

Mälardalens högskola
Akademin för hållbar samhälls- och teknikutveckling

Självbild – statisk eller situationsstyrd?

Ett ifrågasättande av självbildens beständighet

Mikaela Nilsson och Anna Olsson

C-uppsats i psykologi, VT 2012
Handledare: Leonard Ngaosuvan
Examinator: Jacek Hochwälder

Självbild – statisk eller situationsstyd?

En experimentell studie i självbildens beständighet

Mikaela Nilsson och Anna Olsson

Självbild är ett begrepp som inte är tydligt definierat, utan det finns många uppfattningar om vad det innehåller. Vissa menar på att det är konstant medan andra menar att det går att förändra den men med livsomvälvande händelser. Studien var ett experiment där syftet var att se ifall självbilden gick att påverka med små manipulationer. Två likvärdiga grupper deltog, den ena gruppen fick se ett positivt filmklipp och den andra fick se ett negativt. Därefter utfördes ett minnestest på de respektive klippen. Mätinstrumentet Self-Concept Questionnaire användes för självbildsskattningen och deltagarna fick själva skatta sin prestation på minnestestet. Resultaten visade inte någon påverkan av filmklippen eller minnesprestationen på självbilden. Däremot uppstod en disordinal interaktion mellan SCQ och upplevd prestation och det fanns en interaktionseffekt mellan grupp och minnesprestation. I diskussionsdelen tas det upp som förslag på framtida forskning att tydligare definiera begreppet självbild.

Keywords: self-concept, consistency, contextual, manipulation

Inledning

Begreppet självbild har ofta fått fungera som ett paraplybegrepp för flera olika aspekter. Dels har självbild tolkats som allt som har med självet att göra (Mark, 1998), och dels som ett samlingsbegrepp för alla tolkningar och tankar som vi har om oss själva (Peters & Gawronski, 2011). I sökandet efter tidigare forskning så verkade självbild oftast ses som någonting konstant och som endast förändras vid större, livsomvälvande händelser (Montpetit, Bergeman & Bisconti, 2010; Sachs-Ericsson, Medley, Kendall-Tackett & Taylor, 2011). Denna studie undersöker om självbild också kan ses som någonting som är situationsbundet. Tidigare forskning visar på en viss begreppsförvirring då definitionerna av begreppet skiljde sig åt en hel del mellan olika studier. Ordet självbild (self-concept) var vanligt förekommande i studier som behandlade självkänsla (self-esteem) (Brown & Zeigler-Hill, 2004), tilltro till den egna förmågan (self-efficacy) (Judge, Erez & Bono, 1998) eller självet (self) (Kawakami et al., 2012) i stort. Begreppet användes ibland på ett sätt som antydde att det var en synonym till självkänsla eller tron till den egna förmågan. Att begreppet självbild inte är ordentligt avgränsat från andra, liknande, begrepp uppdagades. Självkänsla handlar om hur mycket man tycker om och respekterar sig själv och ett själv definieras enklast genom att säga att det syftar på ens hela person – mentala processer, kroppen och övriga attribut (Kowalski & Westen, 2009). Tron till den egna förmågan handlar om hur mycket man tror på sin förmåga att prestera (Kowalski & Westen, 2009). Den definition som valts till denna studie är alltså den som nämns av Kowalski och Westen (2009), men även en så tydlig definition kan ses på flera olika sätt. Hur man ser på sig själv

kan både tolkas som hur man ser på sig själv i det stora hela, men också som hur man ser på sig själv i specifika situationer. Exempelvis går det å ena sidan att vara väldigt nöjd och tillfreds med sig själv som person i helhet, men å andra sidan känna sig otillräcklig i sin jobbsituation. Det är detta som är studiens syfte – att undersöka om självbild också kan innebära synen man har på sig själv just i stunden, och inte bara hur man anser sig vara i helhet. Om det är så borde det gå att förändra personers sätt att se på sig själva – förändra deras självbild – genom att manipulera situationen.

Tidigare forskning verkar främst ha fokuserat på den definitionen av självbild som ses som en helhetsbild av hur man ser på sig själv, här följer exempel på detta. Montpetit et al. (2010) skriver om den omställningsfas som nyblivna änkor/änklingar genomgår de första åren efter partners bortgång och hur den omställningen påverkar självbilden. Med tanke på att många som lever i ett parförhållande med tiden även kan komma att se partnerskapet som en del av sin identitet – att man *är* någons fru/make. Så det är inte konstigt att ens självbild förändras om man plötsligt måste omvärdera sig själv, och börja etikettera sig själv som ensamstående och samtidigt hantera bortgången av en närstående. Trauman i barndomen, så som sexuella övergrepp eller fysisk misshandel, har visat sig ha allvarliga hälsoeffekter senare i livet för offren, i form av exempelvis migränanfall, diabetes och övervikt (Sachs-Ericsson et al., 2011). Även självbilden verkar bli starkt påverkad senare i livet på grund av dessa händelser i barndomen (Sachs-Ericsson et al., 2011).

Just dessa två ovannämnda exempel verkar dock definiera självbild som nämndes tidigare – som en helhetsbild av ens själv och som är förhållandevis stabil genom livet. Med denna definition känns det oundvikligt att ens självbild förändras i och med denna typ av livsförändrande händelser. Om man drabbas av någon av dessa livshändelser så krävs nog en viss omvärdering av sig själv och sin livssituation. För att koppla dessa resultat till vår definition av självbild (att den går att manipulera) borde man också vara tvungen att omvärdera sig själv (i stunden) om den aktuella situationen förändras. Tanken är att människors självbild anpassar sig från situation till situation.

Donahue, Robins, Roberts och John (1993) skriver om självbilds differentiering (Self-Concept Differentiation), vilket innebär att det går att se på sig själv som olika personlighetstyper i sina olika sociala roller. En man som ser sig själv som lugn och ordningssam bland sina vänner, kan ha en helt annan bild av sig själv när han är i en annan roll, exempelvis i sin papparoll. Denna teori skulle kunna tolkas som att självbilden förändras, och anpassar sig, efter de olika roller som man spelar i olika sociala sammanhang. Ju nöjdare man är med sina olika roller desto mer sammanhängande är ens självbild, och att ens olika roller är väldigt lika genom olika sammanhang har inte särskilt stor relevans för just detta. Däremot fanns det stöd för att personer som upplevde sig själva olika i olika sociala roller i större utsträckning tenderade att vara deprimerade, neurotiska samt ha lägre självkänsla än de som upplevde sig själva på ett mer sammanhängande sätt i sina olika sociala roller (Donahue et al., 1993).

