

Vilma Ukkonen

# TURVATTOMIEN KIINTYMYSSUHDEMAALLIEN SEURAUKSET ERI IKÄVAIHEISSA

Opinnäytetyö

Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto

Sairaanhoidajakoulutus

2026



**Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	sairaanhoitaja (AMK)
Tekijä	Vilma Ukkonen
Työn nimi	Turvattomien kiintymyssuhdemallien seuraukset eri ikävaiheissa
Toimeksiantaja	Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu
Vuosi	2026
Sivut	33 sivua, liitteitä 4 sivua
Työn ohjaaja	Sari Laanterä

## TIIVISTELMÄ

Kiintymyssuhde muovautuu lapsuudessa hoivan ja vuorovaikutuksen laadun mukaan. Mikäli lapsen tarpeita sivuutetaan, vuorovaikutus on heikkoa tai lapsi kokee hoivaajan pelottavana, voi kiintymyssuhteesta syntyä turvaton. Turvaton kiintymyssuhde voidaan jakaa eri alalajeihin, joihin kuuluvat välttelevä, riskitietäinen ja organisoitumaton kiintymyssuhdemalli.

Opinnäytetyön tarkoituksena on esitellä turvattomat kiintymyssuhdemallit ja selvittää, miten turvaton kiintymyssuhde vaikuttaa lapsuudessa ja aikuisuudessa. Työssä eritellään turvattomien kiintymyssuhdemallien erityispiirteet ja kerrotaan niihin liittyvistä riskeistä lapsuuden ja aikuisuuden aikana. Työn tavoitteena on lisätä sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden sekä jo valmiiden työntekijöiden tietoisuutta turvattomien kiintymyssuhdemallien merkityksestä.

Opinnäytetyö on kuvaileva kirjallisuuskatsaus, joka muodostuu yhdeksästä tutkimuksesta ja tieteellisestä artikkelista. Aineistoista seitsemän on kansainvälisiä ja kaksi kotimaisia. Aineistot analysoitiin induktiivisella sisältöanalyysillä.

Opinnäytetyön johtopäätöksiä todettiin, että turvattomat kiintymyssuhdemallit ovat merkittävä riski sosioemotionaalisille haasteille, mielenterveydenhäiriöille sekä ihmissuhdeongelmille. Turvattoman kiintymyssuhteen seuraukset ovat kauaskantoisia ja vaikuttavat läpi elämän.

**Asiasanat:** kiintymyssuhdeteoria, varhainen vuorovaikutus, traumatisoituminen

Degree title	Batchelor of Health care
Author	Vilma Ukkonen
Thesis title	Consequences of Insecure Attachment Across the Lifespan
Commissioned by	South-Eastern Finland University of Applied Sciences
Time	2026
Pages	33 pages, 4 pages of appendices
Supervisor	Sari Laanterä

## ABSTRACT

The attachment is shaped in childhood according to the quality of nurturing and interaction. If the child's needs are ignored, the interaction is weak, or the child perceives the caregiver as intimidating, the attachment relationship may become insecure. Insecure attachment can be divided into different subtypes, which include avoidant, ambivalent and disorganized attachment patterns. Insecure attachment models have an impact throughout life, causing, for example, emotional regulation difficulties, risks for mental health disorders and social challenges.

The purpose of this thesis is to present insecure attachment relationship models and find out how they affect childhood and adulthood. This thesis details the special features of insecure attachment patterns and talks about the risks associated with them during childhood and adulthood. The aim of the work is to increase the awareness of social and health students and already trained workers about the importance of insecure attachment patterns.

The thesis is a descriptive literature review consisting of nine studies and scientific articles. Seven of the materials are international and two domestics. The data were analyzed using inductive content analysis.

The conclusions of the thesis stated that insecure attachment patterns are a significant risk for socio-emotional challenges, mental health disorders and interpersonal problems.

**Keywords:** attachment theory, early interaction, traumatization

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	6
2	TOIMEKSIANTAJA.....	7
3	KIINTYMYSSUHTEEN TEORIA.....	8
3.1	Kiintymyssuhdeteorian historia .....	8
3.2	Vuorovaikutus ja tarpeisiin vastaaminen.....	9
3.3	Välttelevä kiintymyssuhde .....	11
3.4	Organisoitumaton kiintymyssuhde.....	11
3.5	Ristiriitainen kiintymyssuhde.....	12
4	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET.....	12
5	KUVAILEVA KIRJALLISUUSKATSAUS LÄHESTYMISTAPANA .....	13
5.1	Kirjallisuuskatsaus ja kuvaileva kirjallisuuskatsaus.....	13
5.2	Tutkimuskysymysten muodostuminen .....	14
5.3	Tiedonhaku.....	15
5.4	Aineiston analyysi.....	17
6	TULOKSET.....	18
6.1	Turvattoman kiintymyssuhteen vaikutus lapsuudessa .....	18
6.2	Turvattoman kiintymyssuhteen seuraukset aikuisuudessa .....	20
7	POHDINTA.....	22
7.1	Tulosten tarkastelu .....	22
7.2	Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus.....	24
7.3	Oman työn tarkastelu.....	26
7.4	Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset .....	27
	LÄHTEET.....	29

## LIITTEET

Liite 1. Haun toteutuminen tietokannoista sisäänotto- ja poissulku kriteereittäin

Liite 2. Kirjallisuuskatsaukseen mukaan otetut julkaisut

Liite 3. Kuvaus tekoälyn käytöstä



## 1 JOHDANTO

Kiintymyssuhteella viitataan hoivaajan ja vauvan väliseen suhteeseen. Suhde muodostuu hoivaajan reagoimisesta tai reagoimattomuudesta vauvan tunteisiin ja tarpeisiin. Turvallisen kiintymyssuhteen perustana on hoivaajan kyky vastata sekä psyykkisiin että fyysisiin tarpeisiin. Hyvään hoivaan kuuluvat esimerkiksi empaattisuus, leikkiminen, hymy sekä tunteiden sanoittaminen. (Korkalainen 2023.) Hoivan ja vuorovaikutuksen hakuisuudella on biologinen perusta; se edistää lapsen turvallisuutta ja mahdollistaa eloonjäämisen (Tokola & Airo 2024).

Vauvat kykenevät sopeutumaan myös stressaaviin tai traumatisoiiviin hoivakokemuksiin, joskin tällaiset kokemukset ovat haitallisia kehittyvälle keskushermostolle (Sinkkonen 2004). Haitallisia ilmiöitä kiintymyssuhteen kehittymiselle ovat mm. jatkuva stressi, epä johdonmukaisuus sekä hoivaajan masennus. Myös lähimmäisten aikuisten jatkuva vaihtuminen tai poissaolo on vahingollista. Erityisesti riskissä ovat vammaiset sekä sijaishuollon piirissä olevat lapset. Sijaishuollon lapsilla riskinä ovat esimerkiksi sijoituspaikan vaihtelut laitoksen ja kodin välillä. Vammaisilla lapsilla turvattomuutta lisäävät puolestaan pitkät sairaalajaksot, vammasta aiheutuvat kivut sekä vanhemman hämmennys siitä, kun lapsi reagoi hoivaan normaalista poikkeavalla tavalla. (Korkalainen 2023.) Kiintymyssuhteen luonne vaikuttaa siihen, miten lapsi tulee jatkossa käyttäytymään muissa ihmissuhteissa. Kiintymyssuhde voidaan luokitella turvalliseksi, ristiriitaiseksi, vältteleväksi sekä jäsentymättömäksi. Haitallisen kiintymyssuhdemallin tunnistaminen omassa käytöksessä ja kasvattamisessa olisi tärkeää; se mahdollistaa sukupolvittuneen käyttäytymismallin katkaisun. (Tokola & Airo 2024.)

Opinnäytetyöni käsittelee turvattomia kiintymyssuhdemalleja. Tarkastelen työssäni turvattomista kiintymyssuhteista aiheutuvia haittoja, esimerkiksi miten ne vaikuttavat elämään ja ihmissuhteisiin lapsuuden jälkeen. Työn tarkoituksena on kuvata, mitkä ovat turvattomat kiintymyssuhdemallit ja miten turvaton kiintymyssuhde vaikuttaa lapsuudessa ja aikuisuudessa. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoiden sekä jo valmiiden työntekijöiden tietoisuutta turvattoman kiintymyssuhteen merkityksestä. Aihetta on

tarkasteltu hoitotyön näkökulmasta suhteellisen vähän. Erityisesti psykiatriassa hoitotyössä on tärkeää, että hoitotyön ammattilainen kykenee näkemään potilaan tilanteen kokonaisvaltaisesti. Kiintymyssuhteen ja varhaisten hoivakokemusten huomioiminen hoitotyössä auttaa ymmärtämään potilaan tilannetta ja käyttäytymistä syvällisemmin.

## **2 TOIMEKSIANTAJANA KAAKKOIS-SUOMEN AMMATTIKORKEAKOULU**

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu Xamk. Monialainen korkeakoulu jakautuu neljälle kampukselle tarjoten 50- amk-koulutusta. Xamkin koulutustarjontaan kuuluu laaja kirjo eri alojen ylempiä ja alempia ammattikorkeakoulututkintoja. (Tutustu meihin s.a.) Korkeakoulun toiminnassa on vahvasti läsnä myös kansainvälisyys, ja koulu tekeekin yhteistyötä 300 yhteistyöoppilaitoksen kanssa ympäri maailman. (Kansainvälinen Xamk s.a.)

Xamkin erityisosaaminen näkyy digitaalisessa ja kiertotaloudessa, hyvinvoinnin osa-alueilla sekä metsäbiotaloudessa. Tavoitteena on kehittää elinkeinoelämää, luoda uusia innovaatioita sekä olla alueellisesti ja yhteiskunnallisesti vaikuttava. Korkeakoulun osana toimii myös Suomen laajimman kurssi- valikoiman omaava avoin AMK; Xamk Pulse. (Tutustu meihin s.a.)

