiintymysahdistuksen ja parisuhdetyytyväisyyden väliseen yhteyteen.

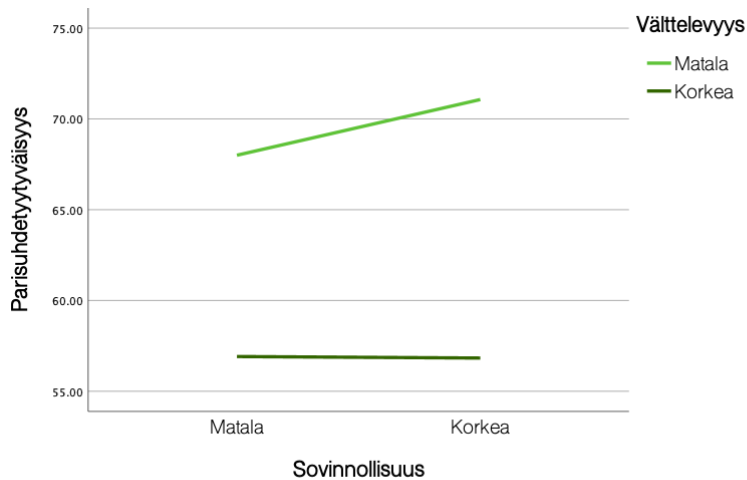
Muuttujat	β	R^2	ΔR^2
1. Askel		.028	.028
Ikä	-.125		
Sukupuoli	-.090		
Parisuhteen pituus	-.006		
2. Askel		.043*	.015
Kiintymysahdistus	-.124		
3. Askel		.065**	.022*
Sovinnollisuus	.155*		
4. Askel		.086**	.021*
Kiintymysahdistus \times Sovinnollisuus	-.145*		

β = standardoitu regressiokerroin mallin viimeiseltä askeleelta, R^2 = mallin selitysaste, ΔR^2 = selitysasteen muutos
 *** = $p < .001$, ** = $p < .01$, * = $p < .05$

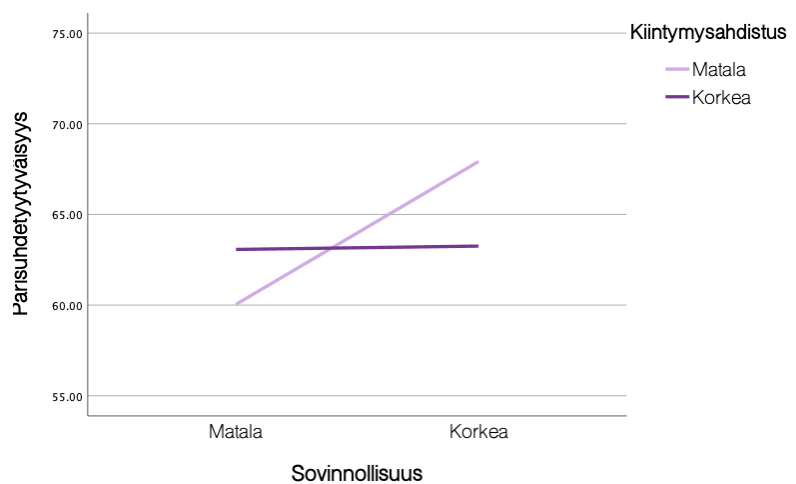
Seuraavaksi tutkittiin sovinnollisuuden moderaatiovaikutusta kiintymysahdistuksen ja parisuhdetyytyväisyyden väliseen yhteyteen. Taulukosta 4 käy ilmi, että kiintymysahdistus ei itsessään ennustanut parisuhdetyytyväisyyttä tilastollisesti merkitsevästi, mutta sovinnollisuus ennusti ($\beta = .155, p < .05$) ja lisäsi mallin selitysasetta 2.2 % ($F(1,220) = 5.282, p < .05$). Myös kiintymysahdistuksen ja sovinnollisuuden välinen interaktiomuuttuja (kiintymysahdistus \times sovinnollisuus) ennusti parisuhdetyytyväisyyttä tilastollisesti merkitsevästi ($\beta = -.145, p = .551$) ja lisäsi mallin selitysasetta 2.1% ($F(1,219) = 4.933, p < .05$). Kaikki mallin muuttujat yhdessä selittivät 8.6 % parisuhdetyytyväisyyden vaihtelusta ($F(6,219) = 3.436, p < .01$).

Regressioanalyseista havaittiin, että sovinnollisuus moderoi ainoastaan kiintymysahdistuksen ja parisuhdetyytyväisyyden välistä yhteyttä. Hypoteesin vastaisesti sovinnollisuus ei moderoi välttelevyyden ja parisuhdetyytyväisyyden välistä yhteyttä. Interaktiotermin yhdysvaikutuksia tutkittiin vielä *Simple Slopes* – testillä ja havainnollistetaan kuvaajissa 3 ja 4.

KUVA 3. *Välttelevyys \times sovinnollisuus yhdysvaikutus parisuhdetyytyväisyyteen.*



KUVA 4. *Kiintymysahdistus \times sovinnollisuus yhdysvaikutus parisuhdetyytyväisyyteen.*



Välttelevyyden ja sovinnollisuuden yhdysvaikutus parisuhdetyytyväisyyteen ei ole tilastollisesti merkitsevä ($t = -0.579, p = .562$). Kuvaajasta 3 on nähtävillä, että sovinnollisuus ei vaikuta välttelevyyden ja parisuhdetyytyväisyyden väliseen yhteyteen. Jos välttelevyys on korkea, parisuhdetyytyväisyys on matalampaa. Jos välttelevyys on matalaa, parisuhdetyytyväisyys on korkeampaa. Vaikka tilastollista merkitsevyyttä ei ole, voimme huomata, että sovinnollisuus nostaa parisuhdetyytyväisyyttä hieman välttelevyyden ollessa matalaa; mitään suoria johtopäätöksiä tästä ei voida kuitenkaan tehdä.

Kiintymysahdistuksen ja sovinnollisuuden yhdysvaikutus on tilastollisesti merkitsevä ($t = 2.272$, $p < .05$). Kuvaajasta 4 on nähtävillä, että sovinnollisuuden merkitsevyys parisuhdetyytyväisyydelle tulee esiin kiintymysahdistuksen ollessa matalaa. Jos kiintymysahdistus on korkea, sovinnollisuus ei vaikuta parisuhdetyytyväisyyteen. Parisuhdetyytyväisyys näyttäisi olevan matalimmillaan kun sekä sovinnollisuus että kiintymysahdistus on matalaa.

Avoimuuden moderoinen vaikutus kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välillä

Kolmantena tutkimuskysymyksenä tarkasteltiin, muokkaako avoimuus kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välistä yhteyttä. Ensiksi tutkittiin avoimuuden moderaatiovaikutusta välttelevyyden ja parisuhdetyytyväisyyden väliseen yhteyteen. Taulukosta 5 käy ilmi, että avoimuus yksinään, eikä välttelevyyden ja sovinnollisuuden välinen interaktiomuuttuja (välttelevyys \times avoimuus), kumpikaan ennustaneet parisuhdetyytyväisyyttä tilastollisesti merkitsevästi ($\beta = .046$, $p = .428$), eivätkä lisänneet mallin selityssastetta merkitsevästi. Kaikki mallin muuttujat yhdessä selittivät 26.6 % parisuhdetyytyväisyyden vaihtelusta ($F(6,219) = 13.244$, $p < .001$).

TAULUKKO 5. Lineaarinen regressiomalli avoimuuden vaikutuksesta välttelevyyden ja parisuhdetyytyväisyyden väliseen yhteyteen.

Muuttujat	β	R^2	ΔR^2
1. Askel		.028	.028
Ikä	-.125		
Sukupuoli	-.090		
Parisuhteen pituus	-.006		
2. Askel		.263^{***}	.235^{***}
Välttelevyys	-.491^{***}		
3. Askel		.264^{***}	.002
Avoimuus	.040		
4. Askel		.266^{***}	.002
Välttelevyys \times Avoimuus	.046		

TAULUKKO 6. Lineaarinen regressiomalli avoimuuden vaikutuksesta kiintymysahdistuksen ja parisuhdetyytyväisyyden väliseen yhteyteen.

Muuttujat	β	R^2	ΔR^2
1. Askel		.028	.028
Ikä	-.125		
Sukupuoli	-.090		
Parisuhteen pituus	-.006		
2. Askel		.043[*]	.015
Kiintymysahdistus	-.124		
3. Askel		.050[*]	.007
Avoimuus	.084		
4. Askel		.055	.005
Kiintymysahdistus \times Avoimuus	-.070		

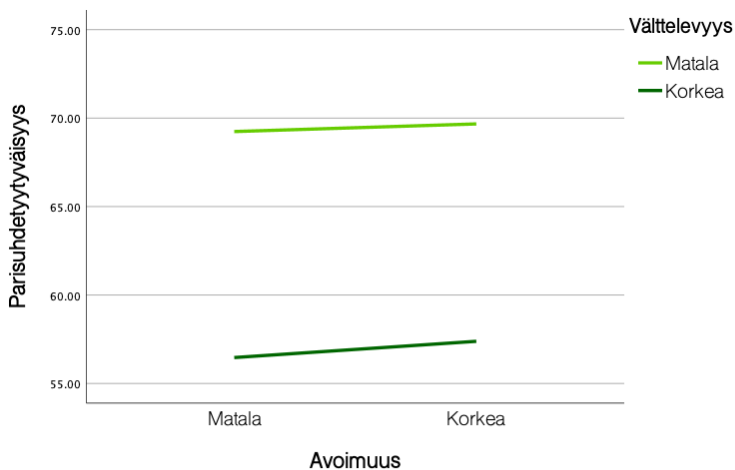
β = standardoitu regressiokerroin mallin viimeiseltä askeleelta, R^2 = mallin selityssaste, ΔR^2 = selityssasteen muutos