Tidigare forskning som studerar hur självbilden påverkar olika aspekter av livet har exempelvis tagit upp hur akademiska prestationer kan influera ens självbild (Huang, 2011) samt hur social makt är sammanknutet med en stärkt självbild (Kraus, Chen & Keltner, 2011) – en person som upplever sig ha mycket social makt är troligare att rapportera en högre självbild än en person som anser sig ha låg social makt. De som upplevde sig ha hög social makt tenderade också att ha en mer konstant självbild över olika sociala sammanhang.

Det finns dessutom tecken på att förändringar i självbilden bidrar till att beteendet förändras (Wyer, Neilens, Perfect & Mazzoni, 2011). Alltså skulle detta betyda att om vår självbild är situationsstyrd – och alltså förändras beroende på kontexten – är även vårt beteende till viss

del situationsstyrt. Känner personen sig bekväm i en viss situation speglas detta även i beteendet, och i en helt annan typ av situation (där personen inte känner sig lika bekväm) kan beteendet vara helt annorlunda.

Kay och Ross (2003) har också visat att det går att öka tävlingslystnaden hos deltagare i spelet Fångens dilemma (Pothos, Perry, Corr, Matthew & Busemeyer, 2011) och på så sätt få dem att spela på ett mer tävlingsinriktat och själviskt vis. Fångens dilemma är ett spel som bygger på att två parter skall samla ihop så mycket poäng som möjligt genom att välja mellan olika alternativ, som är olika mycket värda. Väljer båda parterna samma alternativ (samarbetar) så stiger deras poängantal stadigt. Ingen av parterna vet dock vad den andra väljer, och om ens motståndare väljer ett alternativ med ett högre poängantal än en själv så är det bara motståndaren som får poäng. Kay och Ross (2003) påverkade deltagarnas beteende i den situationen genom sin manipulation och fick dem att tänka mer på sig själva än på samarbetet med motspelaren – som i längden båda parterna skulle ha vunnit på. Det går då att påverka deltagarnas självbild i situationen och detta gör att även deras beteenden förändras (Wyer et al., 2011).

Peters och Gawronski (2011) talar om självbild som någonting föränderligt och menar att det går att särskilja en implicit självbild och en explicit. Den implicita beskrivs som en kontextberoende källa av aktiv information som oftast mäts med hjälp av prestationsbaserade mätningar och den explicita som en mer arbetande typ av självbild, som innehåller mer beständiga tankar om ens person och mäts vanligtvis med hjälp av självrapportering. Enligt denna tolkning så skulle den här studien alltså innefatta både den implicita och den explicita självbilden, eftersom både ett självbilsformulär och ett test på minnesprestation använts. Andra författare beskriver självbildskonstans, vilket handlar om hur konstant och stabil självbilden är genom olika situationer (Kraus et al., 2011). De menar att en person vars självbild är beroende av situationen har en låg självbildskonstans och en person som har en hög självbildskonstans har en relativt oförändrad självbild som är oberoende av kontexten. Kraus et al. (2011) menar även att forskning om hur självbilden förändras beroende på situationen är viktigt eftersom detta har en stark anknytning till människors allmänna välmående. Som ett svar på denna efterfrågan av forskning om självbildens föränderlighet så finns det en studie som undersöker hur människor anpassar sin självbild och sina värderingar för att passa in i den sociala kontext som de befinner sig i (Kawakami et al., 2012). De har via experiment kommit fram till att människans behov av att accepteras av sin grupp är så pass stark att hon alltså förändrar sin syn på sig själv och omvärlden beroende på gruppen som hon identifierar sig med för tillfället. De undersöker alltså människans flockbeteende, medan det som undersöks i denna studie inte intresserar sig för just denna sociala faktor. Annan forskning som är inne på samma spår som Kawakami et al. (2012) har undersökt hur självbilden utvecklas under tonåren och hur starkt den påverkas av stereotypa mallar (Wyer et al., 2011). Om en person utsätts för en viss stereotyp skall denne anpassa sitt beteende och synen på sig själv för att passa in i den specifika stereotypbilden.

Självskattning – hur vi uppfattar oss själva och våra förmågor – är någonting som antas vara ett uttryck av självbilden (Freund & Kasten, 2012). Ens självskattning kan alltså ses som en typ av spegelbild av vår självbild om man tolkar författarna på det sättet. Det är genom självskattning som denna studie ämnar få sina data.

Mark (1998) menar att självbilden bara går att se i olika typer av kontexter – det går inte att välja att se bara självbilden utan att också se till den omgivning i vilken den befinner sig. Hon menar att en självbild är hur vi ser på oss själva, men också vår världsbild, för att granska sin världsbild så måste också en granskning av självbilden ske – för den är en del av oss, även om den förändras beroende på situationen.

Syfte med studien

Synen på självbild som någonting statiskt, som inte förändras alltför mycket genom livets gång, är tydlig i tidigare studier (Kraus et al., 2011; Montpetit et al., 2010; Sachs-Ericsson et al., 2011). Denna studie lyfter istället fram möjligheten att självbilden är dynamisk och kontextberoende. Det vill säga att om en person är väldigt självsäker och extrovert i sin hemmamiljö men betydligt osäkrare och mer introvert på sin arbetsplats så kan väl inte denna persons självbild vara densamma i dessa två olika miljöer? Tidigare studier har testat självbild som något dynamiskt, men bara genom att manipulera den *sociala* kontexten (Kawakami et al., 2012; Wyer et al., 2011). Denna studie var därför inriktad på att påverka självbild med hjälp av experimentella manipulationer. Den ena manipulationen var på det medvetna planet och rörde sig om minnesprestation i ett frågeformulär som baserades på ett filmklipp. Eftersom det viktigaste med minnestestet var deltagarnas upplevda prestation på densamma så ställdes en fråga angående just detta. Där fick deltagarna metareflektera över sin egen prestation, och detta jämfördes sedan med resultatet på självbildsformuläret.

