

KIINTYMYSTILANTEET AUTOBIOGRAFISESSA MUISTISSA

Miia Kaarlela

Psykologian pro gradu -tutkielma

Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö

Tampereen yliopisto

Toukokuu 2016

KAARLELA, MIIA: Kiintymystilanteet autobiografisessa muistissa
Pro gradu -tutkielma, 35 s.
Ohjaaja: Kirsi Peltonen
Psykologia
Toukokuu 2016

Autobiografinen muisti tallentaa elämäntapahtumia. Se on tärkeä osa ihmisen minäkuvaa ja persoonallisuutta. Hyvin pienet lapset eivät vielä pysty tallentamaan autobiografisia muistoja ja aikuiset eivät muista ensimmäisten elinvuosiensa tapahtumia. Ajanjaksoa noin kolme ja puolivuotiaaksi asti kutsutaan lapsuuden amnesiaksi. Kielen ja minäkuvan kehittyessä lapset alkavat vanhempiensa tuella luoda autobiografista muistia ja narratiivista identiteettiä, jonka muokkaaminen jatkuu loppuelämän ajan.

Kiintymyssuhde on biologiaan perustuva tunnepohjainen side hoitajan ja lapsen välillä. Se näkyy käytösmallina, jonka tarkoitus on edistää läheisyyttä lapsen ja hänen hoitajansa eli kiintymyshahmon välillä erityisesti tilanteissa, joihin liittyy ero tai pelkoa. Näistä tilanteista käytetään tässä tutkimuksessa nimitystä kiintymystilanne. Kiintymyshahmon saatavilla olosta, responsiivisuudesta ja sensitiivisyydestä riippuu, onko kiintymyssuhde laadullisesti turvallinen vai turvaton. Kiintymyssuhdeteorian näkökulmasta ihmisellä on autobiografinen muisti siksi, että se auttaa eloonjäämisessä, kun lapset voivat jakaa kokemuksiaan hoitajiensa kanssa. Kiintymyssuhteen tiedetään vaikuttavan autobiografiseen muistiin. Erityisen paljon on näyttöä kiintymyssuhteen laadun vaikutuksesta negatiivisten tapahtumien muistamiseen.

Tässä tutkimuksessa selvitettiin, miten kiintymystilanteet näkyvät autobiografisen muistin sisällöissä. Tampereen yliopiston 116 tutkinto- ja avoimen yliopiston opiskelijaa vastasi kyselyyn elämänsä tärkeimmistä muistoista ja varhaisimmasta muistosta. Tutkimuksessa tehtiin luokittelu kiintymystilannemuistoista. Luokkia olivat turvatilanne, hylkäämistilanne ja läheisyystilanne vanhemman tai muun erityisen tärkeän aikuisen kiintymyshahmon kanssa tai oman ikäisen kiintymyshahmon kanssa ja kiintymys omaan lapseen. Tutkimuksessa haluttiin vastata siihen, esiintyykö kiintymystilannemuistoja autobiografisessa muistissa ja varhaisimmista muistoissa. Lisäksi tutkittiin, selittävätkö sukupuoli, ikä, omien lasten saaminen ja autobiografisen muistin kokonaisvalenssi kiintymystilannemuistojen esiintymistä.

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että kaikista tutkittavien elämänmuistoista noin 40 % ja varhaisimmista muistoista noin 30 % oli kiintymystilannemuistoja. Sukupuoli ja autobiografisen muistin valenssi selittivät kiintymystilannemuistojen määrää. Naiset kertoivat enemmän kiintymystilannemuistoja kuin miehet. Mitä enemmän vastaajalla oli muistoja negatiivisista tapahtumista, sitä enemmän hänellä oli niitä myös kiintymystilanteista. Valenssi oli yhteydessä myös muistojen luokkiin. Mitä negatiivisempi oli ihmisen autobiografinen muisti, sitä enemmän hän muisti kiintymystilanteita primaarista kiintymyssuhteestaan eli suhteesta vanhempansa tai muun erityisen tärkeän aikuisen kiintymyshahmon kanssa. Iän ja omien lasten saamisen yhteydestä kiintymystilannemuistoihin ei saatu tässä tutkimuksessa riittävää näyttöä.

Tutkimus avasi uuden näkökulman autobiografisen muistin sisältöihin ja kiintymyssuhteen merkitykseen ihmisen muistissa, minäkuvassa ja narratiivisessa identiteetissä. Tietoa voi soveltaa asiakas-, hoito- ja terapiatyössä, jossa käsitellään muistoja ja läheisiä ihmissuhteita. Jatkossa olisi tärkeä saada lisätietoa muun muassa siitä, miten turvallinen ja turvaton kiintymys vaikuttavat muistoihin kiintymystilanteista ja mikä on kiintymystilannemuistojen yhteys hyvinvointiin.

SISÄLTÖ

1. JOHDANTO	1
1.1 Muisti ja ihmisen käsitys itsestään	1
1.2 Autobiografinen muisti.....	2
1.2.1 Autobiografisen muistin synty ja varhaisimmat muistot	3
1.2.2 Elämäkertamuistojen sisältö ja rakenne.....	5
1.3 Kiintymyssuhde.....	6
1.3.1 Kiintymyssuhde ja muisti	9
1.4 Kiintymysmalli autobiografisesta muistista	11
1.5 Tutkimuskysymykset ja hypoteesit	12
2. MENETELMÄT	13
2.1 Tutkittavat ja aineiston keruu	13
2.2 Menetelmät ja muuttujat.....	13
2.3 Aineiston analysointi.....	16
3. TULOKSET	17
3.1 Kuvailevat tulokset.....	17
3.2 Kiintymystilanteiden esiintyvyys autobiografisessa muistissa ja varhaisimmissa muistoissa.	17
3.3 Yksilöiden väliset erot kiintymystilanteiden muistelussa	18
3.4 Valenssin yhteys kiintymystilannemuistojen luokkiin.....	20
4. POHDINTA	22
4.1 Yli kolmannes tärkeistä elämänmuistoista on kiintymystilanteista	22
4.2 Myös varhaisimmissa muistoissa on paljon kiintymystilannemuistoja	23
4.3 Naisilla on enemmän muistoja kiintymystilanteista.....	24
4.3 Negatiivisella muistilla on yhteys muistoihin primaarista kiintymyksestä.....	26
4.3 Tutkimuksen rajoitukset, vahvuudet ja jatkotutkimuksen tarve.....	27
LÄHTEET	30

1. JOHDANTO

1.1 Muisti ja ihmisen käsitys itsestään

Ihmisen muisti voidaan jakaa kolmeen eri osaan. Tulvingin (1985) monohierarkkisen muistiteorian mukaan osat kehittyvät määrättyssä järjestyksessä niin, että ylempi taso voi ilmentyä vasta, kun alempi jo toimii. Ensimmäisenä syntyy proseduraalinen muisti, jossa on toimintamalleja siitä, miten asiat voidaan tehdä. Siellä oleva tieto perustuu yksilön aikaisempiin kokemuksiin ja oppimistilanteisiin, joissa ärsyke johtaa reaktioon. Toinen taso on semanttinen muisti, jossa on asiatietoa. Semanttisen muistin sisällön voi esittää symbolisesti. Se taas mahdollistaa muistin kolmannen tason, episodisen muistin synnyn. Episodiseen muistiin tallentuu muistoja tapahtumista. Episodisen muistin erityisominaisuus on mahdollisuus matkustaa mentaalisesti ajassa ja muistaa mitä tapahtui eilen, viime vuonna tai kauan sitten. Tulving (2002) olettaa episodisen muistin kehittyvän melko myöhään, aikaisintaan neljävuotiaana. Tästä on kuitenkin myös vastakkaisia näkemyksiä, joita esitellään myöhemmin tarkemmin.

Semanttisen ja episodisen muistin erillisyys tarkoittaa sitä, että myös ihmisen itseään koskeva tieto jakautuu kahteen: semanttisessa muistissa on tietoa abstrakteista asioista, kuten luonteenpiirteistä ja episodisessa muistissa säilytetään tietoja konkreettisista elämäntapahtumista (McAdams, 2013). Tämä on pystytty osoittamaan tutkimuksissa, joissa on tehty persoonallisuustestejä osittaisesta muistinmenetyksestä kärsiville. Vaikka henkilö ei muistaisi elämäntapahtumiaan, hän voi kertoa erittäin tarkasti ja läheisten mukaan oikeaan osuvasti persoonallisuuden piirteistään. (Klein & Lax, 2010; Klein, Loftus, & Kihlstrom, 1996).

Muistot ovat perusta ihmisen minäkuvan kehitykselle. Dan McAdamsin (2013) mukaan minäkuvassa on kolme tasoa. Ensimmäisellä tasolla on ihmisen käsitys itsestään sosiaalisena toimijana (actor): kattava semanttinen kuva omista persoonallisuuden piirteistä, sosiaalisista rooleista ja muista ominaisuuksista, jotka tulevat toistuvasti esiin sosiaalisissa tilanteissa. Toisella tasolla on ihminen motivoituneena tekijänä (agent), jolla on muun muassa päämääriä, motivaatioita, arvoja, toiveita, pelkoja. McAdamsin mukaan käsitys itsestä alkaa muodostua hierarkkisesti elämän alussa ensimmäiseltä tasolta. Toinen taso kehittyy vähitellen lapsuuden keski- tai loppuvaiheessa. Nuoruudessa 15 – 25 -vuotiaana alkaa ilmentyä kolmas taso: autobiografinen kirjoittaja (author). Se liittyy yhteen episodista tietoa itsestä koherentin elämäntarinan muotoon. Autobiografinen kirjoittaja pyrkii luomaan merkityksellisen ja jatkuvan tarinan menneestä ja tulevasta. Tarinan tarkoitus on selittää sekä henkilölle itselle että muille, miksi hän on sellainen kuin on, tekee mitä tekee ja haluaa

mitä haluaa (McAdams & Cox, 2010). Tästä jatkuvasti uudelleen kirjoitettavasta ja muuttuvasta tarinasta käytetään nimitystä narratiivinen identiteetti (McAdams & Pals, 2006). Aikuisena psykologisesti eheässä ihmisessä ovat aina olemassa yhtä aikaa eri persoonallisuuden tasot.

Martin Conwayn (2005) mukaan minäkuva on monimutkainen kokonaisuus aktiivisia päämääriä ja niihin liittyviä käsityksiä itsestä. Hän kutsuu tätä kokonaisuutta työskenteleväksi minäksi (working self). Työskentelevä minä on jatkuvassa vastavuoroisessa suhteessa pitkäkestoiseen muistiin, jossa on tietoa siitä, kuka yksilö on, on ollut ja voi olla. Conway käyttää muistin ja minäkuvan yhteydestä käsitettä minämuisti-systeemi (the self-memory system, SMS). Tämä tutkimus koskee Conwayn käsitteistä minämuisti-systeemiä ja McAdamsin persoonallisuuden kolmatta tasoa, autobiografista kirjoittajaa. Muistitieto yhdistyy minäkuvaan ja persoonaan episodisen muistin erikoistuneessa osassa autobiografisessa muistissa, joka esitellään seuraavaksi tarkemmin.

1.2 Autobiografinen muisti

Autobiografisella muistilla tarkoitetaan muistia henkilökohtaisista tapahtumista (Cristofori & Levin, 2015). Se vaatii kykyä asettaa itsensä mentaalisesti menneisyyteen ja nähdä itsensä jatkuvana ja samana ajan kulumisesta huolimatta. Täydellinen autobiografinen muisti ei ole kuitenkaan vain kykyä tallettaa muistiin ja kertoa itselle tapahtuneista asioista (McAdams, 2013). Siihen kuuluu myös käsitys siitä, mitä nuo persoonalliset muistot tarkoittavat. Merkityksien luomisessa tarvitaan niin sanottua autobiografista järkeilyä (autobiographical reasoning), joka kehittyy nuoruusiässä (Habermas & Bluck, 2000). Sen avulla ihmiset luovat yksilöllistä koherenttia käsitystä heille tapahtuneista asioista ja niiden merkityksestä. Autobiografisella järkeilyllä sidotaan yhteen monia tapahtumia kausaaliseksi ketjuiksi. Ihminen voi esimerkiksi päätellä hänelle tärkeän intohimon saaneen alkunsa jostain tapahtumasta tai nimetä joitain tilanteita tärkeiksi käännekohtiksi (Pals, 2006). Tärkeä käännekohta voi olla esimerkiksi negatiivinen tapahtuma, jonka ihminen kääntää myöhemmin positiiviseksi. Hän voi kokea saaneensa ”toisen mahdollisuuden”. Tutkimuksissa on osoitettu, että henkilöt, jotka löytävät tällaisia vapauttavia merkityksiä vastoinkäymisistään ja kärsimyksistään voivat henkisesti paremmin, ovat psyykkisesti terveempiä ja kypsempiä (McAdams & McLean, 2013).

McAdams ym. (2006) esittävät, että narratiiviset lähestymistavat persoonallisuuteen ovat erityisen tärkeitä silloin, kun halutaan tutkia muutosta ja kehitystä. Ajan kuluessa ja elämäkokemusten karttuessa narratiivisen identiteetin voi odottaa muuttuvan enemmän kuin persoonallisuuden

piirteiden. Muutokset ja nyanssit näkyvät paremmin käytettäessä narratiivisia metodeja kuin itseraportointiskaaloja.

1.2.1 Autobiografisen muistin synty ja varhaisimmat muistot

Autobiografisen muistin synnystä on olemassa erilaisia näkemyksiä. Syntyprosessia on yritetty selvittää jo vuosisadan ajan kysymällä ihmisiltä heidän varhaisinta autobiografista muistoaan. Aikuisilla vastaajilla se on tutkimusten mukaan keskimäärin kolmen ja puolen vuoden iästä (Tustin & Hayne, 2010). Uudemmissa tutkimuksissa on pyritty entistä parempaan tarkkuuteen kysymällä tutkittavilta yhden ainoan muisto sijaan useampia varhaisia muistoja (Peterson, Wang, & Hou, 2009; Tustin & Hayne, 2010). Varhaisimpia muistoja on kysytty paitsi aikuisilta niin myös lapsilta niin sanotun lapsuuden amnesian kehityksellisen syntyprosessin selvittämiseksi. Lapsuuden amnesialla tarkoitetaan sitä, että aikuiset eivät muista ensimmäisten elinvuosiensa tapahtumia. Ilmiö on kiinnostanut tutkijoita pitkään, sillä vauvat ja taaperot pystyvät tallentamaan muistiin tietoa tapahtumista ja säilyttämään sitä huomattavan pitkiä aikoja (Howe & Courage, 1993). Jostain syystä tuo tieto kuitenkin katoaa muistista lapsen varttuessa.