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

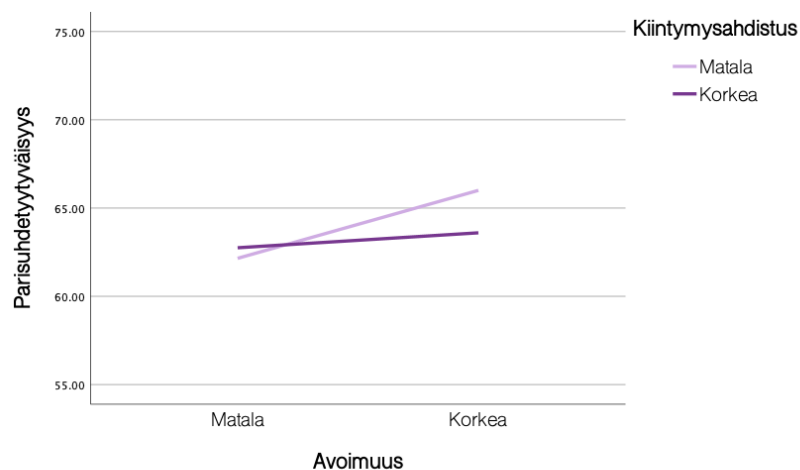
Seuraavaksi tutkittiin avoimuuden moderaatiovaikutusta kiintymysahdistuksen ja parisuhdetyytyväisyyden väliseen yhteyteen. Taulukosta 6 käy ilmi, että kiintymysahdistus yksinään, eikä myöskään kiintymysahdistuksen ja sovinnollisuuden välinen interaktiomuuttuja (kiintymysahdistus × avoimus), kumpikaan ennustaneet parisuhdetyytyväisyyttä tilastollisesti merkitsevästi ($\beta = -.070, p = .305$), eikä lisänneet mallin selitysastetta merkitsevästi. Kaikki mallin muuttujat yhdessä selittivät 5.5 % parisuhdetyytyväisyyden vaihtelusta ($F(6,219) = 2.108, p = .053$).

Regressioanalyseista havaittiin hypoteesien vastaisesti, että avoimuudella ei ole moderoivaa vaikutusta kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden väliseen yhteyteen. Interaktiotermin yhdysvaikutukset havainnollistetaan kuvaajissa 5 ja 6.

KUVA 5. *Välittelevyys × avoimus yhdysvaikutus parisuhdetyytyväisyyteen.*



KUVA 6. *Kiintymysahdistus × avoimus yhdysvaikutus parisuhdetyytyväisyyteen.*



POHDINTA

Tämän pro gradu -tutkielman tarkoituksena oli selvittää, onko kiintymystyyli yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen, sekä tarkastella, muokkaavatko persoonallisuuden piirteistä sovinnollisuus ja avoimus tätä yhteyttä. Tällä tutkimuksella pyrittiin lisäämään ymmärrystä parisuhdetyytyväisyyteen vaikuttavista tekijöistä. Kiintymystyylin sekä persoonallisuuspiirteiden suorista yhteyksistä parisuhdetyytyväisyyteen on paljon aiempaa tutkimustietoa, mutta aiemmissa tutkimuksissa ei ole tarkasteltu näiden yhteisvaikutusta parisuhdetyytyväisyyteen.

Keskeisimmät tulokset

Kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välinen yhteys

Tutkimuksessa havaittiin osittain hypoteesin ja aikaisemman tutkimustiedon mukaisesti, että kiintymystyyli on yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen. Välttelevyyden ja parisuhdetyytyväisyyden välillä havaittiin vahva negatiivinen yhteys (Friedman ym., 2010; Givertz ym., 2013; Vollmann ym., 2019). Toisin sanoen, mitä korkeampaa välttelevyyttä yksilöllä on, sen matalampaa tyytyväisyyttä hän parisuhteessa kokee. Välttelevyyden negatiivinen yhteys näkyi myös kiintymystyyli luokkien parisuhdetyytyväisyyden keskiarvoja vertaillessa: välttelevillä ja pelokkailla, eli luokissa joissa välttelevyys on korkea, oli alhaisimmat pistemäärät parisuhdetyytyväisyydessä. Välttelevyyden negatiivista yhteyttä parisuhdetyytyväisyyteen voidaan selittää esimerkiksi parisuhteen heikomman emotionaalisen yhteyden, heikomman keskusteluyhteyden, vähäisemmän kiitollisuuden ja arvostuksen ilmaisun tai parisuhteen tärkeyden aliarvioimisen kautta (Li & Chan, 2012; Mikulincer & Shaver, 2016; Vollmann ym., 2019). Tässä tutkimuksessa havaittiin myös, että välttelevyys ja sovinnollisuus ovat vahvasti negatiivisessa yhteydessä keskenään. Sovinnollisuus on puolestaan positiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen; välttelevän kiintymystyylin todennäköisempi matalampi sovinnollisuuden taso voi myös olla selittävänä tekijänä välttelevyyden matalampaan parisuhdetyytyväisyyteen.

Oletuksen vastaisesti kiintymysahdistus ei ollut yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen. Yhteys oli kuitenkin negatiivinen ja lähellä merkitsevyyttä. Aikaisempien tutkimusten mukaan sekä välttelevyys että kiintymysahdistus olisivat yhteydessä alhaisempaan parisuhdetyytyväisyyteen (Givertz ym., 2009). Kiintymystyyli luokkien parisuhdetyytyväisyyden keskiarvoja vertaillessa havaittiin kuitenkin, että pelkkä korkea kiintymysahdistus ei merkittävästi madaltanut parisuhdetyytyväisyyttä; ristiriitaisesti kiintyneillä, eli yksilöillä joilla kiintymysahdistus on korkea, parisuhdetyytyväisyyden taso oli lähes yhtä korkea kuin turvallisesti kiintyneillä, eikä ryhmien välillä havaittu tilastollisesti merkitsevää eroa. Kiintymysahdistuksen negatiivinen yhteys parisuhdetyytyväisyyteen ei siis ole yhtä voimakas kuin välttelevyyden (Candel & Turliuc, 2019; Li & Chan, 2012). Vollmann ja kollegat (2019) selittävät tulosta sillä, että korkea kiintymysahdistusta kokevat yksilöt osaavat arvostaa parisuhdetta ja kokea siinä onnellisuutta korkea välttelevyyttä kokevia yksilöitä todennäköisemmin; kiintymysahdistuksen tuottama huoli hylkäämisestä voi edesauttaa sitoutumaan ja panostamaan parisuhteeseen vältteleviä yksilöitä enemmän.

Parisuhdetyytyväisyys oli korkeinta turvallisesti kiintyneillä, eli yksilöillä joilla sekä välttelevyys että kiintymysahdistus on matalaa. Tämä tulos oli oletuksen sekä aikaisemman tutkimustiedon mukaista (Mikulincer & Shaver, 2016). Martinsin ja kollegoiden (2023) laajan meta-analyysin mukaan turvallisen kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välinen positiivinen yhteys voidaan havaita melko johdonmukaisesti tutkimuksesta toiseen. Turvallisesti kiintyneiden korkeampaa parisuhdetyytyväisyyttä voidaan selittää esimerkiksi positiivisen vuorovaikutuksen, emotionaalisen läheisyyden, vähäisempien konfliktien sekä vakaampien parisuhteiden kautta verrattuna turvattomasti kiintyneisiin (Givertz ym., 2009; Shaver & Mikulincer, 2005).

Sovinnollisuuden moderoiniva vaikutus

Aikaisempaa tutkimustietoa vahvistaen sovinnollisuus oli vahvassa positiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen (Furler ym., 2014; Malouff ym., 2010; Schaffhuser ym., 2014). Toisin sanoen, mitä korkeampaa yksilön sovinnollisuus, sitä korkeampaa tyytyväisyyttä hän kokee parisuhteessaan. Sovinnollisuuden piirteet kuten huomaavaisuus, avuliaisuus, sosiaalinen mukauttaminen, yhteistyökyky ja halu ottaa toisen näkökulmat huomioon, selittävät jo itsessään miksi korkea sovinnollisuus on yhteydessä korkeampaan parisuhdetyytyväisyyteen (Graziano & Tobin, 2017; McCrae & Costa, 2003). Parisuhteen kontekstissa korkea sovinnollisuus on nähty olevan yhteydessä esimerkiksi vähäisempään negatiiviseen vuorovaikutukseen, vähäisempiin konflikteihin ja toisaalta konfliktien syntyessä pyrkimykseen päästä kompromisseihin ja sopia riidat (Donnellan ym., 2004; Tov ym., 2016).

Tutkimuksessa havaittiin osittain hypoteesin mukaisesti, että sovinnollisuus moderoi kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välistä yhteyttä; yhteys havaittiin kuitenkin ainoastaan kiintymysahdistuksen kohdalla, mutta ei välttelevyyden. Sovinnollisuuden positiivinen yhteys parisuhdetyytyväisyyteen oli voimakasta erityisesti silloin kun kiintymysahdistus oli matalaa, mutta lähes olematon kun kiintymysahdistus oli korkea. Voimme siis tulkita, että kun kiintymysahdistus on matalaa, eli yksilöllä ei ole voimakasta huolta toisen hylkäämisestä, hänen korkean sovinnollisuuden positiivinen vaikutus tulee näkyviin parisuhteen tyytyväisyydessä. Kun kiintymysahdistus on puolestaan korkea ja yksilöllä on huoli toisen hylkäämisestä, hänen sovinnollisuuden piirteiden positiivinen vaikutus ei pääse vaikuttamaan parisuhdetyytyväisyyteen. Vaikka sovinnollisuus ei moderoi välttelevyyden ja parisuhdetyytyväisyyden välistä yhteyttä

tilastollisesti merkitsevästi, niin sovinnollisuuden positiivinen vaikutus oli havaittavissa kuvaajassa kuitenkin myös matalan välttelevyyden kohdalla.

