



AKADEMIN FÖR HÄLSA OCH ARBETSLIV
Avdelningen för socialt arbete och psykologi

Personlighet och preferens för mobiltelefon respektive portabelt ljud

Av: Gustav Malmbring

2011

Examensarbete, kandidatnivå, 15hp
Psykologi
Kursnamn, Psykologiska metoder och examensarbete
Programnamn

Handledare: Igor Knez
Examinator: Mårten Eriksson

Förord

Jag vill rikta ett stort tack till alla som deltagit i denna undersökning och vill även tacka min handledare Igor Knez. Tack för att du tog dig tid med att reda ut min förvirring, samt för att du styrde in mig på rätt spår när jag hamnade fel. Slutligen så skulle jag vilja rikta ett stort tack till min examinator Mårten Eriksson för vägledning och hjälp.

Abstract

Personality and preferences regarding mobilephone as well as portable sounds

By: Gustav Malmbring

Previous studies have indicated that extroverts use mobile cell phones more than introverts (Inyang et al. 2010). A survey was carried out to test the relationship between personality type and frequency preference for mobile cell phones and portable sound use. A hundred individuals participated in the survey containing three parts of questions. It was predicted that extroverts will be more active users of mobile phones than introverts, while introverts were predicted to be more active users of portable sound. People with social phobia were predicted to use less of mobile telephony, but more of portable sound, than people lacking social phobia. Neurotics were predicted to use less of mobile telephony, but more of portable sound, than non-neurotics. A gender effect was also predicted. The result did not show any relation between extraversion or social phobia, and mobile phone or portable sound usage, which doesn't support the hypothesis, on the other hand a relation between neuroticism and mobile phone usage and portable sound usage was supported and women compared to men were also shown to prefer mobile phone to portable sound.

Keywords: mobile cell phones, portable sound, extraversion, neuroticism, social phobia

Sammanfattning

Personlighet och preferens för mobiltelefon respektive portabelt ljud

Av: Gustav Malmbring

Tidigare studier har indikerat att extroverta personer använder mobiltelefoni mer än vad introverta personer gör (Inyang et al. 2010). En enkätstudie genomfördes för att testa sambandet mellan personlighetstyp och huruvida en frekvenspreferens gällande brukandet av mobiltelefoni eller portabelt ljud förelåg. Hundra stycken deltagare svarade på enkäten som bestod av tre delar. Fyra hypoteser var formulerade; extroverta förutspåddes vara flitigare brukare av mobiltelefon än introverta, medan introverta förutspåddes vara flitigare i brukandet av portabelt ljud. Personer med social fobi förutspåddes använda mindre mobiltelefoni, men mer portabelt ljud, än personer utan social fobi. Neurotiker förutspåddes använda portabelt ljud i större utsträckning än de brukar mobiltelefoni. En skillnad förutspåddes finnas mellan män och kvinnor gällande användande av mobiltelefoni och portabelt ljud. Resultaten visade inte på något samband mellan extraversion eller social fobi och användningsfrekvens gällande mobiltelefon, eller portabelt ljud vilket inte stöder hypotesen, däremot så fanns ett samband mellan neuroticism och användningsfrekvens vilket delvis stöder hypotesen och förövrigt indikerar resultaten att kvinnor jämfört med män föredrar mobiltelefon framför portabelt ljud i detta avseende.

Nyckelord: mobiltelefoni, portabelt ljud, extraversion, neuroticism, social fobi

Innehållsförteckning

| | |
|---|----|
| 1. Introduktion..... | 6 |
| 1.1 Social fobi | 7 |
| 1.2 Aktivitetsverktyg, trygghetsverktyg & undvikandeverktyg | 7 |
| 1.3 Aktuell studie | 8 |
| 1.5 Frågeställning..... | 9 |
| 2. Metod | 9 |
| 2.1 Försökspersoner | 9 |
| 2.2 Material | 10 |
| 2.3 Tillvägagångssätt..... | 10 |
| 2.4 Dataanalys | 12 |
| 3. Resultat..... | 13 |
| 3.1 Resultat för hypotes 1, 2 och 3. Samband mellan extraversion, social fobi, neuroticism och användafrekvens (samtals, sms, lyssnings) | 13 |
| 4.1 Resultatdiskussion..... | 15 |
| 4.2 Metoddiskussion | 16 |
| 4.3 Allmän diskussion..... | 17 |
| 5. Referenser | 18 |
| Enkät: | 20 |

1. Introduktion

Vår personlighet påverkar och särskiljer vårt sätt att bete oss gentemot andra och det är personligheten som är grunden för människors olikheter gällande preferenser av olika slag. En av de stora pionjerna inom personlighetspsykologin, Hans Eysenck, definierar personlighet som ”en mer eller mindre stabil och bestående organisation av en persons karaktär, temperament, intellekt, och fysik vilka bestämmer hans unika justering till omgivningen” (Engler, 2006). Personlighetsdrag som extraversion, neuroticism, och psykotisism, är faktorer som spelar en avgörande roll för hur en person kommer att närma sig sociala situationer.

Extraversion kännetecknas av utåtvändhet i form av vänlighet, impulsivitet och pratglädje gentemot andra människor, medan dess motpol introversion kännetecknas av inåtvändhet i form av reservation, tystnad och blyghet. Man har funnit stöd för att introverta och extroverta individer skiljer sig åt med tanke på hur de tar tillvara på positiv och negativ information rörande nya bekantskaper (Graziano, Bernstein Feldesman & Rahe, 1985); introverta är mer benägna att absorbera negativ information och bortse från positiv sådan, medan extroverta är mer benägna att absorbera positiv information och bortse från negativ sådan.

Neuroticism, eller emotionell instabilitet som det också kallas, kännetecknas av känslomässig lätttrubblighet eller labilitet i form av lynnigt humör, känslighet, nervositet, rastlöshet osv. medan dess motpol, känslomässig stabilitet kännetecknas av att man är lugn, har ett jämnt humör, är humörmässigt svårubbad, pålitlig och har svårare att hetsas upp.