Peterson, Grant ja Boland (2005) esittivät ensimmäisinä tutkimustuloksen siitä, että alle kymmenenvuotiaat lapset eivät vielä koe samankaltaista lapsuuden amnesiaa kuin aikuiset. Teoria lapsuuden amnesian kehityksellisestä ilmestymisestä ikävuosien kahdeksan ja neljätoista välissä on saanut tukea myöhemmissä tutkimuksissa (Peterson ym., 2009; Tustin & Hayne, 2010). Tustin ja Hayne (2010) kehittivät aikajanamenetelmän, jolla he vertasivat lasten, nuorten ja aikuisten varhaisimpia muistoja. Lapset muistivat enemmän tapahtumia ajalta ennen kolmen vuoden ikää kuin nuoret ja nuoret taas enemmän kuin aikuiset. Lasten ja nuorten yksittäinen varhaisin muisto oli selvästi varhaisemmasta iästä kuin traditionaalisesta kolmen ja puolen vuoden iästä. Tutkijat päätyivät esittämään, että lapsuuden amnesian raja siirtyy ja kattavuus lisääntyy, kun perusmuistitoiminnoissa tapahtuu ikään liittyviä muutoksia. Mielenkiintoinen havainto tutkimuksessa oli, että varhaisimpien muistojen episodiset piirteet – esimerkiksi vastaukset kysymyksiin ”kuka?”, ”mitä?”, ”missä?” ja ”milloin?” – eivät riippuneet muistelijan iästä, vaan olivat kaikilla osallistujilla samankaltaisia. Tämä tulos on ristiriidassa niiden selitysmallien kanssa, joiden mukaan lapsuuden amnesia johtuu alle neljävuotiaiden lasten kyvyttömyydestä muodostaa episodisia muistoja eli vastata ”kuka?”- ja ”mitä?” -kysymyksiin (esim. Perner & Ruffman, 1995; Tulving, 2002). Tustin ja Hayne esittävät omien tulostensa perusteella, että lapset kyllä koodaavat tapahtumia episodiseen, autobiografiseen muistiin, mutta osa niistä unohtuu ajan kuluessa. Ajatusta tukevat myös

aikuisilla tehdyt tutkimukset, joissa aikuiset pystyvät pitkän ja uuvuttavan muistelun jälkeen muistamaan varhaisempia tapahtumia kuin silloin, jos heiltä kysytään vain suoraan yhtä varhaisinta muistoa (esim. Wang, Conway, & Hou, 2007).

Howe ja Courage (1993, 1997) painottavat minäkuvan kehityksen merkitystä autobiografisen muistin synnyssä. He esittävät autobiografisen muistin personalisaatioteoriassaan (personalization theory), että lapsuuden amnesian syy ei ole varsinaisissa perusmuistitoiminnoissa, muistin ”hardwaressa”, vaan muistiin liittyvässä ”softwaressa”. Se on kognitiivinen käsitys itsestä, minäkuva (cognitive self). Minäkuvan syntyminen voi havaita siitä, että lapsi pystyy tunnistamaan visuaalisesti oman kuvansa. Tämä tapahtuu noin 18 – 24 kuukauden iässä. Minäkuvan eli itsestä muodostuneen sisäisen representaation ympärille voi järjestää ja tallentaa muistiin henkilökohtaiset tapahtumat (Chae, Goodman, & Edelstein, 2011). Näkemys poikkeaa selvästi Tulvingin (1985, 2002) monohierarkkisesta muistimallista, joka olettaa episodisen ja autobiografisen muistiin tallentamisen olevan mahdollista vasta neljää vuotta vanhemmille lapsille. Howen ja Couragen mukaan kaksi-/kolmevuotiaat voivat jo tallentaa autobiografisia muistoja ja kolme-/neljävuotiaat pystyvät kertomaan lyhyitä tarinoita niistä.

Nelsonin ja Fivushin (2004) sosiokulttuurinen malli sitoo yhteen monia kausaalisia selityksiä autobiografisen muistin synnylle. Se tarkastelee autobiografista muistia toiminnallisena systeeminä, jonka syntyyn vaikuttavat sosiaaliset, kognitiiviset, vuorovaikutukselliset ja kielelliset toiminnot. Tiedetään, että lasten on vaikea muistaa tapahtumia ajalta ennen kielen oppimista ja muistin tarkkuus lisääntyy kielen kehityksen myötä. Sosiokulttuurinen malli painottaa myös vanhempien roolia. On tärkeää, kuinka aktiivisesti vanhemmat auttavat lasta muodostamaan kielellisiä muistoja. Tutkijat ovat jäljittäneet narratiivisen identiteetin syntyä vanhempien lastensa kanssa käymiin keskusteluihin lapsille tapahtuneista asioista (McAdams & McLean, 2013). Eroja yksilöiden välille aiheuttavat äitien erilaiset narratiivisen kommunikaation tyylit.

Myös kulttuurilla on vaikutusta autobiografisen muistin syntyyn ja varhaisimpiin muistoihin. Petersonin ym. (2009) tutkimuksessa kanadalaisten lasten muistot olivat varhaisemmasta iästä kuin kiinalaisten. Kanadalaiset lapset muistivat myös enemmän tapahtumia varhaisesta lapsuudestaan ja muistot erosivat sisällöllisesti. Kanalaisten lasten muistot olivat useammin heitä itseään koskevia, kun taas kiinalaiset lapset muistivat sosiaalisia, ryhmätapahtumia. Tulos on yhtenevä useiden muiden tutkimustulosten kanssa kulttuurien välisistä eroista autobiografisen muistin sisällöissä (Leichtman, Wang, & Pillemer ym., 2003; Wang, 2001; Wang ym., 2007).

Chae, Goodman ja Edelstein (2011) ovat luoneet autobiografisesta muistista mallin, joka yhdistää aikaisempia teorioita ja tutkimustietoa ja lisää niihin kiintymyssuhteen. Malli on tämän tutkimuksen kannalta erittäin keskeinen, sillä tämä tutkimus selvittää, miten kiintymyssuhde näkyy

autobiografisen muistin sisällöissä. Malli käydään läpi myöhemmin tarkemmin. Ensin esitellään, mitä tiedetään elämäkertamuistojen rakenteesta ja sisällöistä ja miten kiintymyssuhde vaikuttaa niihin.

1.2.2 Elämäkertamuistojen sisältö ja rakenne

Autobiografista muistia on tutkittu empiirisesti kysymällä ihmisiltä tarinoita heidän elämästään (McAdams & McLean, 2013). Tarinoita on sen jälkeen koodattu erilaisten narratiivisten ulottuvuuksien mukaan. Näitä ulottuvuuksia ovat esimerkiksi toimijuus (agency), joka kuvaa kertojan mahdollisuuksia vaikuttaa omaan elämäänsä, yhteys muihin (communion), joka kuvaa kertojan kokemaa yhteyttä muihin ihmisiin rakkaudessa, ystävyudessa, keskusteluissa tai ihmisyhteisössä ja lunastus (redemption), joka kuvaa pahan tai negatiivisen tapahtuman muuttumista hyväksi ja positiiviseksi lopputulokseksi.

McAdams ym. (2006) halusivat selvittää pitkittäisasetelmalla sitä, kuinka paljon ihmisten elämäntarinoissa tapahtuu muutosta tai toisaalta kuinka pysyviä ne ovat. He pyysivät yliopistopiskelijoita kirjoittamaan ylös kymmenen elämänsä tärkeintä kokemusta. Sama tehtävä toistettiin kolmen kuukauden ja vielä kolmen vuoden kuluttua. Tarinoista koodattiin niiden emotionaalinen sävy, motivaatio (toimijuus, yhteys tai persoonallinen kasvu) ja narratiivin eli kertomuksen monimuotoisuus. Kävi ilmi, että tarinat pysyivät näiden ominaisuuksien suhteen merkittävästi samankaltaisina kolmen vuoden ajan. Toisaalta tarinoissa havaittiin myös muutosta ja kehitystä: nuorten aikuisten tarinoissa oli kolme vuotta myöhemmin enemmän positiivisuutta, emotionaalista sävyä ja itsetutkiskelua sekä ymmärrystä omasta persoonallisesta kehityksestä.

Edellisessä kappaleessa todettiin kulttuurin vaikuttavan varhaisimpien muistojen ajoitukseen ja sisältöön. Kulttuurilla on merkitystä myös laajemmin koko autobiografiseen muistiin (Leichtman ym., 2003). Keskinäistä riippuvuutta ja yhteisöllisyyttä korostavissa yhteiskunnissa elävät muistavat enemmän yleisiä tapahtumia ja vähemmän yksityiskohtaisia henkilökohtaisia tapahtumia kuin pohjoisamerikkalaiset. Yksilöllisyyttä korostavissa kulttuureissa asuvien autobiografiset tarinat ovat myös pidempiä. Eroa eri kulttuureissa elävien autobiografisissa muistissa on selitetty lapsen ja vanhemman välisellä vuorovaikutuksella (Leichtman ym. 2003). Vanhemmat näyttävät lapsilleen mallia siitä, millainen on yhteiskunnassa vallalla oleva narratiivinen rakenne ja kuinka paljon puhujan on syytä korostaa itseään tai vastaavasti sosiaalista yhteenkuuluvuutta muiden kanssa. Tutkimuksissa äidit on jaettu ”perusteellisiin” (high-elaborative) ja ei-perusteellisiin (low-elaborative) sen mukaan, kuinka paljon ja monipuolisesti he keskustelevat muistoista ja arkipäivän tapahtumista lastensa kanssa. Yhteenkuuluvuutta korostavissa itämaisissa kulttuureissa äitien puhetapa on useammin ei-

perusteellinen kuin länsimaisessa kulttuurissa. Vanhempien kanssa käydyt monipuoliset ja perusteelliset keskustelut vaikuttavat siihen, miten asiat tallentuvat autobiografiseen muistiin (Haden, Haine, & Fivush, 1997).

Myös tunteet vaikuttavat autobiografiseen muistiin. Ne kertovat, miten merkityksellinen tapahtuma on (Leichtman ym., 2003). Tunnetieto, joka liittyy sopiviin tunnereaktioihin eri tilanteissa, edesauttaa henkilökohtaisten tapahtumien muistamista. Myös tunnetiedossa on eroja kulttuurien välillä. Yksilöllisyyttä korostavissa yhteiskunnissa lapset oppivat kulttuurin mukaiset oikeat tunnereaktiot vanhemmiltaan aikaisemmin kuin kollektivistisissä kulttuureissa elävät lapset.

Sukupuolten välillä vaikuttaa olevan eroja autobiografisten muistojen affektiivisessä sisällössä. Naiset ovat raportoineet elävämpiä muistoja, joihin liittyy enemmän yksityiskohtia tunteista, muista ihmisistä ja muistojen merkityksestä (esim. Bauer, Stennes, & Haight, 2003; Buckner, & Fivush, 1998; Pillemer, Wink, DiDonato, & Sanborn, 2003). Kaikki tutkimukset eivät ole kuitenkaan löytäneet eroa sukupuolten väliltä (esim. Bauer, McAdams, & Sakaeda, 2005).

1.3 Kiintymyssuhde

Kiintymys voidaan määritellä tunnepohjaiseksi siteeksi, jonka lapsi muodostaa toiseen ihmiseen (Ainsworth & Bell, 1970). Side pitää heidät yhdessä fyysisestä välimatkasta huolimatta ja kestää ajan kulumista. Äidin ja lapsen välisellä kiintymyksellä ajatellaan olevan lajien selviämiseen liittyvä biologinen perusta. Kiintymys pitää yksilön kiinni huolehtijassaan ja vähentää riskiä, että vauva tai pentu kuolee nälkään, kylmään, joutuu saalistajien uhriksi tai hukkuu (Bowlby, 1980). Käsitys on saanut vahvistusta myös muiden maalla asuvien kädellisten tutkimuksista (Ainsworth & Bell, 1970).

Kiintymyssuhteen ensimmäisenä esitelleen John Bowlbyn (1958) mukaan lapsella on syntyessään viisi perusviettiä: imeminen, takertuminen (clinging), seuraaminen, itkeminen ja hymyileminen. Bowlbyn mukaan normaalissa kehityksessä nämä tarpeet kohdistuvat pian yhteen äitihahmoon ja muodostavat käytösmallin, jota voidaan kutsua kiintymyskäytökseksi. Kiintymyskäytöksen määritelmän mukaan kyseessä on käytös, joka edistää läheisyyttä ja kontaktin luomista. Näin ollen myös esimerkiksi äidin lähestyminen ja kutsuminen ovat kiintymyskäytöstä (Ainsworth & Bell, 1970). Läheisyyden edistämisen lisäksi kiintymykseen liittyy toinen evolutiivisesti tärkeä puoli: ympäristön tutkiminen (exploratory behavior) (Ainsworth & Bell, 1970). Selviytyäkseen lapsen täytyy hankkia tietoa fyysisestä ja sosiaalisesta ympäristöstään. Lapsi käyttää tällöin äitiä turvapesänä, josta tekee tutkimusmatkoja. Kiintymyksessä vaikuttaa siis yhtä aikaa kaksi voimaa: toinen vetää lasta äitiä kohden ja toinen työntää äidistä pois päin. Käytöksen päämääränä on kuitenkin

aina säilyttää jonkinlainen yhteys kiintymyshahmoon (Bowlby, 1980). Kiintymyskäytöksen katsotaan ilmenevän erityisesti tilanteissa, joihin liittyy lapsen ympäristön tutkimista äidistä erossa, eroahdistusta ja pelkoa (Ainsworth & Bell, 1970). Kiintymyskäytöksen aktivoivasta tilanteesta käytetään tässä tutkimuksessa nimitystä kiintymystilanne.

Kiintymystilanteista alkaa kertyä lapselle kokemuksellista tietoa siitä, onko kiintymyshahmo yleensä hänelle saatavilla, responsiivinen ja sensitiivinen hänen tarpeilleen (Dykas & Cassidy, 2011). Kokemuksista syntyy kognitiivisia rakenteita, sisäisiä käsikirjoituksia siitä, miten tilanteet tyypillisesti sujuvat. Käsikirjoituksiin pohjautuu kiintymyssuhdeteorian keskeinen mentaalinen rakenne, sisäiset työmallit (internal working models) (Bowlby 1973; 1980). Sisäisen työmallin tehtävä on säilyttää kiintymystilanteisiin liittyvää tietoa ja luoda odotuksia siitä, miten kiintymyshahmo käyttäytyy tulevaisuudessa vastaavissa tilanteissa. Sisäinen työmalli tarjoaa lapselle myös tietoa hänestä itsestään, siitä, onko hän hyväksytty, rakastettu ja arvostettu.

