



# Högekänslighet hos musiker

– En jämförande studie mellan musiker och icke-musiker

---

High Sensitivity among musicians

- A comparative study between musicians and non-musicians

---

Magnus Lindholm

Fakulteten för humaniora och samhällsvetenskap

---

Vård- och stödsamordnarprogrammet

---

Examensarbete - C-uppsats, 15 hp

---

Nina Svensson

---

Fredrik Hjärthag

---

2015-06-07

---

## Sammanfattning

Syftet med denna studie var att undersöka om högekänslighet är ett utmärkande drag hos musiker. Genom att studera tidigare forskning kring högekänslighet och musikers personlighet visade det sig att det kunde finnas ett samband mellan dessa begrepp. Metoden var en kvantitativ jämförande enkätstudie mellan musiker och icke-musiker. Studien bestod av totalt 96 deltagare varav 55 musiker och 41 icke-musiker. Deltagarna fick besvara en enkät som bestod av bakgrundsfrågor och mätinstrumentet *Highly Sensitive Person Scale* som mäter sensorisk känslighet.

Studien visade att det finns en signifikant skillnad mellan musiker och icke-musiker i avseende på högekänslighet. Vilket innebär att musiker är mer högekänsliga än icke-musiker. Studien visade även att kvinnliga musiker och manliga musiker inte skiljer sig åt i avseende på högekänslighet, vilket eventuellt skulle kunna stödja tidigare forskning om att musiker är en utmärkande, psykologiskt androgyn grupp.

För vidare forskning presenterades förslag om mer detaljerade och ingående studier kring hur just högekänsliga musiker hanterar sin högekänslighet och hur högekänsligheten påverkar den enskilde musikern.

*Nyckelord:* Högekänslighet, HSP, Personlighet, Musiker, Icke-musiker

### **Abstract**

The purpose of this study was to investigate whether High sensitivity is a characteristic trait of musicians. By studying previous research on High sensitivity and musicians personality, it turned out that there could be a connection between these concepts. The method was a quantitative comparative survey between musicians and non-musicians. The study consisted of a total of 96 participants of which 55 musicians and 41 non-musicians. Participants were asked to answer a questionnaire that consisted of background questions and the test instrument *Highly Sensitive Person Scale* that measures sensory-processing sensitivity.

The study showed that there is a significant difference between musicians and non-musicians in respect of High sensitivity. This means that musicians are more highly sensitive than non-musicians. The study also showed that female musicians and male musicians do not differ in respect of High sensitivity, which could possibly support earlier research that musicians are a characteristic, psychological androgynous group.

For further research, ideas were presented for more detailed and thorough studies of just how highly sensitive musicians manages their High sensitivity and how High sensitivity affects the individual musician.

*Keywords:* Highly Sensitive Person, HSP, Personality, Musicians, Non-musicians

## Förord

Härmed vill jag ta tillfället i akt att tacka för allt stöd som jag har fått från alla runt omkring mig under arbetets gång.

Tack till min handledare och alla ni andra som har gett mig tips och synpunkter på studiens utformande.

Och främst vill jag tacka min fru för att hon har stått ut med mig under den här tiden...

Tack!

*I'm a very sensitive person. I hurt real easy and real deep, which is why I think I have to write songs, and why so many of them fit the feelings of so many people that can't write. It's because I feel everything to my core.*

Dolly Parton

## **Inledning**

I Sverige har intresset för högekänslighet ökat de senaste åren. Främst tack vare svenska översättningar av Arons (1996) första bok om högekänslighet *The Highly Sensitive Person* och den svenska själv-hjälpsboken *Drunkna inte i dina känslor* (Hägglund & Dahlin, 2012) som fick stort genomslag hos allmänheten. Det har startats föreningar och hemsidor kring högekänslighet och intresset är stort hos media. Svenska Dagbladet (Lagerblad, 2012) gjorde under år 2012 en artikelserie om just högekänslighet och som tar upp aktuell forskning kring ämnet. Där förklaras begreppen inom högekänslighet och det ingår intervjuer med personer som anses vara högekänsliga och om hur det är att leva med högekänslighet. I USA spelar man för tillfället in en dokumentärfilm om högekänslighet och om Elaine N. Arons arbete och forskning kring högekänslighet.