Till skillnad från extraversion och neuroticism har psykotisism inte någon motpol. Psykotisism karaktäriseras vanligtvis av förvrängning av verkligheten och avsaknad av förmågan att skilja mellan verklighet och fantasi. Personen kan ha störningar i tankar, känslor och motorik, samt hallucinationer och vanföreställningar. Psykotisismfaktorn inkluderar även någon grad av psykopati: dysfunktioner som karaktäriseras av antisocialt och impulsivt beteende, egocentricitet, och frånvaro av skuld.

Hans Eysenck (1985) har skapat flera olika enkäter med avsikt att mäta dessa personlighetsdrag. En av dessa enkäter heter Eysenck Personality Inventory, men förkortas EPI, och har visat sig vara ett tillförlitligt verktyg. Denna mäter dock inte psykotisism, utan enbart extraversion och neuroticism.

1.1 Social fobi

Man har funnit stöd för att extraversion korrelerar negativt med social fobi, medan neuroticism korrelerar positivt, med social fobi (Kotov, Gamez, Schmidt & Watson, 2010). Och man har även funnit stöd för att amygdala hos individer med social fobi aktiveras mer än hos individer utan social fobi, vid exponering av fientliga ansikten (Srein, Goldin, Sareen, Zorrilla & Brown, 2002). Social fobi kategoriseras i DSM-IV både som en form av fobi i axel I, och som en form av personlighetsstörning i axel II och en distinktion görs mellan så kallad *isolerad social fobi* och *generaliserad social fobi*, där den förstnämnda bara involverar en enda specifik situation som man fruktar, medan den sistnämnda involverar många olika sociala situationer där man har att göra med människor.

Vad som kännetecknar en social fobiker är svårigheter att smälta in i grupper, hålla tal, ha en avspänd god hållning, dansa, inleda ett samtal, skratta avspänt. De män som lider av social fobi kan utöver dessa punkter dessutom ha problem med att urinera på offentliga toaletter (Persson, 2009). Dessa situationer utlöser ångest, rädsla för att bete sig på ett pinsamt eller förödmjukande sätt ("göra bort sig") och följden blir ett undvikande beteende (de ångestskapande situationerna undviks så mycket som möjligt) (Persson, 2009). Livstidsprevalensen för social fobi uppskattas ligga någonstans mellan tre och femton procent, dvs. sannolikheten för att en individ ska utveckla någon form av social fobi under sin livstid.

Men Social fobi går att lindra med både läkemedel och med hjälp av psykologisk vägledning. Michael R.Liebowitz har skapat en enkät vid namn LSAS (Liebowitz Social Anxiety Scale) (Fresco, 2001). Denne är avsedd att mäta graden av social fobi på ett enkelt vis.

1.2 Aktivitetsverktyg, trygghetsverktyg & undvikandeverktyg

Medier kan användas i syften som går utanför det konventionella, till exempel så kan en mobiltelefon, vars primära syfte är att samtala på distans, även användas i ett sekundärt syfte vilket skulle kunna vara att sublimeras, dvs. att rikta om nervös energi genom att sysselsätta eller aktivera sig med hjälp av mobiltelefonen som verktyg.

Detsamma gäller för portabelt ljud så som till exempel mp3spelare och vad de båda medierna har gemensamt gällande detta potentiella sekundära syfte är att de båda kan fungera som avskärmande jämfört med den omgivning som individen befinner sig i, oavsett om denna omgivning består av en plats full av människor eller en plats helt utan människor.

Vid situationer där rastlöshet uppstår i någon form och där ett medie tillämpas så har mediet i denna kontext valts att kallas för aktivitetsverktyg och i situationer där mediet tillämpas i en kontext där tröst eller trygghet eftersträvas så har det valts att kallas för trygghetsverktyg. Det tredje och sista mediet har valts att kallas för undvikandeverktyg, och används precis som det låter i situationer för att undvika eller undkomma något.

1.3 Aktuell studie

Män och kvinnor skiljer sig åt vad beträffar kognitiva förmågor och mönster (Kimura, 2002). Män är bättre på mental rotation, visualisering, linjär orientering, matematiskt resonerande och att kasta prick, medan kvinnor är bättre på att minnas placeringen av objekt i en uppsättning, perceptuell hastighet, verbalt minne, numerisk kalkylering och finmotorisk pricksäkerhet. Detta har visat sig bero på stabila biologiska skillnader mellan könen, därmed kan kön betraktas som ett personlighetsdrag. Avslutningsvis har det visat sig att extroverta personer använder mobiltelefoni mer än vad introverta personer gör (Inyang et al. 2010) samt att extroverta personer vanligtvis föredrar mer glad och medryckande musik än vad introverta gör (Chamorro-Premuzi, Fagan & Furnham, 2010). Givet dessa samband borde det finnas samband mellan personlighetstyp och preferens för telefon respektive portabelt ljud.

Mobiltelefonerande innebär kommunikation med andra människor, dvs. interaktion, vare sig det gäller samtal eller skrivna meddelanden. Musiklyssnande i lurar innebär avskärmning från andra människor och ger utrymme för introspektion. Extroverta individer kännetecknas av att de är utåtriktade, medan introverta kännetecknas av att vara inåtvända (Eysenck & Eysenck, 1985).

Detta borde innebära att extroverta föredrar mobiltelefon framför portabelt ljud, och att introverta då föredrar portabelt ljud framför mobiltelefon. Sociala fobiker borde föredra portabelt ljud framför mobiltelefonerande för att det känns påfrestande att socialisera (Persson, 2009). Slutligen borde detsamma gälla för neurotiker, då neuroticism korrelerar positivt med social fobi (Kotov, Gamez, Schmidt & Watson, 2010).

1.4 Syfte

Syftet med denna studie är att undersöka om det finns ett samband mellan personlighetstyp och användande av mobiltelefoni och portabelt ljud, samt om liknande samband föreligger mellan social fobi och mobiltelefon/portabelt ljud. Vidare undersöktes om kvinnor och män skildes i ovanstående samband.

Anledningen till undersökandet av huruvida dessa samband föreligger eller inte, är för att bredda kunskaperna om hur personlighet inverkar och differentierar beteenden.