Koska korkea sovinnollisuus voidaan nähdä parisuhdetyytyväisyyttä vahvistavana tekijänä (Taggart ym., 2019; Weidmann ym., 2017) niin oletuksena oli, että korkea sovinnollisuus voisi vaimentaa korkean välttelevyyden/kiintymysahdistuksen ja parisuhdetyytyväisyyden välistä negatiivista yhteyttä. Oletus ei pitänyt paikkansa, sillä sovinnollisuus ei nostanut parisuhdetyytyväisyyttä juuri lainkaan kiintymysahdistuksen tai välttelevyyden ollessa korkeaa. Toisin sanoen, vaikka yksilöllä olisi korkea sovinnollisuus, mutta myös korkeaa välttelevyyttä/kiintymysahdistusta, niin hänen parisuhdetyytyväisyytensä pysyy melko samantasoisena kuin jos sovinnollisuus olisi matalaa. Sovinnollisuus vahvistaa parisuhdetyytyväisyyttä vain jos kiintymysahdistus tai välttelevyys on matalaa. Tulosta voidaan selittää esimerkiksi Noflen ja Shaverin (2006) tutkimuksen avulla, jonka mukaan kiintymystyyli ennustaa parisuhdetyytyväisyyttä persoonallisuuspiirteitä vahvemmin; turvaton kiintymystyyli voi siis hälventää persoonallisuuspiirteiden positiivisia vaikutuksia.

Koska matala sovinnollisuus voi ennakoida parisuhteen tyytymättömyyttä (Botwin ym., 1997; Graziano & Tobin, 2017), niin toisena oletuksena oli, että matala sovinnollisuus heikentää matalan välttelevyyden/kiintymysahdistuksen ja parisuhdetyytyväisyyden välistä muutoin positiivista yhteyttä. Oletus piti paikkansa kiintymysahdistuksen ja parisuhdetyytyväisyyden välisessä yhteydessä: matala sovinnollisuus heikensi matalan kiintymysahdistuksen ja parisuhdetyytyväisyyden positiivista yhteyttä. Tämä näkyi niin, että parisuhdetyytyväisyys oli matalampaa yksilöillä, joilla oli matala sovinnollisuus ja matala kiintymysahdistus kuin yksilöillä, joilla oli matala sovinnollisuus ja korkea kiintymysahdistus. Matala sovinnollisuus voi näkyä parisuhteessa esimerkiksi negatiivisina kommunikointimalleina, kritiikkinä kumppania kohtaan, vihamielisyytenä, yhteistyön vaikeuksina tai toistuvina ristiriitoina kumppanin kanssa, mitkä selittävät negatiivista vaikutusta parisuhdetyytyväisyydelle (Donnellan ym., 2004; Tov ym., 2016). Tuloksesta voimme tulkita, että korkea kiintymysahdistus voi mahdollisesti olla jopa parisuhdetyytyväisyyttä vahvistava tekijä, jos sovinnollisuus on hyvin matalaa. Kiintymysahdistuksen tuottama voimakas huoli toisen menettämisestä voi johtaa parisuhteessa parempiin seurauksiin kuin matala sovinnollisuus.

Vaikka sovinnollisuus ei moderoanut välttelevyyden ja parisuhdetyytyväisyyden välistä yhteyttä tilastollisesti merkitsevästi, niin matala sovinnollisuus näytti vähentävän kuitenkin myös matalasti välttelevien parisuhdetyytyväisyyttä. Tulos voi viitata siihen, että sovinnollisuuden piirre

voi yleisesti ottaen vaikuttaa nimenomaan turvallisesti kiintyneillä yksilöillä parisuhdetyytyväisyyden tasoon. Ero korkeasti välttelevien ja matalasti välttelevien yksilöiden välillä pysyi kuitenkin hyvin merkittävänä sovinnollisuudesta riippumatta; välttelevyydellä on siis vahvempi yhteys parisuhdetyytyväisyyteen kuin sovinnollisuudella.

Avoimuuden moderoiva vaikutus

Avoimuuden ja parisuhdetyytyväisyyden välillä ei havaittu tilastollisesti merkitsevää yhteyttä. Positiivinen yhteys lähellä merkitsevyyden tasoa kuitenkin havaittiin. Tutkimus vahvisti aikaisempaa epäselvää tutkimustietoa avoimuuden yhteydestä parisuhdetyytyväisyyteen: osa on havainnut tilastollisesti merkitsevän positiivisen yhteyden, osa tilastollisesti merkitsevän negatiivisen yhteyden ja osa ei yhteyttä lainkaan (Donnellan ym., 2004; Nofle & Shaver, 2006). Avoimuuden ristiriitaista tutkimustietoa voidaan selittää esimerkiksi Noflen ja Shaverin (2006) tutkimuksella, jossa avoimuuden alapiirteillä havaittiin olevan erilaisia yhteyksiä parisuhdetyytyväisyyteen; esimerkiksi avoimuus tunteille ja arvoille havaittiin olevan positiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen ja avoimuus uusille ideoille puolestaan negatiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen. On siis mahdollista, että avoimuuden alapiirteet voisivat selittää avoimuuden vaihtelevia yhteyksiä parisuhdetyytyväisyyteen.

Hypoteesin vastaisesti havaittiin, että avoimuus ei moderoi tilastollisesti merkitsevästi kiintymystyylin ja parisuhdetyytyväisyyden välistä yhteyttä. Oletuksena oli, että avoimuus voisi vahvistaa matalan välttelevyyden/kiintymysahdistuksen (ts. turvallisen kiintymystyylin) ja parisuhdetyytyväisyyden välistä positiivista yhteyttä. Oletus pohjasi tutkimuksiin, joissa avoimuus on nähty olevan positiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen (Donnellan ym., 2004; McCrae & Sutin, 2009). Toisena oletuksena oli, että avoimuus vahvistaisi korkean välttelevyyden/kiintymysahdistuksen (ts. turvattoman kiintymystyylin) ja parisuhdetyytyväisyyden välistä negatiivista yhteyttä ja voisi olla riski parisuhteen hajoamiselle. Oletus pohjasi tutkimuksiin, joissa korkea avoimuus on nähty olevan negatiivisessa yhteydessä parisuhdetyytyväisyyteen (esim. Orzeck & Lung, 2005; Solomon & Jackson, 2014). Kumpikaan näistä oletuksista ei pitänyt tilastollisesti tarkasteltuna paikkansa; avoimuus ei vaikuttanut kiintymysahdistuksen ja parisuhdetyytyväisyyden väliseen yhteyteen. Kuvaajia tarkasteltaessa havaittiin, että avoimuuden vaikutus parisuhdetyytyväisyyden tasoon on lähes olematon, riippumatta siitä, onko yksilöllä korkeaa

tai matalaa välttelevyyttä tai kiintymysahdistusta. Avoimuuden piirre ei tämän tutkimuksen valossa siis näyttäyty vahvistavana eikä heikentävänä tekijänä parisuhdetyytyväisyydelle.

Ainut havainto avoimuuden ja kiintymystyylin välisistä yhdysvaikutuksen kuvaajista oli, että kiintymysahdistuksen ollessa matalaa korkea avoimuus heijasteli hieman korkeampaa parisuhdetyytyväisyyttä verrattuna matalaan avoimuuteen. Korkea avoimuus voisi siis mahdollisesti olla joissakin tilanteissa parisuhdetyytyväisyyteen hiukan positiivisesti vaikuttava tekijä, mutta vaikutus voi olla myös olematon. Korkean avoimuuden mahdollista positiivista yhteyttä parisuhdetyytyväisyyteen voitane selittää esimerkiksi avoimuuden yhteydellä korkeampaan seksuaaliseen tyytyväisyyteen parisuhteessa, mikä on yksi tärkeimmistä parisuhdetyytyväisyyden ennustajista (Allen & Walter, 2018). Minkäänlaisia selkeitä tulkintoja ei voida kuitenkaan tehdä, sillä avoimuuden moderoinva yhteys ei ollut tilastollisesti merkitsevä.

Tutkimuksen vahvuudet ja rajoitukset

Tämän tutkimuksen vahvuutena voidaan pitää sitä, että näkökulmana oli kiintymystyylin ja persoonallisuuspiirteiden yhteisvaikutus parisuhdetyytyväisyyteen, josta ei ole juurikaan aiempaa tutkimusta. Tulokset siis sekä täydentävät parisuhdetutkimuksen kenttää, että vahvistavat aiempia tutkimustuloksia. Vahvuutena voidaan pitää myös suomen kielellä tehtyä tutkimusta liittyen parisuhdetyytyväisyyteen - vaikka parisuhdetutkimusta on tehty paljon ympäri maailmaa, sitä ei ole toistaiseksi tehty paljoakaan suomeksi.

Tulosten luotettavuutta ja yleistettävyyttä lisää kansainvälisesti edustava, ympäri maailmaa kerätty satunnainen otos. Yleistettävyyttä lisää myös hyvin tasainen sukupuolijakauma sekä aineiston ikäryhmän jakautuminen koskemaan laajaa ikäjakaumaa (19–55 -vuotiaita). Otoksen koko oli myös kohtalaisen suuri ($n = 226$). Lisäksi tutkimuksen vahvuutena voidaan pitää tuoretta, vuonna 2023 kerättyä aineistoa. Tutkimuksen vahvuuksiin kuuluvat myös aineiston mittarit (*CSI-16*, *ECR-12*, *BFI-2-S*), joissa on havaittu korkea reliabiliteetti (Cronbachin alfat > 0.8), mikä kertoo mittareiden luotettavuudesta ja sisäisestä yhtenäisyydestä. *ECR-12* ja *BFI-2-S* mittarit ovat myös laajasti validoitu sekä käytössä ympäri maailmaa (Attar & Ouadi, 2023; Wei ym., 2007).