Aron myntade under tidigt 1990-tal begreppet *Highly Sensitive Person, HSP* och är en av de framstående forskarna inom området för HSP, som på svenska benämns högekänslighet. Enligt Aron (1996) tros högekänslighet finnas hos 15-20% av befolkningen. Högekänslighet innebär i korthet att högekänsliga personer har ett känsligare nervsystem än andra personer och att de därigenom tar in fler sinnesintryck än personer i omgivningen (Benham, 2006). Högekänsliga personer kan därför reagera starkare på yttre stimuli såsom ljud, ljus och lukter samt lägga märke till subtila förändringar eller detaljer i omgivningen (Aron & Aron, 1997).

Att högekänslighet har blivit så populärt bland allmänheten kan bero på att högekänslighet framhävs i största bemärkelse som ett positivt karaktärsdrag hos dessa personer och att känslighet, blyghet och tillbakadragenhet inte ska ses som en negativ egenskap (Aron, 2015).

Aron (1996) menar att högekänsliga personer kan vara kreativa och musikaliska och att högekänsliga personer troligtvis är överrepresenterade i kreativa yrkesgrupper såsom till exempel musiker, dansare, skådespelare och konstnärer.

För att fortsatt fördjupa sig i ämnet kring en specifik kreativ grupp kommer denna studie att utgå från forskningen kring högekänslighet och musiker.

### **Tidigare forskning kring högekänslighet**

Forskningen inom högekänslighet är relativt bred och det finns flera som har forskat kring ämnet. Bland andra kan nämnas Aron (1996, 2000, 2010, 2012), Aron och Aron (1997), Benham (2006).

Aron, Aron och Jagiellowicz (2012) beskriver *Sensory-Processing Sensitivity, (SPS)* som den centrala teorin i forskningen om högekänslighet. Översatt till svenska betyder SPS

ungefär sensorisk känslighet. Sensorisk känslighet innebär att människan har mer eller mindre känslighet för sinnesintryck såsom till exempel yttre sinnesintryck av ljus, ljud, smärta och lukter och inre sinnesintryck som till exempel egna tankar och känslor (Aron m.fl., 2012). De som är överkänsliga tar in fler sinnesintryck än andra (Benham, 2006). Vilket innebär att det kan ske en överstimulering av intryck vilket medför att högkänsliga lätt blir utmattade och uttröttade (Aron, 1996).

Individens personlighet kan påverka hur dennes högkänslighet tar sig uttryck beroende på om individen är extrovert (utåtriktad) eller introvert (inåtvänd) (Aron, 1996). Ärftlighet och uppväxtmiljö är faktorer som avgör utvecklandet av en individs personlighetsdrag (Aron, 1996) Av de som anses vara högkänsliga har ungefär 70% av dem personlighetsdrag som innebär att de är mer introverta än extroverta (Aron, 1996). Introversion och Extroversion är centrala begrepp inom forskningen på människans personlighet (Cervone & Lawrence, 2013). Grundaren till dessa två begrepp var den schweiziske psykologen och författaren Carl Jung. Enligt Jung (1923) kan människans medfödda personlighetstemperament delas in i två grupper; Extroversion eller Introversion. Dessa två begrepp är varandras motsatser och en person kan endera vara extrovert eller introvert (Jung, 1923). Att vara extrovert innebär att man riktar sin energi utåt och tenderar att vara social, trivs i sällskap med andra människor och är initiativtagande (Cervone & Lawrence, 2013). Att vara introvert innebär att man riktar sin energi inåt och tenderar att helst undvika större sociala sammanhang, vara reserverad och undviker att vara impulsiv i sina handlingar (Cervone & Lawrence, 2013).