1.5 Frågeställning

Eftersom extroverta använder mobiltelefoni mer än vad introverta gör (Inyang et al. 2010), är det troligt att det föreligger en skillnad mellan extroverta och introverta personer när det kommer till brukandet av portabelt ljud. Eftersom att sociala fobiker gärna undviker situationer som kan leda till ångest på grund av att man upplever att man betett sig på ett pinsamt eller förödmjukande sätt (Persson, 2009), kan det förväntas att de undviker att användande mobiltelefoni, men att de gärna tar till portabelt ljud i form av till exempel mp3spelare? Är det slutligen så att män och kvinnor, eftersom att de skiljer sig åt gällande kognitiva förmågor samt preferenser när gällande internetanvändning (Kimura, 2002; Weiser, 2000), även skiljer sig i användandet av mobiltelefoni och portabelt ljud?

Följaktligen:

Hypotes 1: Extroverta brukar mobiltelefoni i större utsträckning än introverta, medan introverta brukar portabelt ljud i större utsträckning än extroverta.

Hypotes 2: Sociala fobiker brukar portabelt ljud i större utsträckning än de brukar mobiltelefoni.

Hypotes 3: Neurotiker brukar portabelt ljud i större utsträckning än de brukar mobiltelefoni.

Hypotes 4: Det finns en skillnad mellan män och kvinnor när det kommer till användande av mobiltelefoni och portabelt ljud.

2. Metod

Denna studie har genomförts som kvantitativ enkätundersökning med bekvämlighetsurval.

2.1 Försökspersoner

Urvalet bestod av totalt 100 personer, varav det efter bortfall återstod 80 personer i åldrarna sjuutton till tjugoåtta, varav 40 var kvinnor och resterande 40 var män. Åldern kategoriserades i tre lägen; 17-20 år, 21-24 år, och 25-28 år. Av deltagarna var 35 kvinnor och 25 män i åldern 17-20 år, 4 kvinnor och 11 män var mellan 21-24 år och slutligen så var 1 kvinna och 4 män i åldern 25-28 år. 75 procent av deltagarna

utgjordes av gymnasieungdomar från Borgarskolan med ekonomiinriktning i Gävle. De resterande 25 procent utgjordes av olika studerande vid Högskolan i Gävle.

2.2 Material

Den första delen av enkäten utgjordes av åtta egendesignade frågor rörande vanor kring mobiltelefoni, portabelt ljud, samt frågor som rörde ålder, kön och sysselsättning. Frågorna bestod av både nominalskals- och intervallskalsform och tre av de fyra egendesignade frågorna i nominalskalsform rörde verktygspreferens (mobiltelefon/portabelt ljud) och en rörde situationspreferens (i klunga med obekanta/ensam i öde miljö). Tre av de fyra egendesignade frågorna i intervallskalsform rörde bruksfrekvens av mobiltelefoni (2st) och portabelt ljud (1st). Skalan för dessa tre frågor hade 12 stycken valbara lägen, vilka var avsedda att mäta kvantitet, dvs. hur många gånger (ungefär) och därför går de under benämningen frekvensfrågor. Den fjärde och sista intervallskalsfrågan var avsedd att mäta könsskillnad gällande antal vänner, och bestod av 7 stycken valbara lägen, men denna ansågs irrelevant vid analysen och uteslöts därmed. Att mediet i detta fall valts att kallas verktyg, är för att det syftar till ett användningsområde utöver det konventionella, till exempel att man använder mediet för att undvika, uppleva trygghet, eller för att aktivera sig med. Situationspreferens rör en föredragen situation framför en annan.

Del nummer två av enkäten bestod av Eysencks Personality Inventory(EPI), ett personlighetstest med avsikt att mäta extraversion/introversion, samt neuroticism, med hjälp av ja/nej frågor. Försöksdeltagarna är inte uppdelade i dikotomi bestående av två grupper, utan ligger placerade på en skala som varierar mellan olika grad av extraversion/introversion, samt neuroticism/emotionell stabilitet, dvs. individernas lägen varierar fritt mellan de båda polerna.

Den tredje delen bestod av Liebowitz Social Anxiety Scale(LSAS), med avsikt att mäta social fobi, genom att ta reda på grad av rädsla för olika sociala situationer, samt grad av undvikande utav dessa. Detta med hjälp av två fält som graderas från noll till tre, varav den ena avser grad av rädsla, och den andra grad av undvikande.

2.3 Tillvägagångssätt

En enkät utarbetades med syfte att mäta personlighet- och socialfobi samt användandet utav mobiltelefoni och portabelt ljud. Enkäterna samlades in under dagtid och de bestod som nämnts ovan av tre delar, vilka var; egendesignade frågor, Eysencks Personality Inventory(EPI) samt Liebowitz Social Anxiety Scale(LSAS).

Den första delens egendesignade frågor utformades efter nominalskala, fyra stycken ja/nej frågor, samt intervallskala, tre stycken tolvstegsfråga och en sjustegsfråga. Nominal och intervallskala valdes, varav nominalfrågornas syfte var att mäta preferens rörande mobiltelefon eller portabelt ljud och intervallfrågornas syfte var att frekvenspreferens, dvs. hur ofta, samt hur många.

För den andra delen som bestod av EPI togs originalenkät med tillhörande nyckel fram, och två tredjedelar av frågorna valdes ut och översattes till svenska från engelska. Då EPI ursprungligen består av tjugofyra stycken frågor rörande extraversion, tjugofyra frågor rörande neuroticism, samt nio stycken rörande lögnskala, så valdes frågor proportionerligt för varje kategori, dvs. sexton stycken extraversionsfrågor, sexton stycken neuroticismfrågor och slutligen sex stycken lögnskalefrågor. Men lögnskalefrågorna uteslöts från analysen eftersom att de ansågs vara av mindre relevans för studiens syfte. Denna översatta och förkortade version av EPI pilottestades på så vis att två personer fick besvara både originalversionen och den nyare versionen och sedan så utgick man från originalnyckelns poängsättning och reducerade den till att motsvara två tredjedelar av denna. Därefter så jämfördes resultaten från de båda varianterna och eftersom att de båda resultaten varierade mellan en till två procentenheter sinsemellan, så fanns det ingen anledning att inte sätta den i bruk. Syftet med att reducera frågemängden var för att den inte skulle vara för tidskrävande för de undersökningsdeltagare som besvarade den.