Verkkovälitteinen itsearviointikysely tutkimusmenetelmänä voidaan nähdä osaltaan vahvuutena ja osaltaan rajoitteena. Parisuhdetyytyväisyyttä on tutkittu paljon itsearviointimittareilla, ja vaikka yksittäisten mittaustulosten luotettavuutta on välillä kritisoitu, niin ne näyttävät tuottavan

johdonmukaisia mittaustuloksia eri olosuhteissa (Johnson, 1995). Eri verkkovälitteisiä tiedonkeräysalustoja vertailtaessa on havaittu, että Prolific-sivusto, jota tässä tutkimuksessa käytettiin, tuottaa korkealaatuista dataa (Peer ym., 2022). Verkkovälitteisten kyselyiden on havaittu parantavan vastaajien kokemusta heidän anonymiteetistä, mikä voi vähentää sosiaalisesti suotuisaa vastaamista johtaen rehellisempiin vastauksiin (Ward ym., 2014). Tutkimuksen teemat parisuhdetyytyväisyyteen, kiintymyskokemuksiin ja persoonallisuuden piirteisiin liittyen ovat henkilökohtaisia, joten anonyymien verkkokyselyyn kautta vastaaminen on voinut poistaa sosiaalisia paineita ja lisätä vastausten todenmukaisuutta. Verkon välityksellä on ollut mahdollista kerätä kansainvälinen aineisto, mikä voidaan myös nähdä tutkimuksen vahvuutena. Tutkimusmenetelmä voidaan siis kaiken kaikkiaan nähdä olleen hyvä tavoittamaan tutkittavia helposti ympäri maailmaa sekä heidän aitoja kokemuksiaan.

Etänä tutkimukseen osallistuminen oman laitteen välityksellä sisältää monia epävarmuustekijöitä. Vastaamistilannetta ei ole ollut mahdollista kontrolloida, joten esimerkiksi kiire, erilaiset häiriötekijät sekä vuorokauden aika ovat voineet vaikuttaa vastauksiin. Verkkovälitteisesti kerätty aineisto on kuitenkin havaittu tuottavan yhtä luotettavaa aineistoa kuin perinteisemmin menetelmin kerätyt aineistot (Walter ym., 2019). Myös itsearviointikysely tutkimusmenetelmänä sisältää epävarmuustekijöitä; itsearviointikyselyn tulokset voivat vaihdella paljonkin riippuen yksilön vastaustavasta, kysymysten ymmärtämisestä, epärehellisyydestä sekä tilannetekijöistä. Aineiston keräämisessä pyrittiin kuitenkin varmistamaan ainakin osallistujien tarkkaavuus sisällyttämällä kyselyiden oheen tarkkaavaisuuskyseksiä.

Tutkimuksen tulosten yleistettävyyttä heikentävänä tekijänä voidaan pitää sitä, että tutkittavien parisuhteet olivat suurimmaksi osaksi melko lyhyitä (<5v), ikäjakauma aineistossa oli suurimmaksi osaksi nuori (20-30v) ja kaikki tutkittavat olivat lapsettomia. Jotkut tutkimukset ovat esittäneet, että parisuhdetyytyväisyys vähenisi yhdessä vietettyjen vuosien varrella (Umberson ym., 2005; Van Laningham ym., 2001). Lisäksi turvattoman kiintymystyylin negatiivinen yhteys parisuhdetyytyväisyyteen näyttäisi voimistuvan vuosien kuluessa (Hadden ym., 2014). Lapsen saamisen ja vanhemmaksi tulon on havaittu joissakin tutkimuksissa vähentävän parisuhdetyytyväisyyttä (Bühler ym., 2021; Twenge ym., 2003). Tässä tutkimuksessa parisuhdetyytyväisyyden taso voisi siis teoriassa olla keskimääräistä korkeampaa, sillä parisuhteet ovat kestäneet suurimmaksi osaksi vasta vähän aikaa, eikä tutkittavilla ole lapsia. Toisaalta, osa tutkimuksista viittaa siihen, että parisuhdetyytyväisyys näyttäisi laskevan erityisesti parisuhteen ensimmäisten vuosien aikana ja erityisesti nuorilla aikuisilla (Bühler ym., 2021; Kurdek, 2005).

Pohdittavaksi jää, onko parisuhdetyytyväisyyden taso tässä tutkimuksessa keskimääräistä korkeampaa.

Tutkimustulosten rajoitteena voidaan pitää myös sitä, että tutkimuksessa otettiin huomioon vain tutkittavien toimijavaikutus (actor effect), eli vain yksilön oman kiintymystyylin ja persoonallisuuden vaikutukset omaan parisuhdetyytyväisyyden kokemukseen. Yksilön kiintymystyyli ja persoonallisuus vaikuttavat sekä itse koettuun että kumppanin kokemaan parisuhdetyytyväisyyteen (Robins ym., 2000). Tässä tutkimuksessa huomiomatta jäi kokonaan se, millainen oli tutkittavan kumppanin kiintymystyyli, persoonallisuus sekä hänen kokema parisuhdetyytyväisyys. Nämä tiedot olisivat voineet avata ja selittää joitakin tutkimustuloksia lisää, kuten esimerkiksi miksi joku kokee matalampaa tai korkeampaa parisuhdetyytyväisyyttä. Tuloksia tulkittaessa on siis tärkeää huomata, että tutkimuksen tuloksista ei käytetyn poikkileikkaus- ja tutkimusasetelman sekä menetelmien vuoksi voida tehdä suoria syy-seuraussuhdepäätelmiä.

Tutkimuksen merkitys ja jatkotutkimustarpeet

Tutkimus tarjoaa uutta näkökulmaa parisuhdetutkimuksen kenttään, erityisesti kotimaisena tutkimuksena. Parisuhdetyytyväisyys on yksi parisuhdetutkimuksen merkittävimpiä tutkimuskohteita, sillä se on yksi vahvimista ennustajista parisuhteen pysyvyydelle, ja sen voidaan nähdä olevan monin tavoin yhteydessä yksilöiden ja perheiden hyvinvointiin (Beeney ym., 2019; Chen ym., 2022). Aiempia tutkimuksia mukaillen tämä tutkimus vahvisti, että kiintymystyyleistä erityisesti välttelevyydellä on negatiivinen yhteys parisuhdetyytyväisyyteen ja persoonallisuuspiirteistä erityisesti sovinnollisuudella positiivinen yhteys parisuhdetyytyväisyyteen. Lisäksi tutkimus tuotti uutta tietoa siitä, miten sovinnollisuuden positiivinen vaikutus näyttäytyy parisuhdetyytyväisyydessä yhdessä kiintymystyylin kanssa.

Tarkempien tutkimustulosten saamiseksi tulevissa tutkimusasetelmissa olisi tärkeää ottaa huomioon myös kumppaniefekti (partner effect), eli tutkia pariskunnan molempien osapuolten kiintymystyyliä, persoonallisuutta ja parisuhdetyytyväisyyttä, sekä miten heidän tuloksensa ovat yhteydessä toisiinsa. Dyrenforthin ja kollegoiden (2010) mukaan parisuhde on dyadinen suhde, jossa suhteen kumpikin osapuoli vaikuttaa sen toimivuuteen. Parisuhteen *haavoittuvuus-stressi-sopeutumismallin* mukaan sekä kumppaneiden yksilölliset piirteet että pariskunnan yhteiset adaptiiviset prosessit vaikuttavat keskeisesti parisuhteen laatuun, joten ymmärrettävien

tutkimustulosten saamiseksi olisi perusteltua tutkia pariskunnan molempia osapuolia (Umberson ym., 2005).

Parisuhdetutkimuksen kenttään kaivattaisiin lisää tietoa pitkittäisasetelmaa hyödyntäen. Useimmat parisuhdetyytyväisyyteen liittyvät tutkimukset ovat poikkileikkaustutkimuksia, joissa jää huomioimatta esimerkiksi parisuhteen pituuden sekä elämäkokemusten vaikutukset parisuhdetyytyväisyyteen. Solomonin ja Jacksonin (2014) mukaan persoonallisuuspiirteillä voi olla erityinen vaikutus parisuhdetyytyväisyyden muutoksiin erityisesti muuttuvien elämäntapahtumien aikana. Pariskunnan kohtaamat stressaavat elämäntapahtumat on parisuhteen *haavoittuvuus-stressi-sopeutumismallin* mukaan yksi keskeisistä tekijöistä, joka on vaikuttamassa parisuhteen laatuun, joten se olisi merkityksellistä ottaa huomioon myös tutkimuksissa (Umberson ym., 2005). Tulevissa tutkimuksissa olisi tärkeää huomioida aineistoa kerätessä, että tutkittaviksi valittaisiin myös pariskuntia joilla on lapsia, sillä lasten saaminen ja vanhemmaksi tulo voivat vaikuttaa parisuhdetyytyväisyyteen (Bühler ym., 2021).