Sosiaali- ja terveysalaan kuuluvaa sairaanhoitajakoulutusta Xamk tarjoaa Mikkelissä, Savonlinnassa sekä Kotkassa. Tutkinto on 210 opintopisteen laajuinen, ja se on mahdollista opiskella myös täysin englannin kielellä. (AMK-tutkinnot s.a.) Englanninkielisyys tarjoaa oivan mahdollisuuden kansainvälistymiselle sekä houkuttelee ulkomailta opiskelijoita Suomeen.

Sairaanhoitajakoulutukseen sisältyy 5,5 opintopisteen laajuinen mielenterveys, - päihde- ja kriisihoitotyön opintojakso. Opintojakson tavoitteena on oppia ymmärtämään keskeisimmät mielenterveydenhäiriöt sekä niihin liittyvä lääkehoito ja muut hoitomenetelmät. Opetuksessa painotetaan vuorovaikutuksen ja hyvän hoitosuhteen merkitystä sekä korostetaan kohtaamisen tärkeyttä. (Opinto-opas, sairaanhoitaja koulutus s.a.) Kiintymyssuhde liittyy kyseiseen

opintojaksoon erityisesti siksi, että monen psykiatrisen potilaan historiasta voi löytyä kokemuksia turvattomasta kiintymyssuhteesta. On tärkeää oppia ymmärtämään, että lapsuudessa koetut traumat voivat vaikuttaa vielä pitkälle aikuisuuteen asti.

### **3 KIINTYMYSSUHTEEN TEORIA**

#### **3.1 Kiintymyssuhdeteorian historia**

Kiintymyssuhdeteorian perusta ovat brittiläisen John Bowlbyn ajatukset. Bowlby toimi aikanaan psykiatrina ja psykoanalytikkona yhdistäen psykoanalyysin periaatteet eläinmaailmaan. Teorian perustana on käsitteellistä ihmisen taipumus voimakkaiden tunnesiteiden muodostamiseen. Jokaisella ihmisellä on synnynnäinen tarve suuntautua toista kohti, vauvalle aikuisen läheisyys on korvaamatonta. Lapsen aivojen kypsyminen voi olla kokemusta odottavaa tai kokemuksesta riippuvaa. Kokemusta odottavassa tavassa aivojen on saatava kehitysvaiheissaan riittävä määrä kokemuksia, jotta häiriöiltä välttyttäisiin. (Sinkkonen 2004.)

John Bowlby haastoi aikansa kehityspsykologiset ilmiöt Fortytwo Juvenile Thieves -tutkimuksen (Bowlby 1994) myötä. Tutkimuksen mukaan lapsen erottaminen varhaisessa vaiheessa pitkäkestoisesti äidistä on kehityksen kannalta riskialtista. Myöhemmin Bowlby nosti esiin ilmiön, jossa hän huomasi klinikoille tuotujen lasten heijastavan ulospäin perheiden sisäisiä ongelmia. Perheen sisäinen dynamiikka tulisi siis korjata, jotta lasta voitaisiin auttaa. Kyseistä ajattelutapaa ei kuitenkaan alkuun noteerattu, ja kiintymyssuhdetta tutkittiin sivuuttaen vuorovaikutuksen merkitys. (Crittenden 2017.)

Sodan jälkeen Bowlby ymmärsi, että ero hoivaajasta ja hoivan huono laatu ovat lapselle psyykkisesti haitallisempia kuin sota itsessään. Bowlbyn teorian herättivät keskustelua mm. vanhempien eron, väkivallan sekä hyväksikäytön merkityksestä lapsen kehitykselle. Kysymyksiä heräsi myös siitä, millä tavoin lapsen vaikuttaa asua tutussa mutta kehitystä riskeeraavassa ympäristössä verrattuna vieraaseen mutta turvalliseen sijaishuoltoonpaikkaan. (Crittenden 2017.)

Alkuperäisen kiintymyssuhteiden luokittelun on luonut Mary Ainsworth. Ainsworthin tavoitteena oli luoda teorian pohjalta tutkimusta ja myöhemmin syntyi *vierastilannemenetelmä*. (Crittenden 2017.) Hän toteutti tutkimuksiaan Ugandassa ja Baltimoressa. Erityisesti Ugandassa tarjoutui mahdollisuus tutkia äidin ja lapsen suhdetta ainutlaatuisessa ympäristössä, jossa eivät vaikuttaneet länsimaiset tavat. Tutkimukset Ugandassa osoittivat kiintymyssuhteen vallitsevan kulttuurista riippumatta. Baltimoressa Ainsworth tutki lapsen reaktioita vanhemmista erotessa ja jälleennäkemisen hetkillä. Tilanteesta käytettiin nimitystä *strange situation*, eli vierastilannemenetelmä. (Crittenden 2017.) Käytännössä vierastilannemenetelmässä lapsi asetetaan kuormittavaan tilanteeseen, jossa lapsesta tehtyjen havaintojen perusteella voidaan luokitella lapsen kiintymyssuhdemalli. Malleihin kuuluvat turvallinen, välttelevä sekä ristiriitainen kiintymyssuhde. Myöhemmin lisättiin organisoitumaton kiintymyssuhde. (Käppi 2023, 2.)

### **3.2 Vuorovaikutus ja tarpeisiin vastaaminen**

Turvallinen kiintymyssuhde syntyy, kun hoivaaja on läsnä lapselleen. Tarpeisiin vastataan lämmöllä ja rakkaudella, jotta lapselle jää turvallinen kokemus tunteidensa ilmaisemisesta. Näin lapsi uskaltaa jatkossakin turvautua hoivaajaansa. (Ucar Cabuk ym. 2021, 68.) Jotta suhde lapseen olisi turvallinen ja vuorovaikutus hyvää, tulee hoivaajalla olla kyky mentalisoida. Mentalisaatiolla tarkoitetaan halua ymmärtää erilaisia näkökulmia, tunteita ja aikomuksia. Sen avulla voi myös oppia säätelemään omia tunnetilojaan. Perheen sisällä mentalisaatio voi auttaa vähentämään konflikteja, se edistää myös vanhemman herkkyyttä tunnistaa lapsen tarpeita. (Pajulo ym. 2015.)

Vauvan kanssa vuorovaikutuksen voi aloittaa heti syntymästä. Vuorovaikutukseen kuuluvat puheen lisäksi katse ja koskettaminen. Vaikka vauva ei ymmärrä sanoja, kykenee se kuitenkin tunnistamaan äänensävyn. (Nieminen 2024.) Vauva on aina uusi ja ihmeellinen asia tuoreille vanhemmille, mutta toisinaan kiintyminen voi viedä aikaa. On täysin normaalia, että tunteet vauvaa kohtaan voivat vaihdella laidasta laitaan. Vanhemmat voivat kokea uudessa tilanteessa väsymystä, huolta ja esimerkiksi ärtymystä. (Nieminen 2024.)

Kiintymyssuhde ei aina ole myönteinen kokemus. Vauva kykenee sopeutumaan vaikeisiin hoivakokemuksiin, vaikkakin traumaattiset kokemukset ja stressi vahingoittavat kehittyvää keskushermostoa. Turvallinen hoivaaja reagoi lapsen vaihteleviin tunnetiloihin, jotta lapsi uskaltaa vastaisuudessaakin näyttää tunteitaan. Jos reagointi on puutteellista, lapsi oppii tukahduttamaan tunteensa. Lapsen tavoitteena on käyttäytyä tavalla, joka tuo hoivaajan varmin hän luokseen. Hyväksi havaittua käytösmallia lapsi oppii käyttämään myös myöhemmin eri olosuhteissa. (Sinkkonen 2004.)

Lapsen hätä ja voimakkaat tunteet voivat tarttua myös hoivaajaan. Mikäli hoivaajan on vaikea säädellä omia tunteitaan, voi hoivakäytös olla lapselle tunteesäätelyä häiritsevää sekä ennakoimatonta. Hämmentävät, pelottavat tai jopa kokonaan puutteelliset tunnereaktiot aiheuttavat lapselle ristiriidan; omassa hädässä ei voi turvautua hoivaajaan, joka lietsoo lisää hätää. Haitalliset hoivakokemukset voivat opettaa lapselle, että tunteiden näyttäminen vuorovaikutuskumppanille on haitallista, häpeällistä tai pelottavaa. Pitkäaikaistutkimuksissa kuvataan, että tunteesäätelylle haitalliset varhaiskokemukset aiheuttavat aikuisuudessa vaikeahoitoisia ongelmia ja psyykkistä kärsimystä. (Isosävi ym. 2024, 64.)

Turvattomien kiintymyssuhdemallien lisäksi varhaislapsuuden traumat aiheuttavat minäkokemuksen hajanaisuutta ja itsesäätelyn vaikeuksia. Riski epävakaiseen persoonallisuushäiriöön kasvaa, ja traumatisoituneen voi olla haastavaa löytää korvaavia kokemuksia myöhemmissä suhteissa epäluottamuksen vuoksi. Ihmissuhteissa on läsnä pelokkuus, henkilö voi pitää suhteen luomista jopa vaarallisena. (Isosävi ym. 2024, 65.)

Hyvässä vuorovaikutuksessa lapselle jutellaan runsaasti syntymästä lähtien, sillä hoivaaja on lapselle elintärkeä. Puhe auttaa lasta oppimaan sanoja, rauhallinen ääni edistää turvallisuuden tunnetta. Tunteita tulisi pystyä turvallisesti näyttämään, tunnistamaan ja jakamaan. (Nieminen 2024.) Lyhyet ja yksinkertaisetkin toistuvat tapahtumat, kuten vaipanvaihto ja syöttäminen, jättävät muistijälkiä lapselle. Näistä syntyy yleistyksiä eli representaatioita. Nämä

yleistyksen muuttuvat hiljalleen pidemmiksi tapahtumaketjuiksi lapsen mielessä, ja lapsi oppii ns. käsikirjoittamaan eli ennakoimaan tilanteita. (Sinkkonen 2018, 40.)

### **3.3 Välttelevä kiintymyssuhde**

Välttelevälle kiintymyssuhteelle ominaista on tunneköyhä ilmapiiri. Vanhempi ei kykene tai jaksa vastaanottaa lapsen tunteita, tilanteen taustalla saattaa olla esimerkiksi masennusta. Lapsen kokiessa voimakkaita tunteita vanhempi saattaa jättää lapsen yksin tai kieltää tunteet. Vähitellen lapsi passivoituu ja oppii näkemään tunteiden näyttämisen merkityksettömänä asiana. (Tokola & Airo 2024.) Välttelevässä kiintymyssuhteessa lapsi ei halua kuormittaa vanhempansa omilla tunteillaan (Käppi 2023, 10), ja lapsi saattaa viestittää muille, ettei avulle ole tarvetta.

