



AKADEMIN FÖR HÄLSA OCH ARBETSLIV
Avdelningen för socialt arbete och psykologi

Framåtanda och arbetsmotivation

Har individer med framåtblick högre självgenererad arbetsmotivation?

Linda Nordhall & Denise Timmann

2016

Examensarbete, Grundnivå (kandidatexamen), 15 hp
Psykologi
Personal- och arbetslivsprogrammet

Handledare: Igor Knez
Examinator: Mårten Eriksson

Title

Future orientation and work motivation: Do individuals with an eye towards the future have more self-determined motivation?

Abstract

The present study examined how psychological time perspectives (TP) are related to self-determined motivation. The study involved 88 participants that completed the Swedish translation of the Zimbardo Time Perspective Inventory (S-ZTPI) and a Swedish translation of the Work Extrinsic and Intrinsic Motivation Scale (WEIMS). A positive correlation between Future (F) time perspective and self-determined motivation was shown, as well as a negative correlation between Present Hedonistic (PH) time perspective and self-determined motivation. This indicates that the more future-oriented individuals are the more they are driven by self-determined work motivation, and that the more present hedonistic oriented individuals are the less they are driven by self-determined work motivation.

Keywords: SDT, WEIMS, Work motivation, Self-determined motivation, Time perspective, ZTPI.

Sammanfattning

I föreliggande studie undersöktes hur psykologiska tidsperspektiv (TP) är relaterade till självgenererad arbetsmotivation. Studien omfattade 88 deltagare vilka fyllde i den svenska versionen av Zimbardo Time Perspective Inventory (S-ZTPI) och en översättning av Work Extrinsic and Intrinsic Motivation Scale (WEIMS). Ett positivt samband mellan tidsperspektivet Framtid (F) och självgenererad arbetsmotivation framkom samt ett negativt samband mellan tidsperspektivet Nutid Hedonistisk (NH) och självgenererad arbetsmotivation. Detta indikerar att ju mer framtidsorienterad en individ är desto mer självgenererad arbetsmotivation har denna, samt att ju mer nutid hedonistisk en individ är desto mindre självgenererad arbetsmotivation har denna.

Nyckelord: SDT, WEIMS, Arbetsmotivation, Självgenererad motivation, Tidsperspektiv, ZTPI.

Förord

Vi vill tacka vår kontaktorganisation som ställde upp och gjorde detta möjligt samt alla som deltagit i studien. Vi vill också ge ett extra tack till vår kontaktperson på organisationen som hjälpte till med det praktiska. Vidare vill vi tacka Igor Knez, vår handledare, för ett gott samarbete och konstruktiv handledning.

Introduktion

Människan är av sin natur motiverad på så sätt att människor har en strävan efter att lära sig nya saker, utvecklas, vara nyfikna och vitala. Dock finns det olika faktorer som påverkar denna strävan som biologiska, kognitiva och socialt kontextuella faktorer (Deci & Ryan, 2008; Vansteenkiste, et. al., 2007). Den process som sätter igång, ger riktning åt, upprätthåller och bestämmer intensiteten i ett beteende hos en individ för att uppnå ett mål är motivation. Inom organisationspsykologi är arbetsmotivation det mest utforskade området, och har varit föremål för fler teorier än något annat ämne inom området (Björklund, 2001; Kanfer, 1992; Trembley, Blanchard, Taylor & Pelletier, 2009). Man frågar sig vad det är som driver människor att gå till arbetet och prestera, och vad det är som får människor med samma förutsättningar, i fråga om t.ex. lön, arbetstider och arbetsuppgifter att prestera olika. Detta kan bland annat förklaras av de förväntningar som individen har gällande belöning, måluppfyllelse och egen prestation. Individuella skillnader finns gällande behov och förväntningar där motivation är ett förhållande mellan vilka förväntningar man har på organisationen samt vilka krav denne ställer på individen (Björklund, 2001; Lam & Gurland, 2008). En motiverad personal utgör både en konkurrensfördel och är en avgörande resurs, detta då personalen är en av företagets största tillgångar och det är då av stor vikt att ha en motiverad och välmående personalstyrka (Björklund, 2001; Lam & Gurland, 2008; Trembley et. al., 2009; Wright, 2004).

Arbetsmotivation är ett område där mycket forskning gjorts, dock är sambandet mellan psykologiska tidsperspektiv, d.v.s. i vilken grad man är kognitivt orienterad i dåtiden, nutiden och framtiden, och arbetsmotivation ett relativt utforskat område (Kanfer, 1992; Kauffman & Husman, 2004; Wright, 2004). Mycket forskning har utförts av såväl fysiker, poeter, filosofer och psykologer, gällande tid. Tid kan mätas med hjälp av en klocka, detta säger dock inget om individens subjektiva upplevelse av den tid som förflutit, tiden här och nu eller tidsuppfattningen av framtiden. Människor är olika gällande tidsupplevelse vilket den fysiska definitionen av tid inte berör, därav räcker inte enkom denna definition för att beskriva människors beteenden. Attityd och tidsmässig perception förändras, hos individer, under tidsspännet av en dag såväl som under dennes livstid. En individs tidsuppfattning är av stor betydelse för att uppnå och välja mål och påverkar känslor, kognition och motivation (Block, 2014; Goreman & Wessman, 1977; Zimbardo & Boyd, 1999).

Self-determination theory (SDT)

En av många teorier gällande arbetsmotivation är *self-determination theory* (SDT) vilken är en teori med starkt empiriskt stöd som rönt uppmärksamhet de sista 20 åren (Deci & Ryan, 2008). I SDT, vilket namnet indikerar, lyfts så kallad självgenererad motivation fram vilket innebär att det man gör är i linje med ens själv och självuppfattning. Detta är dock inte svart eller vitt, vissa beteenden kan delvis integreras och/ eller internaliseras med ens självuppfattning genom självreglering. Internalisering är en process där människor successivt tar in och omvandlar de, av samhället, önskade beteendena till egna personliga värderingar. Självregleringen går från avsaknad av reglering som vid amotivation men stiger gradvis till integrerad reglering som är den högsta formen av självreglering (Deci & Ryan, 2000; Gagné & Deci, 2005; Ryan & Deci, 2000).

Självgenererad motivation är handlingar som görs på grund av inre faktorer, exempelvis intressen eller självförverkligande, dessa handlingar görs för det rena nöjets skull och såväl belöning som hot är överflödigt för att uppgiften ska bli gjord, att få göra uppgiften är belöningen. Icke självgenererad motivation är när handlingar utförs på grund av yttre faktorer som exempelvis beröm, hot, lön, sociala faktorer eller bibehållen självkänsla. Faktorer som påverkar huruvida handlingen internaliseras och/ eller integreras är behoven kompetens, autonomi och samhörighet. Vilket ses som psykosociala behov inom SDT (Deci & Ryan, 2000; Gagné & Deci, 2005; Ryan & Deci, 2000; Trembley, et al., 2009).

Kompetens är ett verktyg för att nå uppsatta mål och klara av krävande uppgifter, kompetens ger också motivation och energi (Deci & Ryan, 2000). Människan har en strävan efter att utvecklas och att kunna hantera sin omgivning. För att känslan av kompetens ska infinna sig är det viktigt att de utmaningar som individen ställs inför varken är för lätta eller för svåra. För att långsiktig psykisk hälsa ska infinna sig krävs att kompetensbehovet är tillgodosätt (Baard, Deci & Ryan, 2004; Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2000).