Kiintymyskäytöstä on erittäin työlästä tutkia luonnollisissa olosuhteissa (Ainsworth & Bell, 1970). Helpompi tapa on havainnoida sitä kontrolloiduissa oloissa laboratoriossa niin sanotussa vierastilanteessa, jossa lapsi altistetaan erilaisille stressaaville tilanteille äidin kanssa tai ilman äitiä. Lapsen kiintymyssuhteen laatua arvioidaan ja jaetaan luokkiin sen mukaan, miten hän käyttäytyy vierastilanteessa. Ainsworthin alkuperäiseen jakoon kuuluvat turvallinen kiintymys ja turvattomat kiintymysluokat välttelevä ja vastustava. Turvattomiin on lisätty myöhemmin vielä kolmas, organisoitumaton-luokka (Brisch, 2012). Lisäksi on olemassa kiintymyshäiriöitä, joissa lapsella esimerkiksi ei ole lainkaan havaittavaa kiintymyskäytöstä tai hän kohdistaa sen keneen tahansa. Uudemmassa tutkimuksessa on selvitetty sitä, ovatko kiintymysluokat toisistaan erillisiä vai enemmänkin dimensioita, joille lasten käytös sijoittuu jatkumona (Fralely & Spieker, 2003). Vaihtoehdoista jälkimmäinen on saanut tukea.

Kiintymyskäytös pysyy yleensä melko samanlaisena lapsuudesta aikuisuuteen (Bowlby, 1980). Sisäiset työmallit vaikuttavat siihen, miten yksilöt hankkivat ja järjestelevät kiintymysjärjestelmän aktivoivaa sosiaalista tietoa. Turvallisesti ja turvattomasti kiintyneet ihmiset käyttävät erilaisia sääntöjä tuon tiedon käsittelyssä (Dykas & Cassidy, 2011). Sisäisiä työmalleja voidaan pitää linkkinä, joka sitoo yhteen varhaiset kokemukset ja sopeutumisen myöhemmin elämässä. Kiintymyskäytös ei ole kuitenkaan samanlaista kaikissa ihmissuhteissa (Bowlby, 1997, Brisch, 2012). Lapsi voi esimerkiksi olla turvattomasti kiintynyt äitiinsä, mutta turvallisesti kiintynyt isäänsä. Bowlbyn (1997) mukaan kiintymyshahmot muodostavat hierarkian, jossa yksi kiintymyshahmo on selvästi ensisijainen ja muut toissijaisia. Lapsi muodostaa ensisijaisen kiintymyssuhteen siihen aikuiseseen, joka on sensitiivinen hänen tarpeilleen ja on hänen kanssaan oma-aloitteisesti sosiaalisessa kontaktissa. Pelkkä fyysisten tarpeiden tyydyttäminen ei synnytä ensisijaista kiintymystä. Kaikki tutkijat ja teoreetikot eivät ole samaa mieltä siitä, että kiintymyshahmot olisivat hierarkkisessa

järjestyksessä (Cohen, 2005). Erityisesti nuoruudessa ja sen jälkeen primaarin kiintymyssuhteen jälkeisillä sekundaarisilla suhteilla voi olla ratkaiseva merkitys yksilön kiintymykseen. Myös Bowlby (1980) totesi, että elämäntapahtumat voivat vaikuttaa työmalleihin myöhemmällä iällä. Emotionaalisesti voimakkaat ihmissuhteet voivat muuttaa kiintymiskäytöstä dramaattisesti vielä aikuisuudessa. Aikuisena kiintymyssuhteen muodostumista kuvataan esimerkiksi rakastumisena. Siitä ollaan yleisesti yksimielisiä, että suhteessa läheisten ystävien ”bestisten” kanssa on kiintymyssuhteen piirteitä. (esim. Miller & Hoicowitz, 2004; Wilkinson, 2008). Mahdollisiksi kiintymyshahmoiksi on nimetty myös isovanhemmat, sisarukset, lastenhoitajat, terapeutit, opettajat ja jopa elottomat objektit, kuten tutit (Bowlby, 1993; Cohen, 2006). Turvattomasta lapsuudesta huolimatta aikuisena turvallisen sisäisen työmallin luoneiden henkilöiden kiintymyksestä käytetään nimitystä ”ansaittu turvallisuus” (earned security) (Pearson, Cohn, Cowan, & Cowan, 1994).

Aikuisten kiintymyssuhteen laatua arvioidaan yleisimmin Adult Attachment Interview- eli AAI-haastattelumenetelmällä (George, Kaplan, & Main, 1985). Siinä lapsuuden turvallista kiintymystä vastaa aikuisuuden turvallinen-autoniminen (Dykas & Cassidy, 2011). Lapsuuden välttelevä kiintymys on aikuisuudessa turvaton-etäännyttävä. Vastustava on turvaton-jumiutunut ja organisoitumaton on turvaton-ratkaisematon. Kiintymyksen laadun arviointiin aikuisuudessa on olemassa myös itsearviointeja (esim. Experiences in Close Relationships, ECR ja The Relationships Questionnaire (RQ); kts. Shaver & Fraley, 2010). Niistä saatujen pisteiden perustella kiintymystä voidaan kuvata kahdella ulottuvuudella: ahdistuksena ja välttelynä (Chae ym., 2011). Välttelystä korkeat pisteet saavat henkilöt yrittävät jatkuvasti vaimentaa ja estää kiintymysjärjestelmän toimintaa. He eivät näytä sisäistä stressiään ulospäin, eivätkä pidä fyysisestä ja emotionaalisesta läheisyydestä. AAI:n luokittelussa vastaava käytös näkyy etäännyttävästi kiintyneillä. Ahdistusulottuvuudella korkealle sijoittuvien henkilöiden kiintymysjärjestelmä on puolestaan yliaktiivinen. He hermostuvat helposti pienistäkin eroista tai muista kiintymystilanteista. AAI:ssa nämä henkilöt sijoittuvat jumiutuneiden luokkaan. Turvallisesti kiintyneet aikuiset saavat matalat pisteet molemmista ulottuvuuksista.

Aikuisuudessa oman lapsen saaminen aktivoi kiintymysjärjestelmän (Bowlby, 1980; George & College, 1999). Vanhemman täytyy muuttaa näkökulmansa suojeltavana olemisesta suojan tarjoajaksi. Vanhemman kiintymystyylin on osoitettu vaikuttavan siihen, miten hän huolehtii lapsestaan. On myös runsaasti näyttöä siitä, että kiintymystyyli siirtyy vanhemmalta lapselle ja jopa useamman sukupolven yli (Benoit, & Parker, 1994; Brisch, 2012; Main, Kaplan, & Cassidy, 1985).

1.3.1 Kiintymyssuhde ja muisti

Kiintymyssuhteen tiedetään vaikuttavan ihmisen muistiin. Tämä koskee erityisesti emotionaalisesti voimakkaasti latautuneita tapahtumia ja varsinkin stressaavia elämäkokemuksia (Chae, Ogle, & Goodman, 2009). Tutkimuksissa on selvitetty kiintymyssuhdeluokan yhteyttä muistamiseen esimerkiksi kipua tuottavan lääketieteellisen toimenpiteen (Goodman, Quas, Batterman-Faunce, Riddlesberger, & Kuhn, 1997) tai rikoksen uhriksi joutumisen jälkeen (Edelstein ym., 2005). Empiirinen näyttö tukee teoreettista oletusta, jonka mukaan sisäiset työmallit vaikuttavat muistamiseen (ks. katsaus Dykas & Cassidy, 2011). Vaikutustapa riippuu muistettavan tilanteen laadusta. Jos tapahtuma ei ole erityisen suurta henkistä kipua tuottava, ihmiset muistavat sen kiintymyssuhteen luoman skeeman mukaisesti. Turvallisesti kiintyneet henkilöt muistavat tapahtuman positiivisessa valossa ja turvattomasti kiintyneet negatiivisessa. Belsky, Spritz, ja Crnic (1996) esittivät lapsille nukeilla positiivisia ja negatiivisia sosiaalisia tapahtumia. Turvallisesti kiintyneet lapset muistivat positiiviset tapahtumat tarkemmin kuin negatiiviset. Turvattomilla oli toisinpäin. Dykas, Woodhouse, Ehrlich ja Cassidy (2010) osoittivat, että skeeman mukainen muistaminen toteutui nuorilla, 17-vuotiailla koehenkilöillä, kun näiden piti muistella laboratoriossa tapahtunutta konfliktia vanhempansa kanssa. Aikuisilla skeeman mukaisen muistamisen on todettu näkyvän muun muassa siinä, kuinka positiivisia tai negatiivisia muistoja tutkittavilla on muista ihmisistä (Rom & Mikulincer, 2003).

Muistiprosessi muuttuu, jos kiintymyssuhteen aktivoinut tilanne tuottaa emotionaalista kipua (Dykas & Cassidy, 2011). Turvallisesti kiintyneillä on tarkkoja muistoja myös tällaisista tapahtumista. Turvattomasti kiintyneillä muistikuvia heikentää niin sanottu defensiivinen kieltäminen (defensive exclusion). Bowlbyn (1980) mukaan lapset, jotka kiintymyshahmo on torjunut erotilanteessa, suhtautuvat emotionaalisesti ahdistaviin tapahtumiin defensiivisesti. He ikään kuin jättävät niistä osan huomiotta ja suojaavat näin itseään uusilta hylkäämiskokemuksilta.

Defensiivinen kieltäminen voi tapahtua kahdella tavalla. Ensimmäinen tapa on huomiotta jättäminen. Henkilö voi yrittää siirtää tarkkaavuutensa pois ja rajoittaa muistiin tallentamista kiintymysjärjestelmän aktivoivissa potentiaalisesti kivuliaissa tilanteissa. Jos täydellinen huomiotta jättäminen ei ole mahdollista, kognitiivisen tukahduttamisen avulla tapahtumasta painetaan mieleen vain emotionaalisesti neutraalit piirteet, ei tunnesisältöä. Kognitiivinen tukahduttaminen näkyi Mikulincerin ja Orbachin (1995) tutkimuksessa, jossa tutkittavien piti kertoa neljä merkittävää (onnellinen, surullinen, vihainen ja ahdistava) tapahtumaa lapsuudestaan ja arvioida sen jälkeen niiden emotionaalista voimakkuutta. Välttelevästi kiintyneet tarvitsivat eniten aikaa surullisten ja ahdistavien muistojen tuottamiseen ja he arvioivat niiden emotionaalisen voimakkuuden kaikista

heikoimmaksi. He myös muistivat muita todennäköisemmin viimeaikaisia ja epätodennäköisemmin varhaisen lapsuuden tapahtumia. Toinen tapa käyttää defensiivistä kieltämistä on tilanteen ja sen aiheuttaman reaktion kognitiivinen irrottaminen (Bowlby, 1980). Henkilö siirtää huomionsa pois vaikean tunteen todellisesta syystä, kiintymyshahmosta. Hän tulkitsee väärin esimerkiksi itsensä, jonkin muun henkilön tai tilanteen yleiset piirteet ahdistuksen aiheuttajaksi. Seurauksena on sosiaalisen ja sisäisen maailman kaottisuus (Mikulincer & Orbach, 1995). Henkilö ei pysty etäännyttämään itseään kipua tuottavasta ihmissuhteesta, eikä sen aiheuttamasta sisäisestä tuskasta. Tämä näkyi Mikulincerin ja Orbachin (1995) tutkimuksessa niin, että vastustavasti kiintyneet muistivat negatiivisia tilanteita kaikista nopeimmin ja arvioivat ne kaikilla negatiivisten tunteiden asteikoilla kaikista voimakkaimmiksi.

On tärkeä huomata, että emotionaalista kipua voi tuottaa objektiivisesti arvioituna valenssiltaan paitsi negatiivinen niin myös positiivinen kiintymyssuhteen aktivoinut tilanne (Bowlby, 1980; Dykas & Cassidy, 2011). Turvattomasti kiintyneillä henkilöillä harvinainen turvan ja läheisyyden kokemus oman kiintymyshahmon kanssa voi olla kipeä muistutus siitä, mistä henkilö on yleensä jäänyt paitsi. Defensiivinen kieltäminen häiritsee tapahtumien siirtymistä pitkäkestoiseen muistiin. Turvattomasti kiintyneiden onkin todettu tekevän mieleen palautuksessa enemmän virheitä ja olevan helpommin johdateltavissa (Goodman ym., 1997). Edelsteinin ym. (2005) tutkimuksessa seksuaalisen hyväksikäytön uhreista välttelevästi kiintyneet erosivat muista siinä, että he muistivat vakavan hyväksikäytön yksityiskohtia selvästi muita huonommin.

Muistamisen eroja on pyritty selittämään myös kiintymyssuhteen ja muistin välisillä mahdollisilla mediaattoreilla. Näitä voivat olla vanhempien erilaiset tavat käsitellä vaikeita kokemuksia lapsen kanssa jälkikäteen, kiintymyssuhteen vaikutus yleisiin kognitiivisiin kykyihin ja tarkkaavuuden suuntautumiseen tai ahdistuneisuuteen haastattelutilanteessa (Chae ym., 2009; Edelstein ym. 2005; Goodman ym., 1997). Goodman ym. (1997) tutkivat lasten käytöstä kivuliaassa virtsarakon läpivalaisututkimuksessa ja heidän muistikuviaan siitä toimenpiteen jälkeen. He totesivat, että voimakkaimmin ja negatiivisimmin toimenpiteeseen reagoivat lapset, joiden vanhemman kiintymystyyli oli turvaton. Nämä lapset muistivat jälkikäteen tapahtumasta eniten, mutta tekivät myös eniten virheitä mieleen palautuksessa. Mielenkiintoista oli se, että vanhemman kiintymystyyllillä oli enemmän vaikutusta muistamisen tarkkuuteen kuin lapsen stressitasolla toimenpiteen aikana. Tutkijat esittivät, että sisäiset mallit vaikuttivat voimakkaaseen reagointiin toimenpiteen aikana ja sen muistamisen helppouteen. Tilanne sopi heidän sisäiseen malliinsa ja muistaminen oli skeeman mukaista: vanhempi ei (taaskaan) ollut heille turvasatamana pelottavassa, kivuliaassa, negatiivisessa tapahtumassa. Muistikuvien totuudenmukaisuuteen saattoi vaikuttaa mediaattorina vanhempien käytös toimenpiteen jälkeen. Turvalliset vanhemmat lohduttivat, keskustelivat tapahtuneesta yhdessä ja korjasivat mahdollisia vääriä mielikuvia enemmän kuin

turvattomasti kiintyneet vanhemmat. Tutkijat pitivät myös mahdollisena, että kiintymyssuhde oli vaikuttanut lasten kognitiivisiin kykyihin niin, että turvattomien kognitiivinen taso oli alhaisempi. Nämä lapset saattoivat myös jännittää enemmän haastattelutilannetta ja tehdä siksi virheitä. Tutkijoiden esittämien selitysmallien lisäksi muistivirheitä saattoi aiheuttaa myös aikaisemmin tässä luvussa esitelty defensiivinen kieltäminen.