Högkänsliga beskrivs alltså överlag som introverta och utmärkande är att de också tenderar att ha en överkänslighet för kritik samt låg självkänsla (Aron, 2000). De får även starkare emotionella och psykiska reaktioner än icke-högkänsliga (Aron m.fl., 2012). Det finns flera svenska studier på högkänsliga personer som har fått använda avslappningstekniken floating för att försöka förklara och visa på de inre upplevelser som högkänsliga personer anses ha. De som ansågs vara högkänsliga visade signifikanta skillnader på inre upplevelser än de som inte var högkänsliga (Jonsson, Grim & Kjellgren, 2014). De som var högkänsliga rapporterade om starka inre upplevelser som till exempel att de hört vacker musik, haft ”vakna drömmar” och sett starka och tydliga inre bilder. Det har även i annan forskning visats att högkänsliga personer har bättre förmåga att uppfatta saker i omgivningen, har starka inre upplevelser och är mer kreativa än icke högkänsliga (Rizzo-Sierra, Leon-Sarmiento & Leon-Sarmiento, 2012). Att högkänsliga har en ökad förmåga att se subtila och små förändringar i detaljer har och studerats och att det finns skillnader i hjärnas funktioner mellan högkänsliga och icke-högkänsliga (Jagiellowicz, Xiaomeng, Aron,

Aron, Guikang, Tingyong & Xuchu, 2011). Deltagarna blev uppkopplade till en så kallad *fMRI*, funktionell magnetröntgen, vilken mäter blodtillströmning till olika delar av hjärnan (Jagiellowicz m.fl., 2011). Deltagarna fick samtidigt se bilder som upprepades men där små förändringar i bilderna hade lagts till. Forskarna kunde observera att de högkänsliga deltagarna hade ökad aktivering i de delar av hjärnan som styr visuell uppmärksamhet (Jagiellowicz m.fl., 2011).

Aron (1996) berättar i sin första bok att hon redan tidigt i sin forskning upptäckte att 30% av de som anses vara högkänsliga är mer extroverta än introverta. Hon kallar dessa personer High Sensation Seekers, vilket kan översättas till nyhets- eller sensationssökande och äventyrslystna personer. Detta skulle kunna ses som motsatsen till högkänslighet eftersom sensationssökande personer är mer pigga på nya intryck och utmaningar (Aron, 1996). Men Aron (1996) menar att högkänsliga, sensationssökande personer trots allt är väldigt försiktiga och utsätter sig inte för uppenbara risker eller faror. Detta kan tolkas som att dessa personer bildligt lever med en fot på bromspedalen och en fot på gaspedalen. Högkänsliga, sensationssökande personer vill ha nya utmaningar, men har svårt att sätta gränser och blir lätt utmattade och utbrända (Aron, 1996). Benham (2006) har visat att högkänsliga personer i större frekvens rapporterade symptom på psykisk ohälsa, samt att de i högre grad upplevde stress än andra och att högkänslighet kan vara en orsak till ångestsymtom. En studie på idrottsmän visar att det finns ett samband mellan högkänslighet och prestationsångest och att högkänsliga personer i högre grad lider av prestationsångest än personer som inte är högkänsliga (Vergeer, 2008). Comasco, Åslund, Orelund och Nilsson (2013) har nyligen undersökt tre gener hos människan som i tidigare forskning har setts som riskgener för psykisk ohälsa. Studien visar dock på att personer som har dessa gener och som växer upp i trygga miljöer kan generna i stället ses som en tillgång och personerna kommer troligen att ha bättre psykisk hälsa än genomsnittet av befolkningen (Comasco m.fl., 2013). Författarna till studien väljer därför att inte kalla dessa gener för ”riskgener” utan ”känslighetsgener” (Comasco m.fl., 2013). Denna studie stämmer överens med tidigare forskning kring högkänslighet. Aron (1996, 2010) menar att högkänslighet är genetiskt betingad och att högkänslighet kan ses som en styrka eller svaghet beroende på omständigheterna.

Det har även gjorts studier som visar att det finns fysiska skillnader mellan högkänsliga och icke-högkänsliga. Aron (2010) hävdar att det finns en klar skillnad mellan högkänsliga och icke-högkänsliga i avseende på mängden grå hjärnsubstans och att högkänsliga har mer grå hjärnsubstans än andra. Människans yttre skikt av hjärnan kallas för hjärnbarken och den

består av grå hjärnsubstans (Bjålie, Miranda & Toverud, 1998). Hjärnbarken ingår i det centrala nervsystemet och den ”ansvarar” för vårt medvetande, minne, känslor och tankar (Bjålie, Miranda & Toverud, 1998).

En annan studie har visat att högkänsliga överlag även har lägre testosteronnivåer än icke-högkänsliga (Rizzo-Sierra m.fl., 2012).