Vidare är autonomi viktigt då detta får individen att känna att det är denne som styr och att det är den fria viljan som resulterat i agerandet, vilket ger upphov till produktivitet och engagemang. För att individen ska kunna rangordna och göra egna val krävs det en miljö där självständigt beteende uppmuntras. Chefer som uppmuntrar ett autonomt arbetsklimat genererar högre grad av tillfredsställelse på arbetsplatsen samt större tillit för organisationen (Deci & Ryan, 2000; Gagné & Deci, 2005; Lam & Gurland, 2008).

Känslan av samhörighet är när individen känner en koppling och tillhörighet till sin omgivning och det finns en ömsesidig välvilja där emellan. Både organisationen och

individerna drar fördelar av samhörighet, detta då det förenklar informations- och kunskapsutbyte och leder till bättre sammanhållning inom såväl arbetsgruppen som organisationen i sin helhet (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2000).

Fokus ligger inte på mängden motivation utan snarare vilka motivationsformer som ligger till grund för agerandet. Intern motivation (IM) är den enda helt internaliserade motivationsformen medan amotivation (AMO), extern reglering (ER), introjekterad reglering (INTRO), identifierad reglering (IDEN) och integrerad reglering (INTEG) ses som externa motivationsformer (Tremblay et al., 2009).

AMO är den lägsta formen av motivation där motivation saknas helt alternativt att individen agerar passivt, denna följs av ER där en uppgift endast genomförs på grund av en kommande externa belöningar. INTRO är när individen genomför något för att bibehålla sin självkänsla, det kan handla om att man gör något bara för att slippa dåligt samvete. Vidare har vi IDEN där handlingen genomförs för att man identifierar sig med värdet eller meningen med det på längre sikt eller för att handlingen ses som betydelsefull för andra personer eller för samhället och accepterar handlingen som sin egen. INTEG den identifierade regleringen har integrerats och handlingen är helt i linje med hur individen ser på sig själv samt vad denne tror på men handlingen är i någon mening externaliserad från självet då handlingen inte enkom görs på grund av det rena nöjet. När handlingen helt är i linje med hur man ser på sig själv samt att den är internaliserad d.v.s. den utförs för det rena nöjets skull är det IM, vilket är den starkaste formen av självgenererad motivation (Husman & Lens, 1999; Tremblay et al., 2009).

Då alla externa motivationsformer inte är externaliserade från självet, utan handlingen kan ha blivit internaliserad och/eller integrerad av individen d.v.s. individen har införlivat handlingen i självet och ser den som sin egen och i linje med dennes självuppfattning, ses IDEN och INTEG tillsammans med IM som självgenererad motivation. Resterande motivationsformer ses som icke-självgenererad motivation (Tremblay, et al., 2009).

I arbetssammanhang har forskning visat att självgenererad arbetsmotivation hos anställda, i förhållande till icke-självgenererad arbetsmotivation, ger högre arbetstillfredsställelse, engagemang, tillhörighet samt bättre resultat (Deci & Ryan, 2000; Kanfer, 1992; Lam & Gurland, 2008; Ryan & Deci, 2000; Vansteenkiste, et. al., 2007). Vilken motivationsform en individ har påverkar inte bara individens prestation, det påverkar även individens psykiska hälsa, där personer med självgenererad arbetsmotivation mår

psykiskt bättre jämfört med personer som har icke- självgenererad arbetsmotivation (Trembley et.al., 2009; Vansteenkiste et.al., 2007).

Tidsperspektiv (TP)

Alla individer har olika mentala scheman utifrån tidsperspektiv, vilket innebär att man i fråga om tankar, känslor och beteenden i olika hög grad förhåller sig till sin dåtid, nutid och framtid. Detta ligger till grund för hur individen beter sig i olika situationer och är till viss del kontextberoende d.v.s. dessa tillstånd kan variera lite beroende på vilken situation individen befinner sig i, men de anses ändå vara relativt stabila över tid (Kauffman & Husman, 2004; Lens, Paixão, Herrera & Grobler, 2012; Zimbardo & Boyd, 1999). En omedveten kategorisering, utifrån tidsperspektiv, av det ständiga flödet av personliga och sociala erfarenheter sker ständigt, vilket hjälper individen att skapa ordning, sammanhang och mening till erfarenheterna (Boniwell & Zimbardo, 2004; Zimbardo & Boyd, 1999).

Enligt Zimbardo och Boyd (1999) finns det fem tidsperspektiv, som även kan beskrivas som mentala motivationsscheman, vilka alla men i olika hög grad påverkar individen. De fem tidsperspektiven är dåtid negativ (DN), dåtid positiv (DP), nutid hedonistisk (NH), nutid fatalistisk (NF) samt framtid (F).

Med DN orientering menas att man reflekterar negativt över det förflutna, man tänker på de dåliga saker som hänt och/eller de saker som man hade önskat göra men aldrig gjorde. DN orienterade individer påverkas ständigt av misslyckanden och trauman de varit med om och denna tidsuppfattning sammanfaller med lågt socialt stöd, mycket konflikter med familj samt dåliga erfarenheter av brott i det förflutna, vilket kan förklaras av de attityder dessa personer innehar. Det är få aspekter av livet som de njuter av och tycker är roliga. DN orientering korrelerar positivt med ångest, depression och aggression men negativt med ansvarskännande, konsekvenstänkande och konsistens (Borsato, 2001; Carelli, Wiberg, & Wiberg, 2011; Zimbardo & Boyd, 1999).

DP orientering innebär att man reflekterar positivt, istället för negativt, över det förflutna och blickar tillbaka med glädje och värme, och ser det som "gamla goda tider". DP orienterade individer är konservativa och ser gärna att allt förblir som det är och alltid varit. Man undviker att ta risker och tycker om traditioner och ritualer, de är rädda och fördomsfulla för det som är obekant. DP orientering korrelerar positivt med stark självkänsla och negativt med ångest och aggression (Borsato, 2001; Carelli, et al., 2011; Zimbardo & Boyd, 1999).

NH orientering innebär att man lever här och nu och hellre följer hjärtat än hjärnan, man har svårt att motstå stundens frestelser och fördröja tillfredsställelse. Man handlar gärna impulsivt och riskfyllt, detta för att minska risken för att få ett ”tråkigt” liv. De har svårt att tänka och planera framåt utan lever fullt ut här och nu. NH orienterade individer är energiska och engagerade i många aktiviteter. NH orientering korrelerar positivt med spänningssökande och låg självkontroll men negativt med konsekvenstänkande och konsistens (Borsato, 2001; Dunkel & Weber, 2010; Zimbardo & Boyd, 1999).

NF orienterade individer har en mer eller mindre hopplös och hjälplös inställningen till framtiden och livet samt anser att man inte kan styra över vad som händer utan att det är ödet som bestämmer, tur anses vara viktigare än hårt arbete. Individer med NF orientering har ofta kopplingar till andliga, religiösa eller andra ideologiska verksamheter. NF orientering korrelerar positivt med oro och aggressivitet samt negativt med konsekvenstänkande (Borsato, 2001; Zimbardo & Boyd, 1999; Zimbardo, Keough, & Boyd, 1997).

F orientering innebär att man tänker mycket på framtiden och har lätt att motstå frestelser för stunden då man istället blickar framåt mot mål uppsatta på kort- och lång sikt. F orienterade individer är ansvarstagande, undviker att ta risker och kan fördröja tillfredsställelse. Deras beteenden är till stor del instrumentellt, detta för att de ska nå de mål de satt upp på kort och lång sikt. F orientering korrelerar positivt med konsekvenstänkande, konsistens och stress samt negativt med att ljuga och spänningssökande (Borsato, 2001; Husman & Lens, 1999; Lens, et. al., 2012; Strathman, Gleicher, Boninger & Scott Edwards, 1994; Zimbardo & Boyd, 1999).