Välttelevällä kiintymyssuhteella on myös havaittu olevan yhteys koulumenestykseen. Välttelevässä kiintymyssuhteessa eläneet nuoret kokevat suorittavansa muita heikommin koulussa eivätkä näe itsessään potentiaalia menestyä. Itseluottamus on siis alhainen, mikä vaikuttaa myös ystävyysuhteiden solmimiseen. (Ucar Cabuk ym. 2021, 71–73.)

### **3.4 Organisoitumaton kiintymyssuhde**

Organisoitumattomassa kiintymyssuhtemallissa lapsi on kokenut hoivaajansa vaaralliseksi, mikä itsessään on jo erittäin traumatisoivaa. Lapsi elää kaoottisessa ympäristössä. (Sinkkonen 2004.) Organisoitumattomassa kiintymyssuhteessa hoivaajan käytös voi olla erittäin epäjohdonmukaista, pelottavaa tai dissosiativista. Hoivaaja voi itse myös olla pelokas. Organisoitumattomasti kiintyneen lapsen käytöstä voi olla vaikeaa tulkita, sillä käyttäytyminen on usein hyvin poikkeavaa. Vierastilannemenetelmässä on huomattu, että tällainen lapsi saattaa kuormittavassa tilanteessa jättää kokonaan hakematta apua hoivaajastaan. (Käppi 2023, 13–14.)

Organisoitumattomassa kiintymyssuhteessa kasvaneiden lasten on todettu saavan kouluikänsä mennessä organisoituja piirteitä. Organisoitulla käytöksellä tarkoitetaan lapsen käytöstä, joka voi ulospäin näyttäytyä normaalina.

Piirteet ilmenevät lapsen hakiessa hoivaajan huomiota joko hoivaavan tai rannaisevan käytöksen avulla. Organisoitu käytös romuttuu kuitenkin monesti esimerkiksi eroahdistuksen tai traumaattisen kokemuksen seurauksena. (Käppi 2023, 13–14.) On myös havaittu, että organisoitumattomassa kiintymyssuhteessa kasvaneella on suurin riski sairastua mielenterveydenhäiriöihin (Mäkinen 2021, 5).

Organisoitumattoman kiintymyssuhteen kokeneella voi olla vaikeuksia selvitä traumaista ja menetyksistä. Se voi aiheuttaa mm. jatkuvaa menetyksen pelkoa ja takertumista tulevissa ihmissuhteissa. Myös oman identiteetin muodostamiseen voi liittyä haasteita, ja erilaiset persoonallisuuden häiriöt ovat tyypillisiä. Vaikeudet heijastuvat lähes jokaiselle elämän osa-alueelle, kuten parisuhteeseen, työhön sekä perhe-elämään. (Beeney ym. 2017, 4, 9–11.)

### **3.5 Ristiriitainen kiintymyssuhde**

Ristiriitainen kiintymyssuhde tarkoittaa suhdetta, jossa hoivaaja käyttäytyy impulsiivisesti ja epäjohdonmukaisesti. Lapsi kokee, ettei kykene ennakoimaan vaarallisiksi mieltämiään tilanteita. (Sinkkonen 2004.) Ristiriitaisessa mallissa lasta hämmentävät siis kokemukset, joissa tietty toiminta on aiemmin tuonut apua mutta joskus aiheuttanut esimerkiksi suuttumusta hoivaajassa.

Aikuisuudessa ristiriitaisesti kiintynyt henkilö pyrkii välttelemään negatiivisten tunteiden aiheuttamista ja konflikteja. Henkilö tarkkailee jatkuvasti muiden tunteita ja reaktioita. Perhe-elämässä sama lapsuudessa koettu epäjohdonmukaisuus saattaa jatkua omien lasten kanssa. Vanhempi saattaa venyä rajojen kanssa ja hakea lapselta myös hyväksyntää. (Tokola & Airo 2024.)

## **4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET**

Opinnäytetyön tarkoituksena on esitellä turvattomat kiintymyssuhdemallit ja selvittää, miten turvaton kiintymyssuhde vaikuttaa lapsuudessa ja aikuisuudessa. Työssä eriteellään kolme erilaista mallia: ristiriitainen, välttelevä sekä organisoitumaton kiintymyssuhde. Työ toteutetaan kuvailevana kirjallisuuskat-

sauksena. Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden ja jo valmiiden työntekijöiden tietoisuutta turvattoman kiintymyssuhteen merkityksestä.

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Miten turvattomat kiintymyssuhteet vaikuttavat lapseen?
2. Mitä ovat turvattoman kiintymyssuhteen seuraukset aikuisuudessa?

## **5 KUVAILLEVA KIRJALLISUUSKATSAUS LÄHESTYMISTAPANA**

### **5.1 Kirjallisuuskatsaus ja kuvaileva kirjallisuuskatsaus**

Kirjallisuuskatsauksella pyritään kehittämään, luomaan ja arvioimaan teoretietoa. Sen avulla voidaan luoda aineistojen pohjalta kokonaiskuvia sekä tarkistella kehityskaaria. Kirjallisuuskatsaus on tieteellinen metodi, joten sen täytyy täyttää tietyt kriteerit; kirjallisuuskatsauksen tulee olla julkinen, kriittinen, itsekorjattava sekä objektiivinen. Itsekorjattavalla tarkoitetaan, että katsauksen mahdollisiin puutteisiin voidaan käyttää uusia tutkimuksia hyödyksi. (Salminen 2011, 1–3.)

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on yksi kirjallisuuskatsauksen tyypeistä. Sitä voidaan pitää vapaamuotoisimpana tapana tehdä kirjallisuuskatsaus, sillä aineistot ovat monipuolisia eikä katsaukseen liity tarkkoja rajoittavia sääntöjä. (Salminen 2011, 6.) Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla pystytään vahvistamaan ja kyseenalaistamaan aiemmin tutkittua tietoa, paikkaamaan tiedonaukkoja ja löytämään täysin uudenlaisia näkökulmia. (Kangasniemi ym. 2013, 294.)

Koko katsausprosessia määrittävä tekijä on tutkimuskysymys, joka valitaan ennen kuin katsausta lähdetään rakentamaan. Kysymyksen pohjalta valitaan sopivat aineistot. Tutkimuskysymyksen valintaa seuraava vaihe on merkityksellisten aineistojen valinta. Aineistojen tulee olla tieteellisiä ja tuottaa oleellista tietoa valitulle tutkimuskysymykselle. (Kangasniemi ym. 2013, 294–295.)

Kolmas vaihe prosessissa on kuvailun rakentaminen. Kuvailun rakentamisella tarkoitetaan tutkimuskysymyksiin vastaamista aineistoa hyödyntäen. Tavoitteena on käyttää aineistoja tarkoin kriittisesti lähestyen. Vastausten pohjalta on hyvä yrittää luoda myös uusia johtopäätöksiä. Haasteena voi olla alkupe-  
räisen tiedon muuttuminen sitä analysoidessa, päämäärä olisi kuitenkin luoda aineistosta tuore tulkinta. (Kangasniemi ym. 2013, 296.)

Lopuksi tarkastellaan ja pohditaan työn tuloksia. Tuloksia voi ja kannattaa yhdistellä yhteiskunnallisiin ilmiöihin, laajempaan teoreettiseen tietoon sekä tulevaisuuden mahdollisiin haasteisiin. (Kangasniemi ym. 2013, 297.) Kirjallisuuskatsauksen piirteet on esitetty kuvassa 1.



Kuva 1: Kuvailevaan kirjallisuuskatsaukseen liittyvät vaiheet (Kangasniemi ym. 2013)

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus voidaan jakaa siis neljään eri vaiheeseen: tutkimuskysymyksen muodostamiseen, aineiston valintaan, kuvailun rakentamiseen sekä tulosten tarkasteluun. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on ilmiölähtöinen ja ymmärtämiseen tähtäävä, se soveltuu hyvin hoitotieteelliseen analyysiin näiden ominaisuuksien vuoksi. (Kangasniemi ym. 2013, 299.)

## 5.2 Tutkimuskysymysten muodostuminen

Kun kuvailevaa kirjallisuuskatsausta lähdetään rakentamaan, valitaan ensin tutkimuskysymys. Tutkimuskysymys on tekijä, joka ohjaa koko kirjallisuuskatsausta. Siksi onkin tärkeää, että tutkimuskysymys on mietitty huolella. Kirjoit-

tajan on itse päätettävä, halutaanko tutkimuskysymystä tarkastella useammasta näkökulmasta. Mikäli näkökulmia on useita, voi myös tutkimuskysymys olla väljempi. Mikäli aihetta tutkitaan suppeammin, tulee tutkimuskysymyksen olla tarpeeksi rajattu. Kuvailevalle kirjallisuuskatsaukselle on tyypillistä aineistolähtöisyys ja ymmärtämiseen tähtääminen. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että aineiston valintaa ja analyysiä tehdään samanaikaisesti. Aineistojen määrä mukautuu valitun tutkimuskysymyksen laajuuden mukaan. (Kangasniemi ym. 2023, 295.)

### 5.3 Tiedonhaku

Valittujen aineistojen tulee olla aiheen kannalta merkityksellisiä, tieteellisesti relevantteja. Aineistojen valinta voidaan toteuttaa kahdella tapaa: implisiittisellä tai eksplisiittisellä tavalla. Implisiittisessä prosessissa aineistojen luotettavuus käy ilmi raportin tekstissä. Erillisiä sisäänotto- tai arviointikriteereitä ei siis käydä läpi, vaan valitut aineistot esitellään lähdekriittisesti. Eksplisiittinen valinta on osittain tarkempaa, sillä aineistojen haussa huomioidaan aika- ja kieli-rajaukset. Yhteistä molemmissa tavoissa on kuitenkin se, että tutkimuskysymys määrittää aineiston merkityksellisyyden aiheen kannalta ja aineistot ovat tieteellisistä tietokannaista peräisin. (Kangasniemi ym. 2013, 295–296.)