Den andra manipulationen var på det mer omedvetna planet och rörde det känslolntryck som förväntades uppstå i och med det filmklipp som visades för deltagarna. Två olika filmklipp visades för två olika grupper – den ena gruppen fick se ett glädjefullt filmklipp (häriifrån kallat Grupp Positiv) och den andra gruppen fick se ett sorgset filmklipp (häriifrån kallat Grupp Negativ). Känslolntrycken som förmedlades i de olika filmklippen skulle ta sig uttryck i självbildsformuläret Self-Concept Questionnaire (Ghaderi, 2005) som deltagarna allra sist fick svara på. Syftet var att se ifall självbild förändrades vid olika typer av manipulation. Konstansen i begreppet självbild ifrågasattes alltså med hjälp av två manipulationer. Konkret innebar det att de personer som sett det glädjefyllda filmklippet skulle känna sig mer nöjda med sig själva och därför rapportera en högre självbild. De som fick se det sorgsna filmklippet skulle istället känna sig sämre till mods och därför rapportera en lägre självbild. Även de upplevda prestationerna på minnestestet var viktiga. De som upplevde att det gick bra skulle även de känna sig mer nöjda med sig själva och därför rapportera högre självbild och de som upplevde att det gick dåligt skulle istället känna sig missnöjda och därför rapportera lägre självbild.

Det som denna uppsats har behandlat är; går det att påverka människors självbild med relativt små manipulationer i situationen (i form av upplevd minnesprestation och känslolntryck från ett filmklipp)?

Hypoteserna var att (a) de som sett det negativa filmklippet skulle rapportera en lägre självbild i SCQ (Ghaderi, 2005) än de som fick se det positiva filmklippet och (b) de som skattat sin prestation på minnestestet som dåligt skulle rapportera en lägre självbild än de som upplevt att det gått bra. Hypotes (c) var att de som sett det negativa filmklippet skulle bli negativt inställda och därför känna att de presterat sämre på minnestestet än de som sett det positiva filmklippet.

Metod

Deltagare

Deltagarna rekryterades genom ett bekvämlighetsurval bland högskolestuderande som läste sitt tredje år vid samma skola. Grupperna bestod av två högskoleklasser. Det var 46 personer som deltog och de var i åldrarna 21-44 ($M = 25.66$, $SD = 4.88$), av båda kön. I gruppen som fick se det positiva filmklippet var det 24 personer (ålder: $M = 25.43$, $SD = 4.07$, ett internt bortfall) och i gruppen som fick se det negativa var de 22 personer (ålder: $M = 25.90$, $SD = 5.70$). Varken könsfördelningen eller åldersfördelningen skilde sig åt mellan de båda grupperna vilket gjorde att grupperna var likvärdiga. Det delades ut 47 enkäter totalt, och 46 besvarade enkäter lämnades tillbaka. Det externa bortfallet har utelämnats helt från analysen.

Det blev även några interna bortfall i båda grupperna. De interna bortfallen tog sig i uttryck på så sätt att deltagare antingen hoppade över frågor eller angav dubbla svar. På frågor där svar saknades eller flera alternativ var inringade angavs svaret 3,5 då den siffran var precis i mitten av skalan 0-7 på SCQ. Detta på grund av att poängen på alla SCQ-frågorna skulle summeras till en totalsumma för varje deltagare vilket gjorde att ett medeltal blev mer lämpligt än att ange siffran noll, då detta hade kunnat ge missvisande resultat på den totala SCQ-summan. Det var även en deltagare som inte uppgav upplevd prestation och räknades då inte med i analysen där den upplevda prestationen behandlades.

Design

Deltagarna var fördelade över en 2 (glädjefyllt/sorgset filmklipp) x 2 (bra/dålig upplevd prestation på minnestest) mellangrupps faktoriell design med självbild som beroende variabel. Skalan på den upplevda prestationen gick mellan 1-5, där 1 (= dåligt) och 5 (= bra) var de två extrempolerna.

Material

Det mätinstrument som användes var Self-Concept Questionnaire som har visat sig ha hög reliabilitet (Ghaderi, 2005; Robson, 1989). Enkäten bestod av 30 frågor som besvarades med en siffra mellan 0-7, där 0 = Stämmer inte och 7 = Stämmer helt. På hela SCQ går det att få mellan 0-210 poäng, ju högre totalpoäng desto högre självbild. Self-Concept Questionnaire är uppdelat i 5 index (Robson, 1996, egen översättning); Index A består av frågor angående attraktivitet, gillande av andra (α : .666, om fråga 23 exkluderas: α : .696). Index B består av frågor angående tillfredsställelse, egenvärde, betydelsefullhet (α : .801). Frågorna i index C handlar om obunden självrespekt (α : .663, om fråga 24 exkluderas: α : .686). Index D behandlar duglighet och tro på den egna förmågan (α : .663), och index E består av frågor om livets värde (α : .715). Det fanns två färdiggjorda indexeringar som hörde till SCQ att välja mellan. I bägge indexeringarna kategoriserades frågorna i lika många och liknande index – men vilka frågor som ingick i de olika indexerna skiljde sig åt. Båda testades genom reliabilitetstest. Den indexeringen som överlag fick bäst alfavärden på alla sina index valdes till denna studie. Vilka frågor som hör till vilket index redovisas i Appendix 1.

Cronbachs' alpha på samtliga frågor ger α : .816, dock består hela frågeformuläret av 30 frågor, och ett högt antal items resulterar lätt i högre alfavärden (Pallant, 2010).