I tidigare forskning inom psykologi har samband påvisats mellan olika tidsperspektiv och självkontroll, framskjutning av belöning, riskfyllt beteende, riskfyllt körande, användande av cannabis, akademiska resultat samt motivation. Där sambandet med det sistnämnda är ämnet för denna studie. (Apostolidis, Fieulaine & Soulé, 2006; Bembenuddy & Karabenick, 2004; De Volder & Lens, 1982; Husman & Lens, 1999; Kauffman & Husman, 2004; Lens, et. al., 2012; Miller & Brickman, 2004; Phalet, Andriessen & Lens, 2004; Simons, Dewitte & Lens, 2000; Simons, Vansteenkiste, Lens & Lacante, 2004; Zimbardo, Keough & Boyd, 1997).

Tidsperspektiv och arbetsmotivation

I dagens samhälle ligger fokus till stor del på resan mot uppsatta mål eller belöningar, snarare än målet självt. Man är rädd för att göra lärandet till ett instrument, då de tror att detta skulle minska/ externalisera incitamenten för att nå uppsatta mål. SDT framhäver vikten av att

fokusera på glädjen i nuet och anser att man är mest mottaglig för att lära sig och prestera om man fokuserar på de känslor som kompetensen och kontrollen i nutiden ger en (Kauffman & Husman, 2004; Ryan & Deci, 2000). Dock är inte detta det allena rådande synsättet gällande tidsperspektiv och motivation. Att se lärandet som ett verktyg för att nå uppsatta framtida mål har empiriskt bevisad positiv effekt på motivationen (Simons, Dewitte & Lens, 2000).

Enligt Lens et al. (2012) är motivation per definition något som handlar om framtida mål även om målet är att den nutida situationen ska bibehållas krävs det att man gör vissa saker i framtiden för att detta ska uppnås. De uppsatta målen kan ligga mer eller mindre avlägset från nuet, där ett mål kan vara väldigt närliggande ex. jag ska gå på bio ikväll eller avlägset fram i tiden ex. jag ska doktorera i psykologi. En F orienterad individ har lättare att förutse framtida konsekvenser av sitt agerande, och detta medför ökad extern motivation för de uppgifter som måste göras här och nu (Husman & Lens, 1999). De närliggande uppgifter som måste göras i stunden blir instrument för att nå de framtida personligt värderade målen. Om incitamentet för att göra uppgifterna för stunden är att nå personligt värderade framtida mål får dessa deluppgifter större värde och mening och man utför uppgiften med mera glädje och engagemang jämfört med om den närliggande uppgiften inte har detta instrumentella värde (Miller & Brickman, 2004). Detta framgår tydligt av följande påstående: "Jag har förmågan att motstå frestelser när jag vet att det finns arbete som måste göras" (Zimbardo & Boyd, 1999, s.1275) vilket starkt F orienterade individer skattar sig själv högt på.

Incitamenten för att nå ett visst mål, eller belöning minskar generellt sett som en funktion av tid, ju längre fram målet/ belöningen ligger desto mindre blir incitamenten för att nå dit. Tid är en subjektiv upplevelse där starkt F orienterade individer upplever kronologisk tid som kortare jämfört med individer med annorlunda tidsorientering. Detta medför att starkt F orienterade individers incitament inte minskar lika snabbt och lika mycket som för övriga (Husman & Lens, 1999; Lens, et al., 2012). Forskning har också visat att starkt F orienterade individer är mer motiverade att nå såväl avlägsna framtida mål som delmål som ligger närmre i tid, de är också mer ihärdiga när de jobbar mot ett uppsatt mål samt de finner det mer tillfredsställande att ägna sig åt målorienterade uppgifter (Husman & Lens, 1999; Zaleski, 1987).

Lens et al. (2012) diskuterar vikten av att mål uppsatta i framtiden baseras på självgenererad motivation, detta för att delmålen också ska vara motiverande. När de framtida målen baseras på icke-självgenererad motivation speglar detta också av sig på delmålen, vilket medför lägre motivationsgrad. Forskning har visat att det finnas positiva samband

mellan F-orientering och motivationsformerna IDEN, INTRO samt IM, samtidigt som det inte fanns något samband mellan F och ER. Vidare finns det positiva samband mellan NH och INTRO samt IDEN och negativa samband mellan NH och IM. Man fann inga samband mellan NF och någon av motivationsformerna. Borsato (2001) fann dock, i sin studie, positiva samband mellan NF och AMO (Borsato, 2001; de Bilde, Vansteenkiste, Lens, 2011; Lens et al., 2012).

Trots att starkt F orienterade individer drivs av INTRO motivation kan man anta att det finns ett samband mellan självgenererad arbetsmotivation och tidsperspektivet F. För att kunna motstå stundens frestelser krävs en hög grad av motivation, vilket man tordes få om motivationsfaktorn för det framtida målet är självgenererad. Detta skulle betyda att individer som har hög grad av F orientering också kommer att ha hög grad av självgenererad motivation (de Bilde, et al., 2011; Lens et al., 2012; Trembley et al., 2009; Zimbardo & Boyd, 1999).

Forskningen på detta område är ganska begränsat till tidsperspektivet F och dess samband till motivation, relativt lite forskning har gjorts gällande samband mellan motivation och övriga tidsperspektiv.

Syfte

Syftet med studien var att undersöka hur psykologiska tidsperspektiv är relaterade till arbetsmotivation, och om tidsperspektivet F har det starkaste positiva sambandet med självgenererad arbetsmotivation.

Frågeställningar

1. Finns det ett samband mellan psykologiska tidsperspektiv och arbetsmotivation?
2. Hur ser då dessa samband ut?
3. Har F orienterat tidsperspektiv det starkaste sambandet med självgenererad arbetsmotivation jämfört med de andra tidsperspektiven?

Hypotes

Tidsperspektiv predicerar arbetsmotivation, med det starkaste sambandet mellan tidsperspektiv F och självgenererad motivation, detta samband antas vara positivt.

Metod

Deltagare och urval

Urvalet för studien var ett strategiskt urval som omfattade tjänstemän från tre avdelningar, HR, ekonomi och kommunikation och information, på kontaktorganisationen. För att få en så homogen grupp som möjligt valde vi att endast vända oss till tjänstemän, detta då man kan anta att deras arbetsuppgifter samt arbetsmiljö är snarlika.

Enkäten gick ut till 164st tjänstemän och 88 fullständiga svar erhöles, vilket motsvarar en svarsfrekvens på 54%. Det var 72 kvinnor (81,8%) och 12 män (18,2%) som svarade på enkäten, medelåldern bland dessa var 46 år, den yngsta var 22 år och den äldsta 65 år. Då 27 enkäter inte besvarats fullständigt, vilket var ett krav, hade vi ett internt bortfall på 16 %.

Material

En webbenkät bestående av två mätinstrument, ett för TP och ett för arbetsmotivation, användes för datainsamling till studien.

För att mäta arbetsmotivation användes en icke validerad svensk översättning av WEIMS (Work Extrinsic and Intrinsic Motivation Scale, Trembley, et al., 2009, se bilaga 1.) den indexerade skalan (Work Self-Determination-Index, W-SDI) som är baserat på *self-determination theory* (Ryan & Deci, 2000) och mäter graden av självgenererad arbetsmotivation. 18 olika påståenden får rankas på en femgradig likertskala (Hayes, 2000), där ett står för "stämmer inte alls" och fem står för "stämmer helt".

Enligt Trembley et al. (2009) var Cronbach's alfa, α (intern konsistens) för amotivation (AMO); .64, extern reglering (ER); .77, introjekterad reglering (INTRO); .70, identifierad reglering (IDEN); .67, integrerad reglering (INTEG); .83, intern motivation (IM); 80 och W-SDI; .95.