1.4 Kiintymysmalli autobiografisesta muistista

Chae ym. (2011) ovat luoneet kokoavan teorian autobiografisesta muistista. Aiempien teorioiden tavoin siinä oletetaan, että autobiografinen muisti edellyttää aivojen kypsymistä tietylle tasolle ja autobiografista muistia edeltää episodisen muistin synty. Nämä tapahtuvat 2–4-vuotiaana. Sosioemotionaalinen, kognitiivinen ja kulttuuriympäristö vaikuttavat autobiografiseen muistiin ja minäkuvan synty tarjoaa kehyksen, jonka yhteyteen muistot voidaan sitoa. Chae ym. (2011) tuovat autobiografisen muistin teoriaan myös kolme uutta kiintymyssuhdeteoriaan pohjautuvaa osaa:

1. Ihmisellä on autobiografinen muisti siksi, että se auttaa eloonjäämisessä. Autobiografisen muistin ansiosta lapset voivat jakaa kokemuksiaan hoitajiensa kanssa.
2. Ihmisten on osoitettu olevan ikään kuin herkistyneitä havaitsemaan pahoja asioita, sillä negatiiviset tilanteet ja muistikuvat niistä ovat eloonjäämisen näkökulmasta erityisen tärkeitä. Valenssiltaan negatiivisten kokemusten muistaminen perustuu erilaiselle mekanismille kuin valenssiltaan positiivisten tai neutraalien asioiden muistaminen. Eri kokemukset ovat negatiivisia eri-ikäisille ihmisille. Usein ne ovat sellaisia, jotka aktivoivat kiintymysjärjestelmän. Pienelle vauvalle tai lapselle esimerkiksi ero vanhemmasta on tällainen.
3. Lapsen ja vanhemman kiintymysjärjestelmät vaikuttavat merkittävästi siihen, miten he prosessoivat negatiivisia tapahtumia. Lapselle kiintymys tarjoaa säätelymekanismiin, jota hän voi (tai ei voi) käyttää hyväkseen tapahtumien käsittelyssä ja muistiin tallentamisessa. Vanhemman kiintymys vaikuttaa puolestaan siihen, miten hän auttaa lasta prosessoinnissa ja kognitiivisessa ja sosioemotionaalisisessa kehityksessä.

Kiintymyssuhteen laadun tiedetään siis vaikuttavan muistiprosessiin ja erityisesti negatiivisten tapahtumien mieleen painamiseen ja hakuun autobiografisesta muistista. Tämä on tärkeä tieto, kun mietitään esimerkiksi sitä, miksi asiakas tai potilas ei muista kunnolla jotain negatiivista tapahtumaa. Toistaiseksi ei ole olemassa tietoa siitä, miten kiintymystilanteet vaikuttavat tärkeimpien

autobiografisten muistojen sisältöihin. Nimeävätkö ihmiset itse muistoja kiintymystilanteista elämänsä merkittävimpien muistojen joukkoon? Entä varhaisin muisto? Jos kiintymystilanteet ovat lapselle eloonjäämisen kannalta erityisen merkityksellisiä, niin jäävätkö ne myös parhaiten mieleen ensimmäisiltä elinvuosilta? Ja onko muistojen negatiivisuudella yhteyttä muistoihin kiintymystilanteista? Vastauksilla näihin kysymyksiin on sovellettavuusarvoa esimerkiksi hoitosuhteessa, jossa käydään läpi asiakkaan tai potilaan menneisyyttä ja siitä tärkeimpinä mieleen jääneitä muistoja. Näistä lähtökohdista muotoillaan seuraavaksi lopulliset tutkimuskysymykset.

1.5 Tutkimuskysymykset ja hypoteesit

Tässä tutkielmassa tarkastellaan, miten kiintymystilanteet näkyvät autobiografisen muistin sisällöissä. Tutkimus vastaa seuraaviin kysymyksiin:

1. Esiintyykö ihmisten autobiografisessa muistissa kiintymystilannemuistoja (luokat: turvatilanne, hylkäämistilanne, läheisyystilanne, lapsen kiintyminen)? Kysymykseen asetetaan hypoteesi: Kiintymystilanteet ovat eloonjäämisen kannalta merkittäviä (Chae ym. 2011), joten niitä oletetaan esiintyvän autobiografisessa muistissa.
2. Esiintyykö varhaisimmissa muistoissa kiintymystilannemuistoja? Kysymykseen asetetaan hypoteesi: Kiintymystilanteet ovat varsinkin lapsuudessa eloonjäämisen kannalta merkittäviä (Chae ym. 2011), joten niitä oletetaan esiintyvän varhaisimmissa muistoissa.
3. Onko ihmisten välillä eroja siinä, kuinka paljon he muistavat kiintymystilanteita? Yksilöiden välisiä eroja tarkastellaan sukupuolen, iän, omien lasten saamisen ja yksilön autobiografisen muistin kokonaisvalenssin (positiivinen/negatiivinen) suhteen. Kysymykseen asetetaan hypoteesit: Oman lapsen saaminen aktivoi kiintymysjärjestelmän (Bowlby, 1980; George & College, 1999), joten sillä oletetaan olevan yhteys kiintymystilannemuistojen määrään. Negatiivisten kokemusten ja kiintymystilanteiden muistaminen on eloonjäämisen kannalta tärkeää (Chae ym., 2011), joten autobiografisen muistin valenssilla oletetaan olevan yhteys kiintymystilannemuistojen esiintymiseen.

2. MENETELMÄT

2.1 Tutkittavat ja aineiston keruu

Tutkimus toteutettiin verkkokyselynä. Siihen vastasi 116 Tampereen yliopiston tutkinto- ja avoimen yliopiston opiskelijaa keväällä 2015. Opiskelijat suorittivat tutkimusmenetelmien kurssia, jonka osana he vastasivat kyselyyn. Kyselylomake selvitti koehenkilöiden autobiografista muistia ja noudatti ”Guided Autobiography” -menetelmää (McAdams ym., 2006). Tutkittavilta pyydettiin aluksi kirjallinen suostumus tutkimukseen osallistumisesta. Taustamuuttujina selvitettiin sukupuoli, koulutus, ammatti, siviilisääty ja asumisolosuhteet. Tämän jälkeen tutkittavia pyydettiin kertomaan viidestä tärkeimmästä yksittäisestä elämäntapahtumastaan. He otsikoivat tilanteen ja kertoivat siitä vastaamalla kysymyksiin:

- a) Milloin tämä tapahtui?
- b) Mitä tilanteessa tapahtui?
- c) Keitä tilanteessa oli läsnä/keitä siihen liittyi?
- d) Mitä ajattelit ja tunsit tilanteen aikana?
- e) Miksi tämä tilanne on tärkeä koko elämäntarinassasi?
- f) Miten tilanne on vaikuttanut siihen millainen olet nyt?

Viiden tärkeimmän muiston jälkeen vastaajilta kysyttiin heidän varhaisinta muistoaan. Tutkittaville painotettiin, että sen ei tarvitse olla erityisen merkittävä tapahtuma, vaan ainoastaan ensimmäinen muisto. Vastaajan oli myös mahdollista ilmoittaa, jos varhaisin muisto oli yksi viidestä tärkeimmästä muistosta. Varhaisimmasta muistosta kysyttiin:

- a) Mitä tilanteessa tapahtui?
- b) Keitä tilanteessa oli läsnä/keitä siihen liittyi?
- c) Mitä ajattelit ja/tai tunsit tilanteen aikana?
- d) Minkä ikäinen olit, kun tämä tapahtui?

2.2 Menetelmät ja muuttujat

Tutkimuksessa haluttiin selvittää, ovatko vastaajien tärkeimmät ja varhaisimmat autobiografiset muistot kiintymystilanteista. Niiden luokitteluun ei ole olemassa valmista mittaria, joten sellainen

luotiin kiintymyssuhdeteorian pohjalta. Luokittelu perustuu johdannossa esiteltyihin Bowlbyn (1958, 1980) ja Ainsworthin ja Bellin (1970) malleihin kiintymyskäytöksestä.

Primaarista kiintymyksestä koodattiin kolmenlaisia muistoja, joissa kiintymystilanne on tutkittavan ja biologisen vanhemman tai muun erityisen tärkeän aikuisen kiintymyshahmon (esimerkiksi läheiseksi kuvatun isovanhemman) välinen. Jokaisesta luokasta on esitetty esimerkkipätkä aineistosta.

K1, turvatilanne: Pelottava, ahdistava tai erotilanne, johon kuuluva vanhempi tai muu erityisen tärkeä aikuinen kiintymyshahmo toimii turvasatamana esimerkiksi lohduttaa.

...löin polveni kiveen. Sattui kovasti ja verta tuli mielestäni paljon. Sain lohtua äidiltäni ja ison laastarin polveen...

K2, hylkäämistilanne: Pelottava, ahdistava tai erotilanne, johon kuuluva vanhempi tai muu erityisen tärkeä aikuinen kiintymyshahmo ei toimi turvasatamana esimerkiksi ei lohduta.

...äitini jättää minut lastenkotiin. Itken ja rimpuilen ja vieras nainen pitää minua sylissään väkisin. Äiti lähtee pois.

K3, läheisyystilanne: Voimakas läheisyyden ja turvan kokemus vanhemman tai muun erityisen tärkeän aikuisen kiintymyshahmon kanssa.

...iskä halasi minua, mitä ei usein meidän perheessä tapahdu. Ehkä sen takia se tuntui merkittävältä...

Sekundaarisesta kiintymyksestä koodattiin myös muistoja kolmeen luokaan. Niissä kiintymystilanne on kahden ikätoverin, yleensä tutkittavan ja puolison välinen. Mukaan otettiin myös ystävyysuhteita silloin, jos tutkittava kuvasi niitä erityisen läheisiksi, esimerkiksi turvaa ja itseluottamusta tuoneiksi.

A1, turvatilanne: Pelottava, ahdistava tai erotilanne, johon kuuluva oman ikäinen kiintymyshahmo toimii turvasatamana esimerkiksi lohduttaa.

...se oli hyvin hoidettu ero, jonka muistan lähes kauniina, ystävyiden aloittavana hetkenä...

A2, hylkäämistilanne: Pelottava, ahdistava tai erotilanne, johon kuuluva oman ikäinen kiintymyshahmo ei toimi turvasatamana esimerkiksi ei lohduta.

...päädyimme eroon. Tunsin suurta pahaa oloa ja mietin, että en halua tuntea vastaavaa enää ikinä...

A3, läheisyystilanne: Voimakas läheisyyden ja turvan kokemus oman ikäisen kiintymyshahmon kanssa.

...illalla mies kosi minua ja menimme kihloihin... Nyt tunnen, että kuulun johonkin ja minulla on jonkin turva elämässäni.

Lisäksi koodattiin muistoja, jotka kuvasivat kiintymyssuhteen muodostamista omaan lapseen.

L1, lapsen kiintyminen: Voimakas tunnekokemus kiintymyssuhteen muodostamisesta oman lapsen kanssa.

...Tämä puhdas rakkautentunne ja kiitollisuus elämän ja perheen jatkuvuudesta on syvintä, mitä olen kokenut.

Kaikissa koodauksissa olennaista oli tekstistä välittyvä tunnetila. Mitään tapahtumaa ei automaattisesti koodattu kiintymystilanteeksi. Esimerkiksi muisto yhteisestä hetkestä vanhemman kanssa koodattiin läheisyystilanteeksi vain silloin, kun kirjoittaja kuvasi läheisyyden kokemuksen, jossa mukana oli selvästi kiintymystä kuvaava tunne esimerkiksi turvallisuus. Isovanhemman kuolema koodattiin hylkäämistilanteena, jos tutkittava kuvasi isovanhemman olleen erityisen läheinen ja kuoleman aiheuttaneen paljon ahdistusta, surua tai muita vahvoja eroon liittyviä tunteita. Ero parisuhteesta koodattiin hylkäämistilanteena, jos siitä seurasi paljon negatiivisia tunteita. Jos kirjoittaja kuvasi eron tunnesisällöltään neutraalisti, muistoa ei koodattu kiintymystilanteeksi. Samoin oman lapsen syntymä koodattiin lapsen kiintymisenä tunnesisällön perusteella. Neutraalia kuvausta perheen lisäyksestä ei koodattu kiintymystilanteena.

Muistot, jotka eivät olleet kiintymystilanteista koodattiin arvolla nolla. Aineistossa oli yksi kokonaan puuttuva tieto: yksi vastaaja oli jättänyt yhden viidestä tärkeimmästä muistosta kertomatta. Puuttuva tieto koodattiin arvolla nolla. Seitsemän vastaajaa oli kirjoittanut varhaisimman muiston yhtenä viidestä tärkeimmästä muistostaan. Heiltä oli näin ollen aineistossa yhteensä vain viisi muistoa, kun muilta vastaajilta muistoja oli yhteensä kuusi (viisi tärkeintä muistoa ja varhaisin muisto). Näiden seitsemän muiston kiintymysluokka koodattiin varhaisimpana muistona. Viiden tärkeimmän muiston kohdalle sama muisto sai arvon nolla riippumatta siitä, oliko se kiintymystilanteesta vai ei. Näin vältettiin se, että sama muisto olisi koodattu kahteen kertaan kiintymystilanteeksi ja ilmiön esiintyvyyttä olisi yliarvoitu.