Aineistojen valinnassa apuna toimivat sisäänotto- ja poissulkukriteerit. Saadakseni kirjallisuuskatsaukseen tuoretta tietoa valitsin kriteeriksi, että aineisto ei saisi olla julkaistu ennen vuotta 2015. Halusin katsauksesta mahdollisimman luotettavan, joten aineiston tuli olla tieteellinen ja vertaisarvioitu. AMK-opinnäytetyö ei sovellu lähteeksi, joten se on poissulkeva kriteeri. Käännösvirheiden minimoimiseksi käytin vain suomen- tai englanninkielisiä tekstejä. Tekstin tuli olla ilmainen, ja valittavan julkaisun tuli olla kokonaan näkyvillä. Pelkkä abstraktin näkyminen sulki pois aineiston käytön. Valinnan tarkoituksenmukaisuus ja sen merkitys tutkimuskysymyksen kannalta tulee olla perusteltavissa (Vilkkä 2023, 3.2.1.). Sisäänotto- ja poissulkukriteerit kuvataan taulukossa 1.

Taulukko 1. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

Sisäänottokriteerit	Poissulkukriteerit
---------------------	--------------------

Julkaisuvuosi 2015–2026	Julkaistu ennen v. 2015
Kieli: suomi tai englanti	Muut kielet
Tieteelliset artikkelit- tai tutkimusjulkaisut, väitöskirja, tietokirja, vertaisarvoitu	AMK- opinnäytetyö, ei tieteellinen tutkimus tai artikkeli
Teksti saatavilla kokonaan	Vain abstrakti saatavilla
Ilmainen	Maksullinen

Tiedonhaussa hyödynsin apuna Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun tietoasiantuntijaa. Asiantuntijan kanssa kävimme läpi Kaakkurin valikoimasta opinnäytetyöhön soveltuvia tietokantoja, joista parhaiksi todettiin CINAHL, Medic, ja APA Psycinfo. CINAHL on tietokanta, josta löytyy paljon hoitotyöhön liittyviä aineistoja. (E-aineisto opas s.a.) CINAHL:sta pyrin etsimään erityisesti sairaanhoidollista näkökulmaa työhön. Medic puolestaan sisältää kotimaisia, Helsingin yliopiston kirjaston aineistoja. (E-aineisto opas s.a.) APA Psycinfo sisältää mielenterveyteen ja käyttäytymistieteisiin liittyviä aineistoja (E-aineisto opas s.a.). Tietoa etsittiin myös Google Scholarista, mikäli muista kannoista ei löytynyt sopivia aineistoja. Tiedonhakuja kuvataan taulukossa 2.

Taulukko 2. Tiedonhaun kuvaus

Tietokanta	Kokotekstisenä tietokannassa (n)	Hyväksytty tiivistelmän perusteella (n)	Hyväksytty tulososan ja johtopäätösten perusteella
Medic	19	1	1
CINAHL	27	1	1
CINAHL	84	1	1
APA PsycInfo	43	1	1
APA PsycArticles	105	1	1

Tiedonhaussa käytin Boolean-tekniikkaa, jotta haku tuottaisi mahdollisimman laajasti ja tutkimuskysymykseen vastaten erilaisia aineistoja. Boolean-tekniikassa hyödynnetään AND-, OR- ja NOT operaattoreita. AND yhdistää kaikki hakutulokset, OR operaattori laajentaa aineistovalikoimaa, ja NOT poissulkee aineistoja. (Vilka 2023, 2.1.2.) Tähän opinnäytetyöhön soveltuvia hakulausekkeita olivat mm. *”insecure attachment” AND attachment theory*, *”insecure*

*attachment AND adulthood” ja ”childhood trauma” AND attachment”*. Turvattomia kiintymyssuhdemalleja hain hakusanoin *“avoidant attachment” OR anxious attachment\* OR disorganized attachment”*. Psykiatristen häiriöiden hakusanoiksi toimivimmat olivat *”insecure attachment” AND ”personality disorder”, tai ”mental disorders” AND “insecure attachment”*.

Google Scholarista aineistot etsittiin rajaten ainoastaan vuosiluvut, sillä muita tarkkoja poissulkuetoja ei ollut käytettävissä. Hakulausekkeet olivat *“attachment AND early brain development”, “consequences of insecure attachment”, “mental disorders occurring in insecure attachment”, “reactive attachment disorder”, “attachment AND depression AND childhood” ja “insecure attachment AND partner violence”*. Liitteessä 1 kuvataan haun toteutuminen tietokannoissa sisäänotto- ja poissulkukriteereittäin.

#### **5.4 Aineiston analyysi**

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimusmenetelmä. Aineiston analyysin tulee siis myös olla laadullista, jotta tutkittavaa kohdetta kyetään ymmärtämään riittävän syvällisesti. Aineistoa voidaan analysoida aineistolähtöisesti eli induktiivisesti tai teorialähtöisesti eli deduktiivisesti. (Elo ym. 2022, 218–219.) Tässä kirjallisuuskatsauksessa aineistoja analysoitiin induktiivisesti, koska induktiivisessa sisältöanalyysissä ei tarvita valmista runkoa, jonka pohjalta aineistoa analysoitaisiin. Elo ym. mukaan (2022, 218–219) Analyysiprosessi pitää sisällään kolme vaihetta. Vaiheisiin kuuluvat valmistelu, analyysi, sekä raportointi. Kaikki valitut aineistot käytiin huolellisesti läpi ennen kirjoittamisen aloittamista samalla huomioiden, että aineisto vastaa tulososiossa tutkimuskysymykseen.

Analyysivaiheessa aineistoja tiivistetään, ja luokitellaan. Alaluokat helpottavat etsimään samankaltaisuuksia, joiden kautta aineistoja voidaan luokitella ryhmiksi. Luokittelu luo polkua analyysin tekemiselle, jota seuraamalla voidaan tarkastaa, että analyysi on edennyt halutusti. Viimeinen vaihe prosessia on raportointi. Raportoinnissa oleellista on käydä läpi luokat eli tulokset tutkimuskysymykseen vastaten. Kirjallisuuskatsaukseen sisältyy myös pohdinta, jossa saatuja tuloksia vertaillaan vanhempiin tutkimuksiin. (Elo ym. 2022, 219–223.)

Tässä opinnäytetyössä oleellinen vanhempi tutkimus on Bowlbyn alkuperäinen kiintymyssuhdeteoria, jonka ympärille modernit tutkimukset rakentuvat.

## 6 TULOKSET

Kirjallisuuskatsaus muodostuu yhdeksästä tutkimuksesta. Tutkimuksista kaksi on tehty Suomessa (Kajanoja 2019; Upadhyaya ym. 2018), yksi Kanadassa (Denault ym. 2022), yksi Espanjassa (Osa Subtil 2022) ja loput ovat kansainvälisiä kirjallisuuskatsauksia (Maciel ym. 2024; Levy ym. 2015; Spruit ym. 2019; Newman ym. 2015; Cooke ym. 2019). Aineistoista kvantitatiivisia tutkimuksia on neljä (Kajanoja 2019; Upadhyaya ym. 2018; Denault ym. 2022; Osa Subtil 2022). Liitteessä 2 kuvataan kirjallisuuskatsaukseen mukaan otetut julkaisut.

### 6.1 Turvattoman kiintymyssuhteen vaikutus lapsuudessa

Valituista aineistoista viisi vastasi tutkimuskysymykseen ”*Miten turvattomat kiintymyssuhteet vaikuttavat lapseen?*” (Newman ym. 2015; Cooke ym. 2019; Denault ym. 2022; Upadhyaya ym. 2018; Spruit ym. 2019). Aineistoja analysoimalla turvattoman kiintymyssuhteen vaikutuksiin lapsuudessa saatiin kaksi yläluokkaa: Mielenterveydenhäiriöt ja sosioemotionaaliset haasteet. Alaluokkiin sisältyivät kiintymyssuhdehäiriö, eksternalisoivat eli ulospäin suuntautuvat käytöshäiriöt (esimerkiksi aggressiivisuus), tunnesäätelyvaikeudet sekä masennus. Yhdessä luokat muodostavat pääluokan ja vastaavat tutkimuskysymykseen. Luokat ovat kuvattuina taulukossa 3.

Taulukko 3. Turvattoman kiintymyssuhteen vaikutukset lapsuudessa

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Kiintymyssuhdehäiriö (RAD)	Mielenterveydenhäiriöt	
Nuoren masennus		

Tunnesäätelyvaikeudet	Sosioemotionaaliset haasteet	Turvattoman kiintymyssuhteen vaikutukset lapsuudessa
Ulospäin suuntautuvat käytöshäiriöt		

Tutkimuksia analysoimalla selvisi, että yläluokat mielenterveydenhäiriöt ja sosioemotionaalisen toimintakyvyn haasteet ovat merkittävä osa turvattoman kiintymyssuhteen seurauksia lapsuudessa. Newman ym. (2015) kuvaa, että varhaisilla, negatiivisilla hoivakokemuksilla ja kiintymyssuhteella on yhteys aivojen oikeanpuoliskon kehitykseen. Oikealla puoliskolla sijaitsevat alueet, jotka vaikuttavat mm. tunnesäätelyyn ja stressinsietoon. Heikko stressinsieto voi puolestaan edesauttaa mieliala- ja ahdistuneisuushäiriöiden kehittymistä. Kaltoinkohdellut lapset ovat myös herkempiä havaitsemaan kielteisiä tunteita muissa ihmisissä (Newman ym. 2015, 7). Cooken ym. (2019) tutkimuksessa eriteltiin kiintymyssuhdemallien vaikutukset tunnesäätelyyn. Tutkimuksessa kävi ilmi, että välttelevään kiintymyssuhteeseen liittyi tunteidensäätelyvaikeuksia, välttelevästi kiintynyt lapsi pyrkii myös välttämään positiivisia tunteita. Myös ristiriitaiseen malliin liittyi vaikeuksia tunteiden hallinnassa, tutkitut lapset kokivat myös enemmän negatiivisia tunteita. Ristiriitainen lapsi saattoi hakea negatiivisilla tunneilmauksilla huomiota itselleen. Organisoitumattoman kiintymyssuhteen omaavia lapsia oli vähän, mutta tutkimuksissa ilmeni, että lapset kokivat yleisesti vähemmän positiivisia tunteita verrattuna muihin malleihin. Negatiiviset tunnekokemukset olivat hallitsevampia kuin positiiviset kokemukset. (Cooke ym. 2019, 1119–1120.)