Ungefär hälften av frågorna i enkäten var positivt formulerade och den andra hälften var negativt formulerade (s.k. vända frågor), för att motverka ja-/nejsägare, alltså personer som lämnar samma svar genom hela enkäten och kan ge snedvridna resultat (Pallant, 2010). Minnestesten som användes var baserade på respektive filmklipp om tio frågor vardera. Det glädjefyllda (positiva) filmklippet visade en man, vid namn Nick, som saknar både armar och ben, men som inte ser några hinder i detta utan lever fullt ut och dessutom håller seminarium på skolor om att inte ge upp. Det sorgsna (negativa) filmklippet var en scen ur en animerad film och visade hur en karavan i en medeltida japansk miljö blir överfallna och mördade. Frågorna var av olika svårighetsgrad och handlade om sådana saker som deltagarna kunde se eller höra i klippen, som till exempel ”Vad berättar Nick att han gillar att göra?” eller ”Vad hindrar flickan från att slåss tillbaka?”. Pilottest utfördes på båda minnestesten innan de användes vid mätningstillfällena, och dessa visade att testen inte var för lätta eller för svåra.

Procedur

En lärare vid en högskola i mellersta Sverige gav godkännande till att datainsamlingen skedde vid två av dennes föreläsningstillfällen för studenter som läste sitt tredje år. Deltagarna fick muntliga instruktioner om hur testet skulle genomföras och vad enkäterna skulle användas till, samt fick ett missivbrev där de forskningsetiska principerna (Vetenskapsrådet, 2002)

presenterades. Därefter fick de se ett av de två filmklippen och därefter besvara ett minnestest baserat på detsamma, samt skatta på en femgradig skala (1 = dåligt, 5 = bra) hur bra de trodde att de presterat på minnestestet. Efter detta fick de fylla i Self-Concept Questionnaire (Ghaderi, 2005). Eftersom det var nödvändigt att inte påverka hur deltagarna besvarade självbildaformuläret så presenterades studiens syfte från början för deltagarna som en undersökning av minne i förhållande till självbild. När sedan alla enkäter var besvarade och insamlade redogjordes det att studien egentligen var ett experiment som skulle undersöka huruvida det går att påverka självbilden med hjälp av små manipulationer. De fick även veta att de var en av två grupper och att deras svar skulle jämföras med den andra gruppen för att se ifall filmklippen hade någon effekt på deras självbild. De enda personuppgifter som lämnades på enkäterna var kön och ålder, alltså kunde anonymitetskravet (Vetenskapsrådet, 2002) garanteras.

Resultat

Tabell 1 ger en överblick över hur grupp Positiv och grupp Negativ skiljde sig åt på de olika faktorerna i experimentet i form av medelpoäng och standardavvikelse. Maxpoäng på minnestestet var 10, på minnes prestationen var maxpoängen fem och på SCQ var maxsumman 210. Som det går att se i tabell 1 har grupp Positiv generellt sett högre medelvärden inom alla faktorer och de har även högre spridning på alla faktorer än vad grupp Negativ har.

Som man kan se i tabell 1 presterade grupp Positiv bättre än grupp Negativ på minnestestet, men detta gav inte något signifikant resultat. De bedömde också sin prestation högre än vad grupp Negativ gjorde. Det fanns en hög korrelation mellan antal rätt på minnestestet och den upplevda minnes prestationen i bägge grupperna. Det som går att utläsa från medelvärdessöversikten i tabell 1 är att båda grupperna fick höga poäng på SCQ. Alla deltagare låg över 50 % av 210 som är maxpoängen på SCQ (den med läst poäng hade 114). Alla utom 12 deltagare fick över 66 % av 210. Dock uppstod ingen tydlig tak- eller golveffekt.

Tabell 1

Medelpoäng (och standardavvikelser) för två grupper med olika manipulationer

	n	Faktorerna		
		Minnestest <i>M</i> (<i>SD</i>)	Minnesprestation <i>M</i> (<i>SD</i>)	SCQ-summa <i>M</i> (<i>SD</i>)
Grupp positiv	24	4.67 (2.08)	2.61 (0.84)	151.65 (23.92)
Grupp negativ	22	3.86 (1.58)	1.95 (0.79)	149.23 (15.07)

Not. Ett internt bortfall i Grupp positiv under minnesprestation

SCQ-formuläret är på ordinalnivå och data är normalfördelad, därför användes ett oberoende t-test (Pallant, 2010) för att se om det blev någon signifikant skillnad mellan grupptillhörigheten med avseende på de olika SCQ-indexen, samt den totala SCQ-summan (se tabell 2). Genom att jämföra grupptillhörighet med dessa så gick det att se ifall de olika filmklippen hade någon effekt på självbilden. Värdena i tabellen visar skillnaden mellan grupp Positiv och grupp Negativ inom de olika indexen.

Tabell 2

T-värden för SCQs olika index samt SCQs totala summa i förhållande till grupp Positiv och grupp Negativ.

	A	Index			E	SCQ-summa
		B	C	D		
Skillnad mellan grupp pos. och neg.	1.440	-0.348	0.103	0.985	0.124	0.406

Inga signifikanta resultat på $p < .05$

Ett Mann-Whitney U-test undersökte effekten av grupp på upplevd prestation ($z = -2.450$, $p < .05$) eftersom data inte var normalfördelad. Ett power-test på 5 % -signifikansnivå utfördes på frågan om upplevd minnesprestation i förhållande till grupp vilket visade låg styrka, .11. Mellan grupp och antal rätt på minnestestet fanns ingen signifikant effekt vilket gör att svårighetsgraden på båda minnestesten är likvärdiga $z = -1.596$, $p > .05$. Därför går det att utesluta att skillnaderna mellan gruppernas minnestestresultat berodde på att det ena testet var svårare än det andra.

För att se ifall det fanns något samband mellan upplevd prestation och självbild har Spearman's rho använts (se tabell 3). Spearman valdes därför att den här datan var på ordinalnivå, både SCQ-enkäten och minnesprestationsskalan var alltså självskattningsskalor (Norusis, 2010).