Den interna konsistensen (Cronbach's alpha, α) var för WEIMS respektive subskala samt W-SDI i föreliggande studie AMO; .81, ER; .75, INTRO; .69, IDEN; .67, INTEG; .72, IM; .78, W-SDI; .78.

För att mäta TP använde vi oss av mätinstrumentet S-ZTPI, den svenska validerade versionen av ZTPI (Zimbardo Time Perspective Inventory) (S-ZTPI, Carelli, Wiberg & Wiberg, 2009; Carelli, Wiberg & Wiberg, 2011, se bilaga 2.) med 5 nivåer (DN, DP, NH, NF och F). Där får 64 olika påståenden rankas på en femgradig likertskala (Hayes, 2000), där ett står för "stämmer inte alls" och fem står för "stämmer helt".

Cronbach's alphavärdena (α) för instrumentets nivåer är enligt Zimbardo och Boyd (1999) dåtid negativ (DN); =.82, dåtid positiv (DP); =.80, nutid hedonistisk (NH); =.79, nutid fatalistisk (NF); =.74 och framtid (F); =.77.

Den interna konsistensen (Cronbach's alpha, α) var för S-ZTPI respektive subskala i föreliggande studie DN; .72, DP; .80, NH; .70, NF; .75 och F; .74.

Enkäten designades, administrerades och sammanställdes genom ett webbaserat verktyg, enkäten inleddes med ett missiv (se bilaga 3.), följt av frågor angående ålder samt kön.

Tillvägagångssätt

Webbenkäten utformades och förtestades för att kontrollera användarvänlighet, språklig korrekthet mm. samt estimeras tidsåtgång. De berörda enhetscheferna på organisationen fick, genom vår kontaktperson, ta del av enkäten för godkännande innan den skickades ut till tjänstemännen. Länken för webbenkäten samt information om studien och deltagandet skickades ut av vår kontaktperson, via mail, till deltagarna. Respondenterna informerades innan deltagandet via missiv om studiens syfte och etiska förutsättningar samt att de hade två veckor på sig att besvara enkäten. Data samlades sedan in och analyserades.

Design och dataanalys

Data analyserades med hjälp av standardiserad multipel regressionsanalys där tidsperspektiv (DN, DP, NF, NH, F) var prediktorer och självgenererad arbetsmotivation (W-SDI, Trembley, et al., 2009) var utfallsvariabel. Då de olika motivationsformerna värderas olika, där IM är den högsta graden av självgenererad motivation och AMO den lägsta, valde vi att använda WEIMS index W-SDI. I den indexerade versionen tas hänsyn till detta och därav har denna metod valts för studien.

Samband betraktades som signifikanta då $p < .05$.

En bivariat korrelationsanalys genomfördes initialt för att kontrollera för ålder och kön, detta då tidigare forskning visat att dessa faktorer kan påverka självgenererad motivation (Buelens & Van den Broeck, 2007; Eskildsen, et al., 2004).

Forskningsetiska överväganden

Deltagandet i studien var frivilligt, de som deltog var anonyma och allt material behandlades konfidentiellt. Deltagarna blev genom missiv informerade om studiens syfte och ovanstående etiska förutsättningar. Även organisationen har fått förbli anonym.

Resultat

Inget samband mellan varken kön och självgenererad arbetsmotivation ($r=-.005$, $n=88$, $p=.96$) eller ålder och självgenererad arbetsmotivation ($r=-.005$, $n=88$, $p=.96$) påvisades vid en bivariat korrelationsanalys, därav ingen fortsatt kontroll för dessa faktorer i de vidare analyserna. Vid kontroll för normalitet och multikollinaritet visades att data var normalt fördelat samt att ingen multikollinaritet påvisades mellan prediktorvariablerna (Pallant, 2010).

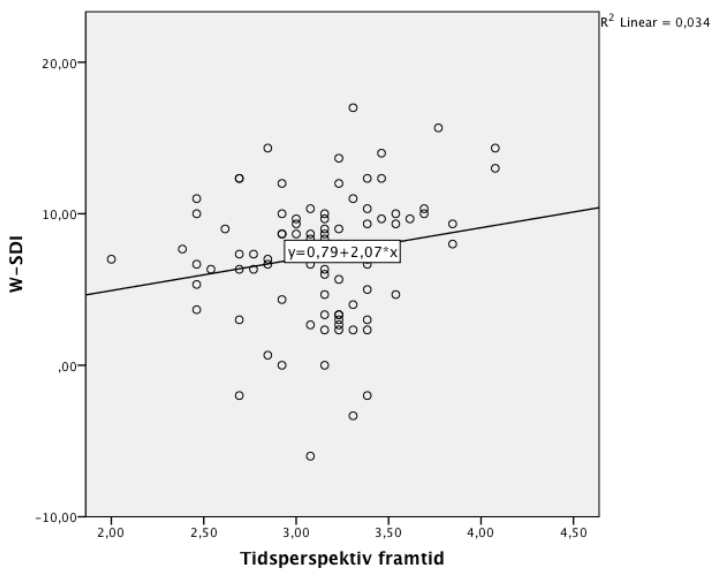
Standardiserad multipel regressionsanalys visade ett signifikant samband mellan tidsperspektiv och självgenererad arbetsmotivation $R=.37$, $R^2=.14$, R^2 korrigerad=.09, där tidsperspektiv kunde förklara 14% av variansen i självgenererad arbetsmotivation, $F(5,82)=2.65$, $n=88$, $p=.029$.

Vidare påvisades ett signifikant positivt samband mellan tidsperspektivet F och självgenererad arbetsmotivation ($r=.18$, $n=88$) (se tabell 1. samt figur 1.) samt ett signifikant negativt samband mellan tidsperspektivet NH och självgenererad arbetsmotivation ($r=-.087$, $n=88$) (se tabell 1. samt figur 2.). Tidsperspektivet F kunde till 5,1% förklara variansen i självgenererad arbetsmotivation och tidsperspektivet NH kunde till 4% förklara frånvaron av självgenererad arbetsmotivation.

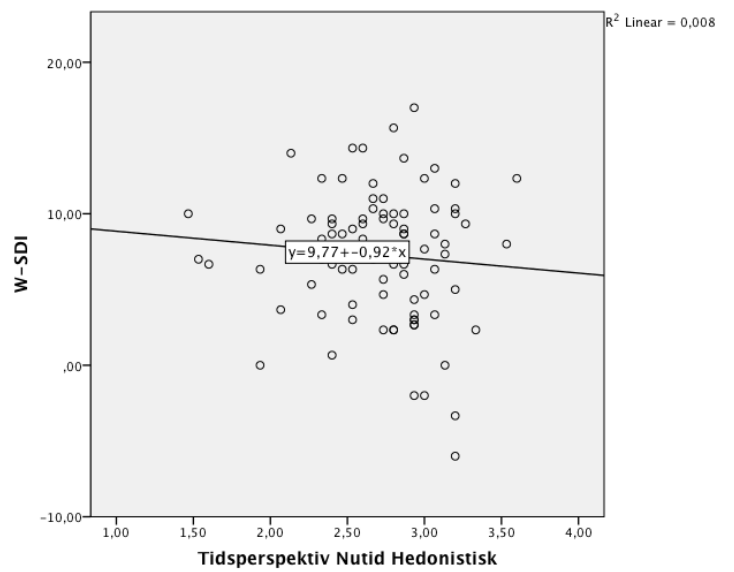
Mellan övriga tidsperspektiv (DP, DN, NF) och självgenererad arbetsmotivation påvisades inga signifikanta samband i denna studie (se Tabell 1.).