Denault ym. (2022) käsittelivät kiintymyssuhteen ja eksternalisoivien eli ulospäin suuntautuvien ongelmien yhteyttä. Erityisesti ristiriitaiseen malliin havaittiin liittyvän ulospäin suuntautuvia ongelmia, välttelevässä mallissa niitä ei todettu. Organisoitumattomassa kiintymyssuhdemallissa ongelmia ei myöskään havaittu, joskin tulos ei ole linjassa aiempien tutkimusten kanssa, joissa ulospäinsuuntautuvia käytösongelmien ja organisoitumattoman kiintymyssuhteen yhteydestä on saatu näyttöä. (Denault ym. 2022, 1366–1368.)

Myös kiintymyssuhdehäiriön (RAD) kehittyminen lapselle on riski turvattomissa kiintymyssuhteissa. Turvallisessa kiintymyssuhteessa hoiva on sensitiivistä ja lapsen tarpeita tukevaa, turvattomassa suhteessa lapsi voi kokea esimerkiksi kaltoinkohtelua tai puutteellista hoivaa. Upadhyaya ym. (2018) toteaa tutkimusten osoittavan, että turvattomassa kiintymyssuhteessa elävillä lapsilla on korkeampi riski saada kiintymyssuhdehäiriö. (Upadhyaya ym. 2018, 551–553.)

Spruit ym. (2020) havaitsivat korrelaation turvattoman kiintymyssuhteen ja nuorten masennuksen välillä. Turvattomasta kiintymyssuhteesta johtuvat tunteiden säätelyvaikeudet ja stressi voivat aiheuttaa lapsella masennusoireita. Tyttöjen ja masennusoireiden välillä havaittiin suurempi yhteys. Yhteyttä selittää mahdollisesti erot tyttöjen ja poikien kiintymyssuhdekäyttäytymisessä, sillä tytöt pelkäävät poikia enemmän hylätyksi tulemista ja hakevat enemmän ihmissuhteissa esimerkiksi läheisyyttä. (Spruit ym. 2020, 63–65.)

## 6.2 Turvattoman kiintymyssuhteen seuraukset aikuisuudessa

Aineistoista neljä vastasi tutkimuskysymykseen ”Mitkä ovat turvattoman kiintymyssuhteen seuraukset aikuisuudessa?” (Kajanoja 2019; Maciel ym. 2024; Levy ym. 2015; Osa Subtil ym. 2022). Aineistojen analyysin jälkeen pääluokka turvattoman kiintymyssuhteen vaikutukset aikuisuudessa jakautui kahteen yläluokkaan: psykiatriset häiriöt ja tunnesäätelyn vaikeudet. Alaluokkia puolestaan syntyi neljä, joita ovat aleksitymia eli tunteiden tunnistamisen ja nimeämisen vaikeus, persoonallisuushäiriö, lähisuhdeväkivalta ja itsemurha. Luokat kuvataan taulukossa 4.

Taulukko 4. Turvattoman kiintymyssuhteen seuraukset aikuisilla

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Itsemurha	Psykiatriset häiriöt	Turvattoman kiintymyssuhteen seuraukset aikuisilla
Persoonallisuushäiriö		
Lähisuhdeväkivalta		

Tunteiden tunnistamisen ja nimeämien vaikeus (Aleksitymia)	Tunnesäätelyn vaikeudet	
--	-------------------------	--

Analyysin jälkeen aikuisiän psykiatriset häiriöt ja tunnesäätelyn vaikeudet nousivat keskeisimmiksi seurauksiksi turvattomasta kiintymyssuhteesta. Aikuisuuden aleksitymia on yhteydessä lapsuuden kaltoinkohteluun, laiminlyöntiin ja turvattomaan kiintymyssuhteeseen. Aleksitymia voi tuoda mukanaan myös tunnesäätely- ja ihmissuhdeongelmia. (Kajanoja 2019, 72–73.)

Maciel ym. (2024) havaitsivat tutkimuksessaan aikuisiän turvattomalla kiintymyssuhteella olevan yhteys itsemurhariskin kanssa. Vaikka itsetuhoisuuteen ja itsemurhayrityksiin voi liittyä lukuisia eri tekijöitä, tutkimuksessa todetaan, että kaikkien turvattomien mallien ja itsemurhan välillä on pieni, mutta merkittävä yhteys. Erityisen suuressa riskissä ovat miehet, jotka kärsivät pelokkaasta kiintymyssuhdekäyttäytymisestä. (Maciel ym. 2024, 193–194.)

Myös aikuisiän persoonallisuushäiriöt ja turvaton kiintymyssuhde linkittyvät toisiinsa. Erityisesti tutkimusnäyttöä on saatu epävakaasta persoonallisuushäiriöstä, muita häiriöitä, kuten antisosiaalista ja narsistista persoonallisuushäiriötä on toistaiseksi tutkittu vähemmän. Turvattomaan kiintymykseen ja persoonallisuushäiriöön liittyvää riskikäyttäytymistä ovat esimerkiksi hylkäämisen pelko, negatiiviset tunteet, aggressiivisuus ja impulsiivisuus. (Levy ym. 2015, 199.)

Turvattoman kiintymyssuhteen seuraukset aikuisuudessa voivat näkyä myös lähisuhdeväkivaltana. Lapsuuden traumaattiset hoivakokemukset ja hyväksikäyttö voivat ennustaa aikuisuuden aggressiivisuutta, erityisesti pelokas kiintymyssuhde on riski. Lapsi oppii vanhemmiltaan kiintymyssuhteen ja käyttäytymismallin, joka näkyy myöhemmin myös aikuisuuden ihmissuhteissa. Turvaton kiintymyssuhde on siis riskitekijä väkivaltaiselle käytökselle parisuhteessa. (Osa Subtil ym. 2022, 211.)

## 7 POHDINTA

Tavoitteena oli luoda opinnäytetyö, joka lisää sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden ja jo valmistuneiden työntekijöiden tietoisuutta turvattomista kiintymyssuhdemalleista. Opinnäytetyön tarkoitus oli esitellä turvattomat kiintymyssuhdemallit, ja kertoa miten turvaton kiintymyssuhde vaikuttaa lapsuudessa ja aikuisuudessa. Valitut aineistot analysoitiin aineistolähtöisellä analyysillä, ja työ toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena

### 7.1 Tulosten tarkastelu

Turvattoman kiintymyssuhteen vaikutukset lapsuudessa näkyvät erityisesti sosioemotionaalisen kehityksen haasteina ja mielenterveydenhäiriöinä. Keskeisimmiksi lapsuudenaikaisiksi ongelmiksi nousivat tunnesäätelyn vaikeudet, eksternalisoivat ongemat, kiintymyssuhdehäiriö, ja masennus. (Newman ym. 2015; Cooke ym. 2019; Denault ym. 2022; Upadhyaya ym. 2018; Spruit ym. 2019.) Saadut tulokset sopivat yhteen Bowlbyn kiintymyssuhdeteorian kanssa, jonka mukaan traumaattiset vuorovaikutustilanteet ja hoivan huono laatu vaarantavat terveen lapsen kehityksen (Crittenden 2017).

Varhaisen vuorovaikutuksen ollessa lapselle turvatonta ja kuormittavaa, voi aivoihin syntyä rakenteellisia, jopa pysyviä muutoksia. Nämä muutokset kohdistuvat erityisesti aivojen oikeaan puoliskoon, jossa ovat alueet, jotka vastaavat esimerkiksi tunnesäätelystä ja stressinsiedosta. Rakenteelliset muutokset voivat siis altistaa tunnesäätelyvaikeuksille sekä alentuneelle stressinsietokyvylle (Newman 2015, 7). Tunnesäätelyvaikeudet ovat yksi keskeisimmistä turvattomaan kiintymyssuhteeseen liittyvistä lasten ongelmista. Turvattomassa kiintymyssuhteessa kasvaneilla lapsilla on taipumus kokea negatiivisia tunteita herkemmin kuin positiivisia. Tunnesäätelyvaikeudet voivat liittyä kaikkiin kolmeen kiintymyssuhdemalliin eli välttelevään, ristiriitaiseen ja organisoitumattomaan. (Cooke ym. 2019, 1119–1120.) Vaikka tunnesäätelyvaikeudet ovat jo itsessään lapsen elämää haittaava tekijä, voivat ne myös altistaa masennuksen syntymiselle. Spruit ym. (2019) osoittavat, että turvattomassa kiintymyssuhteessa lapselle on tyypillistä muodostaa itsestään negatiivinen käsitys. Huono minäkuva on selvä riski masennusoireilulle. (Spruit ym. 2019, 63–64.)

Tuloksista nousi esiin myös kiintymyssuhdehäiriön (RAD) ja ulospäin suuntautuvien ongelmien yhteys turvattomaan kiintymyssuhteeseen. Turvallisessa hoivasuhteessa lapsi osaa ennakoida hoivaajaansa, lapsen tunteille annetaan tilaa ja niitä saa turvallisesti myös näyttää ulospäin. Mikäli hoiva on epäsensitiivistä ja turvatonta, kasvaa riski kiintymyssuhdehäiriön kehittymiselle. Kiintymyssuhdehäiriöistä kärsivä lapsi ei siis tiedä, mitä hoivan saamiseksi tulisi tehdä, joten käytös voi olla sosiaalisten normien vastaista. (Upadhyay ym. 2018, 547, 552.) Samalla tavalla sopimatonta käytöstä voi esiintyä myös eksternalisoivissa ongelmissa eli ulospäin suuntautuvissa käytösongelmissa lapsilla ja nuorilla. Denaultin ym. (2022) tutkimus osoittaa, että erityisesti ristiriitaisessa kiintymyssuhdemallissa on riski käyttäytymisen ongelmille. (Denault ym. 2022, 1367–1368.)