Kiintymystilannemuistoista muodostettiin summamuuttuja. Siihen laskettiin yhteen kaikki muistot, jotka oli koodattu johonkin kiintymystilanneluokkaan kuuluviksi. Summamuuttujan vaihteluväli oli 0 – 6 (viisi tärkeintä muistoa ja varhaisin muisto). Henkilöt, joiden summamuuttuja sai arvon nolla, eivät olleet raportoineet yhtään muistoa kiintymystilanteista. Summamuuttujan arvo

kuusi tarkoitti, että kaikki muistot olivat kiintymystilanteista. Muuttujan histogrammi muistutti selvästi normaalijakaumaa. Kolmogorov-Smirnovin testi ei kuitenkaan vahvistanut normalisuutta, sillä $p < .001$.

Muistoista koodattiin myös niiden objektiivinen valenssi eli se, oliko tapahtuma lähtökohtaisesti positiivinen vai negatiivinen. Positiiviseksi tarinaksi merkittiin esimerkiksi naimisiin meno ja negatiiviseksi läheisen kuolema. Yksi puuttuva tieto koodattiin nolllaksi. Samoin koodattiin nolllaksi ne seitsemän viiden tärkeimmän muiston joukossa ollutta muistoa, jotka olivat samaan aikaan henkilön varhaisimpia muistoja. Näin varmistettiin, ettei negatiivisten muistojen määrää yliarvioida. Koehenkilöille laskettiin summamuuttuja negatiivisten tarinoiden kokonaismäärästä, jolloin jokainen sai tarinoiden objektiivisesta negatiivisuudesta arvon 0–6. Summamuuttujaa kutsutaan autobiografisen muistin valenssiksi. Muuttujan histogrammi muistutti selvästi normaalijakaumaa. Kolmogorov-Smirnovin testi ei kuitenkaan vahvistanut normalisuutta, sillä $p < .001$.

2.3 Aineiston analysointi

Tutkimuksen tilastolliset analyysit suoritettiin IBM SPSS Statistics 23 -ohjelmalla. Kiintymystilanteiden esiintyvyyttä autobiografisessa muistissa ja varhaisimmissa muistoissa tutkittiin laskemalla frekvenssit kiintymystilannemuistoille ja kiintymystilannemuistojen luokille koko aineistossa ja varhaisimmissa muistoissa.

Neljän muuttujan, sukupuolen, iän, omien lasten saamisen ja autobiografisen muistin valenssin yhteyttä kiintymystilannemuistojen määrään tutkittiin yksinkertaisella regressioanalyysillä. Sukupuolten välisiä eroja kiintymystilannemuistojen määrässä tutkittiin vielä tarkemmin riippumattomien otosten t-testillä. Ikä ja omat lapset eivät tulleet regressioanalyysissä merkitseviksi. Aineisto oli kuitenkin vinoutunut näiden muuttujien suhteen. Niistä tehtiin siksi graafiset tarkastelut, joista saattoi nähdä viitteitä muuttujien mahdollisesta yhteydestä kiintymystilannemuistojen määrään. Autobiografisen muistin valenssin yhteyttä kiintymystilannemuistojen luokkiin tutkittiin vielä tarkemmin multinomiaalisella logistisella regressioanalyysillä.

3. TULOKSET

3.1 Kuvailevat tulokset

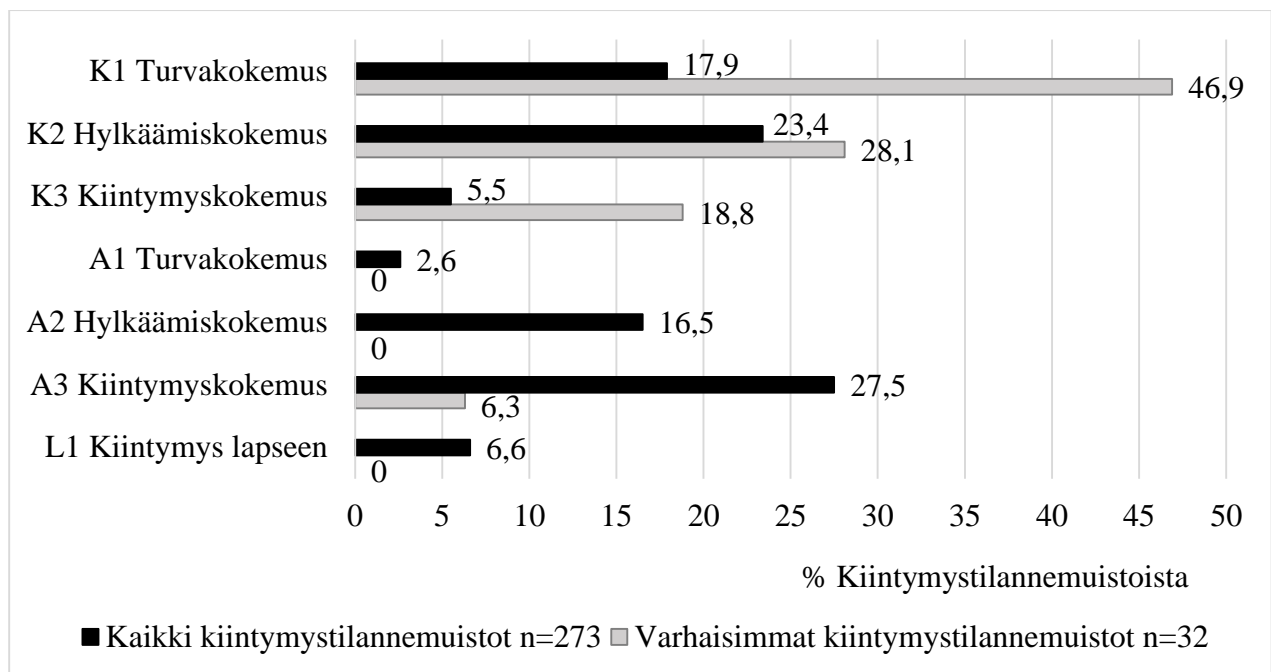
Tutkimukseen vastasi 116 Tampereen yliopiston tutkinto- ja avoimen yliopiston opiskelijaa. Heistä 17 (14,7 %) oli miehiä ja 99 (85,3 %) naisia. Tutkittavat olivat iältään 19–61-vuotiaita (keskiarvo 28,6, keskihajonta 9,8). Heidän koulutustasonsa vaihteli toisen asteen koulutuksesta ylempään korkeakoulututkintoon. Vastaajista 71,6 % oli naimattomia. Tutkimukseen vastanneista 34,5 % kertoi asuvansa yksin, 31,0 % kahdestaan puolison kanssa, 21,5 % yksin lasten kanssa tai yhdessä puolison ja lasten kanssa. Lisäksi 13,8 % valitsi vaihtoehdon muu asumisjärjestely. Omia lapsia oli näiden tietojen perusteella 25 vastaajalla. Kysymyksistä puuttui vaihtoehto, jossa vastaaja olisi voinut kertoa, että hänellä on lapsia, mutta hän ei asu heidän kanssaan.

Vastaajien varhaisin muisto oli keskimäärin 3,28 vuoden iästä (kh 1,36). Kaikista muistoista 55,3 % oli objektiivisesti arvioituna positiivisia. Suurimmalla osalla (56,0 %) vastaajista oli kaksi tai kolme negatiivista muistoa (ka = 2,68, kh = 1,32). Varhaisimmista muistoista 58,8 % oli positiivisia.

3.2 Kiintymystilanteiden esiintyvyys autobiografisessa muistissa ja varhaisimmissa muistoissa

Kaikista muistoista (n=688) 39,7 % oli kiintymystilanteista. Yleisimpiä olivat luokkaan A3 kuuluvat läheisyystilanteet oman ikäisen kiintymyshahmon kanssa. Niitä oli 27,5 % kaikista kiintymystilannemuistoista. Toiseksi eniten muistettiin pelottavia, ahdistavia tai erotilanteita, johon kuuluva vanhempi tai muu erityisen tärkeä aikuinen kiintymyshahmo ei toiminut turvasatamana. Tähän hylkäämistilanteiden luokkaan K2 kuului 23,4 % kiintymystilannemuistoista.

Varhaisimmista muistoista 32 muistoa eli 27,6 % oli kiintymystilanteista. Yleisimpiä olivat luokan K1 vanhemman tai muun erityisen tärkeän aikuisen kiintymyshahmon kanssa koetut turvatilanteet. Toiseksi eniten oli luokan K2 hylkäämistilanteita ja kolmanneksi eniten luokan K3 läheisyystilanteita. Mukana oli myös kaksi muistoa, jotka luokiteltiin luokkaan A3 eli läheisyystilanteiksi oman ikäisen kiintymyshahmon kanssa.



KUVIO 1. Kiintymystilannemuistojen luokkien suhteelliset osuudet kaikista kiintymystilannemuistoista ja varhaisimmista kiintymystilannemuistoista.

3.3 Yksilöiden väliset erot kiintymystilanteiden muistelussa

Vastaajien kuudesta muistosta keskimäärin 2,35 (kh=1,44) oli kiintymystilanteista. Yleisimmin vastaajilla oli yksi, kaksi tai kolme muistoa kiintymystilanteista. Näin oli 72,5 %:lla vastaajista. Ääriarvot olivat harvinaisia. Aineistossa oli yhdeksän vastaajaa, joiden yksikään muisto ei ollut kiintymystilanteesta. Kolmella vastaajalla kaikki kuusi muistoa olivat kiintymystilanteista.

Tutkittavan sukupuoli, ikä, omien lasten saaminen ja autobiografisen muistin valenssi selittivät regressioanalyysissä kiintymystilannemuistojen määrästä kaikkiaan 19,2 % (taulukko 1). Sukupuolen selitysosuus oli tilastollisesti merkitsevä ja autobiografisen muistin valenssin erittäin merkitsevä. Sen sijaan ikä ja omien lasten saaminen eivät olleet yhteydessä kiintymystilannemuistoihin.

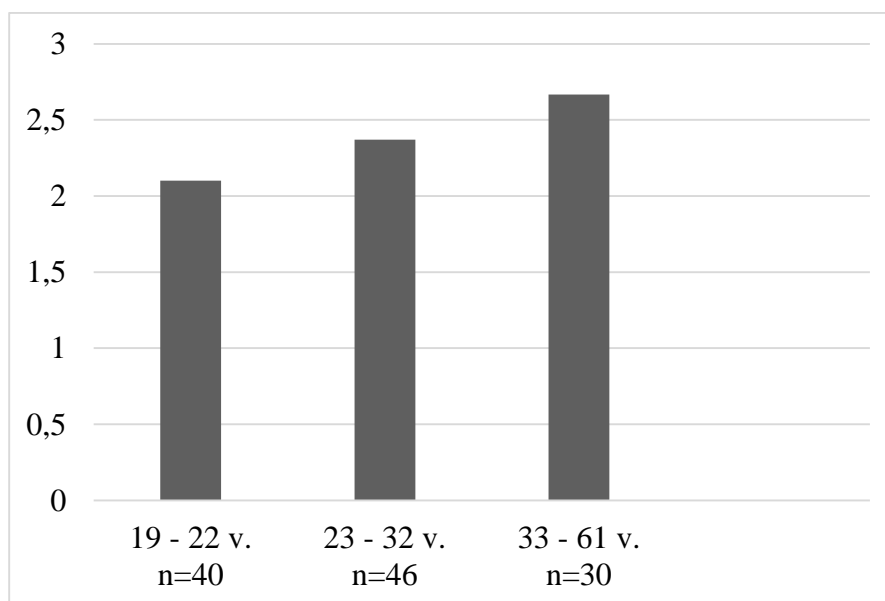
TAULUKKO 1. Kiintymystilannemuistojen määrän selittyminen sukupuolella, iällä, omien lasten saamisella ja autobiografisen muistin valenssilla.

Muuttujat	β	ΔR^2	R^2
		.220***	.192***
1. Sukupuoli	.244**		
2. Ikä	.127		
3. Omien lasten saaminen	.062		
4. Autobiografisen muistin valenssi	.383***		

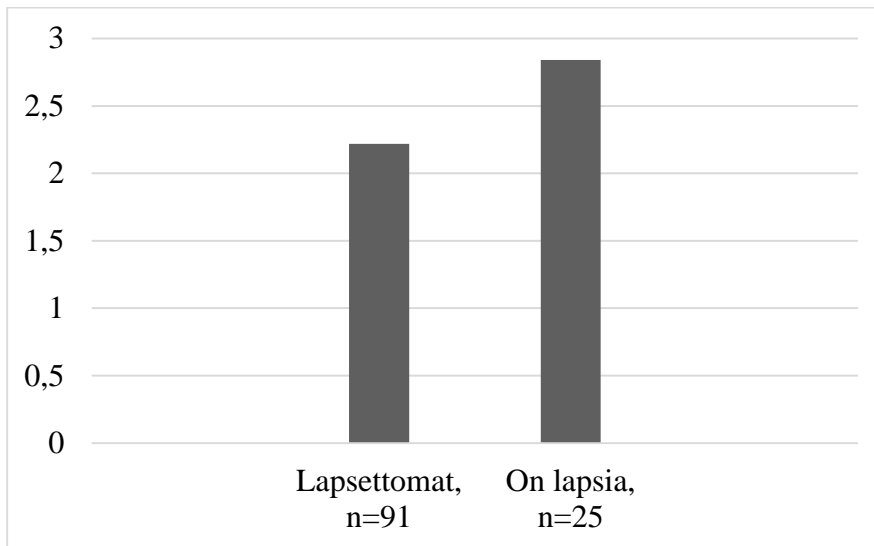
** $p < .01$, *** $p < .001$

Voimakkaimmin kiintymystilannemuistojen määrää selitti autobiografisen muistin valenssi. Mitä enemmän vastaajalla oli muistoja negatiivisista tapahtumista sitä enemmän hänellä oli niitä myös kiintymystilanteista. Myös sukupuoli selitti tilastollisesti merkitsevästi kiintymystilannemuistojen määrää. Jatkotarkastelussa havaittiin, että naiset kertoivat enemmän kiintymystilannemuistoja kuin miehet, keskimäärin 2,46 (kh=1,45) ja miehet 1,71 (kh=1,26) ($t(114) = -2,04, p < .05$).

Ikä ja se, oliko henkilöllä omia lapsia, eivät tulleet analyysissä merkitseviksi. Aineisto oli vinoutunut näiden muuttujien suhteen. Niitä tarkasteltiin siksi vielä graafisesti. Ikä luokiteltiin: 19 – 22 -vuotiaat nuoret (34,5 %), 23 – 32 -vuotiaat nuoret aikuiset (39,7 %), 33 – 60 -vuotiaat aikuiset (25,9 %). Kiintymystilannemuistojen määrä näytti nousevan iän myötä (kuvio 2). Omia lapsia saaneilla vastaajilla näytti olevan enemmän kiintymystilannemuistoja kuin lapsettomilla (kuvio 3).