En liknande procedur genomfördes rörande den tredje och sista delen av enkäten, vilken bestod av LSAS. Originalenkät och nyckel togs fram, tretton frågor motsvarande lite drygt femtio procent av originalet valdes ut och översattes från engelska till svenska. LSAS frågor är delade i två underkategorier som var tvungna att tas i åtanke när frågor valdes, den ena kategorin består av frågor rörande prestationsångest och utgörs av tretton stycken frågor i originalenkäten, och den andra kategorin består av frågor rörande sociala situationer och utgörs av elva stycken frågor i originalenkäten. Eftersom att det rörde sig om ojämna tal rörande de båda kategorierna, så avrundades frågeantalet uppåt till sju stycken prestationsångestfrågor, samt sex stycken frågor gällande sociala situationer och precis som med EPI enkäten så pilottestades även LSAS genom att två personer fick besvara både originalversionen och den nyare versionen och sedan så räknades den nya enkätens procentuella motsvarande av originalenkäten och sedan så räknades motsvarande poängmått ut procentuellt från originalet till den nyare och därefter så jämfördes resultaten och då de visade sig variera mellan en halv till en procent, så fick även denna enkät sättas i bruk.

Enkäten utformades för att vara så lättförstådd och tydlig som möjligt och ett följebrev med instruktioner, syfte och information rörande anonymitet utarbetades.

Den fylldes i av några kamrater som pilotstudie med avsikt att mäta den ungefärliga tid som enkäten tog att fylla i, med resultatet fem till tio minuter. På högskolan rekryterades undersökningsdeltagare i skolans bibliotek och den största andelen deltagare var av ekonomistuderande. På Borgarskolan togs först kontakt med verkställande rektor som informerades om studien, därefter blev jag hänvisad till två stycken klassföreståndare för utdelning av enkäterna. I följbrevet till enkäten stod studiens syfte tydligt utskrivet, samt att deltagandet var anonymt, frivilligt och att materialet enbart skulle komma att användas i denna studie. När enkäterna lämnades ut, belystes detta innan utdelning skedde och därför föreligger informerat samtycke.

2.4 Dataanalys

EPI enkäterna och LSAS enkäterna analyserades och poängsattes efter de kriterier som vardera nyckel angav, vilket ledde till att grad av extraversion, neuroticism och social fobi för vardera individ uppskattades därefter. De egendesignade frågorna rörande användandet av mobiltelefoni och portabelt ljud i olika avseenden, poängsattes med *etta* eller *tvåa* för nominalskals frågor, då ursprungsformen var *a* eller *b*, och för de frågor som var av intervallskalsform poängsattes från noll till elva, då det fanns tolv lägen totalt i ursprungsform i och med *mindre än en gång till mer än tio gånger*. Därefter poängsattes den sista frågan som även den var i intervallskalsform från *noll till sex*, då ursprungsformen var *inga alls, en till två, tre till fem, sex till nio, tio till fjorton, femton till tjugo, samt tjugo eller fler*. Alla värden placerades slutligen i dokumentformen Open Office Calc, vilket mostvarar Microsoft Office Excel.

Intervallskalsdata analyserades med multipel regressionsanalys (Amiel & Sargent, 2004) via sidan Vassarstats för att mäta samband mellan de beroende variablerna (*extraversion/introversion, neuroticism, social fobi, kön*) och de oberoende variabelerna (*användandet av mobiltelefoni och portabelt ljud*). Multipel regressionsanalys valdes framför enkel regressionsanalys med anledningen att det rörde sig om fler än en oberoende variabel. T-test genomfördes på samtliga intervallskalsdata via sidan Vassarstats för att undersöka könsskillnader.

Nominaldata analyserades med Chi-square test (Lowrie & Jorgensen, 2011) via statistikprogrammet SPSS för att mäta prediktion för den beroende variabeln (*kön*) av beroende variabelns skallägen (*mobiltelefoni/portabelt ljud*) och (*ensam i öde miljö/klunga med obekanta*).

3. Resultat

Resultaten som har framkommit i denna studie baserar sig på de uppmätta relationerna mellan graden av extraversion, neuroticism, social fobi, samt kön och frågorna avsedda att mäta frekvens (*samtals, sms, lyssnings*), verktygspreferens (*telefon eller portabelt ljud*), situationspreferens (*i klunga med obekanta människor eller ensam i öde miljö*), samt umgängeskrets (*ungefärligt antal vänner*). Dessa resultat förvärvades med hjälp av multipel regressionsanalys, samt t-test (Amiel & Sargent, 2004), vilka utfördes via internethemsidan *Vassarstats*, samt Chi-square test (Lowrie & Jorgensen, 2011) som utfördes med hjälp av statistikprogrammet SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) vilka ledde fram till sannolikhetsuppskattning (*p-värde*) för att skillnaden skulle bero på slumpen och för att kunna kalkyleras och redovisas här nedan. T-tester utfördes på samtliga frågor i intervallskalsform, men dessa visade inte på någon skillnad mellan könen. Enbart de resultat som anses relevanta för studiens syfte och där ett säkerställt resultat påvisats, kommer att redovisas.

3.1 Resultat för hypotes 1, 2 och 3. Samband mellan extraversion, social fobi, neuroticism och användarfrequens (samtals, sms, lyssnings)

Resultat för hypotes 1: *Extroverta brukar mobiltelefoni i större utsträckning än introverta, medan introverta brukar portabelt ljud i större utsträckning än extroverta.*

Regressionsanalysen visade inte något samband mellan extraversion och användarfrequens varken gällande samtal, sms eller lyssning. Därmed så överensstämde inte hypotes 1 med resultatet.

Resultat för hypotes 2: *Sociala fobiker brukar portabelt ljud i större utsträckning än de brukar mobiltelefoni.*

Regressionsanalysen visade inte heller något samband mellan social fobi och användarfrequens gällande samtal, sms eller lyssning, vilket inte överensstämde med hypotes 2.