Turvattoman kiintymyssuhteen seurauksista aikuisuudessa muodostui selkeästi kaksi pääluokkaa: psykiatriset häiriöt ja tunnesäätelyn vaikeudet. Näiden pohjalta syntyivät seuraavat alaluokat: itsemurha, persoonallisuushäiriö, lähisuhdeväkivalta ja tunteiden tunnistamisen ja nimeämisen vaikeus (Kajanoja 2019; Maciel ym. 2024; Levy ym. 2015; Osa Subtil ym. 2022).

Aineistoja analysoidessa kävi selväksi, että kiintymyssuhteella on erittäin kauaskantoiset seuraukset. Aikuisuudessa ongelmia voi syntyä esimerkiksi ihmissuhteissa ja tunteiden säätelyssä. Aleksitymia eli tunteiden tunnistamisen ja nimeämisen vaikeus on yksi aikuisuudessa ilmenevä seuraus turvattomasta kiintymyssuhteesta. Kajanoja (2019, 72) havaitsi tutkimuksessaan lapsuuden *emotionaalisella* laiminlyönnillä olevan yhteys aleksitymian kanssa. Toinen aikuisuudessa ilmenevä ongelma voi olla lähisuhdeväkivalta. Osa Subtilin ym. (2022, 211) tutkimuksessa käy ilmi, että lapsen kokema turvaton kiintymyssuhde ja erityisesti turvattomaan kiintymyssuhteeseen sisältynyt lapsen hyväksikäyttö korreloivat aikuisuudessa lähisuhdeväkivallan kanssa. Lapsi oppii mallista, ja lapsuudessa opittu käytös voi näyttäytyä myös aikuisuuden ihmissuhteissa.

Turvaton kiintymyssuhde on riski aikuisuuden psykiatriselle oireilulle, kuten persoonallisuushäiriölle. Persoonallisuushäiriöitä on lukuisia erilaisia, mutta toistaiseksi eniten tutkimuksia on tehty turvattoman kiintymyssuhteen ja aikuis-

suuden epävakaan persoonallisuushäiriön yhteydestä. Levyn ym. (2015) tutkimus osoittaa persoonallisuushäiriön olevan monen eri tekijän summa, mutta turvaton kiintymyssuhde muovaa persoonaa siten, että käyttäytymispiirteet voivat olla persoonallisuushäiriölle tyypillisiä. Tällaisia piirteitä ovat esimerkiksi voimakas hylätyksi tulemisen pelko ja negatiivinen minäkuva. (Levy ym. 2015, 199.) Levyn ym. tutkimus (2015) tukee Beeneyn ym. (2017) huomioita organisoitumattoman kiintymyssuhteen piirteistä, joihin lukeutuvat esimerkiksi ihmissuhdeongelmat ja persoonallisuudenhäiriöt.

Psykiatriseen oireiluun liittyen myös itsemurhan yritys on vakava seuraus, jolla on kytköksiä turvattoman kiintymyssuhteen kanssa. Turvaton kiintymyssuhde laskee elämänlaatua vaikuttaen esimerkiksi alentuneeseen stressinsietoon ja aggressiiviseen käytökseen itseään kohtaan. Maciel ym. (2024) havaitsivat turvattomista kiintymyssuhtemalleista erityisesti välttelevän ja ristiriitaisen kiintymyssuhtemallin riskitekijöiksi itsetuhoiselle käyttäytymiselle. Vaikka turvattomalla kiintymyssuhteella onkin yhteys itsemurhan kanssa, on kuitenkin syytä korostaa, että kyseessä on erittäin vakava ja monisyinen asia, johon liittyy paljon muutakin kuin kiintymyssuhde. Turvaton kiintymyssuhde voi toimia siis *riskitekijänä* itsemurhalle. (Maciel ym. 2024, 193–194.)

## 7.2 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyössä tulee huomioida ja noudattaa hyvän tieteellisen käytännön peruseriaatteita (2023). Näihin periaatteisiin sisältyvät rehellisyys, luotettavuus, arvostus sekä vastuunkanto. Hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti tutkimuksessa käytetyt lähteet tulee kirjoittaa niitä arvostaen, näkyvästi ja asianmukaisesti. Hyvän tieteellisen käytännön vastainen toiminta on vahingollista ja epäeettistä. Tällainen toiminta voi olla esimerkiksi plagiointia tai vääristelyä, joka voi pahimmassa tapauksessa muuttaa tutkittua tietoa ja olla harhaanjohtavaa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023, 12–18.) Opinnäytetyön eettisyyteen liittyy toimeksiantajan kunnioitus, sovituissa aikatauluissa pysyminen sekä vilpittömyys (Vilka 2023, 3.2.1).

Kun tarkastellaan luotettavuutta, on erityisen tärkeää huomioida kriittisyys. Kun puhutaan kriittisyydestä, tarkoitetaan pohdintaa, jonka tulisi olla läsnä

koko prosessin ajan. Kriittiseen ajattelutapaan liittyy tarkka pohdinta, esimerkiksi siitä, mitä tietoa tutkimuksen aihe antaa ja ovatko valitut aineistot tutkimuksen kannalta hyödyllisiä. Myös reflektointi on tärkeää. Sillä tarkoitetaan oman toiminnan kriittistä analysointia. Reflektointiin kuuluu avoimuus siitä, mitä on tehty ja mitä jätetty tekemättä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Muita luotettavuuden arvioinnissa käytettäviä kriteerejä ovat esimerkiksi uskottavuus, vahvistettavuus ja siirrettävyys. Näitä kriteerejä voidaan tukea esimerkiksi käyttämällä erilaisia taulukoita ja kuvia (Kanste ym. 2022, 250.) Siirrettävyydellä tarkoitetaan, että tutkimuksen tulokset on kuvattu niin tarkasti, että niiden sopivuutta voitaisiin pohtia johonkin toiseen samantyyliiseen tilanteeseen. Vahvistettavuudella tarkoitetaan esimerkiksi sitä, tutkimustulokset eivät perustu kirjoittajan omiin mielipiteisiin, vaan ovat puolueettomia. Vahvistettavuutta voidaan tukea vertaisarvioinnilla. Uskottavuutta vahvistaa lähteiden monipuolinen käyttö. (Ahmed 2024, 2.) Oleellista on, että prosessin aikana tunnistaa oman osaamisen, ja vastavuoroisesti mahdolliset ongelmakohdat, sekä uskaltaa tarvittaessa pyytää apua.

Tässä työssä kriittisyys ilmeni esimerkiksi aineistojen valinnassa. Valittujen aineistojen tuli täyttää valitut sisäänottokriteerit, ja niissä tuli olla tarpeeksi paljon oleellista tietoa tutkimuskysymyksistä. Kaikkien aineistojen tuli olla tieteellisiä, ja käännettävissä ymmärrettävälle suomen kielelle, mikäli ne olivat englanninkielisiä. Luotettavuuden vahvistamiseksi työhön lisättiin taulukoita valituista aineistoista sekä niiden valintaprosessista. Vahvistettavuutta tuettiin käyttämällä vertaisarvioituja aineistoja. Opinnäytetyön tulokset pyrittiin kuvailemaan tarkasti ja selkeästi siirrettävyyden kannalta. Työssä käytettiin monipuolisesti lähteitä, jotta työ olisi uskottava.

Tämä opinnäytetyö toteutettiin HTK:n (2023) mukaisesti. Käytetyt lähteet olivat tieteellisiä artikkeleita, tutkimusjulkaisuja, väitöskirjoja tai muita vertaisarvioituja aineistoja. Aineistot olivat riittävän tuoreita ja antavat tutkimuskysymykselle oleellista tietoa. Suurin osa valituista aineistoista oli tieteellisiä kirjallisuuskatsauksia, sillä niistä löytyi eniten tutkimuskysymyksille oleellista tietoa.

Monet alkuperäisistä tutkimuksista eivät sopineet kriteereihin aineistojen vanhuuden vuoksi. Käytetyt lähteet kirjoitettiin asianmukaisella tavalla läpi tekstin. Lähteet etsittiin tietokannoista, joihin opiskelijalla on oikeus päästä, kuten Kaakkuri-palvelusta ja koulun tieteellisestä kirjastosta. Kaikki aineistoista olivat englanninkielisiä, joten käännökset tehtiin huolella, jottei tutkittu tieto pääse muuttumaan käännösvirheiden muodossa. Aineistoihin ei sisällynyt henkilötietoja tai muita salassa pidettäviä tietoja, joten tutkimuslupaa ei tarvittu. Työssä ei käytetty tekoälyä. Kuvaus tekoälyn käytöstä löytyy myös liitteestä 3.

Aihe valittiin vahvistamaan omaa osaamista psykiatrisessa hoitotyössä, mutta antamaan tietoa myös muille aiheesta kiinnostuneille. Reflektiota tehtiin opinnäytetyön kaikissa vaiheissa. Aluksi päätettiin aiheen rajaamisesta ja ajankäytöstä. Aiheen rajaaminen tuntui selkeältä, mutta hoitotyöhön liittyvien aineistojen löytäminen oli haastavaa. Ajankäytön suhteen tavoitteena oli pitää prosessi napakkana ja saada työ kevään aikana valmiiksi.

### **7.3 Oman työn tarkastelu**

Opinnäytetyöprosessi aloitettiin suorittamalla tutkimus- ja kehittämisosaamisen opintojakso, jossa käytiin läpi perusperiaatteet ja lähtökohdat opinnäytetyön aloittamiseksi. Aihe valikoitui tukemaan psykiatrisen hoitotyön osaamista, ja täydentämään koulussa jo opittua teoreettista tietoa. Hyväksytyn aihe ehdotuksen jälkeen aloitettiin työn suunnittelu ja teoreettisen taustan hahmottelu. Aluksi tutustuttiin aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen ja kerrattiin kuvailevan kirjallisuuskatsauksen peruselementtejä. Työn kirjoittaminen aloitettiin marraskuun 2025 lopulla. Työ palautettiin maaliskuussa 2026.