Pitkään (esimerkiksi yli 10v) parisuhteessa olevia pariskuntia olisi perusteltua tutkia, jotta saataisiin tietoa pitkien parisuhteiden parisuhdetyytyväisyydestä sekä pitkään parisuhteeseen vaikuttavista tekijöistä. Tutkimustulokset parisuhteen keston vaikutuksista parisuhdetyytyväisyyteen ovat ristiriitaisia, josta kaivattaisiinkin lisää tutkimustietoa. Osa tutkimuksista viittaa siihen, että parisuhdetyytyväisyys laskee yhdessä vietettyjen vuosien aikana (Umberson ym., 2005; Van Lanningham ym., 2001), mutta esimerkiksi Wilmothin ja kollegoiden (2015) mukaan parisuhdetyytyväisyys voidaan nähdä U-muotoisena käyränä, jossa parisuhdetyytyväisyys on aluksi korkeaa, laskee yhteisten vuosien varrella ja nousee taas vuosikymmenten jälkeen. Tätä mallia tukevat myös tutkimukset, joissa iäkkäämmät pariskunnat näyttäisivät olevan tyytyväisempiä parisuhteeseen kuin keski-ikäiset (Levenson ym., 1993). Osa tutkimuksista viittaa puolestaan siihen, että parisuhdetyytyväisyys laskisi vain pienellä osalla pareista; näiden tutkimusten mukaan korkea parisuhdetyytyväisyys ensimmäisinä vuosina ennustaa tyytyväisyyden pysymistä korkeana jatkossakin, mutta parisuhdetyytyväisyyden ollessa matalampaa jo ensimmäisten vuosien aikana, ennustavan sen laskua jatkossakin (Birditt ym., 2012; Lavner & Bradbury, 2010).

Yhteiskunnallisessa keskustelussa olisi tärkeää tuoda esiin parisuhdetyytyväisyyden merkitystä yksilöiden ja perheiden hyvinvoinnille, sekä muuttaa parisuhdenäkemystä ”kehityskeskemmäksi”. Olisi tärkeää, että pariskunnat uskaltaisivat ja haluaisivat hakea tukea parisuhteeseen matalammalla kynnyksellä (Coleman ym., 2013). Asenteet ammattilaisten tarjoamaa parisuhdetukea kohtaan ovat herkästi ennakkoluuloisia, vaikka

tutkimusnäyttöä on paljon siitä, miten parisuhteita voidaan parantaa ja estää niiden jatkuva heikkeneminen. Yksi merkittävä este tuen hakemiselle on pelko leimautumisesta (Coleman & Stoilova, 2014). Muita tuen hakemisen esteitä voivat olla esimerkiksi syvä uskomus siitä, että parisuhde on yksityisasia ja toisaalta ajatusmalli siitä, että paljoakaan ei ole tehtävissä jos parisuhteessa on paljon haasteita (Reynolds ym., 2014). Parisuhdevaikeuksissa tukea haetaan usein esimerkiksi ystäviltä tai perheeltä, ja ammattilaisten tarjoamaa parisuhdetukea pidetään vasta "viimeisenä keinona"; näin tuki voidaan lopulta myös kokea liian myöhäiseksi (Chang & Barrett, 2009; Coleman ym., 2013).

Tietoa persoonallisuuden ja kiintymystyylin vaikutuksista ihmissuhteisiin, ja erityisesti parisuhteeseen, olisi myös tärkeää tuoda laajempaan tietoon; tämä voisi lisätä parisuhdetyytyväisyyttä jo pelkästään lisääntyvän ymmärryksen ja hyväksymisen kautta. Monet ristiriidat parisuhteissa voivat johtua siitä, että kumppanin toiminta- tai ajattelutapoja yritetään muuttaa toisenlaiseksi, ja petytään kerta toisensa jälkeen kun asiat eivät muutu. Syvimmiltään kyse voi kuitenkin olla synnynnäisistä persoonallisuuspiirteistä jotka ovat suhteellisen pysyviä ominaisuuksia, eivätkä ole hetkessä muokattavia, jos lainkaan (McAdams & Olson, 2010). Myös kiintymystyyllillä on vaikutusta parisuhteiden toimivuuteen näkyen erilaisina reagointitapoina ja odotuksina kumppania kohtaan. Osin tämän tutkimuksen tulosten mukaisesti erityisesti välttelevyydellä, mutta myös kiintymysahdistuksella, on havaittu yhteyksiä muun muassa vähäisempään sovinnollisuuteen ja vähäisempään empaattiseen kohtaamiseen kumppania kohtaan, sekä matalampaan parisuhdetyytyväisyyteen (Vollmann ym., 2019; Young & Simpson, 2017). Kiintymystyyllit ovat kuitenkin persoonallisuutta joustavampi ominaisuus, jota voidaan työstää esimerkiksi psykoterapiassa tai parisuhdeterapiassa (Fraley, 2019).

Tukea parisuhteisiin olisi tärkeää tarjota matalalla kynnyksellä yhteiskunnassa. Eri elämänvaiheiden aikana parisuhteen laatu voi vaihdella ja erityisesti erilaiset siirtymävaiheet voivat koetella parisuhdetta, kuten vanhemmaksi tulo, kumppanin tai läheisen sairastuminen tai lasten kotoa poismuutto. Näissä vaiheissa pariskunnille olisi tärkeää olla tarjolla matalan kynnyksen tukea (Coleman & Stoilova, 2014; Mitnick ym., 2009). Myös pariskunnille, joilla on erityisesti korkeaa välttelevyyttä tai selvää tyytymättömyyttä parisuhteeseensa, olisi arvokasta tarjota parisuhdetyytyväisyyttä vahvistavia interventioita (Ramezani ym., 2020; Schmidt & Gelhert, 2017; Vollmann ym., 2019). Pariskunnille tarjotuilla interventioilla voidaan vahvistaa parisuhdetyytyväisyyttä muun muassa pariskunnan välisen empaattisemman kohtaamisen, vahvistuvan keskusteluyhteyden, huolenaiheiden ilmaisun, konfliktien ratkaisukyvyyn sekä vähäisempien tuhoisten konfliktien kautta (Algoe & Haidt, 2009; Zhaoyang, 2016; Lambert ym.,

2012; Parnell, 2015; Reynolds ym., 2014). Parisuhdeinterventiot näyttäisivät vahvistavan myös turvallista vanhemmuutta, mikä vaikuttaa suoraan myös lasten ja perheen hyvinvointiin (Carlson & McLanahan, 2004). Parisuhteeseen tarjottu tuki voi olla myös ehkäisemässä mahdollisia eroprosesseja sekä niihin liittyviä stressitekijöitä ja niistä seuraavia sosiaalisia, terveydellisiä ja taloudellisia seurauksia (Coleman & Glenn, 2009). Parisuhdetyytyväisyyden ymmärtäminen, vaaliminen ja vahvistaminen voidaan nähdä yhtenä merkittävänä yhteiskunnan hyvinvoinnin tukemisen muotona.

LÄHDELUETTELO

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. New York: Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9780203758045>
- Algoe, S. B., & Haidt, J. (2009). Witnessing excellence in action: The ‘other-praising’ emotions of elevation, gratitude, and admiration. *The Journal of Positive Psychology*, 4(2), 105–127. <https://doi.org/10.1080/17439760802650519>
- Allen, M. S., & Walter, E. E. (2018). Linking big five personality traits to sexuality and sexual health: A meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 144(10), 1081–1110. <https://doi.org/10.1037/bul0000157>
- Attar, F., & Ouadi, K. (2023). Adaptation and validation of the big five inventory-2-short form in a sample of moroccan young adults. *International Journal of Social Sciences and Education Research Studies*, 3(3), 407–414. <https://doi.org/10.55677/ijssers/V03I3Y2023-08>
- Banse, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(2), 273–282. <https://doi.org/10.1177/0265407504041388>
- Barrett, H., Chang, Y-S., & Walker J. (2011). Improving children’s outcomes by supporting couple relationships, reducing family conflict and addressing domestic violence. *Centre for Excellence and Outcomes in Children and Young People’s Services*. http://www.c4eo.org.uk/themes/families/reducingconflict/files/reducing_conflict_full_knowledge_review.pdf
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(2), 147–178. <https://doi.org/10.1177/0265407590072001>

- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*(2), 226–244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Beeney, J. E., Stepp, S. D., Hallquist, M. N., Ringwald, W. R., Wright, A. G. C., Lazarus, S. A., Scott, L. N., Mattia, A. A., Ayars, H. E., Gebreselassie, S. H., & Pilkonis, P. A. (2019). Attachment styles, social behavior, and personality functioning in romantic relationships. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, *10*(3), 275–285. <https://doi.org/10.1037/per0000317>
- Birditt, K., Hope, S., Brown, E., & Orbuch T. (2012). Developmental trajectories of marital happiness over 16 Years. *Research in Human Development*, *9*(2), 126–144. <https://doi.org/10.1080/15427609.2012.680844>
- Bookwala J. (2005). The role of marital quality in physical health during the mature years. *Journal of Aging and Health*, *17*(1), 85–104. <https://doi.org/10.1177/0898264304272794>
- Botwin, M. D., Buss, D. M., & Shackelford, T. K. (1997). Personality and mate preferences: Five factors in mate selection and marital satisfaction. *Journal of Personality*, *65*(1), 107–136. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1997.tb00531.x>
- Bowlby J. (1969/1982). *Attachment and loss. Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss. Vol. 2. Separation: anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bradbury, T., & Karney B. (2004). Understanding and altering the longitudinal course of marriage. *Journal of Marriage and Family*, *66*(4), 862–879.
- Bradbury, Y., & Lavner, J. (2011). How can we improve preventive and education interventions for intimate relationships? *Behaviour Therapy*, *43*, 113–122. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.02.008>
- Brassard, A., Lussier, Y., & Shaver, P. R. (2009). Attachment, perceived conflict, and couple satisfaction: Test of a mediational dyadic model. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, *58*(5), 634–646. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2009.00580.x>
- Burnett, S., Coleman, L., Houlston, C., & Reynolds, J., (2012). Happy homes and productive workplaces. *OnePlusOne and Working Families*.
- Bühler, J. L., Krauss, S., & Orth, U. (2021). Development of relationship satisfaction across the life span: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, *147*(10), 1012–1053. <https://doi.org/10.1037/bul0000342>
- Candel, O., & Turliuc, M. N. (2019). Insecure attachment and relationship satisfaction: A meta-analysis of actor and partner associations. *Personality and Individual Differences*, *147*, 190–199. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.037>