KUVIO 2 Kiintymystilannemuistojen määrä ikäluokittain



KUVIO 3 Kiintymystilannemuistojen määrä lapsettomilla ja omia lapsia saaneilla

3.4 Valenssin yhteys kiintymystilannemuistojen luokkiin

Koska valenssi selitti kiintymystilannemuistojen esiintymistä tilastollisesti erittäin merkitsevästi, yhteyttä haluttiin tutkia tarkemmin. Multinomiaalista logistista regressioanalyysia varten kiintymystilannemuistojen luokkia yhdisteltiin. Ensimmäiseen luokkaan kuuluivat muistot, jotka eivät olleet kiintymystilanteista (60,8 %). Tähän luokkaan kuului myös yksi puuttuva tieto ja tärkeimmistä elämänmuistoista seitsemän, jotka olivat yhtä aikaa myös henkilön varhaisimpia muistoja ja joiden kiintymystilanneluokka oli koodattu varhaisimman muiston kohdalle. Primaarin kiintymyksen luokkaan kuuluivat luokkien K1, K2 ja K3 muistot. Primaari kiintymys oli siis muistoja kiintymystilanteista ensisijaisen kiintymyshahmon, oman vanhemman tai muun erityisen tärkeän aikuisen kiintymyshahmon kanssa. Sekundaarisen kiintymyksen luokkaan kuuluivat luokkien A1, A2, A3 ja L1 muistot. Luokassa oli muistoja kiintymystilanteista oman ikäisen kiintymyshahmon tai oman lapsen kanssa.

Jokaiselle muistolle (viisi tärkeintä muistoa ja varhaisin muisto) tehtiin oma multinomiaalinen logistinen regressioanalyysi. Referenssikategoriana käytettiin luokkaa, johon kuuluvat muistot eivät olleet kiintymystilanteista. Kuudesta muistoista neljässä autobiografisen muistin valenssi oli yhteydessä kiintymystilannemuistojen luokkiin.

TAULUKKO 2. Kiintymystilannemuistojen luokkien selittyminen autobiografisen muistin valenssilla

Muuttujat	Exp(B)	R ²
1. Muisto		.084
Primaari kiintymys	1.652**	
Sekundaari kiintymys	1.313	
2. Muisto		.096
Primaari kiintymys	1.773**	
Sekundaari kiintymys	1.341	
3. Muisto		.010
Primaari kiintymys	1.124	
Sekundaari kiintymys	.895	
4. Muisto		.106
Primaari kiintymys	1.943**	
Sekundaari kiintymys	1.489*	
5. Muisto		.005
Primaari kiintymys	1.144	
Sekundaari kiintymys	.958	
Varhaisin muisto		.131**
Primaari kiintymys	1.772***	
Sekundaari kiintymys	1.431	

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

Autobiografisen muistin valenssi oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä muistoihin primaarista kiintymyksestä. Mitä negatiivisempi oli ihmisen autobiografinen muisti kokonaisuudessaan sitä enemmän hän muisti kiintymystilanteita oman vanhempansa tai muun erityisen tärkeän aikuisen kiintymyshahmon kanssa.

Riskikertoimet (OR = 1.65, $p < .01$, OR = 1.77, $p < .01$, OR = 1.94, $p < .01$, OR = 1.77, $p < .001$) olivat hieman alle kahden. Henkilöillä, joiden autobiografisessa muistissa painottuivat negatiiviset tapahtumat, oli noin kaksi kertaa todennäköisemmin muistoja kiintymystilanteista primaarin kiintymyshahmon kanssa kuin muistoja, jotka eivät olleet kiintymystilanteista, verrattuna henkilöihin, joiden autobiografisessa muistissa painottuivat positiiviset tapahtumat.

4. POHDINTA

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää kiintymystilanteiden esiintymistä ihmisten autobiografisessa muistissa. Tutkimus oli luonteeltaan eksploratiivinen, sillä aihetta ei ole tutkittu aiemmin. Tutkimuksessa kartoitettiin kiintymystilanteiden esiintymistä tärkeimmissä elämänmuistoissa ja varhaisimmissa muistoissa. Kiintymystilannemuistojen koodaukseen ja tunnistamiseen luotiin kiintymyssuhdeteorian pohjalta luokittelu. Luokkia olivat turva-, hylkäämis- ja läheisyystilanne primaarin tai sekundaarin kiintymyshahmon kanssa ja kiintymys omaan lapseen. Kiintymystilannemuistojen määrää autobiografisessa muistissa selitettiin sukupuolen, iän, omien lasten saamisen ja autobiografisen muistin kokonaisvalenssin perusteella.

4.1 Yli kolmannes tärkeistä elämänmuistoista on kiintymystilanteista

Kaikista tutkittavien kertomista muistoista noin 40 % oli kiintymystilanteista. Tämä on ensimmäinen tutkimus aiheesta, joten yleisyydestä ei ole aikaisempia arvioita. Koko aineistossa yleisin oli läheisyystilanne oman ikäisen kiintymyshahmon kanssa. Autobiografisesta muistista tiedetään, että nuoreen aikuisuuteen ajoittuvat muistot ovat yliedustettuina (Leist, Ferring, & Filipp, 2010). On myös osoitettu, että vanhemmissa ikäryhmissä kaksikymppisyydestä muistetaan korostuneesti onnellisia hetkiä, mutta ei surullisia tai traumaattisia (Berntsen & Rubin, 2002). Tuo muistihuippu (reminiscence bump) näkyi myös tämän tutkimuksen aineistossa, jossa oli paljon muistoja esimerkiksi nuoruuden rakkauksista. Näiden muistojen yleisyyttä selittänee myös niin sanottu viimeaikaisuus-efekti (recency effect). Lähimenneisyyden tapahtumien tiedetään olevan yliedustettuina autobiografisessa muistissa ja tämän tutkimuksen aineistossa oli paljon nuoria aikuisia (Leist ym. 2010; Whitten & Leonard, 1981). Nuoruudessa ja nuorena aikuisena romanttisissa suhteissa koettu kiintymys voi olla merkittävä kokemus erityisesti niille, joiden kiintymyssuhde

omaan vanhempaan on ollut turvaton (Cohen, 2005). Heidän on mahdollista saada kumppaniltaan turvaa, tukea ja taitoja, joiden avulla käsitellä menneisyyttään ja muodostaa turvallinen kiintymyssuhde.

Toiseksi eniten raportoitiin hylkäämistilanteita ja kolmanneksi eniten turvatilanteita vanhemman tai muun erityisen tärkeän aikuisen kiintymyshahmon kanssa. Yhteensä kiintymystilannemuistoissa oli selvästi enemmän niitä, joihin liittyi pelkoa, ahdistusta tai eroa primaarista kiintymyshahmosta kuin läheisyystilanteita. Näyttää siltä, että vanhemman tai muun erityisen tärkeän aikuisen kiintymyshahmon kanssa koetut pelottavat ja erotilanteet ovat tallentuneet korostetusti muistiin, kun taas sekundaarisista suhteista muistetaan erityisesti kiintymyssuhteen solmiminen ja siinä koettu läheisyys. Chae ym. (2011) teoria selittää kiintymystilannemuistojen verrattain korkeaa esiintyvyyttä ja vanhemman kanssa koettujen turva- ja hylkäämistilanteiden keskeisyyttä, sillä sen mukaisesti esimerkiksi ero vanhemmasta on lapselle eloonjäämisen kannalta merkittävä tapahtuma, joka tallentuu siksi autobiografiseen muistiin. Tietoa voi käyttää hyödyksi terapiatyössä, jos asiakasta mietityttää se, millaisia muistoja hänellä on vanhemmistaan. Muisto turva- tai hylkäämistilanteesta on jäänyt korostuneesti mieleen sen eloonjäämiseen liittyvän funktion vuoksi. Narratiivista identiteettiä on mahdollista kirjoittaa uudelleen, kun omia muistoja tulkitsee kiintymyssuhteen näkökulmasta.

4.2 Myös varhaisimmissa muistoissa on paljon kiintymystilannemuistoja

Varhaisimmista muistoista noin 30 prosenttia oli kiintymystilanteista. Näin ollen kiintymystilannemuistoja esiintyi varhaisimpien muistojen joukossa suhteessa hieman vähemmän kuin koko autobiografisessa muistissa. Chaen ym. (2011) teorian mukaisesti suhteen olisi voinut olettaa olevan toisinpäin, sillä kiintymystilanteiden merkitys on erityisen suuri eloonjäämisen kannalta juuri lapsuudessa. Tulosta voi selittää varhaisimpien muistojen niukka sisältö verrattuna muihin muistoihin. Tutkimuksessa ei mitattu muistojen pituutta, mutta varhaisimmat muistot vaikuttivat selvästi lyhemmiltä kuin muut muistot. McCabe ja Peterson (2011) totesivat omassa tutkimuksessaan varhaisimpien muistojen olevan sanamäärän perusteella selvästi lyhempiä kuin nuoruusmuistot.

Tunnetilojen kuvailu oli varhaisimmissa muistoissa vähäisempää ja moni vastaajista kertoi, ettei pysty muistamaan tuntemuksiaan muiston tapahtumahetkestä. Jotkut arvailivat tunteitaan tapahtuman luonteen perusteella. Kiintymystilannemuistoiksi koodattiin vain ne kertomukset, joiden sisällöstä kävi ilmi muiston emotionaalinen merkitys tutkittavalle. Näin ollen kiintymystilannemuistojen

esiintymistä saatettiin aliarvioida erityisesti varhaisimpien muistojen joukossa. Mielenkiintoista oli, että objektiivisesti arvioituna negatiivisissa varhaisimmissa muistoissa tunnetila saatettiin kuvailla neutraaliksi ja merkityksettömäksi. Varhaisimpien muistojen lukemisesta jäi vaikutelma, että elämäntapahtumilla ei olisi pienille lapsille yhtä suurta merkitystä kuin aikuisille, ja lapset eivät kokisi voimakkaita tunteita. Psykologisen tietämyksen perustella tämä ei pidä paikkaansa. Vaikutelma voi liittyä varhaisimpien muistojen tutkimisen metodologisiin ongelmiin, joita on yritetty ratkaista käyttämällä esimerkiksi valmiita tarkistuslistoja ihmisten muistin tueksi, hakemalla vahvistusta ja lisätietoa muistoista tutkittavien vanhemmilta ja pyytämällä tutkittavia arvioimaan muiston valenssia asteikkomittarilla (Chae ym. 2011). On myös mahdollista, että ihmisten omiin arvioihin varhaisimpien muistojen emotionaalisesta merkityksestä liittyy vääristymää. Howe, Siegel ja Brown (1993) osoittivat, että tutkittavien itsensä vaisuina pitämiin muistoihin oli liittynyt alun perin emotionaalisesti merkittävää sisältöä. Lindsayn, Waden, Hunterin ja Readin (2004) tutkimuksessa saatiin puolestaan viitteitä siitä, että ihmisillä on taipumusta arvioida omia lapsuuden muistojaan positiivisemmiksi kuin ne todellisuudessa olivat.

Kiintymystilannemuistojen luokista yleisin oli vanhemman tai muun aikuisen turvahahmon kanssa koettu turvatilanne, toiseksi eniten oli hylkäämistilanteita ja kolmanneksi eniten läheisyystilanteita. Luokkien järjestyksestä voi havaita, että Chaen ym. (2011) teorian mukaisesti erityisesti pelkoa ja eroa sisältäneet tilanteet olivat jääneet vastaajille mieleen. Lapselle on tärkeää tietää, toimiiko vanhempi heille turvasatamana uhkaavassa tilanteessa. Tuon tiedon varassa lapsi luo sisäisen mallin siitä, miten muut ihmiset häneen suhtautuvat.

Tämä tutkimus vahvisti olemassa olevaa empiiristä näyttöä varhaisimman muiston ajoittumisesta noin kolmen ja puolen vuoden ikään (Tustin & Hayne, 2010). Aineistossa varhaisin muisto oli keskimäärin 3,3 vuoden iästä.

4.3 Naisilla on enemmän muistoja kiintymystilanteista

Sukupuoli selitti kiintymystilannemuistojen määrää ihmisen autobiografisessa muistissa. Kuuden muiston joukossa naisilla oli keskimäärin noin yksi muisto enemmän kiintymystilanteista kuin miehillä. Aikaisemmat tutkimustulokset sukupuolen vaikutuksesta autobiografiseen muistiin eivät ole täysin yhdenmukaisia. On kuitenkin näyttöä siitä, että naiset raportoivat enemmän autobiografisia muistoja, joihin liittyy yksityiskohtia tunteista, muista ihmisistä ja muistojen merkityksestä (esim. Bauer ja muut, 2003; Buckner, & Fivush, 1998; Pillemer ja muut, 2003). Naisten muistot ovat pidempiä, informatiivisempia ja koherentimpia. Vastaavaa eroa ei ole löydetty meta-analyysissä

naisten ja miesten verbaalisissa kyvyissä, kun nämä ovat tuottaneet pääasiassa ei-henkilökohtaisia tekstejä (Hyde, & Linn, 1988). On esitetty, että sukupuolten eroa autobiografisissa muistoissa selittääkin juuri niiden henkilökohtainen merkitys vastaajille (McCabe ja Peterson, 2011). Berntsen, Rubin ja Siegler (2011) pyysivät tutkittaviaan arvioimaan elämässään tapahtuneiden negatiivisten ja positiivisten tapahtumien keskeisyyttä identiteetissään. Naiset pitivät sekä negatiivisia että positiivisia tapahtumia tärkeämpinä kuin miehet. Näyttää siltä, että naiset paitsi raportoivat enemmän ja tarkemmin emotionaalisia muistoja, niin myös pitävät niitä merkityksellisempinä kuin miehet.