Aineistoja etsittiin kampuksen kirjastolta sekä Kaakkuri-palvelusta. Hakulausekkeiden miettimisessä ja potentiaalisten tietokantojen tunnistamisessa auttoi Xamkin tietoasiantuntija. Aineistojen tutkiminen oli mielekästä kiinnostavan aiheen vuoksi. Haasteita tuotti tuoreiden, erityisesti lapsuusaikaa käsittelevien tutkimusten löytäminen. Sopivien aineistojen löytäminen vei aikaa. Lähes kaikki aiheen kannalta relevantit tutkimukset olivat kansainvälisiä, monet niistä

käsittelivät aikuisikää. Vaikka aikuisuuteen liittyvää analyysiä oli helpompi rakentaa, molempiin tutkimuskysymyksiin saatiin vastattua ja saadut tulokset sopivat teoreettiseen taustan kanssa yhteen.

Kokonaisuudessaan opinnäytetyöprosessi oli opettavainen ja antoisa. Valitun aiheen mielekkyys teki työskentelystä mielenkiintoista. Opinnäytetyötä tehdessä heräsi ajatus siitä, että turvattomien kiintymyssuhdemallien ja mielen-terveydenhäiriöiden välistä suhdetta olisi voinut tutkia vielä syvällisemmin. Työn aihe syventää erityisesti sairaanhoitajan näkökulmaa siinä, mitkä kaikki asiat voivat vaikuttaa psykiatrisen potilaan käytöksessä ja ajattelutavoissa. Psykiatrian erikoisalalla korostuu hoitosuhdetyöskentely, jossa hoitajan roolissa on tärkeää olla empaattinen ja ymmärtäväinen. Jotta hoitaja kykenee näkemään potilaan tilan kokonaisvaltaisesti ja ymmärtämään tilannetta myös nykyhetken taakse, on hyvä olla tietoa siitä, mitkä kaikki tekijät vaikuttavat tilanteen taustalla.

#### **7.4 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset**

Opinnäytetyön johtopäätöksinä voidaan todeta seuraavaa:

1. Turvattomat kiintymyssuhdemallit vaikuttavat läpi elämän. Lapsuuden traumaattiset kokemukset, vuorovaikutus ja hoivan laatu ovat merkittävässä asemassa muovaamassa kiintymyssuhteen tyyppiä. Kiintymyssuhdekokemus vaikuttaa myös persoonan kehitykseen.
2. Turvattomassa kiintymyssuhteessa kasvavalle lapselle voi koitua psykososiaalisia ongelmia ja käytöshäiriöitä.
3. Turvattomat kiintymyssuhteet ovat merkittävä riski aikuisuuden psykososiaalisille ongelmille, mielen-terveydenhäiriöille sekä väkivaltaiselle käytökselle.
4. Turvaton kiintymyssuhde vaikuttaa jokapäiväisessä elämässä, esimerkiksi parisuhteessa, ystävyys- suhteissa ja työpaikalla. Käyttäydymme tavalla, jonka olemme omaksuneet varhaisten kokemusiemme perusteella.

Jatkotutkimusehdotuksia ovat:

1. On tärkeää, että turvattomat kiintymyssuhteet opitaan tunnistamaan ajoissa. Voitaisiin siis tutkia sitä, millä tavoin esimerkiksi neuvolassa terveydenhuollon ammattilaiset voisivat tunnistaa turvattoman kiintymyssuhdemallin. Tunnistamisessa voitaisiin käyttää apuna esimerkiksi haastattelulomaketta. Turvaton kiintymyssuhde on usein ylisukupolvinen kokemus, joten tunnistamisessa olisi tärkeää huomioida myös hoivaajan tai vanhemman omat lapsuudenkokemukset.
2. Turvattomassa kiintymyssuhteessa kasvavia lapsia tulisi tutkia lisää, jotta saataisiin lisätietoa esimerkiksi siitä, miten turvaton kiintymyssuhde näkyy lapsuuden tai teini-iän ystävyyssuhteissa, ja mitä ongelmia se mahdollisesti aiheuttaa lapsen sosiaaliseen kanssakäymiseen. Ystävät ovat tärkeä mielenterveyttä edistävä tekijä, ja korostuvat erityisesti koulumaailmassa. Opinnäytetyötä tehdessä huomasi, että monet tutkimuksista käsitteli vain aikuisuuden ihmissuhteiden ongelmia.
3. Nykyaikana vuorovaikutus tapahtuu yhä enemmän myös puhelinten ja sosiaalisen median välityksellä. Olisi mielenkiintoista saada tutkittua tietoa siitä, millä tavoin vähenevä fyysinen vuorovaikutus vaikuttaa lapsen ja hoivaajan väliseen kiintymyssuhteeseen, ja mitä haittoja siitä voi ilmetä lapselle. Sairaanhoidollisesta näkökulmasta tutkimustiedolla voitaisiin kehittää esimerkiksi vanhempien ja perheiden ohjausta, sekä oppia lisää läsnäolon merkityksestä hoivasuhteessa.

## LÄHTEET

AMK-tutkinnot. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu s.a. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.xamk.fi/amk-tutkinnot/> [viitattu 5.3.2026].

Ahmed, S. 2024. The pillars of trustworthiness in qualitative research. *Journal of Medicine, Surgery and Public Health* 2, 2. Verkkolehti. Saatavissa: [https://www.researchgate.net/publication/377266049\\_The\\_pillars\\_of\\_trustworthiness\\_in\\_qualitative\\_research](https://www.researchgate.net/publication/377266049_The_pillars_of_trustworthiness_in_qualitative_research) [viitattu 9.3.2026].

Beeney, J., Wright, A., Stepp, S., Hallquist, M., Lazarus, S., Beeney, J., Scott, L. & Pilkonis, P. 2017. Disorganized Attachment and Personality Functioning in Adults: A Latent Class Analysis. *Personality Disorders: Theory, Research and Treatment* 3, 206–216. Verkkolehti. Saatavissa: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5026862/pdf/nihms-763248.pdf> [viitattu 3.1.2026].

Cooke, J., Kochendorfer, L., Stuart-Parrigon, K., Koehn, A. & Kerns, K. 2019. Parent-child attachment and children's experience and regulation of emotion: A meta-analytic review. *Emotion* 6, 1119–1120. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://research-ebsco-com.ezproxy.xamk.fi/c/b3hkfh/search/details/bof5pv7o3r?db=pdh&limiters=None&q=Parent%E2%80%93child+attachment+and+children%E2%80%93s+experience+and+regulation+of+emotion%3A+A+meta-analytic+review.&searchMode=boolean#Au> [viitattu 2.3.2026].

Crittenden, M. 2017. Gifts from Mary Aisworth and John Bowlby. *Clinical child Psychology and Psychiatry* 17. Verkkolehti. Saatavissa: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28693403/> [viitattu 20.12.2025].

Denault, A-A., Bureau, J-F. & Yurkowski, K. 2022. Do Child-Father and Child-Mother Preschool Insecure Attachment Types Predict the Development of Externalizing Behaviors in Boys and Girls During Middle School? *Developmental psychology* 7, 1366–1368. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://research-ebsco-com.ezproxy.xamk.fi/c/b3hkfh/search/details/4om5srngmb?db=ccm&limiters=None&q=preschool%20insecure%20attachment&searchMode=boolean> [viitattu 2.3.2026].

Elo, S., Kajula, O., Tohmola, A. & Kääriäinen, M. 2022. Laadullisen sisältö-analyysin vaiheet ja eteneminen. *Hoitotiede* 4, 215–225. Verkkolehti. Saatavissa: <https://journal.fi/hoitotiede/article/view/128987/78028> [viitattu 5.1.2026].

E- aineisto opas s.a. Kaakkuri. Xamk kirjastopalvelut. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://libguides.xamk.fi/tiedonhankinta/e-aineisto-opas> [viitattu 22.1.2026].

Isosävi, S., Ruismäki M. & Kaunisto, S-L. 2024. Traumatisoituminen ja perhe-suhteet. Helsinki: Traumaterapiakeskus.

Kajanoja, J. 2019. Alexithymic Traits, Mental and Physical Health, and Early-Life Adversity- FinnBrain Birth Cohort Study. Turun yliopisto. Lääketieteellinen

tiedekunta. Kvantitatiivinen poikittaistutkimus. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/148448/AnnalesD1453KajanojaDISS.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 2.3.2026].

Kangasniemi, M., Utrainen, K., Ahonen, S-M., Pietilä, A-M., Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: Eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsennettyyn tietoon. *Hoitotiede* 4, 291–301. Verkkojlehti. Saatavissa: <https://journal.fi/hoitotiede/article/view/128286/77409> [viitattu 15.12.2025].

Kanste, O., Kääriäinen, M., Mikkonen, K., Elo, S., Kaakinen, P., Oikarinen, A., Siira, H. & Pölkki, T. 2022. Sisältöanalyysin käyttö suomalaisessa hoitotieteellisessä tutkimuksessa: dokumenttianalyysi *Hoitotiede*-lehdessä julkaistuista artikkeleista vuosilta 2010–2021. *Hoitotiede* 4, 250. Verkkojlehti. Saatavissa: <https://journal.fi/hoitotiede/article/view/128989> [viitattu 8.3.2026].

Kansainvälinen Xamk. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu. s.a WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.xamk.fi/tietoa-xamkista/kansainvalinen-xamk/> [viitattu 5.3.2026]

Korkalainen, P. 2023. Kiintymyssuhteen merkitys ja sen tukeminen. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/vammaisuus-yhteiskunnassa/vammainen-henkilo-vanhempana/kiintymyssuhteen-merkitys-ja-sen-tukeminen> [viitattu 17.12.2025].

Käppi, A-L. 2023. Kiintymyssuhteen laadun yhteydet lapsen tunne-elämän oireisiin. Itä-Suomen yliopisto. Terveystieteiden tiedekunta. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://erepo.uef.fi/server/api/core/bitstreams/7ce5d5d6-0cf5-4f94-a3d1-07d0443458b5/content> [viitattu 4.12.2025].