### **Tidigare forskning kring musiker och musikalitet**

De flesta människor har säkert en egen uppfattning om vad musikalitet är och inte är, men att man inte bestämt kan förklara vad musikalitet egentligen är. Inte heller Nationalencyklopedin kan faktamässigt förklara vad musikalitet är och beskriver begreppet som ”en central term inom musikpsykologin utan allmänt accepterad definition” (NE, 2015). Om man ser till Bonniers Musiklexikon (1996) så beskrivs musikalitet som ”förmågan att uppleva och tillgodogöra sig musik. Musikalitet finns hos nästan alla människor och kan i allmänhet uppövas.”

Vad innefattar då begreppet ”musiker”? Enligt Nationalencyklopedin är en musiker en ”person som yrkesmässigt ägnar sig åt instrumentalmusik.” (NE, 2015). Begreppet i övrigt är svårdefinierbart eftersom det betyder olika för olika personer och att man inte kan sätta en tydlig etikett på vad en musiker är och gör.

Musikpsykologin är ett brett forskningsområde och det finns mycket forskning kring just musikalitet och musiker och även ett flertal studier kring musikers personlighetsdrag, beteenden och egenskaper.

Att välja att bli professionell musiker är mer komplext än att man enbart kan visa på att det beror på att man innehar en viss personlighet och ett visst karaktärsdrag, men att även ärftlighet och miljö spelar in. En longitudinell studie visade att musikers musikaliska utveckling påverkas dels av sociokulturella faktorer och dels biologiska faktorer (Manturzewska, 1990). Vilket betyder att både arv och miljö är faktorer som påverkar den musikaliska utvecklingen. Woody II (1999) gjorde en omfattande analys av forskningen kring musikers personlighetsdrag och fann inget som visar på att personer som väljer att bli professionella musiker har unika personliga karaktärsdrag som gäller samtliga musiker. Dock var inåtvändhet och känslighet något som var återkommande i forskningen kring musikers personlighetsdrag (Woody II, 1999).

Kemp (1981, 1985, 1996) har gjort flera studier kring musikers personligheter. En av hans studier visade att musiker, jämfört med icke-musiker, kan kategoriseras som mer introverta, mer reserverade, mer ångestfyllda, mer intelligenta och att musiker har förmåga



till färgrika och fantasifulla inre upplevelser (Kemp, 1981). Kemp (1996) visade även i en senare studie att musiker är en grupp som är mer introvert och mer känslig för sinnesintryck och han sammanfattar sin sammanlagda forskning med att musiker är ”särskilt känsliga” personer. Kemp (1981) visade även att musiker uppvisar högre ångestnivåer än andra. Detta visades även i en annan studie där både manliga och kvinnliga musiker uppvisade högre ångestnivåer jämfört med icke-musiker (Watson & Valentine, 1987).

En av Kemps (1985) studier visade att musiker är en utmärkande psykologiskt androgyn grupp i avseende på personlighetsdrag och beteenden, vilket innebär att kvinnliga musiker och manliga musiker inte skiljer sig åt i lika stor omfattning som andra grupper. Detta visas även i en annan studie där man har jämfört musiker och icke-musiker i avseende på testosteron. Studien visar på att det finns ett klart samband mellan musikalitet och lågt testosteronvärde och att musiker är en mer psykologiskt androgyn grupp än övriga populationen (Hassler, 1990). Psykologisk androgynitet är en direkt översättning av det engelska begreppet *psychological androgyny*. Psykologisk androgynitet innebär i korthet att en person kan ha personlighetsdrag som innebär att denne, i hög grad, kan inneha både feminina och maskulina egenskaper (Brannon, 1996). Psykologisk androgynitet ska inte förväxlas med begreppet *androgyn* som är en könsbenämning och innebär att en person har en kombination av både manliga och kvinnliga könskaraktärer, kan även benämnas tvekönad (NE, 2015).

Forskning har även visat att det finns andra fysiska skillnader hos musiker. Genom mätningar av hjärnan och dess volym har forskare kunnat visa att musiker har större mängd grå hjärnsubstans jämfört med icke-musiker (Gaser & Schlaug 2003).