Tabell 3

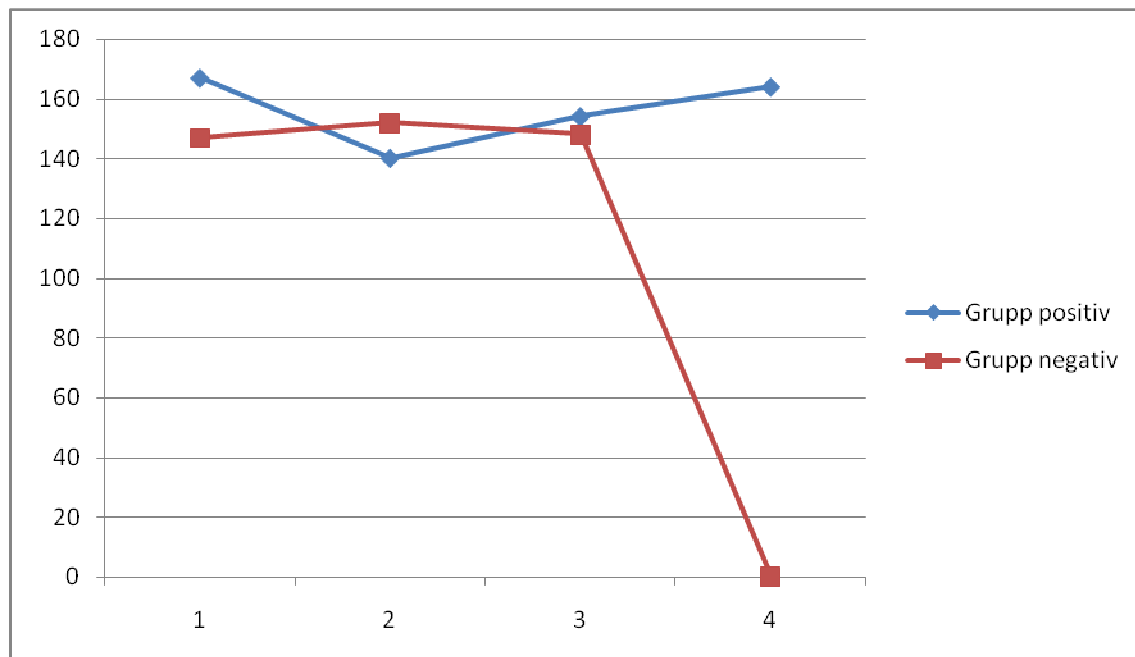
Korrelation mellan SCQs olika index samt total SCQ-summa och den skattade minnesprestationen

	A	Index			E	SCQ-summa
		B	C	D		
Minnesprestation	.241	.120	.056	.100	-.042	.078

Inga signifikanta resultat på $p < .05$

Skalan på den upplevda minnesprestationen gick mellan 1-5, där 1 = dåligt, 3 = sådär och 5 = bra. Som det går att utläsa i diagram 1 angav ingen i någon av grupperna en femma på upplevd minnesprestation och i grupp Negativ var det ingen som svarade varken 4 eller 5 på den frågan. Utifrån diagram 1 går det att utläsa att de i grupp Positiv som svarade 1 på upplevd prestation fick den högsta poängen på SCQ medan de i grupp Positiv som svarade 2 på minnesprestationen fick de lägsta poängen på SCQ. Grupp Positivs medelvärden på SCQ-testet i förhållande till deras svar på minnesprestation låg mellan ca 140-167 och deras upplevda minnesprestation gick mellan 1-4. Grupp Negativ hade en jämnare fördelning både i SCQ-spridningen och i den upplevda minnesprestationen då deras medelvärden på SCQ var spridda mellan ca 147-152, och gick mellan 1-3 på den skattade prestationen vilket visas i figur 1. Figuren togs fram genom en univariat variansanalys med SCQ-summa som beroende variabel och upplevd minnesprestation oberoende ($F = 1.43$, $df = 2$, $p > .05$, $\eta^2 = .12$).

Figur 1



Interaktion mellan den totala SCQ-summan och upplevd prestation på minnestest

Diskussion

Hypotes (a) testades med ett oberoende t-test vilket gav värdet $t = .406$, $p > .05$ för SCQs totalsumma i förhållande till grupp Positiv och grupp Negativ, som innebär att hypotesen ej fick stöd. Hypotes (b) testades med Spearman's rho vilket gav korrelationsvärdet $.078$, $p > .05$ mellan SCQs totalsumma och den skattade minnesprestationen. Hypotes (b) fick alltså inte heller stöd. Hypotes (c) testades genom ett Mann-Whitney U-test vilket gav $z = -2.450$, $p < .05$ på den upplevda minnesprestationen och den faktiska minnesprestationen. Hypotes (c) fick alltså signifikant stöd men ett power-test visade på låg styrka. Både hypotes (a) och (b) testades även på alla SCQs index för att se ifall det fanns någon skillnad mellan grupp Positiv och grupp Negativ på något av indexen. Dock fick inget av dessa signifikant stöd.

Frågan som undersöktes var ifall självbilden hos människor är statisk eller om den är situationsstyrd och alltså borde gå att påverka genom att manipulera kontexten för deltagarna. Utifrån resultaten går det inte att dra slutsatsen att manipulationerna gav någon effekt på deltagarnas självbild. Detta innebär konkret att hypotesen om att självbilden skulle gå att påverka med små manipulationer inte fick stöd eftersom de två grupperna inte statistiskt signifikant skiljde sig åt på SCQ-resultaten. Hypotesen fick alltså inte stöd.

Vad som går att utläsa ur tabell 1 är att grupp Positiv generellt sett hade högre medelvärden inom alla undersökta faktorer än grupp Negativ men de som sett det positiva filmklippet hade även större standardavvikelse på alla faktorerna. Det fanns en liten skillnad mellan grupp och antal rätt på minnestestet. Detta var dock inte signifikant då skillnaderna var för små, vilket är bra eftersom det visar att minnestesten är likvärdiga. Det fanns dock en signifikant interaktion mellan grupp och upplevd minnesprestation. Utifrån figur 1 kan man se att de i grupp Negativ

skattar sin prestation lägre än de i grupp Positiv. Det går inte att säga något säkert om orsaken till effekten men ett power-test på 5 % -nivån visar att frågan om upplevd prestation har låg styrka. Detta tyder på att skillnaden mellan grupperna, med avseende på upplevd minnesprestation, kan ha berott på slumpen.