Tabell 1. β -värden, t-värden, semipartial korrelationer samt signifikansvärden (p) för tidsperspektiven.

TP	β	t	Part.	Sig.
Dåtid negativ (DN)	.26	1.69	.17	.10
Dåtid positiv (DP)	.07	.66	.07	.51
Nutid fatalistisk (NF)	-.17	-1.34	-.14	.18
Nutid hedonistisk (NH)	-.33	-1.96	-.20	.05
Framtid (F)	.28	2.2	.23	.03



Figur 1. Regressionslinje för sambandet mellan F och Självgenererad arbetsmotivation.



Figur 2. Regressionslinje för sambandet mellan NH och Självgenererad arbetsmotivation.

Diskussion

I linje med studiens syfte undersöktes sambandet mellan psykologiska tidsperspektiv och självgenererad arbetsmotivation, med hypotesen att tidsperspektiv predicerar arbetsmotivation, med det starkaste sambandet mellan tidsperspektiv F och självgenererad motivation.

I linje med vår hypotes och tidigare forskning påvisades ett samband mellan tidsperspektiv och självgenererad arbetsmotivation samt ett positivt samband mellan tidsperspektivet F och självgenererad arbetsmotivation. Vidare påvisades även ett negativt samband mellan tidsperspektivet NH och självgenererad arbetsmotivation, vilket återfinns i tidigare forskning (de Bilde, et al., 2011; Lens, et al., 2012). Detta betyder att ju mer F-orienterade individer är desto mer finner de inre tillfredsställelse av att genomföra arbete samt att ju mer NH-orienterade individer är desto mer drivs de av icke-självgenererad arbetsmotivation, där de ser arbetet som ett instrument för att nå annan tillfredsställelse t.ex. lön, bibehållen självkänsla osv. (Lens, et al., 2012; Husman & Lens, 1999; Phalet, et al., 2004).

Man kan dock tänka sig att starkt F orienterande individer har högt värderade och därtill självgenererade framtida arbetsrelaterade mål, och de dagliga göromålen blir då delmål för att nå de framtida målen, dvs. instrument. Men om delmålen görs med incitamentet att nå de framtida självgenererade målen tycks detta ändå vara uttryck för självgenererad motivation. Så en viss instrumentell syn på arbetet kan ge deluppgifterna större värde och mening och man utför då uppgifterna med mera glädje och engagemang (Miller & Brickman, 2004; Husman & Lens, 1999; Phalet, et al., 2004). Samband har också påvisats mellan stark F orientering, självkontroll, självförtroende och uppskjutande av belöning (Bandura, 1977; Bembenutty & Karabenick, 2004; Mischel, Shoda & Rodriguez, 1989). Detta kan förklara varför starkt F orienterade individer kan fokusera och finna tillfredsställelse i att utföra dagens arbetsuppgifter med fokus på framtida mer självgenererade mål. Gällande förmågan att skjuta upp belöning har också tidsuppfattning betydelse, starkt F orienterade individer uppfattar kronologisk tid som kortare, jämfört med de andra psykologiska tidsperspektiven, vilket gör att dessa individers incitament inte minskar lika snabbt och lika mycket som för de individer som inte är lika starkt F orienterade (Husman & Lens, 1999; Lens, et al., 2012; Mischel, Shoda & Rodriguez, 1989). Starkt F orienterade individer har också förmågan att förutse vilka framtida konsekvenser ett visst agerande medför och har således lättare att väga agerandets för- och nackdelar mot varandra (Husman & Lens, 1999; Strathman, et al., 1994).

Som nämnts ovan finns det ett samband mellan stark F orientering och starkt självförtroende (self-efficacy), dessa individer tror också på sig själv och sin egna förmåga att klara av utmaningar. Detta kan vara en förklaring till varför starkt F orienterade individer i högre utstäckning är självgenererat motiverade, då de tror på sig själva och därmed vågar ta sig an stimulerande och utmanande uppgifter (Bandura, 1977; Bembenutty & Karabenick, 2004; Miller & Brickman, 2004; Mischel, Shoda & Rodriguez, 1989).

Man kan utifrån resultatet i föreliggande studie samt tidigare forskning (de Bilde, et al., 2011; Lens, et al., 2012; Husman & Lens, 1999; Phalet, et al., 2004; Miller & Brickman, 2004) se på SDTs resonemang kring självgenererad motivation med kritiska ögon. Detta eftersom företrädare för SDT menar att de individer som har förmågan att njuta av och fokusera på de uppgifter de gör här och nu i högre utsträckning drivs av självgenererad motivation dvs. företrädare för SDT menar att fokus och tillfredsställelse av att utföra uppgifter här och nu är det som genererar självgenererad motivation. Dock kan såväl föreliggande studie samt tidigare forskning inom området användas som argument för att en viss typ av instrumentalitet relaterad till göromål här och nu, detta då instrumentaliteten grundar sig i framtida självgenererade mål, också gynnar den självgenererade motivationen (de Bilde, et al., 2011; Lens, et al., 2012; Husman & Lens, 1999; Phalet, et al., 2004; Miller & Brickman, 2004).

Det negativa sambandet mellan NH och självgenererad arbetsmotivation är intressant då självgenererad motivation ger tillfredsställelse för stunden, enligt SDT, vilket är det som starkt NH-orienterade individer drivs av. Således kan man anta att starkt NH orienterade individer drivs av självgenererad motivation för att uppnå tillfredsställelse för stunden. Dock har varken denna studie eller tidigare forskning funnit stöd för ett sådant samband (de Bilde, et al., 2011; Lens, et al., 2012). Man kan därför tänka sig att tillfredsställelse har olika betydelse i respektive fall (Lens, et al., 2012; Ryan & Deci, 2000).

Då starkt NH orienterade individer har svårt för såväl uppskjutande av belöning samt självkontroll kan detta förklara varför det finns ett negativt samband mellan NH och självgenererad motivation (Husman & Lens, 1999; Zimbardo & Boyd, 1999). Då många av de arbetsrelaterade målen är mer eller mindre nära belägna i framtiden krävs det nästan alltid en förmåga att blicka framåt för att kunna se vad dagens ansträngningar skulle kunna ge när det kommer till belöningar och tillfredsställelse. Starkt NH orienterade individer har även lågt självförtroende (Epel, Bandura & Zimbardo, 1999), och detta kan också vara en bidragande faktor till bristen på självgenererad motivation genom att de inte tror på sin egen förmåga att

lyckas och prestera, vilket leder till att målinriktat beteende undviks av rädsla för att misslyckas (Bandura, 1977).

Tidigare forskning på området har till största del fokuserat på självgenererad motivation i allmänhet samt motivation relaterat till studier. Denna studie bidrar med mer insyn gällande relationen mellan arbetsmotivation och tidsperspektiv, där sparsamt med forskning gjorts tidigare (Phalet, et al., 2004).

Metodologiska överväganden

En begränsning i studien är det relativt låga antalet respondenter, ett större underlag hade kunnat ge starkare samband och ett mer pålitligt resultat. Man kan i och med detta anta att vi skulle fått starkare samband mellan såväl F och självgenererad motivation som NH och självgenererad motivation om vi haft fler respondenter (de Bilde, et al., 2011; Lens, et al., 2012). Enligt Stevens (1996, s. 72) ska antalet respondenter för en studie med fem prediktorer vara minst 90 stycken, detta är dock omdiskuterat och det finns även andra synsätt gällande detta. Tabachnick & Fidell (2007, s. 123) förespråkar att antalet deltagare ska vara enligt formeln $N > 50 + 8m$, där m är antalet prediktorer (Pallant, 2010).