Pienten lasten emotionaalinen ilmaisu on molemmilla sukupuolilla samankaltaista (Bauer ja muut, 2003). Ero sukupuolten välille näyttää syntyvän kehityksellisesti 4 – 7-vuoden iässä. Tätä on selitetty tyttöjen ja poikien erilaisella kasvatuksella sosialisointiin. Tutkimuksissa on havaittu, että vanhemmat käyttävät tyttärensä kanssa enemmän ja monipuolisempia emotionaalisia sanoja, keskustelevat voimakkaita tunteita nostattaneista tilanteista pidempään ja eri tavalla ja pohtivat myös tunteiden seurauksia enemmän kuin poikiensa kanssa (Grysmen & Hudson, 2013). Nelsonin ja Fivushin (2004) autobiografisen muistin sosiokulttuurisen mallin mukaisesti vanhempien erilaisilla puhetoivoilla on pysyvä vaikutus autobiografiseen muistiin. Tytöille emotioilla on muistossa itsestään selvää merkitystä ihan kuten tapahtuma-ajalla ja -paikalla. Poikia ohjataan ottamaan muistoon mukaan emotionaalisia elementtejä vain silloin, jos niillä on suoria seurauksia tapahtumien kulkuun (Grysmen & Hudson, 2013). Näin tyttöjä rohkaistaan länsimaisissa yhteiskunnissa tuomaan poikia enemmän esiin sisäisiä kokemuksiaan (Baur ja muut, 2003). Tämä vaikuttaa myös lasten autobiografiseen järjelyyn tapahtumien merkityksistä myöhemmässä elämässä ja minäkuvaan (Grysmen & Hudson, 2013). Tytöille interpersoonallisista kokemuksista – joita kiintymystilanteet ovat – tulee tärkeämpiä minäkuvan rakentajia. Naisten minämuisti-systeemissä (SMS) korostuu minäkuvan suhteellisuus, kun taas miehet keskittyvät omaan toimijuuteensa. Aiheesta kaivattaisiin kuitenkin lisää kokeellisia ja pitkittäistutkimuksia.

Sukupuolten välillä on havaittu samansuuntaisia eroja myös tutkimuksissa kiintymyksestä. Meta-analysissä nuorten ikäoverisuhteista kävi ilmi, että naiset ovat selvästi kiintyneempiä ikätovereihinsa kuin miehet (Gorrese & Ruggieri, 2012). On olemassa myös jonkin verran tutkimustuloksia siitä, että naisten ja miesten välillä on eroja kiintymyssuhteen laadun jakaumassa (del Giudice, 2008). Ihan pienillä lapsilla turvallisesti, välttelevästi, vastustavasti ja organisoitumattomasti kiintyneiden määrät ovat vielä samoja. Ero alkaa näkyä keskilapsuudessa. Iältään 7–11 -vuotiaiden lasten otoksissa turvattomista tytöistä suurin osa oli vastustavasti kiintyneitä, kun taas turvattomista pojista isompi osa oli välttelevästi kiintyneitä. Vastaavasti aikuisena turvattomissa miehissä on enemmän etäännyttävästi ja naisissa jumiutuneesti kiintyneitä (esim. Bartholomew & Horowitz, 1991)

4.3 Negatiivisella muistilla on yhteys muistoihin primaarista kiintymyksestä

Chaen ym. (2011) kokoavassa teoriassa autobiografisesta muistista painotetaan negatiivisten kokemusten merkitystä. Koska pelottavat ja uhkaavat tilanteet ovat eloonjäämisen näkökulmasta erityisen tärkeitä, ihmiset ovat herkistyneet havaitsemaan pahoja asioita. Tämän tutkimuksen aineistossa ihmisten muistoista vajaa puolet oli objektiivisesti arvioituna negatiivisia. Aikaisemmissa tutkimuksissa on saatu vaihtelevia tuloksia positiivisten ja negatiivisten muistojen suhteista. Lasten on todettu muistavan keskimäärin noin 70 % ensiavussa tehdyn lääketieteellisen toimenpiteen piirteistä vielä usean vuoden päästä tapauksesta, kun taas mukavan aktiviteetin piirteistä muistetaan vain alle 30 % (Chae ym., 2011). Nuorilta kerätyssä aineistossa varhaisimmista muistoista ja nuoruusmuistoista noin puolet oli negatiivisia tai ”katkeransuloisia” ja loput positiivisia tai neutraaleja (McCabe & Peterson, 2011). Tulokset eivät ole erityisen hyvin vertailukelpoisia vaihtelevien asetelmien ja mitta-asteikkojen vuoksi. Yhteenvedon voidaan kuitenkin todeta, että kun tutkittavia on pyydetty itse vapaasti valitsemaan ja kertomaan autobiografisia muistojaan, negatiivisten osuus on ollut noin puolet.

Negatiiviset muistot olivat tässä tutkimuksessa yhteydessä kiintymystilannemuistoihin. Mitä enemmän henkilöllä oli negatiivisia muistoja sitä enemmän hänellä oli myös kiintymystilannemuistoja. Tarkemmassa analyysissä selvisi, että negatiivinen autobiografinen muisti oli yhteydessä erityisesti kiintymystilanteisiin primaarin kiintymyshahmon kanssa. Tulosta voi tulkita niin, että vanhemman kanssa koetut kiintymystilanteet ja muistot niistä ikään kuin sävyttävät koko autobiografista muistia negatiiviseksi. Mistä tämä voisi johtua? Yksi selitys voi olla ihmisen tyyli käsitellä ja tallettaa muistiin hänelle tapahtuneita negatiivisia asioita. Chaen ym. (2011) mukaan lapsen ja vanhemman kiintymysjärjestelmät vaikuttavat negatiivisten tapahtumien prosessointiin. Lapsi joko voi tai ei voi käyttää kiintymystä säätelymekanismina tapahtumien käsittelyssä ja muistiin tallettamisessa. Turvallisesti/autonomisesti kiintyneiden voi olettaa raportoivan avoimesti ja koherentisti kiintymystilanteista ja negatiivisista elämäkokemuksista, sillä heillä on ollut mahdollisuus prosessoida noita kokemuksia yhdessä kiintymyshahmonsa kanssa. Turvattoman kiintymyksen taas on havaittu olevan yhteydessä skeeman mukaiseen negatiiviseen muistamiseen ja erityisen uhkaavissa tilanteissa muistivirheisiin ja defensiiviseen pois sulkemiseen (Bowlby, 1980; Dykas & Cassidy, 2011; Edelstein ym. 2005; Goodman ym. 1997). Korostuneen negatiivisella autobiografisella muistilla ja poikkeavan suurella määrällä kiintymystilannemuistoja – erityisesti hylkäämistilanteista - voisi olettaa yhteyden turvattoman kiintymyksen vastustavaan ja jumiutuneeseen luokkaan. Välttelevä ja etäännyttävä kiintymys puolestaan voisi näkyä vähäisinä, lyhyinä, emotionaalisesti neutraaleina ja epäkoherentteina kiintymystilannemuistoina. Tämän

tutkimuksen aineisto ei tarjonnut mahdollisuutta tarkastella asiaa kiintymyssuhteen laadun pohjalta. On myös mahdollista, että kiintymystilannemuistojen ja autobiografisen muistin valenssin vaikutussuunta kulkee toisinpäin eli muistin negatiivisuus lisää kiintymystilannemuistojen määrää. Ilmiöiden yhteys voi myös selittyä osittain sillä, että ne ovat päällekkäisiä. Esimerkiksi hylkäämiskokemukset ovat lähtökohtaisesti valenssiltaan negatiivisia.

Autobiografisten muistojen valenssilla oletetaan olevan yhteys ihmisten hyvinvointiin. Taustalla on niin sanottu sosioemotionaalisen valinnan teoria (socioemotional selectivity theory), jonka mukaan ihmiset alkavat keskittyä positiivisiin kokemuksiin, kun ymmärtävät ikääntyessä jäljellä olevan ajan rajallisuuden (Carstensen, 1995). Teoria on saanut empiiristä tukea. Autobiografisen muistin positiivisuuden tiedetään lisääntyvän ihmisten ikääntyessä (Boals, Hayslip, & Banks, 2014; Gallo, Korthauer, McDonough, Teshale, & Johnson, 2011) ja noin 60-vuotiaaksi saakka koettujen negatiivisten tunteiden määrä vähenee (Carstensen, Pasupathi, Mayr, & Nesselroade, 2000). Lisäksi tiedetään, että tärkeiden elämäntapahtumien muistelulla ja erityisillä muistelu-interventioilla on positiivinen vaikutus vanhempien ihmisten emotionaaliseen hyvinvointiin ja elämään tyytyväisyyteen. (Bohlmeijer, Roemer, Cuijpers, & Smit, 2007). Autobiografisesta järkeilystä saatujen tulosten mukaan henkilöt, jotka löytävät vastoinkäymisistään myöhemmin positiivisia merkityksiä, ovat psyykkisesti terveempiä ja kypsempiä (McAdams & McLean, 2013). Iona ja Szamosközi (2013) eivät kuitenkaan löytäneet omassa tutkimuksessaan vahvistusta autobiografisen muistin valenssin ja vastaajien hyvinvoinnin väliltä. Tutkijat pitivät mahdollisena, että tulos selittyi otoksella, joka oli pieni ja jossa useilla tutkittavista oli todettu MCI-tasoista kognitiivista heikentymistä. Aiheesta kaivataan lisää tutkimusta, jossa olisi syytä huomioida myös eri luokkiin kuuluvien kiintymystilannemuistojen merkitys hyvinvointiin.

4.3 Tutkimuksen rajoitukset, vahvuudet ja jatkotutkimuksen tarve

Tämä tutkimus avasi uuden näkökulman autobiografisen muistin sisältöihin. Tutkimus tuotti uutta tietoa kiintymystilanteiden roolista ihmisen narratiivisessa identiteetissä ja yhteydestä autobiografisen muistin valenssiin. On tärkeä huomata, että tässä tutkimuksessa kiintymystilannemuistoiksi koodattiin vain sellaiset muistot, joista välittyi selvästi kiintymystä kuvaava tunnetila. Menettelytapa saattoi johtaa ilmiön esiintymisen aliarviointiin. Turvattomasti kiintyneillä henkilöillä defensiiivinen kieltäminen (Bowlby, 1980; Dykas & Cassidy, 2011; Edelstein ym. 2005; Goodman ym. 1997) voi aiheuttaa sen, että muistoista ei käy ilmi voimakkaita tunteita ja kertomukset eivät ole tarkkoja ja yksityiskohtaisia. On mahdollista, että tässä tutkimuksessa

välttelevästi kiintyneiden vastaajien muistot jäivät järjestelmällisesti koodaamatta kiintymystilannemuistoiksi, vaikka ne olisivat sitä olleetkin. On myös mahdollista, että osa vastaajista ei kuvannut tunnetilaa selvästi henkilökohtaisesta kirjoitustyylistään johtuen, vaikka emootioista kysyttiin jokaisen muiston kohdalla.

Tutkimusta varten luotiin uusi koodausjärjestelmä. Sen reliabiliteetin arvioimiseksi olisi ollut hyvä, että koodaajia olisi ollut useampia. Nyt toimittiin niin, että tutkimuksen tekijä koodasi kaikki tapaukset. Pro gradun ohjaaja koodasi ne tapaukset, joita tutkimuksen tekijä piti vaikeasti luokiteltavina. Jos koodauksissa oli eroa, tutkimuksen tekijä teki lopullisen koodauksen perustelujen vertailun ja harkinnan jälkeen.

Primaarin kiintymyksen luokkiin K1, K2, ja K3 koodattiin tapahtumat, joissa kiintymyshahmo oli äiti, isä tai muu erityisen tärkeä aikuinen kiintymyshahmo, yleensä isovanhempi. Toinen vaihtoehto olisi ollut ottaa näihin luokkiin mukaan vain yhden ensisijaisen kiintymyshahmon, yleisimmin äidin, kanssa koetut kiintymystilanteet. Bowlbyn (1997) mukaan kiintymyshahmot muodostavat hierarkian, jossa yksi kiintymyshahmo on selvästi ensisijainen ja muut toissijaisia. Tämän tutkimuksen aineistosta ei ollut mahdollista päätellä kiintymyshahmojen tarkkaa hierarkiaa. Olisi mielenkiintoinen jatkotutkimuksen aihe kartoittaa eri kiintymyshahmojen esiintymistä ja roolia autobiografisessa muistissa. Eri teorioissa ja tutkimuksissa mahdollisiksi kiintymyshahmoiksi on nimetty äidin ja isän lisäksi ainakin isovanhemmat, sisarukset, lastenhoitajat, romanttiset kumppanit, ystävät, terapeutit, opettajat ja elottomat objektit, kuten tutit (Bowlby, 1993; Cohen, 2006; Miller & Hoicowitz, 2004; Wilkinson, 2008).

Tutkimusotos oli vinoutunut iän ja sukupuolen suhteen. Omia lapsia oli vain pienellä osalla vastaajista. Lisäksi kysymys lapsista oli muotoiltu niin, että ne jotka olivat eronneet puolisoistaan, eivät asuneet yhdessä lastensa kanssa, eivät päässeet kertomaan lapsistaan. Heidät koodattiin lapsettomiksi. Tutkittavilta kysyttiin tapahtuman herättämistä tunnetiloista yhdellä kysymyksellä, mutta emootioita olisi voinut selvittää vielä tarkemmin ja eritellymmin. Aineiston puutteet saattoivat aiheuttaa vääristymää tuloksiin ja esimerkiksi analyysit iän ja omien lasten saamisen vaikutuksesta kiintymystilannemuistojen esiintymiseen eivät kenties sen vuoksi saavuttaneet tilastollista merkitsevyyttä. Graafinen tarkastelu osoitti, että muuttujilla voi olla vaikutusta ilmiöön.

Tutkimus herättää monia kysymyksiä, joita olisi kiinnostavaa tutkia jatkossa lisää. Nyt löydetty ilmiö olisi hyvä liittää aikaisempaan tietoon kiintymyssuhteen laadun vaikutuksesta autobiografiseen muistiin. Edellisessä kappaleessa esitettiin jo useampia hypoteeseja turvattoman kiintymyksen vaikutuksesta kiintymystilannemuistoihin. Tärkeä tutkimuskysymys olisi esimerkiksi: Miten turvallinen, välttelevä ja vastustava kiintymys ovat yhteydessä kiintymystilannemuistojen esiintymiseen ja luokkiin? Jatkoselittelyä kaipaisi myös kulttuurin vaikutus ilmiöön. Sen tiedon perusteella, jota on jo olemassa kulttuurin vaikutuksesta autobiografiseen muistiin (Leichtman ym.,

2003; Wang, 2001; Wang ym., 2007), voi muodostaa hypoteesin, että länsimaissa elävillä on enemmän kiintymystilannemuistoja kuin yhteisöllisyyttä korostavissa kulttuureissa elävillä. Käytännön sovellusten kannalta erityisen tärkeää olisi selvittää kiintymystilannemuistojen yhteyttä hyvinvointiin. Tämä tieto voisi toimia pohjana uusien interventioiden luomisessa. On jo olemassa näyttöä, että interventiot, joissa käsitellään aktiivisesti autobiografisen muistin sisältöjä, parantavat hyvinvointia (Bohlmeijer ja muut, 2007).