Reliabilitetstest på mätinstrumentet SCQ i sin helhet gav alfavärdet .801 vilket är ett högt och bra värde. Det värdet stämde även överens med tidigare redovisade alfavärden i andra artiklar (Ghaderi, 2005). Dock visade reliabilitetsmätningen på alla index var för sig inte lika höga värden även om alla kom nära .7 då den lägsta fick .663. Båda grupperna fick höga värden på SCQ. Grupp Positiv fick ett högre medelvärde och större standardavvikelse än grupp Negativ. Dessa skillnader var dock inte tillräckligt stora för att det skulle föreligga en signifikant effekt. Det innebär att vår hypotes om att beroende på vilket filmklipp deltagarna sett skulle de rapportera olika hög självbild, inte fick signifikant stöd. De båda grupperna testades även mot varje index men inte heller det gav något signifikant resultat. Dock visades en intressant aspekt på diagram 1 då de i grupp Positiv som skattat sin prestation på minnestestet som en tvåa (vilket innebär en skattning mellan dåligt och sådär) uppvisade den lägsta självbilden på SCQ och de som uppvisade den absolut högsta självbilden svarade 1 (= dåligt) på den upplevda minnesprestationen. Värdena inom grupp Positiv skiljde sig alltså åt när de fördelades över den skattade minnesprestationen. Inom grupp Negativ var värdena mycket jämnare då de alla hade ungefär samma värden på SCQ då de endast varierade med fem poäng mellan de tre stegen (1-3) inom upplevd minnesprestation.

Reliabiliteten på undersökningen kan nog bedömas som acceptabel eftersom värdena på Cronbachs' alpha blivit relativt höga. Ett reliabilitetstest utfördes och alla alfavärden låg över .660 vilket ändå är ganska högt även fast det hade varit bättre om alla kom över .70 vilket räknas som en accepterad nivå (Bryman, 2002). Experimentet har endast genomförts vid ett tillfälle och det blir då svårt att se om mätinstrumentet är stabilt över tid. Det hade dock varit orimligt att genomföra ett test-retest (Bryman, 2002) eftersom det handlade om ett experiment och experimentet hade då varit tvunget att genomföras en gång till vilket hade kunnat påverka resultatet vid den andra mätningen. Däremot kunde enbart en SCQ-mätning ha gjorts på båda grupperna innan experimentet genomfördes. Ett etablerat test har använts och några tolkningsproblem har inte uppstått vilket gör att interbedömarreliabiliteten inte blir ett aktuellt problem (Bryman, 2002).

Eftersom begreppet självbild inte är tydligt definierat blir det svårt att veta om det mätinstrument för självbild som använts i denna studie verkligen mäter det som här definierats som självbild. SCQ ser ut att vara utformat på ett sätt som antyder att självbilden är något statistiskt. Detta upptäcktes först i efterhand, men då det fanns få andra test tillgängliga så var SCQ ändå det bästa alternativet. Eftersom två grupper blivit utsatta för olika varianter av en manipulation skulle det ha gått att se ifall det var manipulationerna som skapade effekten om det hade blivit en signifikant skillnad mellan dem. På grund av att manipulationerna skulle leda till två skilda resultat på SCQ så skulle det ändå ha gått att se ifall effekterna berodde på manipulationerna. Grupperna var likvärdiga, trots att urvalet berodde på tillgänglighet, vad gäller antal år på högskolan, kön och ålder så signifikanta skillnader hade troligtvis inte berott på olikheter mellan grupperna. Den signifikanta skillnaden som uppkom mellan grupperna med avseende på skattad prestation berodde alltså inte på att grupperna var olika, både på grund av de anledningar som redan nämnts men även på att de fick likvärdiga minnestest. Dock är det troligt att effekten uppkom av slumpen.

Att hypotes (a) inte fick stöd kan bero på många saker. Det var ett lågt antal deltagare i

studien, vilket kan ha lett till bristfälliga resultat. Det kan också vara så att självbilden inte alls går att påverka genom kontextuell manipulation utan att den faktiskt *är* statisk. Å andra sidan kan det också bero på att manipulationerna inte var tillräckligt starka, alltså att de känslor vi ville få fram hos de olika grupperna genom att visa filmklipp inte infann sig och att deras upplevda prestation på minnestestet inte var särskilt betydande för dem. Det är då tänkbart att om det skulle gå att få fram 'rätt' känslor hos grupperna, alltså hitta en annan typ av manipulation än de filmklipp som valdes (det kanske inte ens räcker med filmklipp överhuvudtaget) och få prestationen på minnestestet (eller annan typ av test) att vara av större vikt för deltagarna så skulle självbildaformuläret ha givit de önskvärda resultaten. Detsamma gäller då för grupp Negativ – ifall de ser ett negativt filmklipp som fyller dem med negativa känslor och om de även presterar dåligt så skulle det få dem att känna sig missnöjda och misslyckade vilket skulle göra att de besvarade självbildaformuläret på ett annat sätt. Som det nu var fick istället båda grupperna höga poäng på självbildaformuläret vilket antingen beror på att självbildaformuläret är dåligt utformat och därför gett höga poäng eller att manipulationerna ej fungerat eller möjligtvis en kombination av dessa.

Möjliga alternativa förklaringar till utfallet som framkommit kan vara att det har använts bristfälliga manipulationer, alltså att sättet man ser på sig själv inte styrs av känslor utan det kan styras av andra faktorer. Som Donahue et al. (1993) skriver om kan självbilden variera från olika sociala kontexter och det är då hur tillfredsställd man är med sig själv i sina sociala roller som avgör hur konsekvent man är i sin självbild. Om detta är fallet hade det istället varit intressant att studera samma grupper fast i olika sociala sammanhang, till exempel en gång då de sitter i en föreläsningssal och en gång då de är med vänner eller familj. Detta hade dock varit svårt att genomföra rent praktiskt eftersom det var hela 46 personer som totalt deltog i denna undersökning, men på en mindre skala hade det varit värt att testa.