- Carlson, B. E. (2000). Children exposed to intimate partner violence: Research findings and implications for intervention. *Trauma, Violence, & Abuse, 1*(4), 321–342. <https://doi.org/10.1177/1524838000001004002>
- Carlson, M., & McLanahan, S. (2004). Do good partners make good parents? Relationship quality and parenting in married and unmarried families. *Centre for Research on Child Wellbeing*.
- Chang, Y. S., & Barrett, H. (2009). *Couple relationships: A review of the nature and effectiveness of support services*. London: Family and Parenting Institute.
- Chen, M.-T., Lin, G.-X., Lu, C., & Chang, Y.-P. (2022). Good partners, good parents: Parent relationship satisfaction predicts parenting efficacy for young children. *Applied Research in Quality of Life 17*(4), 2405–2422. <https://doi.org/10.1007/s11482-022-10043-1>
- Chi Kuan Mak, M., Bond, M. H., Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (2010). Adult attachment, perceived support, and depressive symptoms in Chinese and American cultures. *Journal of Social and Clinical Psychology, 29*(2), 144–165. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.2.144>
- Coleman, L., & Glenn, F. E. (2009). When couples part: Understanding the consequences for adults and children. London: *OnePlusOne*.
- Coleman, L., Mitcheson, J., & Lloyd, G. (2013). Couple relationships: Why are they important for health and wellbeing? *Journal of Health Visiting, 1*(3), 168–172. <https://doi.org/10.12968/johv.2013.1.3.97597>
- Coleman, L., & Stoilova, M. (2014). Opportunities for Relationship Support: A set of diverse case studies. *Relationships Alliance*.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1994). Cognitive representations of attachment: The structure and function of working models. *Attachment processes in adulthood, 53–90*. Jessica Kingsley Publishers.
- Conger, R. D., Wallace, L. E., Sun, Y., Simons, R. L., McLoyd, V. C., & Brody, G. H. (2002). Economic pressure in African American families: A replication and extension of the family stress model. *Developmental Psychology, 38*(2), 179–193. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.2.179>
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual. Odessa, FL: *Psychological Assessment Resources*.
- Cunningham, M., & Thornton, A. (2006). The influence of parents' marital quality on adult children's attitudes toward marriage and its alternatives: Main and moderating effects. *Demography, 43*(4), 659–672. <https://doi.org/10.1353/dem.2006.0031>
- de Oliveira, J. J., de Castro do Nascimento, A. M., & de Araújo Lopes, F. (2021). Influence of personality, attachment and mate value on heterosexual and non-heterosexual romantic

- relationship satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 183, 111–128. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111128>
- Del Giudice, M. (2019). Sex differences in attachment styles. *Current Opinion in Psychology*, 25, 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.004>
- Demir, M. (2009). Close relationships and happiness among emerging adults. *Journal of Happiness Studies* 11, 293–313. <https://doi.org/10.1007/s10902-009-9141-x>
- DeWall, C. N., Lambert, N. M., Slotter, E. B., Pond, R. S., Jr., Deckman, T., Finkel, E. J., & Fincham, F. D. (2011). So far away from one's partner, yet so close to romantic alternatives: Avoidant attachment, interest in alternatives, and infidelity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1302–1316. <https://doi.org/10.1037/a0025497>
- Diamond, L. M., Fagundes, C. P., & Butterworth, M. R. (2010). Intimate relationships across the life span. *The Handbook of Life-Span Development, Volume 2: Social and Emotional Development*, 389–411. <https://doi.org/10.1002/9780470880166.hlsd002011>
- Donnellan, M. B., Conger, R. D., & Bryant, C. M. (2004). The Big Five and enduring marriages. *Journal of Research in Personality* 38(5), 481–504. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2004.01.001>
- Doss, B., Rhoades, G., Stanley, S., & Markman, H. (2009). The effect of the transition to parenthood on relationship quality: An 8-year prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(3), 601–619. <https://doi.org/10.1037/a0013969>
- Dyrenforth, P. S., Kashy, D. A., Donnellan, M. B., & Lucas, R. E. (2010). Predicting relationship and life satisfaction from personality in nationally representative samples from three countries: The relative importance of actor, partner, and similarity effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(4), 690–702. <https://doi.org/10.1037/a0020385>
- Falconier, M. K., Jackson, J. B., Hilpert, P., & Bodenmann, G. (2015). Dyadic coping and relationship satisfaction: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 42, 28–46. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.07.002>
- Feeney, J. A. (1994). Attachment style, communication patterns and satisfaction across the life cycle of marriage. *Personal Relationships*, 1(4), 333–348. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1994.tb00069.x>
- Fincham, F., & Beach, S. (2006). Relationship satisfaction. *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*, 579–594. Cambridge University Press.
- Fincham, F., & Rogge, R. (2010). Understanding relationship quality: Theoretical challenges and new tools for assessment. *Journal of Family Theory and Review*, 2(4), 227–242. <https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00059.x>
- Floyd, F. Klotz Daugherty, M., Fitzgerald, H., Cranford, J., & Zucker, R. (2006). Marital interaction in alcoholic and non-alcoholic couples: Alcoholic subtype variations and wives' alcoholism

stats. *Journal of Abnormal Psychology*, 115(1), 121–130. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.115.1.121>

- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (1997). Adult attachment and the suppression of unwanted thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(5), 1080–1091. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.5.1080>
- Fraley R. C., Hudson N. W., Heffernan M. E., & Segal N. (2015). Are adult attachment styles categorical or dimensional? A taxometric analysis of general and relationship-specific attachment orientations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 109(2), 354–368. <https://doi.org/10.1037/pspp0000027>
- Fraley, R. C. (2019). Attachment in adulthood: Recent developments, emerging debates, and future directions. *Annual Review of Psychology*, 70(1), 401–422. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102813>
- Fraley, R. C., & Roisman, G. I. (2019). The development of adult attachment styles: Four lessons. *Current Opinion in Psychology*, 25, 26–30. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.008>
- Friedman, M., Rholes, W. S., Simpson, J., Bond, M., Diaz-Loving, R., & Chan, C. (2010). Attachment avoidance and the cultural fit hypothesis: A cross-cultural investigation. *Personal Relationships*, 17(1), 107–126. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2010.01256.x>
- Funk, J. L., & Rogge, R. D. (2007). Testing the ruler with item response theory: Increasing precision of measurement for relationship satisfaction with the Couples Satisfaction Index. *Journal of Family Psychology*, 21(4), 572–583. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.4.572>
- Furler, K., Gomez, V., & Grob, A. (2013). Personality similarity and life satisfaction in couples. *Journal of Research in Personality*, 47(4), 369–375. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jrp.2013.03.002>
- Furler, K., Gomez, V., & Grob, A. (2014). Personality perceptions and relationship satisfaction in couples. *Journal of Research in Personality*, 50, 33–41. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2014.02.003>
- Gottman, J. (2018). *The seven principles for making marriage work*. Hachette UK.
- Gottman, J. M., Coan, J., Carrere, S., & Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family*, 60(1), 5–22. <https://doi.org/10.2307/353438>
- Givertz, M., Segrin, C., & Hanzal, A. (2009). The association between satisfaction and commitment differs across marital couple types. *Communication Research*, 36(4), 561–584. <https://doi.org/10.1177/009365020933303>

- Givertz, M., Woszidlo, A., Segrin, C., & Knutson, K. (2013). Direct and indirect effects of attachment orientation on relationship quality and loneliness in married couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 30*(8), 1096–1120. <https://doi.org/10.1177/0265407513482445>
- Graziano, W. G., & Eisenberg, N. (1997). Agreeableness: A dimension of personality. *Handbook of Personality Psychology, 795–824*. Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012134645-4/50031-7>
- Graziano W. G., & Tobin R. M. (2017). Agreeableness and the five factor model. *The Oxford handbook of the five factor model, 1*, 5–131. Oxford University Press.
- Hadden, B. W., Smith, C. V., & Webster, G. D. (2014). Relationship duration moderates associations between attachment and relationship quality: Meta-analytic support for the temporal adult romantic attachment model. *Personality and Social Psychology Review, 18*(1), 42–58. <https://doi.org/10.1177/1088868313501885>
- Hammond, J. R., & Fletcher, G. J. (1991). Attachment styles and relationship satisfaction in the development of close relationships. *New Zealand Journal of Psychology, 20*(2), 56–62.
- Hegarty, D., Smyth, C., Buchanan, B., Bartholomew, E., & Baker, S. (2024). A review of the clinical utility and psychometric properties of the Experience in Close Relationships - Short Form (ECR-S): Norms, percentile rankings, and qualitative descriptors. *NovoPsych*. <https://novopsych.com.au/assessments/formulation/experience-in-close-relationship-scale-short-form-ecr-s/>
- Henry, N. J., Berg, C. A., Smith, T. W., & Florsheim, P. (2007). Positive and negative characteristics of marital interaction and their association with marital satisfaction in middle-aged and older couples. *Psychology and Aging, 22*(3), 428. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.22.3.428>
- Hesse, E. (2008). The Adult Attachment Interview: Protocol, method of analysis, and empirical studies. *Handbook of Attachment: Theory, research and clinical applications, 552–598*. New York: The Guilford Press.
- Holland, A. S., & Roisman, G. I. R. (2008). Big five personality traits and relationship quality: Self-reported, observational, and physiological evidence. *Journal of Social and Personal Relationships, 25*(5), 811–829. <https://doi.org/10.1177/0265407508096697>
- Holt-Lunstad, J., Birmingham, W., & Jones, B. Q. (2008). Is there something unique about marriage? The relative impact of marital status, relationship quality, and network social support on ambulatory blood pressure and mental health. *Annals of behavioral medicine, 35*(2), 239–244. <https://doi.org/10.1007/s12160-008-9018-y>
- Holzapfel, J., Randall, A. K., Tao, C., & Iida, M. (2018). Intercultural couples' internal stress, relationship satisfaction, and dyadic coping. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships, 12*(2), 145–163. <https://doi.org/10.5964/ijpr.v12i2.302>