Woodward (2015) gjorde en jämförelsestudie mellan musiker och icke-musiker på förmåga till kreativt tänkande. Respondenterna fick fylla i flertalet standardiserade kreativitetstest och studien visade att musiker har en högre förmåga till kreativt tänkande än icke-musiker (Woodward, 2015). Det har även visats genom en annan studie där musiker och icke-musiker har fyllt i standardiserade kreativitetstest samtidigt som man har mätt aktiviteten i frontalloben. Studien visar att musiker har förstärkt divergent tänkande jämfört med icke-musiker och att detta även bekräftades genom aktiviteten i frontalloben (Gibson, Folley & Park, 2009). Divergent tänkande innebär att en person kan tänka i flera olika riktningar och se flera lösningar på ett specifikt problem, eller finna flera och originella användningar för ett föremål (NE, 2015). Detta kan jämföras med konvergent tänkande där en person försöker finna en specifik lösning på ett problem, till exempel vid ett intelligenstest (NE, 2015).

Forskning har visat att det finns ett klart samband mellan sensationssökande personer och kreativitet. I en studie gjord på universitetsstudenter i Turkiet vid en musikhögskola och en lärarhögskola visas även att musiker i högre grad är mer sensationssökande jämfört med andra kreativa grupper (Oral, 2008). Dock finns det en annan studie kring musikers personligheter som visar på att musiker överlag är mer introverta och mindre äventyrliga och risktagande än andra kreativa grupper, såsom till exempel dansare skådespelare och konstnärer (Marchant-Heycox & Wilson, 1992).

En dansk studie visar på samband mellan sensationssökande och val av musikalisk inriktning. Forskningen visar att professionella musiker som har pop, rock och jazz som musikalisk inriktning är mer sensationssökande än professionella musiker som har klassisk musik som inriktning (Vuust, Gebauer, Hansen, Ramsgaard-Jørgensen, Møller & Linnet, 2010). En amerikansk forskning visar också mer specifikt att musiker som har rock som musikalisk inriktning är mer sensationssökande än musiker som har pop eller jazz som musikalisk inriktning (Miller & Quigley, 2012).

Det finns mycket forskning som visar på att musiker har en klart bättre förmåga än icke-musiker att uppfatta små och subtila ljudförändringar så som till exempel frekvens, tonhöjd och tonintervall (Amir, Amir & Kishon-Rabin, 2003; Carey, Rosen, Krishnan, Pearce, Sheperd, Aydelott & Dick, 2015; Michey, Delhommeau, Perrot & Oxenham, 2006; Spiegel & Watson, 1984; Zarate, Ritson & Poeppel, 2012). Samtidigt finns det studier som visar att musiker är särskilt känsliga för oljud och oväsen. En studie gjord på musiker verksamma inom klassisk musik i avseende på känslighet för oljud visar att musiker har svårare att fokusera och koncentrera sig när de utsätts för störande oljud jämfört med icke-musiker (Axelsson & Lindgren, 1981).

En studie visade att musiker har en bättre förmåga att kunna uppfatta och rikta uppmärksamhet mot detaljer i omgivningen och har lättare för att kunna ställa om och snabbt rikta uppmärksamheten mellan olika detaljer än icke-musiker (Dohn, Garza-Villareal, Heaton & Vuust, 2012).

Prestationsångest är ett vanligt och allvarligt problem hos musiker och en studie visar på att drygt en fjärdedel av de som är musiker lider av prestationsångest (Wilson, 1997). Langendörfer, Hodapp, Kreutz & Bongard (2006) gjorde en studie kring musiker och prestationsångest som visade att det finns ett starkt samband mellan prestationsångest och emotionell instabilitet, känslighet för kritik samt låg självkänsla. Prestationsångest är även en stor bidragande orsak till stress och utbrändhet hos musiker (Parasuraman & Purohit, 2000).

Det finns även forskning på musiker som visar på att det finns ett samband mellan prestationsångest och känslighet för yttre stimuli och förmåga att kunna rikta uppmärksamhet, samt att låg tilltro till sin egen musikalitet och låg självkänsla är riskfaktorer för prestationsångest (Driskill, 2012). Driskills (2012) studie visar även att självförtroende och musikerns tro på sin egen förmåga och musikalitet är en strategi för att minska risken för prestationsångest.

### **Problemformulering**

Det finns inga direkta studier som jämför musiker och icke-musiker i avseende på högkänslighet men i den forskning som här har visats om musiker och högkänslighet verkar det som att det finns ett samband mellan dessa begrepp.