Resultat för hypotes 3: *Neurotiker brukar portabelt ljud i större utsträckning än de brukar mobiltelefoni.*

Regressionsanalysen visade ett samband mellan neuroticism och användarfrekvens ($R^2 = 0.0653$ $p = .043$) Vilket överrensstämde med hypotes 3 (se tabell 3).

Tabell 1, deskriptiv statistik för variablerna "extraversion, social fobi & neuroticism"

| Variabel | extraversion | | social fobi | | neuroticism | |
|----------|--------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|
| | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>M</i> | <i>SD</i> |
| Kvinnor | 9,25 | 3,01 | 20,77 | 10,49 | 7,65 | 2,58 |
| Män | 10,00 | 3,25 | 18,52 | 12,59 | 6,75 | 2,76 |
| Totalt | 9,68 | 3,12 | 19,65 | 11,65 | 7,15 | 2,70 |

Tabell 2, deskriptiv statistik för variablerna "4a= sms/kortare samtal, 4b=längre samtal & 5=lyssnings"

| Variabel | 4a | | | 4b | | | 5 | | |
|----------|----------|----------|-----------|----------|----------|-----------|----------|----------|-----------|
| | <i>N</i> | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>N</i> | <i>M</i> | <i>SD</i> | <i>N</i> | <i>M</i> | <i>SD</i> |
| Kvinnor | 40 | 3,35 | 1,40 | 40 | 1,77 | 2,00 | 40 | 2,45 | 1,89 |
| Män | 40 | 7,90 | 3,37 | 40 | 2,47 | 2,47 | 40 | 3,20 | 2,94 |
| Totalt | 80 | 8,08 | 3,42 | 80 | 2,12 | 2,41 | 80 | 2,82 | 2,50 |

Tabell 3: Resultat från multipel regressionsanalys ($N=80$) Beroende variabel: neuroticism.

Oberoende variabler: (Fråga 4a, sms/kortare samtal-frekvens. Fråga 4b, längre samtal-frekvens. Fråga 5, musiklyssning-frekvens)

| Beroende variabel | <i>R2</i> | <i>Beta</i> | <i>df</i> | <i>MS</i> | <i>F</i> | <i>P</i> |
|-------------------|-----------|-------------|-----------|-----------|----------|----------|
| Neuroticism | 0,065 | | 3 | 16,85 | 2,84 | 0,04 |
| 4a | | -0,18 | | | | |
| 4b | | -0,10 | | | | |
| 5 | | 0,24 | | | | |

3.2 Resultat för hypotes 4. Verktogsfrågor (aktivitetsverktyg, trygghetsverktyg, undvikande verktyg)

Resultatet för chi-square testet indikerar ett samband mellan kön och preferens rörande mobiltelefon/portabelt ljud som undvikande verktyg $\chi^2 = 26.45$, $p = < .001$, vilket stödjer hypotes 4. Kvinnor verkar i större utsträckning än män

föredra telefon framför portabelt ljud. Inget samband fanns för aktivitetsverktyg eller trygghetsverktyg och kön, vilket inte stödjer hypotes 4.

Tabell 4, deskriptiv statistik för variabeln "Undvikandeverktyg"

| | Mobiltelefon | Portabelt ljud | Totalt |
|---------|--------------|----------------|--------|
| Kvinnor | 36 | 4 | 40 |
| Män | 27 | 13 | 40 |
| Totalt | 63 | 17 | 80 |

Ovanstående variabel var den enda (kategoriska) som signifikant skiljde grupperna åt, varför endast denna redovisas.

4 Diskussion

Nedan följer diskussionen uppdelad i resultatdiskussion, metoddiskussion och allmän diskussion.

4.1 Resultatdiskussion

Studiens syfte var att ta reda på om det fanns ett samband mellan personlighet och användandet utav mobiltelefoni och portabelt ljud, samt att undersöka huruvida sociala fobiker tenderar till mer frekvent användande av portabelt ljud, samt mindre frekvent användande av mobiltelefoni än de utan social fobi och om dessa resultat skiljdes mellan män och kvinnor.

Resultaten från denna studie indikerar, tvärtemot prediktionen i hypotes 1 och tidigare studiers resultat, att extroverta inte brukar mobiltelefoni i större utsträckning än introverta (Inyang et al. 2010), samt att introverta inte brukar portabelt ljud i större utsträckning än extroverta. Eftersom att resultatet går emot tidigare studier, så är det sannolikt att de egendesignade frågorna formulerats på ett för otydligt vis, exempelvis så kan motsägelsen kanske bero på att frågorna formulerats med hänsyn till antal gånger istället för hur länge. Studiens resultat indikerar även, tvärtemot prediktionen i hypotes 2 att sociala fobiker inte brukar portabelt ljud i större utsträckning än de brukar mobiltelefoni, vilket skulle kunna förklaras med att social fobi finns representerad i varierande form och på olika nivåer, inte enbart i den form som går under benämningen generell social fobi, eller specifik med aversion för telefonerande (Persson, 2009). Resultaten indikerade också att neurotiker brukar portabelt ljud i större utsträckning än de brukar mobiltelefoni precis som hypotes 3 predicerade, vilket kanske går att härleda till tidigare studiers resultat vilka har påvisat samband mellan konstnärlig kreativitet och

neuroticism, eftersom att dessa individer borde ha ett större intresse av olika konstformer och däribland musik (Booker, Fearn & Francis, 2002).

Resultaten överensstämde delvis med hypotes 4 och visade på en skillnad mellan män och kvinnor när det kommer till användande av mobiltelefoni och portabelt ljud, men endast rörande frågan om undvikandeverktyg, där indikationen är att kvinnor i större utsträckning än män verkar föredra telefon framför portabelt ljud, vilket är intressant och följer tidigare studiers resultat vilka har visat på skillnader mellan de båda könen beträffande preferenser gällande internetanvändning (Weiser, 2000), vilket i sin tur kan ha sin grund i biologiska och/eller sociala skillnader mellan de båda könen (Kimura, 2002). Det finns stöd för att prenatala hormonella skillnader står för beteendemässiga skillnader mellan pojkar och flickor (Pasterski et al. 2011; Kimura, 2002), och man har även kunnat bekräfta, via metaanalys att evolutionära förklaringsmodeller är mer trovärdiga och pålitliga, än vad modeller, baserade på sociala konstruktionsteoretisk grund är, när det kommer till att förklara skillnader emellan män och kvinnor (Archer, 1996). Detta visar på att män och kvinnor skiljer sig åt i kognitiv förmåga och mönster, och att det rör sig om biologiska skillnader, som sträcker sig långt tillbaka i evolutionen. Detta skulle kunna förklara skillnaden mellan de båda könen oeniga resultat i denna studie.