- Joel, S., Eastwick, P. W., Allison, C. J., Arriaga, X. B., Baker, Z. G., Bar-Kalifa, E., ..., & Wolf, S. (2020). Machine learning uncovers the most robust self-report predictors of relationship quality across 43 longitudinal couples studies. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, *117*(32), 19061–19071. <https://doi.org/10.1073/pnas.1917036117>
- Johnson, D. (1995). Assessing marital quality in longitudinal and life course studies. *Family Assessment*. Lincoln, NE: Buros Institute of Mental Measurements, University of Nebraska-Lincoln.
- Jones, J. T., & Cunningham, J. D. (1996). Attachment styles and other predictors of relationship satisfaction in dating couples. *Personal relationships*, *3*(4), 387–399. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1996.tb00123.x>
- Jose, P. E. (2013). ModGraph-I: A programme to compute cell means for the graphical display of moderational analyses. *The internet version, Version 3.0*. Victoria University of Wellington, Wellington, New Zealand. <https://psychology.victoria.ac.nz/modgraph/onlinecontcomp.php>
- Józefacka, N. M., Szpakiewicz, E., Lech, D., Guzowski, K., & Kania, G. (2023). What matters in a relationship — Age, sexual satisfaction, relationship length, and interpersonal closeness as predictors of relationship satisfaction in young adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*(5), 4103. <https://doi.org/10.3390/ijerph20054103>
- Kantrowitz, B., & Wingert, P. (1999). The science of a good marriage. *Newsweek*, *133*(16), 52–58.
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (1995). Assessing longitudinal change in marriage: An introduction to the analysis of growth curves. *Journal of Marriage and Family*, *57*(4), 1091–1108. <https://doi.org/10.2307/353425>
- Kaur, J., & Soni, S. (2024). Investigating the relationship between personality traits, attachment styles & relationship satisfaction in romantic relationships of couples. *International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology*, *2*(4), 731–764.
- Kimmes, J. G., Durtschi, J. A., Clifford, C. E., Knapp, D. J., & Fincham, F. D. (2015). The role of pessimistic attributions in the association between anxious attachment and relationship satisfaction. *Family Relations*, *64*(4), 547–562. <https://doi.org/10.1111/fare.12130>
- Kurdek, L. (1999). The nature and predictors of the trajectory of change in marital quality for husbands and wives over the first 10 years of marriage. *Developmental Psychology*, *35*(5), 1283-1296. <https://doi.org/10.1037//0012-1649.35.5.1283>
- Kurdek, L. A. (2005). Gender and marital happiness early in marriage: A growth curve approach. *Journal of Marriage and Family*, *67*(1), 68–84. <https://doi.org/10.1111/j.0022-2445.2005.00006.x>
- Lafontaine, M.-F., Brassard, A., Lussier, Y., Valois, P., Shaver, P. R., & Johnson, S. M. (2016). Selecting the best items for a short-form of the Experiences in Close Relationships

- Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 32(2), 140–154. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000243>
- Lambert, N.M., Fincham, F. D., & Stanley, S. (2012). Prayer and satisfaction with sacrifice in close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(8), 1058–1070. <https://doi.org/10.1177/0265407512449316>
- Lavner, J. A., & Bradbury, T. N. (2010). Patterns of change in marital satisfaction over the newlywed years. *Journal of Marriage and Family*, 72(5), 1171–1187. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00757.x>
- Lehnart, J., & Neyer, F. J. (2006). Should I stay or should I go? Attachment and personality in stable and instable romantic relationships. *European Journal of Personality: Published for the European Association of Personality*, 20(6), 475–495. <https://doi.org/10.1002/per.606>
- Lemay, E. P. J., Clark, M. S., & Feeney, B. C. (2007). Projection of responsiveness to needs and the construction of satisfying communal relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(5), 834–853. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.92.5.834>
- Levenson, R. W., Carstensen, L. L., & Gottman, J. M. (1993). Long-term marriage: Age, gender, and satisfaction. *Psychology and Aging*, 8(2), 301–313. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.8.2.301>
- Li, T., & Chan, D. K. S. (2012). How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A meta-analytic review. *European Journal of Social Psychology*, 42(4), 406–419. <https://doi.org/10.1002/ejsp.1842>
- Londero-Santos, A., Natividade, J. C., & Féres-Carneiro, T. (2021). Do romantic relationships promote happiness? Relationships' characteristics as predictors of subjective well-being. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 15(1), 3–19. <https://doi.org/10.5964/ijpr.4195>
- Lopez, F. G. (2009). Adult attachment security: The relational scaffolding of positive psychology. *The Oxford handbook of positive psychology*, 405–416. New York: Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0038>
- Lutz-Zois, C. J., Bradley, A. C., Mihalik, J. L., & Moorman-Eavers, E. R.(2006). Perceived similarity and relationship success among dating couples: An idiographic approach. *Journal of Social and Personal Relationships*, 23(6), 865–880. <https://doi.org/10.1177/0265407506068267>
- Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Schutte, N. S., Bhullar, N., & Rooke. S. E. (2010). The Five-Factor Model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 44(1), 124–127. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.09.004>
- Martins, L. B., Marengo, L. A. S., Casalecchi, J. G. S., de Almeida Figueiredo, M. J., & Silva Júnior, M. D. (2023). A systematic review of the relationship between marital satisfaction and adult's

attachment styles: An evolutionary and cross-cultural perspective. *Trends in Psychology*, 1–27. <https://doi.org/10.1007/s43076-023-00325-4>

- McAdams, D. P., & Olson, B. D. (2010). Personality development: Continuity and change over the life course. *Annual Review of Psychology*, 61(1), 517–542. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100507>
- McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175–215. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x>
- McCrae, R. R. (1996). Social consequences of experiential openness. *Psychological Bulletin*, 120(3), 323–337. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.120.3.323>
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood: A five-factor theory perspective*. The Guilford Press.
- McCrae, R. R., & Sutin, A. R. (2009). Openness to Experience. *Handbook of Individual Differences in Social Behavior*, 257–273. New York: Guilford.
- Metsäpelto, R-L., & Rantanen, J. (2009). Persoonallisuudenpiirteet ihmisten samanlaisuuden ja erilaisuuden kuvaajina. *Meitä on moneksi: Persoonallisuuden psykologiset perusteet*, 71–90. PS-kustannus.
- Mikulincer, M., Ein-Dor, T., Solomon, Z., & Shaver, P. R. (2011). Trajectories of attachment insecurities over a 17-year period: A latent growth curve analysis of the impact of war captivity and posttraumatic stress disorder. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(9), 960–984. <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2011.30.9.960>
- Mikulincer M., & Shaver P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change (2nd edition)*. New York: Guilford Press.
- Miller, R. B., Hollist, C. S., Olsen, J., & Law, D. (2013). Marital quality and health over 20 years: A growth curve analysis. *Journal of Marriage and Family*, 75(3), 667–680. <https://doi.org/10.1111/jomf.12025>
- Mitnick, D. M., Heyman, R. E., & Smith Slep, A. M. (2009). Changes in relationship satisfaction across the transition to parenthood: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 23(6), 848–852. <https://doi.org/10.1037/a0017004>
- Molero, F., Shaver, P. R., Fernández, I., & Recio, P. (2017). Attachment insecurities, life satisfaction, and relationship satisfaction from a dyadic perspective: The role of positive and negative affect. *European Journal of Social Psychology*, 47(3), 337–347. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2276>
- Murphy S. A., Fisher P. A., & Robie C. (2020). International comparison of gender differences in the five factor model of personality: An investigation across 105 countries. *Journal of Research in Personality*, 90. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2020.104047>

- Neyer, F. J., & Voigt, D. (2004). Personality and social network effects on romantic relationships: a dyadic approach. *European Journal of Personality, 18*(4), 279–299. <https://doi.org/10.1002/per.519>
- Nicolaus, C., Kress, V., Kopp, M., & Garthus-Niegel, S. (2021). The impact of parental relationship satisfaction on infant development: Results from the population-based cohort study DREAM. *Frontiers in Psychology, 12*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.667577>
- Noftle, E. E., & Shaver, P. R. (2006). Attachment dimensions and the big five personality traits: Associations and comparative ability to predict relationship quality. *Journal of Research in Personality, 40*(2), 179–208. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2004.11.003>
- Obegi, J. H., & Berant, E. (2010). *Attachment theory and research in clinical work with adults*. Guilford press.
- O'Meara, M. S., & South, S. C. (2019). Big Five personality domains and relationship satisfaction: Direct effects and correlated change over time. *Journal of personality, 87*(6), 1206–1220. <https://doi.org/10.1111/jopy.12468>
- Orzeck, T., & Lung, E. (2005). Big-five personality differences of cheaters and non-cheaters. *Current Psychology, 24*(4), 274–286. <https://doi.org/10.1007/s12144-005-1028-3>
- Proulx, C., Helms, H., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family, 69*(3), 576–593. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x>
- Quinn-Nilas, C. (2023). Time for a measurement check-up: Testing the Couple's Satisfaction Index and the Global Measure of Sexual Satisfaction using structural equation modeling and item response theory. *Journal of Social and Personal Relationships, 40*(7), 2252–2276. <https://doi.org/10.1177/02654075221143360>
- Ramezani, A., Ghamari, M., Jafari, A., & Aghdam, G. F. (2020). The effectiveness of a ToM training program in promoting empathy between married couples. *Journal of Couple & Relationship Therapy, 19*(1), 1–25. <https://doi.org/10.1080/15332691.2019.1620145>
- Reynolds, J., Houlston, C., & Coleman, L. (2014). *Understanding Relationship Quality*. London: OnePlusOne.
- Richter, M., Schlegel, K., Thomas, P., & Troche, S. J. (2022). Adult attachment and personality as predictors of jealousy in romantic relationships. *Frontiers in psychology, 13*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.861481>
- Riehl-Emde, A., Thomas, V., & Willi, J. (2003). Love: An important dimension in marital research and therapy. *Family Process, 42*(2), 253–267. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2003.42205.x>