Levy, K., Johnson, B., Clouthier, T., Wesley-Scala, J. & Temes, C. 2015. An Attachment Theoretical Framework for Personality Disorders. *Canadian psychology* 2, 199. Verkkojlehti. Saatavissa: <https://research-ebSCO-com.ezproxy.xamk.fi/c/b3hkfh/search/details/3l7gfcjj6z?db=ccm&limiters=FT%3AY&q=attachment+AND+personality+disorder&searchMode=boolean> [viitattu 2.3.2026].

Maciel, M., Zylberstjan, C., Mello, M., Coimbra, B. & Mello, A. 2024. Adult insecure attachment styles and suicidality: A meta-analysis. *Death studies* 2, 193–194. Verkkojlehti. Saatavissa: <https://research-ebSCO-com.ezproxy.xamk.fi/c/b3hkfh/search/details/3w2nklsgqr?db=psyh&limiters=FT%3AY%2CRV%3AY&q=insecure+attachment+and+adulthood&searchMode=boolean> [viitattu 2.3.2026].

Mäkinen, L. 2021. Äidin ja sikiön välisen kiintymyssuhteen kehittyminen äitiysneuvola aikana. Turun yliopisto. Lääketieteellinen tiedekunta. Opinnäytetyö. PDF-dokumentti. Saatavissa: [https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/151946/Makinen\\_Liina\\_Opinnayte.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.utupub.fi/bitstream/handle/10024/151946/Makinen_Liina_Opinnayte.pdf?sequence=1&isAllowed=y) [viitattu 6.12.2025].

- Nieminen, S. 2024. Vauvan hoito. Terveyskirjasto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/osv00006> [viitattu 4.12.2025].
- Newman, L., Sivaratnam, C. & Komiti, A. 2015. Attachment and early brain development – neuroprotective interventions in infant- caregiver therapy. *Translational developmental psychology* 1, 7. Verkkolehti. Saatavissa: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.3402/tdp.v3.28647> [viitattu 2.3.2026].
- Opinto-opas, sairaanhoitaja. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu s.a. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://opinto-opas.xamk.fi/30/fi/54/127614/1659> [viitattu 5.12.2026].
- Osa Subtil, I., Fernández, P. & Astray, A. 2022. Insecure attachment style and child maltreatment: relations to aggression in men convicted of intimate partner violence. *Ansiedad y Estrés* 3, 211. Verkkolehti. Saatavissa: <https://www.ansiedadyestres.es/sites/default/files/rev/2022/anyes2022a24.pdf> [viitattu 2.3.2026].
- Pajulo, M., Salo, S. & Pyykkönen, M. 2015. Mentalisaatio ihmistä suojaavana tekijänä. *Duodecim-lehti*, 11. Verkkolehti. Saatavissa: <https://www.duodecim-lehti.fi/duo12278> [viitattu 2.1.2026].
- Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopisto. E-kirja. Saatavissa: [https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn\\_978-952-476-349-3.pdf](https://www.uwasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf) [viitattu 15.12.2025].
- Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. Tutkimuksen arviointi – reflektointia. KvaliMOTV. WWW-dokumentti. Saatavissa: [https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L3\\_3\\_3.html](https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_3_3.html) [viitattu 6.3.2026].
- Sinkkonen, J. 2004. Kiintymyssuhdeteoria- tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin. *Duodecim-lehti*, 15. Verkkolehti. Saatavissa: <https://www.duodecim-lehti.fi/duo94437> [viitattu 17.12.2025].
- Sinkkonen, J. 2018. Kiintymyssuhteet elämänkaareissa. Helsinki: Duodecim.
- Spruit, A., Goos, L., Weenink, N., Rodenburg, R., Niemeyer, H., Stams, G. & Colonnaesi, C. 2019. The Relation Between Attachment and Depression in Children and Adolescents: A multilevel Meta-Analysis. *Clinical child and family psychology review* 1, 63–64. Verkkolehti. Saatavissa: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10567-019-00299-9> [viitattu 2.3.2026].
- TENK. 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyn käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. PDF-dokumentti. Saatavissa: [https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje\\_2023.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf) [viitattu 6.1.2026].
- Tokola, M. & Airo, R. 2024. Kiintymyssuhteet ja kiintymyssuhdemallit. Terveyskirjasto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01359> [viitattu 17.12.2025].

Tutustu meihin. Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu. s.a. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.xamk.fi/tietoa-xamkista/tutustu-meihin/> [viitattu 5.3.2026]

Ucar Cabuk, F., Seven, S. & Seven, Z-D. 2021. What Happened to Children with Avoidant Attachment? A Study of Social Relations-Based Behaviours of Avoidant Children from the Age of 6 to 19. *International Journal of Psychology and Educational Studies* 4, 67–77. Verkkolehti. Saatavissa: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1328363.pdf> [viitattu 2.1.2026].

Upadhyaya, S., Chudal, R., Luntamo, T., Sinkkonen, J., Hinkka-Yli-Salomäki, S., Kaneko, H. & Sourander, A. 2018. Parental Risk Factors among Children with Reactive Attachment Disorder Referred to Specialized Services: A Nationwide Population Based Study. *Child psychiatry & human development* 4, 547, 552. Verkkolehti. Saatavissa: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10578-018-00861-6> [viitattu 2.3.2026].

Vilka, H. 2023. Kirjallisuuskatsaus metodina, opinnäytetyön osana ja tekstilajina. Helsinki: Art House. E-kirja. Saatavissa: <https://www.ellibslibrary.com/reader/9789518849448> [viitattu 11.1.2026].

## Liite 1. haun toteutuminen tietokannoista sisäänotto- ja poissulku kriteereittäin

Tietokanta, hakulauseke	Osumia	FI, ENG	2015–2026	Tieteelliset artikkelit- tai tutkimusjulkaisut, väitöskirja, tietokirja, vertaisarvoitu	Saatavilla kokonaan
Medic: insecure attachment AND mental health	27	27	11	10	10
CINAHL: Preschool and insecure attachment	99	99	50	49	10
CINAHL: attachment AND personality disorder	491	491	294	291	43
APA PsycInfo: Insecure attachment AND adulthood	389	389	248	181	28
APA PsycArticles: Parent-child attachment	105	105	105	105	105

## Liite 2. Kirjallisuuskatsaukseen mukaan otetut julkaisut

Tutkimuksen tekijän sukunimi, julkaisu-vuosi	Tutkimuksen tarkoitus	Otoskoko, analyysimenetelmä	Keskeiset tulokset opinnäytetyön kannalta
Cooke ym. 2019	Tutkimus selvittää lapsen ja vanhemman välisen kiintymyssuhteen vaikutusta lapsen tunnesäätelyn kannalta.	Meta-analyysi koostu 72 tutkimuksesta, joissa otoskoot vaihtelivat 87–9167 välillä.	Turvattomat kiintymyssuhtemallit vaikuttavat haitallisesti lapsen tunnesäätelykykyyn.
Denault ym. 2022	Tutkimuksen tarkoitus on selittää miten lapsen ja vanhemman välinen turvaton kiintymyssuhde voi aiheuttaa lapsessa ulospäin suuntautuvia käytösongelmia.	Pitkittäistutkimus. Otoskoko 144 esi-kouluikäistä lasta. Tutkimuksessa oli mukana myös lasten vanhemmat.	Erityisesti ristiriitaiseen kiintymyssuhtemalliin liittyi ulospäin suuntautuvia käytösongelmia lapsessa.
Maciel ym. 2024	Turvattoman kiintymyssuhteen ja aikuisuuden itsetuhoisuuden ja itsemurhayrityksen yhteys.	Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja meta-analyysi. 47 tutkimusta, 50 214 henkilöä.	Turvaton kiintymyssuhde heikentää stressinsietoa ja voi aiheuttaa aggressiivista käytöstä itseään kohtaan, joka voi ilmetä itsetuhoisuutena. Turvaton kiintymyssuhde on riskitekijä itsemurhalle.
Newman ym. 2015	Lapsen ja vanhemman välisen kiintymyssuhteen vaikutus varhaiseen aivojen kehitykseen.	Katsausartikkeli.	Turvaton kiintymyssuhde vaikuttaa erityisesti aivojen oikeanpuoliskon kehitykseen, jolla sijaitsevat stressinsiedosta ja tunnesäätelystä vastaavat alueet.
Kajanoja 2019	Aleksitymian, eli tunteiden tunnistamisen ja nimeämisen vaikeuden yhteys varhaiseen elämään, mielenterveyteen sekä fyysiseen terveyteen.	Väitöskirjatutkimus, tilastollinen analyysi. Otos koostuu suuresta määrästä FinnBrain Cohort Studyyn osallistuneista perheistä.	Aleksitymia on yhteydessä lapsuuden turvattomaan kiintymyssuhteeseen.
Osa Subtil ym. 2022	Kiintymyssuhteen ja varhaisten hoivakokemuksien yhteys aikuisuuden väkivaltaisuuteen.	K-means klusterianalyysi, ANOVA ja monitasoinen hierarkkinen regressioanalyysi. Otoksena 265 parisuhdeväkivallasta tuomittua miestä.	Lapsuuden turvaton hoiva, hyväksikäyttö ja vanhemmilta opittu väkivaltainen käytös voi näyttäytyä myös aikuisena parisuhteessa lähisudeväkivaltana.

Spruit ym. 2019	Kiintymyssuhteen laadun yhteys lasten ja nuorten masennukseen.	Meta-analyysi. 123 tutkimusta.	Turvatomalla kiintymyssuhteella yhteys lasten ja nuorten kokemaan masennukseen.
Upadhyaya ym. 2018	Tarkoituksena selvittää mitkä ovat perheen tai vanhemman riskitekijöitä lapsen reaktiivisessa kiintymyssuhdehäiriössä.	Kansallinen väestöpohjainen rekisteritutkimus.  Otoksena 614 reaktiivisen kiintymyssuhdehäiriön diagnoosin omaavaa lasta.	Epäsensitiivinen ja turvaton hoiva on riksi lapsen reaktiivisen kiintymyssuhdehäiriön kehittymiselle.

### Liite 3. Kuvaus tekoälyn käytöstä

Tässä työssä ei ole käytetty tekoälyä. Käytetyt aineistot on itsenäisesti etsitty, valittu ja analysoitu.