Hypotes (c) ,som testades med Mann-Whitney U-test, mellan grupp och upplevd prestation fick en signifikant effekt. Vad det beror på är svårt att spekulera i. Det kan ha berott på att grupp Negativ blev mer negativa till sinnes som följd av filmklippet och därför skattade sin minnesprestation lägre än de i grupp Positiv. Eller så kan det vara så att de i grupp Negativ chansade mer på frågorna och därför tyckte att det gick sämre även fast de gissade rätt. Skillnaden kan också ha berott på att datainsamlingen med grupp Negativ genomfördes en eftermiddag i en väldigt annorlunda föreläsningssal och med yttre störningsmoment i form av byggarbete i närheten av skolan, och att denna grupp därför överlag var mer negativt inställda till deras prestation. Dock visade ett power-test på låg styrka och således kan effekten ha berott på slumpen.

Kruger och Dunning (1999) menar att det krävs samma kompetens för att svara rätt på ett test och att bedöma hur bra man har presterat på detsamma. Detta verkar även stämma i denna studie då korrelationen mellan prestationen på minnestestet och den upplevda prestationen stämmer överens. De diskuterar även att om deltagarna är inkompetenta på ett område så har de en tendens att skatta sin prestation högre än de som är mer kompetenta men några sådana tendenser märktes inte här. Däremot upptäcktes en tendens till att de som presterat bra eller väldigt bra trodde att de presterat lägre än de gjort vilket även det tas upp av Kruger och Dunning (1999).

Generaliserbarheten i denna studie är relativt låg då ett bekvämlighetsurval användes. Det går inte heller att ta för givet att just de grupper som deltog vid mätningarna representerar ens alla studenter som läser sitt tredje år – de kanske bara går att generalisera till just *den* kursgruppen. Hade tid funnits så hade ett slumpmässigt urval från hela populationen högskolestudenter varit att föredra.

Antalet frågor i Self-Concept Questionnaire (Ghaderi, 2005) är något som kan ses som en

metodbrist i denna undersökning. Med hela 30 frågor, varav flera till stor del handlade om samma sak, så går det inte att vara säker på att deltagarna läste ordentligt och alltså svarat på ett korrekt och sanningsenligt sätt. Frågorna mot slutet av SCQ besvarades på väldigt liknande sätt av deltagarna. Det går dock inte vara säker på att dessa liknande svar berott på de sista frågornas *formulering* eller deras placering i listan av frågor. SCQ är även till stor del formulerad på ett sätt som verkar utgå från att självbild är något statistiskt. I den inledande texten på självbilsformuläret står det även att deltagaren ska "*ringa in det alternativ som bäst beskriver hur du känner för det mesta*". Denna inledning kan ha gjort att deltagarna svarat på hur de känner för det mesta istället för hur de kände just vid mätningstillfället. En annan svaghet med denna studie var att de två filmklipp som användes till minnestesten var olika. Det negativa var animerat och fiktivt, medan det positiva var en verklig berättelse från en riktig person. Det hade varit att föredra att klippen var så lika som möjligt, med känslöstrycken som enda skillnad. Då det var svårt att hitta två så pass liknande filmklipp så valdes ändå dessa till slut på grund av tidsbrist.

Indexeringen av SCQ fanns i två olika varianter och den som valdes var den med högst alfavärde. Även om den indexeringen hade högre än den som valdes bort så var det ytterst få index som kom över den kritiska gränsen på .70 trots att alla kom ganska nära. Att det inte gjordes några SCQ-mätningar innan manipulationen genomfördes kan också ses som en svaghet i denna undersökning. Hade detta gjorts så hade det blivit ett tydligare resultat på om manipulationerna hade påverkat deltagarnas självbild, eller om deras självbild föreföll sig oförändrade vid mätningen efter manipulationerna. Det hade då gått att vara säker på att grupperna varit helt lika från början. Om resultaten dock hade blivit signifikanta så hade detta talat för att våra manipulationer lyckats – att grupp Negativ hade rapporterat en lägre självbild än grupp Positiv. Det faktum att grupp Negativ rapporterade en lägre upplevd prestation på minnestestet (trots att bägge grupperna hade likvärdiga antal rätt på minnestesten) skulle också kunna ses som ett resultat av våra manipulationer. Men det är svårt att veta säkert.

Resultaten i denna studie tyder på att självbilden inte går att påverka med just dessa manipulationer – men detta utesluter ju dock inte att självbilden är föränderlig. Att se ett filmklipp och besvara ett minnestest kanske är för små medel för att påverka den, men hade aningen större manipulationer använts så hade det nog kunnat bli annorlunda resultat. Tidigare forskning har kommit fram till att självbilden påverkar flera aspekter av våra liv, exempelvis beteendet (Wyer et al., 2011) och hur man bedömer sina egna prestationer (Kröner & Biermann, 2007). Det finns också ett antal studier som visar att självbilden kan påverkas av akademiska prestationer (Huang, 2011) och bortgången av ens partner (Bergeman & Bisconti, 2010) – men det verkar överlag vara begränsat med forskning på hur självbilden kan påverkas av mindre, kontextuella förändringar. Det finns alltså inte så många samband mellan denna studie och andras undersökningar. Det som går att säga är att i denna studie har det visat sig att det krävs aningen mer omfattande manipulationer för att påverka personers självbild. Sedan går det ju att spekulera om ifall det verkligen krävs så livsförändrande händelser som att bli änka/änkling för att självbilden ska förändras eller om det kanske bara krävs lite starkare manipulation än att deltagarna känner sig glada och tillfreds eller missnöjda. Det som dock har visats och som går i linje med vårt resonemang är det Kawakami et al., (2012) undersökt. Att självbilden går att påverka genom att förändra de sociala kontexterna för deltagarna. Så beroende på vilket socialt sammanhang de befinner sig i anpassar de sig till det och även sättet de ser på sig själva efter den specifika situationen för att inte hamna utanför gruppen.

Studiens betydelse för området självbild är svårt att sätta i eftersom få signifikanta resultat kunde rapporteras. Dock kan den ha en betydelse på det sättet att det här lyfts fram att självbilden inte tvunget behöver vara någonting stabilt, utan också skulle kunna ses som

någoting föränderligt även om de manipulationer som denna studie testade inte hade effekt. Att stickprovet var så pass litet ($N = 46$) kan också ha varit en bidragande faktor till att resultaten inte blev signifikanta.