Att personer tenderar att skatta sig själv så positivt som möjligt, så kallad response bias, är också en svaghet med självskattningstest (Hayes, 2000).

Ordereffekter kan uppstå i olika forskningssammanhang, dvs. att i vilken ordning respondenterna blir presenterade för studiens delar påverkar resultatet t.ex. genom att respondenten blir trött och därav inte svarar lika sanningsenligt i senare delar av studien (Hayes, 2000). I föregående studie har ingen kontroll för ordereffekter gjorts och detta kan därmed påverka studiens resultat.

Reliabilitet och validitet av ZTPI har testats och studier har visat att såväl reliabilitet som validitet varit lågt till medelhög. Detta kan påverka resultatens trovärdighet och man kan fråga sig om instrumentet verkligen mäter det de säger sig mäta (Worrel & Mello, 2007). Även antalet tidsperspektiv har blivit ifrågasatt och olika studier har funnit belägg för olika antal TP, där antalet tidsperspektiv anses vara från fyra till så många som sju (Boniwell, Osin, Linley, & Ivanchenko, 2010).

Praktisk relevans

Psykologiska tidsperspektiv påverkar individer dagligen och är en av flera förklaringar till varför individer är och agerar olika i arbetssituationen. Ökad insyn och förståelse gällande

psykologiska tidsperspektivs inverkan på arbetsmotivation kan ge arbetsgivaren bättre redskap för att motivera olika individer på arbetet. Det kan också vara fördelaktigt att uppmuntra och lyfta fram framtidsänkande genom att exempelvis istället för att fokusera på dagens göromål fokusera på vilka positiva effekter dagens göromål kommer att generera i framtiden. Man kan också vid utvecklingssamtal lyfta fram och prata om individens framtida arbetsmål och om vägar för att nå dessa mål (Husman & Lens, 1999; Phalant, 2004). En förståelse för detta kan också göra det lättare att veta vilka individer som ska tilldelas vissa uppgifter. Att tilldela en uppgift som sträcker sig långt fram i tiden till en individ med stark NH orientering kanske inte är att föredra jämfört med att tilldela denna uppgift till en individ med stark F orientering. Att använda ZTPI som ett rekryteringsverktyg kanske kan ses som kontroversiellt men som nämnts ovan är en starkt F orienterad individ önskvärd när det kommer till specifika projekt med mål uppsatta relativt långt fram.

Att som anställd själv få insyn i vilka tidsperspektiv som dominerar mest hos dem kan också ge självinsikt och vara såväl lärorikt som nyttigt.

Framtida forskning

Man kan tänka sig att sambandet mellan självgenererad motivation och tidsperspektivet F kan förklaras av självförtroende (Self-efficacy), detta då tidigare forskning har påvisat samband mellan alla dessa tre faktorer (Bembenutty & Karabenick, 2004; de Bilde, et al., 2011; Lens, et al., 2012; Schunk, 1991). Om man är starkt F orienterad och drivs av självgenererad motivation så förklaras detta av ett bra självförtroende. Självförtroende skulle då bli svaret på frågan: Varför finns det ett samband mellan stark F orientering och självgenererad motivation. Således skulle det vara intressant att undersöka självförtroende som medierande faktor mellan tidsperspektivet F och självgenererad motivation (Bembenutty & Karabenick, 2004; de Bilde, et al., 2011; Lens, et al., 2012; Schunk, 1991).

Vidare vore det intressant att undersöka sambandet mellan OCB (frivilligt arbete) och motivation och se om tidsperspektivet F kan vara en förklarande faktor i detta samband. Med andra ord att personer som ägnar sig mer åt frivilligt arbete (OCB) har mer självgenererad motivation och att detta samband förklaras av att de är starkt F orienterade (Lens, et al., 2012; de Bilde, et al., 2011; Kuvaas & Dysvik, 2009; Wei, 2012).

Referenser

- Apostolidis, T., Fieulaine, N., & Soulé, F. (2006). Future time perspective as predictor of cannabis use: Exploring the role of substance perception among French adolescents. *Addictive Behaviors, 31*, 2339-2343. doi: 10.1016/j.addbeh.2006.03.008
- Baard, P. P., Deci, E. L., Ryan, R. M. (2004). Intrinsic Need Satisfaction: A Motivational Basis of Performance and Well-Being in Two Work Settings. *Journal of Applied Social Psychology, 34*(10), 2045-2068. doi: 10.1111/j.1559-1816.2004.tb02690.x
- Bandura, A. (1977) Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review, 84*(2), 191-215.
- Bembenutty, H., & Karabenick, S. A. (2004) Inherent Association Between Academic Delay of Gratification, Future Time Perspective, and Self-Regulated Learning. *Educational Psychology Review, 16*(1), 35-57.
- Björklund, C. (2001). *Work Motivation -Studies of its Determinants and Outcomes* (Doktoravhandling). Stockholm: Economic Research Institute, Stockholm School of Economics. Tillgänglig: <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:221663/FULLTEXT01.pdf>
- Block, R. A. (2014). *Cognitive Models of Psychological Time*. New York: Psychology Press.
- Bosato, G. N. (2001). *Time perspective, academic motivation, and procrastination* (Masters Theses). San Jose: Department of Psychology, San Jose State University. Tillgänglig: http://scholarworks.sjsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=3166&context=etd_theses&sei-redir=1&referer=https%3A%2F%2Fscholar.google.se%2Fscholar%3Fstart%3D10%26q%3Dself-determination%2Band%2Bpresent%2Bhedonistic%2Btime%2Bperspective%26hl%3Dsv%26as_sdt%3D0%2C5#search=%22self-determination%20present%20hedonistic%20time%20perspective%22
- Boniwell, I., Osin, E., Linley, P. A., & Ivanchenko, G. (2010). A question of balance: Time Perspective and well-being in British and Russian samples. *Journal of Positive Psychology, 5*, 24-40.

- Boniwell, I., & Zimbardo, P. G. (2004). Balancing time perspective in pursuit of optimal functioning. In Linley, P. A. & Joseph, S. (2004). *Positive psychology in practice*. 165-180. Hoboken New Jersey: Wiley.
- Buelens, M., & Van den Broeck, H. (2007). An Analysis of Differences in Work Motivation between Public and Private Sector Organizations. *Public Administration Review*, 67(1), 65-74. doi: 10.1111/j.1540-6210.2006.00697.x
- Carelli, M.G., Wiberg, B., & Wiberg, M. (2009). *Construct Validation and Psychometric Evaluation of the Swedish Zimbardo Time Perspective Inventory (S-ZTPI)*. Department of Psychology, Umeå University, Sweden. Manuscript submitted/ Pending.
- Carelli, M.G., Wiberg, B., & Wiberg, M. (2011). Development and Construct Validation of the Swedish Zimbardo Time Perspective inventory. *European Journal of Psychological Assessment*, 27(4), 220-227. doi: 10.1027/1015-5759/a000076
- de Bilde, J., Vansteenkiste, M., & Lens, W. (2011). Understanding the association between future time perspective and self-regulated learning through the lens of self-determination theory. *Learning and Instruction*, 21, 332-344. doi:10.1016/j.learninstruc.2010.03.002
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of goal pursuits: Human needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health. *Canadian Psychology*, 49(3), 182-185. doi: 10.1037/a0012801
- De Volder, L. M., & Lens, W. (1982). Academic Achievement and Future Time Perspective as a Cognitive-Motivational Concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(3), 566-571.
- Dunkel, S. C., & Weber, L. J. (2010). Using Three Levels of Personality to Predict Time Perspective. *Curr Psychol*, 29, 95-103. doi: 10.1007/s12144-010-9074-x
- Epel, E. S., Bandura, A., & Zimbardo, P. G. (1999). Escaping Homelessness: The Influences of Self-Efficacy and Time Perspective on Coping With Homelessness. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(3), 575-596. doi: 10.1111/j.1559-1816.1999.tb01402.x