Det faktum att det inte fanns någon skillnad mellan de båda könen beträffande aktivitets och trygghetsverktyg, kan bero på att den ena frågan (rörande trygghetsverktyg) ställdes som följdfråga på en annan fråga (situationspreferens) eftersom att detta kan ha orsakat förvirring. Alternativt så skulle trygghets och aktivitetsverktygsfrågan kunna skilja sig från undvikandeverktygsfrågan på så vis att undvikande frågan aktiverar anknytningsmodellen hos individen, då denne föreställer sig situationen, medan de andra inte gör det (Broberg et al. 2008).

4.2 Metoddiskussion

Både Eysencks EPI och Liebowitz LSAS är välbekanta inom psykologi och personlighetsforskning (Fresco, 2001; Geist, 1995; Jessup & Jessup, 1971) och de modifierade versionerna av dessa, varför dessa användes i denna studie. Flera så kallade pilottest för de egna varianterna av EPI och LSAS och originalen skulle ytterligare ha kunnat öka studiens trovärdighet, då reliabiliteten för de egna varianterna därmed hade ökat.

De egendesignade frågorna skulle ha kunnat utformas med bra mycket mer pedagogisk precision än vad som blev fallet, och det ideala vore om deltagarantalet hade gjorts större, samt att slumpmässigt urval hade fått råda istället för det befintliga

bekvämlighetsurvalet. Vissa av de mätskalor som användes för de egendesignade frågorna skulle ha kunnat utformas på ett mer fördelaktigt vis, genom att ha begränsats i antal valbara lägen. Detta hade i sin tur kunnat ha en ”från och till form” istället för den specifika singelstegsformen som användes. Och det för att underlätta uppskattningen för studiedeltagarna, vilka kan ha förvirrats av den svarsform som rådde.

Vid dataanalysen uppstod det många problem med de egna frågorna, eftersom skalorna skiljde sig från varandra, och frågorna i sig var så pass ostrukturerade att de föll under olika teman men detta löstes genom att frågorna delades via analys och senare, på så vis, tillämpades bästa möjliga analysverktyg. De analysverktyg som ansågs bäst i detta läge var multipel regressionsanalys, t-test, samt chi-square test.

4.3 Allmän diskussion

Denna studie har visat att neurotiker brukar portabelt ljud i större utsträckning än de brukar mobiltelefoni men att det inte fanns några övriga samband mellan personlighetstyp och preferens rörande mobiltelefoni eller portabelt ljud. Däremot påvisades en skillnad mellan män och kvinnor när det kommer till användande av mobiltelefoni och portabelt ljud. Indikationen där var att kvinnor i större utsträckning än män verkar föredra telefon framför portabelt ljud, men detta gällde bara när det kommer till val av undvikandeverktyg. Detta skulle kunna ligga till grund för fortsatta studier inriktade mot interaktionen mellan män och kvinnor i personlighetsdrag och nyttjande av modern teknik, och kanske också för vidare undersökning rörande anknytningsformers inverkan på beteende kopplat till modern teknologi.

5. Referenser

- Amiel, T., & Sargent, S. L. (2004). Individual differences in Internet usage motives. *Computers in Human Behavior*, 20, pp. 711-726.
- Archer, J. (1996). Sex Differences in Social Behavior Are the Social Role and Evolutionary Explanations Compatible? *American psychologist* 1996.
- Booker, B. B., Fearn, M., & Francis, L. J. (2002). The personality profile of artists. *Irish Journal of Psychology*. Vol 22(3-4), pp. 277-281.
- Broberg, A., Risholm Mothander, P., Granqvist, P., & Ivarsson, T. (2008). *Anknytning i praktiken: tillämpningar av anknytningsteorin*, Natur och kultur upplaga 1.
- Chamorro-Premuzi, T., Fagan, P., & Furnham, A. (2010). Personality and Uses of Music as Predictors of Preferences for Music Consensually Classified as Happy, Sad, Complex, and Social. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, November 2010, Vol. 4, No. 4, pp. 205-213.
- Darity, W. A. (2008). Psychiatric Disorders. *International Encyclopedia of the Social Sciences*. 2nd ed. Vol. 6. Detroit: Macmillan Reference USA, 2008. 572-576. *Gale Virtual Reference Library*. Web. 13 Aug. 2011.
- Darity, W. A. (2008). Social Anxiety. *International Encyclopedia of the Social Sciences*. 2nd ed. Vol. 7. Detroit: Macmillan Reference USA, 2008. 563-564. *Gale Virtual Reference Library*. Web. 13 Aug. 2011.
- Engler, B. (2006). *Personality theories*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Eysenck, H.J. & Eysenck, M.W. (1985). *Personality and individual differences: a natural science approach*. New York Plenum.
- Fresco, D.M. (2001) The Liebowitz Social Anxiety Scale: A Comparison of the Psychometric Properties of Self-Report and Clinician-Administered Formats. *Psychological Medicine*, 2001, pp. 1025-1035.
- Gelb, S. R., Shapiro, R. J., & Thornton, W. J. L. (2010). Predicting medication adherence and employment status following kidney transplant: The relative utility of traditional and everyday cognitive approaches. *Neuropsychology*. Vol 24(4), Jul 2010, pp. 514-526.
- Graziano, W. G., BernsteinFeldesman, A., & Rahe, D. F. (1985). Extraversion, Social Cognition, and the Salience of Aversiveness in Social Encounters. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol 49(4), Oct 1985, pp. 971-980.
- Greist, J. H., Kobak, K. A., Jefferson, J. W., Katzelnick, D. J., & Chene, R. L. (1995). The Clinical Interview, Social Phobia - Diagnosis, Assessment, and Treatment. *The Guilford Press*, 1995, pp. 185-201.
- Inyang, I., Benke, G., Dimitriadis, C., Simpson, P., McKenzie, R., & Abramson, M. (2010). Predictors of mobile telephone use and exposure analysis in