Kan det vara på det sättet att den forskning som finns kring musikers personlighetsdrag, beteenden och egenskaper egentligen är en beskrivning av att musiker i högre grad är mer högkänsliga än icke-musiker?

Men vilka personer är då musiker? Nationalencyklopedins (2015) definition på musiker kan tolkas som att den utesluter andra grupper som anser sig vara musiker. Som till exempel kompositörer och låtskrivare. Det framgår inte heller av definitionen om sångare hör till gruppen ”instrumentalmusiker”. Enligt Nationalencyklopedin (2015) kan en person endast titulera sig musiker om denne arbetar med det och tjänar pengar på sitt musikskapande. De slutsatser man kan dra av begreppen ”musiker” och ”musikalitet” är att det är svårdefinierbara begrepp och att det inte finns några direkta svar. Därav kunde det bli problematiskt att göra en studie kring musiker och musikalitet då det är svårt att veta vad som mäts. Därför förklaras vad som *i den här studien* menas med begreppen musiker och musikalitet. Ordet musiker delades i studien upp i två kategorier. Med *professionell musiker* menas i det här avseendet personer som har musik som sitt yrke, eller som studerar till musiker eller musiklärare. Med *amatörmusiker* menas personer som uppträder med musik, enskilt eller i orkester men som inte har musik som sitt huvudsakliga yrke.

### **Syfte**

Syftet med denna uppsats är att, genom att jämföra grupper av människor, undersöka om högkänslighet är ett utmärkande drag hos musiker. Samt om det finns ett samband mellan högkänslighet och låg självkänsla som kan mätas med hjälp av självskattning av musikalitet.

## Frågeställningar

1. Finns det någon skillnad på musiker och icke-musiker i avseende på högekänslighet?
2. Finns det någon skillnad på kvinnliga musiker och manliga musiker i avseende på högekänslighet?
3. Finns det något samband mellan självskattning av musikalitet och högekänslighet?

## Metod

### Design

Studien hade en deduktiv ansats, eftersom den utgår från befintliga teorier om högekänslighet och musiker. Oberoende mätning har tillämpats och utfördes genom en jämförande studie mellan grupper. Oberoende variabler var kön och sysselsättning och betingelserna var då musiker och icke-musiker samt män och kvinnor. Den beroende variabeln var högekänslighet. Korrelation gjordes mellan högekänslighet och självskattning av musikalitet.

### Datainsamlingsmetod

I samband med att intresset väcktes för att studera skillnader i högekänslighet och personlighetsdrag hos musiker och icke-musiker söktes relevanta forskningsartiklar kring dessa ämnen och utifrån det framställdes ovanstående frågeställningar. En enkät (se *bilaga 2*) utformades utifrån tidigare forskning kring personlighetsdrag hos musiker och högekänslighet. Enkäten lämnades ut till yrkesverksamma musiker och studerande musiker samt till personer som inte är musiker. För att hitta lämpliga målgrupper togs kontakt och besök skedde på en arbetsplats och en högskola där det fanns både yrkesverksamma och studerande musiker. På högskolan tillfrågades de personer som studerade på musiklärarprogrammet och de personer som var musiker och musiklärare för musiklärarprogrammet. Samt att en arbetsplats där det inte arbetar några musiker besöktes. I det här fallet en arbetsplats inom tillverkningsindustri.

Enkäten distribuerades ut till samtliga som var närvarande vid tillfället på respektive arbetsplats/högskola. Totalt lämnades enkäten ut till 120 personer. Den som blivit tilldelad en enkät fick sedan själv ta ett beslut om denne ville delta i studien eller inte. Således användes ett tillgänglighetsurval eftersom de deltagare som var på plats vid tillfället när enkäten lämnades ut var de som hade möjlighet att besvara enkäten (Hayes, 2000). De som inte var närvarande vid detta tillfälle hade således inte möjlighet att besvara enkäten.