- Eskildsen, K. J., Kristensen, K., & Westlund, H. A. (2004). Work motivation and job satisfaction in the Nordic countries. *Employee Relations*, (26)2, 122-136. doi: 10.1108/01425450410511043
- Gagné, M., & Deci, E. L. (2005). Self-Determination theory and work motivation. *Journal of Organizational*, 26, 331-362. doi: 10.1002/job.322
- Goreman, B. S., & Wessman, A. E. (1977). *The personal experience of time*. New York & London: Plenum press.
- Hayes, N. (2000). *Doing psychological research: Gathering and analysing data*. Trowbridge, Wiltshire, U.K.: Open university press.
- Husman, J., & Lens, W. (1999). The Role of the Future in Student Motivation. *Educational Psychologist*, 34(2), 113-125. doi: 10.1207/s15326985ep3402_4
- Kanfer, R. (1992). Work motivation: New directions in theory and research. *International review of industrial and organizational psychology*, 7, 1-53.
- Kauffman, F. D., & Husman, J. (2004). Effects of Time Perspective on Student Motivation: Introduction to a Special Issue. *Educational Psychology Review*, 16(1), 1-7.
- Kuvaas, B., & Dysvik, A. (2009). Perceived investment in employee development, intrinsic motivation and work performance. *Human Resource Management Journal*, 19(3), 217-236. doi: 10.1111/j.1748-8583.2009.00103.x
- Lam, C. F., & Gurland, S. T. (2008). Self-determined work motivation predicts job outcomes, but what predicts self-determined work motivation? *Journal of research in Personality*, 42(2008), 1109-1115. doi: 10.1016/j.jrp.2008.02.002
- Lens, W., Paixão, M. P., Herrera, D., & Grobler, A. (2012). Future time perspective as a motivation variable: Content and extension of future goals affect the quantity and quality of motivation. *Japanese psychological research*, 54(3), 321-333. doi:10.1111/j.1468-5884.2012.00520.x
- Miller, B. R., & Brickman, J. S. (2004). A Model of Future-Oriented Motivation and Self-Regulation. *Educational Psychology Review*, 16(1), 9-33.
- Mischel, W., Shoda, Y., & Rodriguez, M. I. (1989). Delay of gratification in children. *Science*, 244(4907), 933-938. doi: 10.1126/science.2658056
- Pallant, J. (2010). *SPSS Survival Manual*. McGraw Hill: New York.

- Phalet, K., Andriessen, I., & Lens, W. (2004). How Future Goals Enhance Motivation and Learning in Multicultural Classrooms. *Educational Psychology Review*, 16(1), 59-89.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development and Well-Being. *American Psychologist Association*, 55(1), 68-78. doi: 10.1037//0003-066X.55.1.68
- Schunk, D. H. (1991). Self-efficacy and academic motivation. *Educational Psychologist*, 26, 207-231.
- Simons, J., Vansteenkiste, M., Lens, W., & Lacante, M. (2004). Placing Motivation an Future Time Perspective Theory in a Temporal Perspective. *Educational Psychology Review*, 16(2), 121-139.
- Simons, J., Dewitte, S., & Lens, W. (2000). Wanting to have vs. wanting to be: The effect of perceived instrumentality on goal orientation. *British Journal of Psychology*, 91, 335-351.
- Stevens, J. (1996). *Applied multivariate statistics for the social sciences*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Strathman, A., Gleicher, F., Boninger, D. S., & Edwards, C. S. (1994). The consideration of future consequences: Weighing immediate and distant outcomes of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(4), 742-752. doi: 10.1037/0022-3514.66.4.742
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston: Pearson/Allyn & Bacon.
- Trembley, M. A., Blanchard, C. M., Taylor, S., & Pelletier, L. G. (2009). Work Extrinsic and Intrinsic Motivation Scale: Its Value for Organizational Psychology Research. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 41(4), 213-226. doi: 10.1037/a0015167
- Vansteenkiste, M., Neyrinck, B., Niemiec, C., Soenens, B., De Witte, H., & Van den Broeck, A. (2007). On the relations among work value orientations, psychological need satisfaction, and job outcomes: A self-determination theory approach. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 80, 251-277. doi:10.1348/096317906X111024

- Wei, Y-C. (2012). Person-organization fit and organizational citizenship behavior: Time perspective. *Journal of Management & Organization*, 18(6), 833-844. doi: 10.1017/S183336720000047X
- Worell, F. C., & Mello, Z. R. (2007). The Reliability and Validity of Zimbardo Time Perspective Inventory Scores in Academically Talented Adolescents. *Educational and Psychological Measurement*, 67(3), 487-504. doi: 10.1177/001316440629685
- Wright, E. B. (2004). The role of Work Context in Work Motivation: A Public Sector Application of Goal and Social Cognitive Theories. *Journal of Public Administration Research*, 14(1), 59-78. doi: 10.1093/jopart/muh004
- Zaleski, Z. (1987). Behavioral effects of self-set goals for different time ranges. *International Journal of Psychology*, 22, 17-38.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999) Putting Time in Perspective: A Valid, Reliable Individual-Differences Metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271-1288. doi: 10.1007/978-3-319-07368-2_2
- Zimbardo, P. G., Keough, K. A., & Boyd, J. N. (1997). Present time perspective as predictor of risky driving. *Person Individual Differences*, 23(6), 1007-1023. doi: 10.1016/S0191-8869(97)00113-X

Bilaga 1. Arbetsmotivation (Tremblay, et al., 2009, översättning O. Nordhall)

Vänligen ange i vilken utsträckning vart och ett av följande påståenden stämmer överens med *varför du för närvarande arbetar med det du gör*.

Varför arbetar du med det du gör?

Stämmer		Stämmer				
		Inte alls				
helt						
WEIMS 1.	För att det här är den typen av arbete som jag har valt för att kunna uppnå en viss livsstil.	1	2	3	4	5
WEIMS 2.	P.g.a. inkomsten det ger mig.	1	2	3	4	5
WEIMS 3.	Jag ställer mig själv denna fråga ”Varför arbetar jag med det du gör?”, jag verkar ju inte kunna hantera de viktiga arbetsuppgifterna som ingår i jobbet.	1	2	3	4	5
WEIMS 4.	För att jag finner stort nöje i att lära mig nya saker.	1	2	3	4	5
WEIMS 5.	För att det har blivit en grundläggande del av den jag är.	1	2	3	4	5
WEIMS 6.	För att jag vill lyckas med detta arbete, annars skulle jag skämmas mycket över mig själv.	1	2	3	4	5
WEIMS 7.	För att genom att välja den här typen av arbete kan jag uppnå mina karriärsmål.	1	2	3	4	5
WEIMS 8.	För den tillfredsställelse jag upplever när jag tar mig an intressanta utmaningar.	1	2	3	4	5
WEIMS 9.	För att det ger mig möjlighet att tjäna pengar.	1	2	3	4	5
WEIMS 10.	För att det är en del av det sätt jag valt att leva mitt liv på.	1	2	3	4	5
WEIMS 11.	För att jag vill bli väldigt bra på det här arbetet, annars skulle jag bli väldigt besviken.	1	2	3	4	5
WEIMS 12.	Jag vet inte varför jag valt att arbeta med det jag gör, våra arbetsvillkor är orealistiska.	1	2	3	4	5
WEIMS 13.	För att jag vill vara en ”vinnare” i livet.	1	2	3	4	5
WEIMS 14.	För att genom att välja den här typen av arbete kan jag uppnå vissa viktiga mål i livet.	1	2	3	4	5
WEIMS 15.	För den tillfredsställelse jag upplever när jag framgångsrikt klarar av svåra uppgifter.	1	2	3	4	5
WEIMS 16.	För denna typ av arbete ger mig olika typer av säkerhet.	1	2	3	4	5
WEIMS 17.	Jag vet inte varför jag valt att arbeta med det jag gör, det krävs alldeles för mycket av oss.	1	2	3	4	5
WEIMS 18.	För att det här arbetet är en del av mitt liv.	1	2	3	4	5