- Australian adolescents. *Journal of Paediatrics and Child Health* 46, 2010, pp. 226–233.
- Jessup, G., & Jessup, H. (1971). Validity of the Eysenck Personality Inventory in pilot selection. *Occupational Psychology*, 2 1, pp. 158–169.
- Kimura, D. (2002). Sex Hormones Influence Human Cognitive Pattern. *Neuroendocrinology Letters Special Issue, Suppl.4, Vol. 23, December 2002*.
- Kotov, R., Gamez, W., Schmidt, F., & Watson, D. (2010). Linking “Big” Personality Traits to Anxiety, Depressive, and Substance Use Disorders: A Meta-Analysis. *Psychological bulletin*. 2010 Sep;136(5), pp. 768-821.
- Lowrie, T., & Jorgensen, R. (2011). Gender differences in students’ mathematics game playing. *Computers & Education*. Vol 57(4), Dec 2011, pp 2244-2248.
- Lynn, R., & Martin, T. (1997). Gender differences in Extraversion, Neuroticism, and Psychoticism in 37 Nations. *The journal of social psychology*. (1997) Volume: 137, Issue: 3, pp. 369-373
- Pasterski, V., Geffner, M. E., Brain, C., Hindmarsh, P., Brook, C., & Hines, M. (2011). Prenatal hormones and childhood sex segregation: Playmate and play style preferences in girls with congenital adrenal hyperplasia. *Hormones and Behavior*. Vol 59(4), Apr 2011, pp. 549-555.
- Persson, T. (2009). http://www.internetmedicin.se/dyn_main.asp?page=1350. *Internetmedicin* 2011.
- Rentfrow, P. J., & Gosling, S. D. (2003). The Do Re Mi’s of Everyday Life: The Structure and Personality Correlates of Music Preferences. University of Texas at Austin. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2003
- Stein, M. B., Goldin, P. R., Sareen, J., Zorrilla, L. T. E., & Brown, G. G. (2002). Increased Amygdala Activation to Angry and Contemptuous Faces in Generalized Social Phobia. *Arch Gen Psychiatry*. 2002;59, pp. 1027-1034.
- Weiser, E. B. (2000) Gender Differences in Internet Use Patterns and Internet Application Preferences: A Two-Sample Comparison *CyberPsychology & Behavior*. April 2000, Vol. 3, No. 2, pp. 167-178

Bilaga

Enkät:

Hej!

Denna enkät avser att mäta samband mellan personlighetsdrag och användande utav telekommunikation via mobil, samt musiklyssnande via lurar, för att öka kunskap rörande individuella skillnader och beteenden. Det är en psykologisk studie med avseende att berika kunskapsförrådet främst inom personlighets och socialpsykologin.

Urvalet består av kvinnor och män i åldrarna 17 till 28 år.

Deltagandet är naturligtvis frivilligt och **era svar kommer att behandlas konfidentiellt och användas endast för statistiska ändamål**, men det är av allra största vikt för undersökningens kvalitet, samt för forskningsområdets kunskapstillväxt att ni bidrar med era svar.

Om ni är intresserad av att veta lite mer om era personlighetsdrag så kan ni gå in på www.similarminds.com/eysenck.html för en utvärdering av er personlighet. Om ni har frågor eller synpunkter gällande denna undersökning så kan ni kontakta mig på adressen Malmbring@gmail.com

Er solidaritet uppskattas och ni ska ha ett stort tack för att ni ger av er tid!

/Gustav Malmbring

Instruktioner: Kryssa för i rutan för det alternativ som stämmer bäst in på dig (endast ett kryss per fråga). Svartalternativen består av antingen: A eller B, Ja eller Nej, samt några med rangordning (till exempel från och med ett till tio, från och med ingen till kraftig, samt från och med aldrig till alltid). I vissa fall kan ni behöva föreställa er olika situationer.

Varning!! Det är frågor och svartalternativ på både fram och baksidorna av enkäten!

Uppgifter

Kvinna

Man

Ålder

17-20

21-24

25-28

Sysselsättning

Arbetar

Studerar

Arbetsökande

Del 1

1. När du är ensam och har strötid, (till exempel om du väntar på/åker buss, eller om du promenerar till/från skolan eller jobbet), föredrar du då att:

A/ Kommunera med någon via telefon(samtal, sms)

eller

B/ Lyssna på musik i lurar

2.1. I vilken av dessa två följande situationer känner du dig minst bekväm i:

A/ I en klunga med obekanta människor

(exempelvis i en hiss eller en mycket kompakt kö)

eller

B/ Ensam i en öde miljö

(exempelvis på väg hem på kvällen, eller på arbetet/skolan när alla andra gått hem)

2.2. Vad gör du helst vid en sådan situation:

A/ Kommunikerar med någon via telefon(samtal, sms)

eller

B/ Lyssnar på musik i lurar

3. Om du vill undvika en viss person, skulle du då avskärma dig med hjälp av:

A/ Telefonen(exempelvis hålla dig synligt upptagen med att ringa eller smsa)

eller

B/ Musik i lurar(exempelvis göra dig svåråtkomlig och mindre nåbar genom att lyssna på musik)

4. Hur många gånger per dygn(ungefär) använder du telefonen för:

A/ Korta, informativa meddelanden eller samtal

| | | | | | | | | | | | |
|--|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|--|
| Mindre än 1gng <input type="checkbox"/> | 1gng <input type="checkbox"/> | 2gngr <input type="checkbox"/> | 3gngr <input type="checkbox"/> | 4gngr <input type="checkbox"/> | 5gngr <input type="checkbox"/> | 6gngr <input type="checkbox"/> | 7gngr <input type="checkbox"/> | 8gngr <input type="checkbox"/> | 9gngr <input type="checkbox"/> | 10gngr <input type="checkbox"/> | Mer än 10gngr <input type="checkbox"/> |
|--|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|--|