- Roberts, B. W., Walton, K. E., & Viechtbauer, W. (2006). Patterns of mean-level change in personality traits across the life course: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, *132*(1), 1–25. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.1.1>
- Robins, R. W., Caspi, A., & Moffitt, T. E. (2000). Two personalities, one relationship: Both partners' personality traits shape the quality of their relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, *79*(2), 251–259. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.2.251>
- Robinson, E., & Parker, R. (2008). Prevention and early intervention in strengthening families and relationships: Challenges and implications. *Australian Family Relationships Clearing house*, *2*.
- Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M., & McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, *140*(1), 140–187. <https://doi.org/10.1037/a0031859>
- Rochlen, A. B., McKelley, R. A., Suizzo, M., & Scaringi, V. (2008). Predictors of relationship satisfaction, psychological well-being, and life satisfaction among stay-at-home fathers. *Psychology of Men & Masculinity*, *9*(1), 17-28. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.9.1.17>
- Rosowsky, E., King, K. D., Coolidge, F. L., Rhoades, C. S., & Segal, D. L. (2012). Marital satisfaction and personality traits in long-term marriages: An exploratory study. *Clinical Gerontologist: The Journal of Aging and Mental Health*, *35*(2), 77–87. <https://doi.org/10.1080/07317115.2011.639855>
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J., & Morrow, G. D. (1986). Determinants and consequences of exit, voice, loyalty, and neglect: Responses to dissatisfaction in adult romantic involvements. *Human Relations*, *39*(1), 45–63. <https://doi.org/10.1177/001872678603900103>
- Saunders, R., Jacobvitz, D., Zaccagnino, M., Beverung, L. M., & Hazen, N. (2011). Pathways to earned-security: The role of alternative support figures. *Attachment & Human Development*, *13*(4), 403–420. <https://doi.org/10.1080/14616734.2011.584405>
- Sayehmiri, K., Kareem, K.I., & Abdi, K.. (2020). The relationship between personality traits and marital satisfaction: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, *8*(15). <https://doi.org/10.1186/s40359-020-0383-z>
- Schaffhuser, K., Allemand, M., & Martin, M. (2014). Personality traits and relationship satisfaction in intimate couples: Three perspectives on personality. *European Journal of Personality*, *28*(2), 120–133. <https://doi.org/10.1002/per.1948>
- Schmidt, C. D., & Gelhert, N. C. (2017). Couples therapy and empathy: An evaluation of the impact of imago relationship therapy on partner empathy levels. *The Family Journal*, *25*(1), 23-30. <https://doi.org/10.1177/1066480716678621>

- Shaver, P. R., & Brennan, K. A. (1992). Attachment styles and the “Big Five” personality traits: their connections with each other and with romantic relationship outcomes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18(5), 536–545. <https://doi.org/10.1177/0146167292185003>
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2005). Attachment theory and research: Resurrection of the psychodynamic approach to personality. *Journal of Research in Personality*, 39(1), 22–45. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2004.09.002>
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., Eller, J., & Paetzold, R. L. (2022). *Major principles of attachment theory: Overview, hypotheses, and research ideas* (3rd ed.). Guilford Press.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., Campbell, L., Tran, S., & Wilson, C. L. (2003). Adult attachment, the transition to parenthood, and depressive symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1172–1187. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.6.1172>
- Sinkkonen, J. (2004). Kiintymyssuhdeteoria: tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin. *Duodecim*, 120, 1866–1873.
- Solomon, B. C., & Jackson, J. J. (2014). Why do personality traits predict divorce? Multiple pathways through satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 106(6), 978–996. <https://doi.org/10.1037/a0036190>
- Soper, D. (2006). Significance of the difference between two slopes calculator. *The Free Statistics Calculator index*. <https://www.danielsoper.com/statcalc/calculator.aspx?id=103>
- Soto C. J., John O. P., Gosling S. D., & Potter J. (2011). Age differences in personality traits from 10 to 65: Big Five domains and facets in a large cross-sectional sample. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(2), 330–348. <https://doi.org/10.1037/a0021717>
- Soto, C. J., & John, O. P. (2017). Short and extra-short forms of the Big Five Inventory–2: The BFI-2-S and BFI-2-XS. *Journal of Research in Personality*, 68, 69–81. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2017.02.004>
- Taggart, T. C., Bannon, S. M., & Hammett, J. F. (2019). Personality traits moderate the association between conflict resolution and subsequent relationship satisfaction in dating couples. *Personality and Individual Differences*, 139, 281–289. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.11.036>
- Tosun, C., Yıldırım, M., Altun, F., & Yazıcı, H. (2022). Personality traits and attachments styles in romantic relationships deciding. *Journal of Family Issues*, 43(5), 1219–1234. <https://doi.org/10.1177/0192513X211022383>
- Tov, W., Nai, Z. L., & Lee, H. W. (2016). Extraversion and agreeableness: Divergent routes to daily satisfaction with social relationships. *Journal of Personality*, 84(1), 121–134. <https://doi.org/10.1111/jopy.12146>

- Twenge, J., Campbell, W., & Foster, C. (2003). Parenthood and marital satisfaction: A meta-analytic review. *Journal of Marriage and the Family*, *65*(3), 574–583. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00574.x>
- Umberson, D., Williams, K., Powers, A., Chen, M., & Campbell, A. (2005). As good as it gets? A life course perspective on marital quality. *Social Forces*, *84*(1), 493–511. <https://doi.org/10.1353/sof.2005.0131>
- Van Laningham, J., Johnson, D., & P. Amato (2001). Marital happiness, marital duration, and the u-shaped curve: Evidence from a five-wave panel study. *Social Forces*, *79*(4), 1313–1341. <https://doi.org/10.1353/sof.2001.0055>
- Vollmann, M., Sprang, S., & van den Brink, F. (2019). Adult attachment and relationship satisfaction: The mediating role of gratitude toward the partner. *Journal of Social and Personal Relationships*, *36*. <https://doi.org/10.1177/0265407519841712>
- Walter, S. L., Seibert, S. E., Goering, D., & O’Boyle, E. H. (2019). A tale of two sample sources: Do results from online panel data and conventional data converge? *Journal of Business and Psychology*, *34*(4), 425–452. <https://doi.org/10.1007/s10869-018-9552-y>
- Wang Y. N. (2015). Authenticity and relationship satisfaction: Two distinct ways of directing power to self-esteem. *PloS one*, *10*(12), e0146050. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0146050>
- Watson, D., Hubbard, B., & Wiese, D. (2000). General traits of personality and affectivity as predictors of satisfaction in intimate relationships: Evidence from self- and partner-ratings. *Journal of Personality*, *68*(3), 413–449. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00102>
- Watson, D., Klohnen, E. C., Casillas, A., Simms, E. N., Haig, J., & Berry, D. S. (2004). Match makers and deal breakers: Analyses of assortative mating in newlywed couples. *Journal of Personality*, *72*(5), 1029–1068. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00289.x>
- Wei, M., Russell, D. W., Mallinckrodt, B., & Vogel, D. L. (2007). The Experiences in Close Relationship Scale (ECR)-short form: reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, *88*(2), 187–204. <https://doi.org/10.1080/00223890701268041>
- Weidmann, R., Schönbrodt, F. D., Ledermann, T., & Grob, A. (2017). Concurrent and longitudinal dyadic polynomial regression analyses of Big Five traits and relationship satisfaction: Does similarity matter? *Journal of Research in Personality*, *70*, 6–15. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2017.04.003>
- Weimer, B. L., Kerns, K. A., & Oldenburg, C. M. (2004). Adolescents’ interactions with a best friend: Associations with attachment style. *Journal of Experimental Child Psychology*, *88*(1), 102–120. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2004.01.003>

- Whisman, M. A., Gilmour, A. L., & Salinger, J. M. (2018). Marital satisfaction and mortality in the United States adult population. *Health Psychology, 37*(11), 1041–1044. <https://doi.org/10.1037/hea0000677>
- Wilmot, M. P., & Ones, D. S. (2022). Agreeableness and its consequences: A quantitative review of meta-analytic findings. *Personality and Social Psychology Review, 26*(3), 242–280. <https://doi.org/10.1177/10888683211073007>
- Wilmoth, J. D., Blaney, A. D., & Smith, J. R. (2015). Marital Satisfaction, Negative Interaction, and Religiosity: A Comparison of Three Age Groups. *Journal of Religion, Spirituality & Aging, 27*(2–3), 222–240. <https://doi.org/10.1080/15528030.2014.997955>
- Young, E. S., Simpson, J. A., Griskevicius, V., Huelsnitz, C. O., & Fleck, C. (2019). Childhood attachment and adult personality: A life history perspective. *Self and Identity, 18*(1), 22–38. <https://doi.org/10.1080/15298868.2017.1353540>
- Zhang, L., Zhang, S., Yang, Y., & Li, C. (2017). Attachment orientations and dispositional gratitude: The mediating roles of perceived social support and self-esteem. *Personality and Individual Differences, 114*, 193–197. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.006>