Bilaga 2. Tidsperspektiv, svensk validerad version av ZTPI (Zimbardo Time Perspective Inventory) (S-ZTPI, Carelli, Wiberg & Wiberg, 2009)

	<i>Stämmer inte alls</i>	<i>Stämmer inte särskilt bra</i>	<i>Stämmer delvis/ delvis inte</i>	<i>Stämmer ganska bra</i>	<i>Stämmer helt</i>
1. Att träffa sina vänner för att festa/umgås är enligt min åsikt ett av livets viktigaste nöjen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Välbekanta syner, ljud och lukter från barndomen återuppväcker en mängd underbara minnen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ödet bestämmer mycket i mitt liv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Jag tänker ofta på vad jag borde ha gjort annorlunda i mitt liv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Mina beslut påverkas av människor och saker omkring mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Jag tror att en persons dag borde planeras i förväg varje morgon.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Att tänka på mitt förflutna ger mig glädje.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Jag gör saker impulsivt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Om saker inte blir gjorda i tid, blir jag inte orolig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. När jag vill uppnå någonting sätter jag upp mål, och överväger specifika medel för att uppnå dessa mål.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Jag tänker ofta att jag inte ska hinna med allt som jag har planerat att göra en dag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Oftast vet jag inte hur jag skall kunna uppfylla mina mål i livet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Överlag har jag mycket mer bra än dåliga saker att minnas från mitt förflutna.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. När jag lyssnar på min favoritmusik glömmmer jag helt bort tiden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Möta morgondagens "deadlines" (sluttider) och att göra annat nödvändigt arbete går före kvällens nöjen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Eftersom det blir som det blir, spelar det ingen roll vad jag gör.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Jag tycker om att lyssna på historier om hur det var på "den gamla goda tiden".	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Smärtsamma erfarenheter från det förflutna spelas upp i mitt huvud om och om igen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Jag försöker leva mitt liv så fullt ut som möjligt, en dag i taget.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Jag blir känslomässigt påverkad av att vara sen till möten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Helst skulle jag vilja leva varje dag som om den vore min sista.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>Stämmer inte alls</i>	<i>Stämmer inte särskilt bra</i>	<i>Stämmer delvis/ delvis inte</i>	<i>Stämmer ganska bra</i>	<i>Stämmer helt</i>
22. Lyckliga minnen från goda tider kommer lätt till mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Jag uppfyller mina förpliktelser till vänner och myndigheter i tid.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Jag har tagit emot min beskärda del av att känna mig illa bemött och avvisad i det förflutna.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Jag fattar beslut i stunden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Jag tar dagen som den kommer hellre än att försöka planera den.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. På kvällen funderar jag ofta över morgondagens utmaningar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Jag känner ofta att jag inte kan uppfylla mina förpliktelser mot vänner och myndigheter.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Det förflutna innehåller för mycket tråkiga minnen som jag helst inte vill tänka på.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Det är viktigt att skapa spänning i mitt liv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. Jag har gjort misstag i det förflutna som jag önskar att jag kunde ha ogjorda.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. Jag tycker att det är viktigare att man njuter av det man gör än att det blir klart i tid.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Jag blir nostalgisk över min barndom.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. Innan jag fattar ett beslut väger jag in nackdelar mot fördelar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Att ta risker gör att mitt liv inte blir långtråkigt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36. Det är viktigare för mig att njuta av livsresan medan den pågår än att bara fokusera på målet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37. Saker och ting blir sällan som jag hade förväntat mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38. Jag har svårt att glömma obehagliga minnesbilder från min ungdom.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39. Om jag tvingas ta ett snabbt beslut så oroar jag mig ofta för att det blev fel.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40. Jag känner mig pressad att inte bli klar med olika projekt i tid.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41. Det tar glädjen och flytet ur det jag gör om jag måste tänka på mål, resultat och slut – produkt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42. Även när jag har roligt i stunden, dras jag tillbaka och jämför med liknande tidigare erfarenheter.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43. Man kan aldrig riktigt planera för framtiden, för saker och ting förändras så mycket.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44. Mitt livsmönster kontrolleras av krafter jag inte kan påverka.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<i>Stämmer inte alls</i>	<i>Stämmer inte särskilt bra</i>	<i>Stämmer delvis/ delvis inte</i>	<i>Stämmer ganska bra</i>	<i>Stämmer helt</i>
45. Det finns ingen anledning att oroa sig inför framtiden, eftersom jag ändå inte kan göra något åt det.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46. Jag bli färdig med projekt i tid genom att göra stadiga framsteg.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47. Jag kommer på mig själv med att tappa intresset när familjemedlemmar pratar om hur det var förr.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48. Jag tar risker för att få spänning i mitt liv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49. Jag gör listor över saker som ska göras.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50. Jag följer ofta mitt hjärta mer än mitt huvud.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51. Jag har förmågan att motstå frestelser när jag vet att det finns arbete som måste göras.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52. Jag kommer på mig själv med att uppfyllas av stundens spänning.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53. Livet är för komplicerat nuförtiden, jag skulle föredra det enklare livet från förr.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54. Jag föredrar vänner som är spontana hellre än förutsägbara.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
55. Jag tycker om familjeritualer och traditioner som upprepas regelbundet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
56. Jag tänker på de dåliga saker som hänt mig tidigare i mitt liv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
57. Jag fortsätter att jobba med svåra, ointressanta uppgifter om de kommer att hjälpa mig framåt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
58. Att spendera mina pengar på nöjen idag, är bättre än att spara för morgondagens trygghet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
59. Ofta betalar sig tur mer än hårt arbete.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
60. Jag tänker på de goda saker jag gått miste om i mitt liv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
61. Jag vill att mina nära relationer ska vara passionerade.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
62. Det finns alltid tid att komma ikapp med mina arbetsuppgifter.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
63. Att tänka på min framtid gör mig nedstämd.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
64. Framtiden innehåller för många tråkiga beslut som jag inte vill tänka på.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Bilaga 3. Missiv

Välkommen!

Vi är två studenter från Personal- och Arbetslivsprogrammet på Högskolan i Gävle, vi ska nu skriva ett examensarbete i arbets- och organisationspsykologi.

Denna studie syftar till att undersöka relationen mellan tidsperspektiv (då-, nu-, och framtid) och arbetsmotivation. Deltagandet innebär att svara på ett frågeformulär som tar ca 15 minuter att genomföra. Deltagandet är anonymt och uppgifterna behandlas helt konfidentiellt. Resultaten redovisas i form av ett examensarbete vid Högskolan i Gävle. Examensarbetet kommer också att skickas till respektive enhetschef, till vilken du kan vända dig för att ta del av arbetet. För att skicka in enkäten behöver alla frågor besvaras. Deltagandet är helt frivilligt.

Kontakta gärna någon av undertecknade om du har frågor kring studien.

Linda Nordhall

Denise Timmann