B/ Längre samtal

| | | | | | | | | | | | |
|--|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|--|
| Mindre än 1gng <input type="checkbox"/> | 1gng <input type="checkbox"/> | 2gngr <input type="checkbox"/> | 3gngr <input type="checkbox"/> | 4gngr <input type="checkbox"/> | 5gngr <input type="checkbox"/> | 6gngr <input type="checkbox"/> | 7gngr <input type="checkbox"/> | 8gngr <input type="checkbox"/> | 9gngr <input type="checkbox"/> | 10gngr <input type="checkbox"/> | Mer än 10gngr <input type="checkbox"/> |
|--|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|--|

5. Hur många gånger per dygn(ungefär) lyssnar du på musik i hörlurar:

| | | | | | | | | | | | |
|--|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|--|
| Mindre än 1gng <input type="checkbox"/> | 1gng <input type="checkbox"/> | 2gngr <input type="checkbox"/> | 3gngr <input type="checkbox"/> | 4gngr <input type="checkbox"/> | 5gngr <input type="checkbox"/> | 6gngr <input type="checkbox"/> | 7gngr <input type="checkbox"/> | 8gngr <input type="checkbox"/> | 9gngr <input type="checkbox"/> | 10gngr <input type="checkbox"/> | Mer än 10gngr <input type="checkbox"/> |
|--|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|--|

6. Av hur många vänner(ungefär) består din umgängeskrets:

| | | | | | | |
|------------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--|
| Inga alls <input type="checkbox"/> | 1-2 <input type="checkbox"/> | 3-5 <input type="checkbox"/> | 6-9 <input type="checkbox"/> | 10-14 <input type="checkbox"/> | 15-20 <input type="checkbox"/> | 20st eller fler <input type="checkbox"/> |
|------------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--|

Del 2

1. Längtar du ofta efter spänning? Ja Nej
2. Behöver du ofta förstående vänner som muntrar upp dig? Ja Nej
3. Tappar du besinningen ibland och blir arg? Ja Nej
4. Hatar du att vara med en grupp som spelar varandra spratt? Ja Nej
5. Tycker du om att göra saker där du måste agera snabbt? Ja Nej
6. Har du någonsin varit försenad till ett möte eller arbete? Ja Nej
7. Gillar du den typ av arbete som du måste ägna stor uppmärksamhet åt? Ja Nej
8. Har du mycket mardrömmar? Ja Nej
9. Besväras du av verk och smärta? Ja Nej
10. Är du en person som lätt blir irriterad? Ja Nej
11. Oroar du dig för hemska saker som kan inträffa? Ja Nej
12. Skulle du deklarerat allt i tullen, även fast du visste att du inte kunde åka fast? Ja Nej
13. Får du skaknings eller darrnings attacker? Ja Nej
14. Om det är något som du vill ha reda på, skulle du då hellre leta upp det i en bok än att tala med någon om det? Ja Nej
15. Kokar du av energi ibland och är väldigt trög ibland? Ja Nej
16. Är du mestadels tyst när du är tillsammans med andra människor? Ja Nej
17. Gillar du att gå ut mycket? Ja Nej
18. Är alla dina vanor goda och önskvärda? Ja Nej

19. Händer det att du skvallrar? Ja Nej
20. Känner du att du hade kunnat göra saker och ting bättre efter att du har gjort något viktigt?
Ja Nej
21. Håller tankar och idéer ditt huvud sysselsatt så att du inte kan sova på nätterna? Ja Nej
22. Ser andra människor dig som en mycket livlig person? Ja Nej
23. Känner du dig någonsin bara eländig utan någon speciell anledning? Ja Nej
24. Är du vanligtvis fri från bekymmer? Ja Nej
25. Stannar du upp och tänker över saker innan du gör något? Ja Nej
26. Är du ofta besvärad av skuld känslor? Ja Nej
27. Brukar du vanligtvis göra och säga saker snabbt utan att stanna upp och tänka efter? Ja
Nej
28. Gör du ofta saker som spontant faller dig in för stunden? Ja Nej
29. Blir du plötsligt blyg när du vill prata med en attraktiv främling? Ja Nej
30. Brukar du oroa dig för saker du borde ha gjort eller sagt? Ja Nej
31. Blir du relativt lätt sårad känslomässigt? Ja Nej
32. Har du då och då idéer och tankar som du inte vill att andra ska få reda på? Ja Nej
33. Föredrar du att ha få men speciella vänner? Ja Nej
34. Skriker du tillbaka när någon skriker på dig? Ja Nej
35. Dagdrömmer du mycket? Ja Nej
36. Kan du vanligtvis släppa lös och trivas på en livlig fest? Ja Nej
37. Finner du det mycket svårt att ta ett nej som svar? Ja Nej

38. Föredrar du vanligtvis att läsa framför att träffa människor? Ja Nej

Del 3

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:
uppträda eller hålla tal inför publik:

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:
ringa upp någon du inte känner särskilt väl:

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:
träffa främlingar:

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:
gå in i ett rum, där andra redan sitter ner:

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:
Argumentera med, eller säga till, personer du inte känner särskilt väl:

| | |
|--------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
|--------------------------------|---------------------------------|

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:

Prata i telefon offentligt:

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:

Gå på fest:

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:

Skriva när andra är närvarande:

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:

Arbeta när andra är närvarande:

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:

Äta på restaurang/offentlig plats:

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:

Flirta med någon (ragga på någon):

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:

Prata med auktoritär person:

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

Hur mycket ångest/rädsla känner du inför att: / Hur ofta undviker du att:

Prata med personer du inte känner särskilt bra:

| | |
|----------------------------------|---------------------------------|
| Ingen <input type="checkbox"/> | Aldrig <input type="checkbox"/> |
| Lite <input type="checkbox"/> | Ibland <input type="checkbox"/> |
| Måttlig <input type="checkbox"/> | Ofta <input type="checkbox"/> |
| Kraftig <input type="checkbox"/> | Alltid <input type="checkbox"/> |