Mer forskning om självbildens konstans behövs ännu – om man ska se detta begrepp som någoting som är statistiskt och oförändrat genom livet, eller om det ska ses som något som förändras hela tiden beroende på situationen. Att begreppet kan definieras på flera olika sätt (som konstant eller kontextbunden) är rimligt, men någon typ av ram för vad begreppet innefattar och *inte* innefattar känns nödvändigt. Avgränsningar till liknande begrepp (så som självkänsla, tilltro till den egna förmågan och självet) skulle behövas så att missförstånd ska slippa uppstå, och man med säkerhet vet när man skall/inte skall benämna en faktor som just självbild. Det finns en del studier som beskriver hur självbilden är situationsstyrd och förändras en hel del (Donahue et al., 1993; Kawakami et al., 2012; Kraus et al., 2011; Peters & Gawronski, 2011; Wyer et al., 2011) – men någon studie som faktiskt har funnit empiriskt stöd för detta annat än i sociala kontexter har inte hittats. Ett förslag på vidare forskning inom området skulle kunna vara att utveckla ett experiment med annorlunda eller starkare manipulationer för att se vad självbilden egentligen påverkas av. Denna studie visade inte något stöd för detta, men med annorlunda manipulationer eller ett större stickprov så skulle det mycket väl kunna gå att hitta empiriskt stöd för självbildens dynamik.

Referenser

- Brown, R. P. och Zeigler-Hill, V. (2004) Narcissism and the non-equivalence of self-esteem measures: A matter of dominance? *Journal of Research in Personality* 38, 585-592
- Bryman, A. (2002). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Liber AB, Malmö
- Donahue, E. M., Robins, R. W., Roberts, B. W. och John, O. P. (1993). The divided self: Concurrent and longitudinal effects of psychological adjustment and social roles on self-concept differentiation. *Journal of Personality and Social Psychology* 64, 834-846
- Freund, P. A. och Kasten, N. (2012). How smart do you think you are? A meta-analysis on the validity of self-estimates of cognitive ability. *Psychological Bulletin* 138, 296-321
- Ghaderi, A. (2005). Psychometric properties of the Swedish version of Self-concept Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*.
- Huang, C. (2011). Self-concept and academic achievement: A meta-analysis of longitudinal relations. *Journal of Psychology* 49, 505-528
- Judge, T. A, Erez, A. och Bono, J. E. (1998) The power of being positive: The relation between positive self-concept and job performance. *Human Performance* 11, 167-187
- Kawakami, K., Phillips, C. E., Greenwald, A. G., Simard, D., Pontiero, J., Brnjas, A., Khan, B. et al. (2012). In perfect harmony: Synchronizing the self to activated social categories. *Journal of Personality and Social Psychology* 102, 562-575
- Kay, A. C. och Ross, L. (2003). The perceptual push: The interplay of implicit cues and explicit situational construals on behavioral intentions in the Prisoner's dilemma. *Journal of Experimental Social Psychology* 39, 634-643
- Kowalski, R. och Westen, D. (2009). *Psychology* (5e uppl.). John Wiley & Sons, Inc.
- Kraus, M. W., Chen, S. och Keltner, D. (2011). The power to be me: Power elevates self-concept consistency and authenticity. *Journal of Experimental Social Psychology* 47, 974-980
- Kruger, J. och Dunning, D. (1999). Unskilled and unaware of it: How difficulties in recognizing one's own incompetence lead to inflated self-assessments. *Journal of Personality and Social Psychology* 77, 1121-1134

- Kröner, S. och Biermann, A. (2007). The relationship between confidence and self-concept – Towards a model of response confidence. *Intelligence* 35, 580-590
- Mark, E. (1998). *Självbilder och jagkonstitution*. Acta Universitatis Gothoburgensis
- Montpetit, M. A., Bergeman, C. S. och Bisconti, T. L. (2010). The self-concept and conjugal loss: Evidence for structural change. *Death studies* 34, 606-624
- Norušis, M. J. (2010). *PASW Statistics 18, Guide to Data Analysis*. Prentice Hall Inc.
- Pallant, J. (2010). *SPSS Survival Manual, 4th Edition*. Allen & Unwin Book Publishers, Australia
- Peters, K. R. och Gawronski, B. (2011). Mutual influences between the implicit and explicit self-concepts: The role of memory activation and motivated reasoning. *Journal of Experimental Social Psychology* 47, 436-442
- Pothos, E. M., Perry, G., Corr, P. J., Matthew M. R. och Busemeyer, J. R. (2011). Understanding cooperation in the Prisoner's Dilemma game. *Personality and Individual Differences* 5, 210-215
- Robson, P. J. (1989). Development of a new self-report questionnaire to measure self esteem. *Psychological Medicine*, 19, 513-518.
- Robson, P. J. (1996). Self-concept Questionnaire – 30 item version. Opublicerad data
- Sachs-Ericsson, N., Medley, A. N., Kendall-Tackett, K. och Taylor, J. (2011) Childhood abuse and current health problems among older adults: The mediating role of self-efficacy. *Psychology of Violence* 1, 106-120
- Vetenskapsrådet (2002) *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Vetenskapsrådet
- Wyer, N. A., Neilens, H., Perfect, T. J. och Mazzoni, G. (2011). Automatic and ironic behavior are both mediated by changes in the self-concept. *Journal of Experimental Social Psychology* 47, 1300-1303

Appendix

Index A: attractiveness, approval by others (egen översättning: attraktivitet, gillande av andra)
2, 9, 15, 23, 30

Index B: contentment, worthiness, significance (tillfredsställelse, egenvärde och betydelsefullhet)
5, 13, 17, 19, 21, 27

Index C: autonomous self regard (obunden självrespekt)
3, 6, 10, 24, 29

Index D: competence, self efficacy (duglighet och tro på den egna förmågan)
1, 12, 16, 18, 26, 28

Index E: the value of existence (livets värde)
4, 7, 8, 11, 20, 25

Fråga 14 och 22 har inte tagits med i indexeringen