LÄHTEET

- Ainsworth, M. D., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development, 41*(1), 49-67.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum, Oxford.
- 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. doi:10.1037/0022-3514.61.2.226
- Bauer, J. J., McAdams, D. P., & Sakaeda, A. R. (2005). Interpreting the good life: Growth memories in the lives of mature, happy people. *Journal of Personality and Social Psychology, 88*(1), 203-217. doi:10.1037/0022-3514.88.1.203
- Bauer, P. J., Stennes, L., & Haight, J. C. (2003). Representation of the inner self in autobiography: Women's and men's use of internal states language in personal narratives. *Memory, 11*(1), 27-42. doi:10.1080/741938176
- Belsky, J., Spritz, B., & Crnic, K. (1996). Infant attachment security and affective-cognitive information processing at age 3. *Psychological Science, 7*(2), 111-114.
- Benoit, D., & Parker, K. C. H. (1994). Stability and transmission of attachment across three generations. *Child Development, 65*(5), 1444-1456.
- Berntsen, D., Rubin, D. C., & Siegler, I. C. (2011). Two versions of life: Emotionally negative and positive life events have different roles in the organization of life story and identity. *Emotion, 11*(5), 1190-1201. doi:10.1037/a0024940
- Boals, A., Hayslip, B., Jr., & Banks, J. B. (2014). Age differences in autobiographical memories of negative events. *The International Journal of Aging & Human Development, 78*(1), 47-65. doi:10.2190/AG.78.1.d
- Bohlmeijer, E., Roemer, M., Cuijpers, P., & Smit, F. (2007). The effects of reminiscence on psychological well-being in older adults: A meta-analysis. *Aging & Mental Health, 11*(3), 291-300. doi:10.1080/13607860600963547
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *The International Journal of Psychoanalysis, 39*, 350-373.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss Vol 2. Separation: anxiety and anger*. New York, NY, Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss Vol 3. Loss: sadness and Depression*. London, Hogarth Press.

- Bowlby, J. (1997). *Attachment and loss Vol. 1. Attachment*, London: Pimlico.
- Brisch, K. H. (2012). *Treating attachment disorders: From theory to therapy (2nd ed.)* Guilford Press, New York, NY.
- Buckner, J. P., & Fivush, R. (1998). Gender and self in children's autobiographical narratives. *Applied Cognitive Psychology*, 12(4), 407-429.
- Carstensen, L. L. (1995). Evidence for a life-span theory of socioemotional selectivity. *Current Directions in Psychological Science*, 4(5), 151-156.
- Carstensen, L. L., Pasupathi, M., Mayr, U., & Nesselroade, J. R. (2000). Emotional experience in everyday life across the adult life span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(4), 644-655. doi:10.1037/0022-3514.79.4.644
- Chae Y., Ogle C. M. & Goodman G. S. (2009) Remembering Negative Childhood Experiences. An Attachment Theory Perspective. Teoksessa Quas, J. A. & Fivush R. (toim.) *Emotion and Memory in Development. Biological, Cognitive, and Social Considerations*. (4/2009) Cary, NC, USA, Oxford University Press.
- Chae, Y., Goodman, G. S. & Edelstein, R. S. (2011). Autobiographical memory development from an attachment perspective: The special role of negative events. *Advances in child development and behavior, vol 40*. (pp. 1-49) Elsevier Academic Press, San Diego, CA. doi:10.1016/B978-0-12-386491-8.00001-3
- Cohen, D. L. (2006). *Exploring the role of secondary attachment relationships in the development of attachment security*, Order No. AAI3196141, väitöskirja. University of North Texas. USA.
- Conway, M. A. (2005). Memory and the self. *Journal of Memory and Language*, 53(4), 594-628. doi:10.1016/j.jml.2005.08.005
- Cristofori I. & Levin H. S. (2015) Traumatic brain injury and cognition. Teoksessa Grafman J. & Salazar A. M. (toim.) *Handbook of Clinical Neurology, Vol 128*, 579–611, Elsevier. doi:10.1016/B978-0-444-63521-1.00037-6
- Dykas, M. J., & Cassidy, J. (2011). Attachment and the processing of social information across the life span: Theory and evidence. *Psychological Bulletin*, 137(1), 19-46. doi:10.1037/a0021367
- Dykas, M. J., Woodhouse, S. S., Ehrlich, K. B., & Cassidy, J. (2010). Do adolescents and parents reconstruct memories about their conflict as a function of adolescent attachment? *Child Development*, 81(5), 1445-1459. doi:10.1111/j.1467-8624.2010.01484.x
- Edelstein, R. S., Ghetti, S., Quas, J. A., Goodman, G. S., Alexander, K. W., Redlich, A. D., & Cordón, I. M. (2005). Individual differences in emotional memory: Adult attachment

- and long-term memory for child sexual abuse. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(11), 1537-1548. doi:10.1177/0146167205277095
- Fraley, R. C., & Spieker, S. J. (2003). Are infant attachment patterns continuously or categorically distributed? A taxometric analysis of strange situation behavior. *Developmental Psychology*, 39(3), 387-404. doi:10.1037/0012-1649.39.3.387
- Gallo, D. A., Korthauer, L. E., McDonough, I. M., Teshale, S., & Johnson, E. L. (2011). Age-related positivity effects and autobiographical memory detail: Evidence from a past/future source memory task. *Memory*, 19(6), 641-652. doi:10.1080/09658211.2011.595723
- George C., & College M. (1999) Attachment and Caregiving: The Caregiving Behavioral System. Teoksessa Cassidy J., & Shaver P. (toim.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Application* (pp. 649-670). New York: Guilford Press.
- George, C., Kaplan, N., & Main, M. (1985). *Attachment interview for adults*. Julkaisematon käsikirjoitus, University of California, Berkeley.
- Goodman, G. S., Quas, J. A., Batterman-Faunce, J., Riddlesberger, M. M., & Kuhn, J. (1997). Children's reactions to and memory for a stressful event: Influences of age, anatomical dolls, knowledge, and parental attachment. *Applied Developmental Science*, 1(2), 54-75.
- Gorrese, A., & Ruggieri, R. (2012). Peer attachment: A meta-analytic review of gender and age differences and associations with parent attachment. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(5), 650-672. doi:10.1007/s10964-012-9759-6
- Gryzman, A., & Hudson, J. A. (2013). Gender differences in autobiographical memory: Developmental and methodological considerations. *Developmental Review*, 33(3), 239-272. doi:10.1016/j.dr.2013.07.004
- Habermas, T., & Bluck, S. (2000). Getting a life: The emergence of the life story in adolescence. *Psychological Bulletin*, 126(5), 748-769. doi: 10.1037/0033-2909.126.5.748
- Haden, C. A., Haine, R. A., & Fivush, R. (1997). Developing narrative structure in parent-child reminiscing across the preschool years. *Developmental Psychology*, 33(2), 295-307. doi: 10.1037/0012-1649.33.2.295
- Howe, M. L., & Courage, M. L. (1997). The emergence and early development of autobiographical memory. *Psychological Review*, 104(3), 499-523. doi: 10.1037/0033-295X.104.3.499
- Howe, M. L., & Courage, M. L. (1993). On resolving the enigma of infantile amnesia. *Psychological Bulletin*, 113(2), 305-326. doi: 10.1037/0033-2909.113.2.305

- Howes, M., Siegel, M., & Brown, F. (1993). Early childhood memories: Accuracy and affect. *Cognition*, 47(2), 95-119. doi:10.1016/0010-0277(93)90001-C
- Hyde, J.S., & Linn, M.C. (1988). Gender differences in verbal inability: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 104(1), 53-69.
- Ioana, I., & Szamosközi, Ş. (2013). The relationship between the positivity and specificity of autobiographical memory and well-being: Age-differences. *Erdélyi Pszichológiai Szemle*, 14(2), 195-208.
- Klein, S. B., & Lax, M. L. (2010). The unanticipated resilience of trait self-knowledge in the face of neural damage. *Memory*, 18(8), 918-948. doi: 10.1080/09658211.2010.524651
- Klein, S. B., Loftus, J., & Kihlstrom, J. F. (1996). Self-knowledge of an amnesic patient: Toward a neuropsychology of personality and social psychology. *Journal of Experimental Psychology: General*, 125(3), 250-260. doi: 10.1037/0096-3445.125.3.250
- Leichtman, M. D., Wang, Q., & Pillemer, D. B. (2003). Cultural variations in interdependence and autobiographical memory: Lessons from Korea, China, India, and the United States. *Autobiographical memory and the construction of a narrative self: Developmental and cultural perspectives*. (pp. 73-97) Lawrence Erlbaum Associates Publishers, Mahwah, NJ.
- Leist, A. K., Ferring, D., & Filipp, S. (2010). Remembering positive and negative life events: Associations with future time perspective and functions of autobiographical memory. *GeroPsych: The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*, 23(3), 137-147. doi:10.1024/1662-9647/a000017
- Lindsay, D. S., Wade, K. A., Hunter, M. A., & Read, J. D. (2004). Adults' memories of childhood: Affect, knowing, and remembering. *Memory*, 12(1), 27-43. doi:10.1080/09658210244000243
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1-2), 66-104.
- McAdams, D. P. (2013). The psychological self as actor, agent, and author. *Perspectives on Psychological Science*, 8(3), 272-295, doi: 10.1177/1745691612464657
- McAdams, D. P., Bauer, J. J., Sakaeda, A. R., Anyidoho, N. A., Machado, M. A., Magrino-Failla, K., White, K. W., Pals, J. L. (2006). Continuity and change in the life story: A longitudinal study of autobiographical memories in emerging adulthood. *Journal of Personality*, 74(5), 1371-1400. doi:10.1111/j.1467-6494.2006.00412.x

- McAdams D. P., Cox K. S. (2010). Self and identity across the life span. Teoksessa Lerner R., Freund A., Lamb M. (toim.), *Handbook of life span development* (Vol. 2, pp.158–207). New York, NY: Wiley.
- McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 233-238. doi:10.1177/0963721413475622
- McAdams, D. P., & Pals, J. L. (2006). A new big five: Fundamental principles for an integrative science of personality. *American Psychologist*, 61(3), 204-217. doi: 10.1037/0003-066X.61.3.204
- McCabe, A., & Peterson, C. (2011). Predictors of adult narrative elaboration: Emotion, attachment, and gender. *Imagination, Cognition and Personality*, 31(4), 327-344. doi:10.2190/IC.31.4.f
- Mikulincer, M., & Orbach, I. (1995). Attachment styles and repressive defensiveness: The accessibility and architecture of affective memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 917-925. doi:10.1037/0022-3514.68.5.917
- Miller, J. B., & Hoicowitz, T. (2004). Attachment contexts of adolescent friendship and romance. *Journal of Adolescence*, 27(2), 191-206. doi:10.1016/j.adolescence.2003.11.008
- Mullen, M. K. (1994). Earliest recollections of childhood: A demographic analysis. *Cognition*, 52(1), 55-79. doi:10.1016/0010-0277(94)90004-3
- Nelson, K., & Fivush, R. (2004). The emergence of autobiographical memory: A social cultural developmental theory. *Psychological Review*, 111(2), 486-511. doi:10.1037/0033-295X.111.2.486
- Pals, J. L. (2006). Authoring a second chance in life: Emotion and transformational processing within narrative identity. *Research in Human Development*, 3(2-3), 101-120. doi:10.1207/s15427617rhd0302&3_3
- Pearson, J. L., Cohn, D. A., Cowan, P. A., & Cowan, C. P. (1994). Earned- and continuous-security in adult attachment: Relation to depressive symptomatology and parenting style. *Development and Psychopathology*, 6(2), 359-373.
- Perner, J., & Ruffman, T. (1995). Episodic memory an auto-noetic consciousness: Developmental evidence and a theory of childhood amnesia. *Journal of Experimental Child Psychology*, 59(3), 516-548. doi:10.1006/jecp.1995.1024
- Peterson, C., Grant, V. V., & Boland, L. D. (2005). Childhood amnesia in children and adolescents: Their earliest memories. *Memory*, 13(6), 622-637. doi:10.1080/09658210444000278

- Peterson, C., Wang, Q. and Hou, Y. (2009) "When I Was Little": Childhood Recollections in Chinese and European Canadian Grade School Children. *Child Development*, 80 (2), 506–518. doi:10.1111/j.1467-8624.2009.01275.x
- Pillemer, D. B., Wink, P., DiDonato, T. E., & Sanborn, R. L. (2003). Gender differences in autobiographical memory styles of older adults. *Memory*, 11(6), 525-532. doi:10.1080/09658210244000117
- Rom, E., & Mikulincer, M. (2003). Attachment theory and group processes: The association between attachment style and group-related representations, goals, memories, and functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1220-1235. doi:10.1037/0022-3514.84.6.1220
- Shaver, P. R. & Fraley, R. C. (2010). *Self-report measures of adult attachment*. Lainattu 15.3.2016, saatavilla <http://internal.psychology.illinois.edu/~rcfraley/measures/measures.html>
- Tulving, E. (1985). How many memory systems are there? *American Psychologist*, 40(4), 385-398. doi:10.1037/0003-066X.40.4.385
- Tulving, E. (2002). Episodic memory: From mind to brain. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 1-25. doi:10.1146/annurev.psych.53.100901.135114
- Tustin, K., & Hayne, H. (2010). Defining the boundary: Age-related changes in childhood amnesia. *Developmental Psychology*, 46(5), 1049-1061. doi:10.1037/a0020105
- Wang, Q. (2001). Culture effects on adults' earliest childhood recollection and self-description: Implications for the relation between memory and the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(2), 220-233. doi:10.1037/0022-3514.81.2.220
- Wang, Q., Conway, M. A., & Hou, Y. (2007). Infantile amnesia: A cross-cultural investigation. *New research in cognitive sciences*. (pp. 95-104) Nova Science Publishers, Hauppauge, NY. doi:10.1111/j.1467-8624.2009.01275.x
- Whitten, W. B., & Leonard, J. M. (1981). Directed search through autobiographical memory. *Memory & Cognition*, 9(6), 566-579.
- Wilkinson, R. B. (2008). Development and properties of the adolescent friendship attachment scale. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(10), 1270-1279. doi:10.1007/s10964-006-9141-7