Enkäten bestod av totalt fyra sidor. Respondenten fick först information kring syftet med enkäten och fick sedan på första sidan fylla i bakgrundsfrågor med uppgifter om till

exempel kön, ålder och om denne var studerande/yrkesverksam musiker. Det fanns även en fråga kring hur musikalisk respondenten ansåg sig vara. För detta användes en VAS-skala. Dessa frågor ställdes för att få en bild över vilken grupp respondenten tillhör (musiker eller icke-musiker) och för att visa att man kan vara musikalisk och spela musikinstrument på fritiden, men inte ha musiken som sitt huvudsakliga yrke. På sidan två-fyra fick sedan deltagarna fylla i frågorna i formuläret *Highly Sensitive Person Scale (HSPS)* som mäter grad av sensorisk känslighet (se *bilaga 3*).

Respondenterna informerades, i samband med att enkäten lämnades ut, om det övergripande syftet med studien och om hur datan som samlades in skulle hanteras och att det var frivilligt att delta. Det framgick även i den information deltagarna fick i enkäten om anonymitet och konfidentialitet samt förtydligande om vilka musikaliska begrepp som används i enkäten. Som till exempel vad som i studien menas med ”yrkesmusiker” och ”amatörmusiker”.

## **Deltagare**

Den data som ligger till grund för studien samlades in genom den enkät som utformats och som lämnades ut i två grupper. Där den ena gruppen avser musiker och den andra gruppen avser icke-musiker. Gruppen musiker bestod av deltagare som studerar musik på högskolenivå eller deltagare som har musik som sin profession. Gruppen icke-musiker bestod av deltagare som inte har musik som sitt yrke och som inte har studerat musik på högre nivå. Totalt 96 personer besvarade enkäten. Beroende på hur respondenten svarat kring sysselsättning delades deltagarna i undersökningen in i två grupper; musiker och icke-musiker. Gruppen musiker bestod av 55 personer (57 %) och gruppen icke-musiker bestod av 41 personer (43 %). I gruppen musiker var det 17 män (31 %) och 38 kvinnor (69 %) och i gruppen icke-musiker var det 22 män (53 %) och 19 kvinnor (46 %).

I gruppen musiker var medelåldern 26,23 år ( $n = 55$ ,  $sd = 7,03$ ) och åldersspannet sträckte sig mellan 20 till 58 år. I gruppen icke-musiker var medelåldern 39,42 år ( $n = 41$ ,  $sd = 10,02$ ) och åldersspannet sträckte sig mellan 21 till 62 år. Gruppen musiker hade en signifikant lägre medelålder än gruppen icke-musiker ( $t(94) = -7,57$ ,  $p < 0,05$ ).

För att få en definition på om deltagarna innehade en hög grad av musikalitet, innehöll gruppen musiker deltagare som var eller kommer att bli utbildade musiker. De musiker som söker till en musikhögskola för att studera till professionell musiker eller musiklärare genomgår ett musikaliskt antagningsprov som mäter graden av musikalitet (Musikhögskolan Ingesund, 2015). Antagningsprovet innehåller flera delar som mäter färdigheterna i till

exempel musikteori och det musikinstrument personen trakterar. Anledningen till detta var att man då fick ett mått på att deltagarna i gruppen musiker de facto besitter en hög grad av musikalitet annars hade de således inte blivit antagna till utbildningen.

Av de 96 personer som besvarade enkäten var det 8 personer (8 %) som benämnde sig som amatörmusiker. Utifrån ovanstående definition kring musikalitet beslutades att dessa deltagare skulle ingå i gruppen icke-musiker.

## **Instrument**

**HSPS- Highly Sensitive Person Scale** är ett instrument som mäter sensorisk känslighet (Benham, 2006). I HSPS-instrumentet finns 27 frågor med en likertskala mellan 1 till 7 (1= Instämmer inte alls, 7= Instämmer helt). Frågorna man ska besvara och ta ställning till är till exempel: ”Störs du av intensiva sinnesintryck, såsom starka ljud(...)?” eller ”Känns det som att du är medveten om subtila nyanser i din omgivning?” Samtliga svar ska sedan summeras för att få fram respondentens poäng. Maxpoäng är 189 och gränsvärdet för när högkänslighet anses föreligga är 118 poäng. Ju högre poäng, desto högre grad av högkänslighet (Aron & Aron, 1997).

**Självskattning av musikalitet.** Detta mätinstrument, som består av enbart en fråga med en Visuell Analog Skala (VAS) mellan 0 till 100, skapades för denna studie utifrån teorier om att det kan finnas ett samband mellan självskattning av musikalitet och självkänsla (Driskill, 2012). Frågan för mätinstrumentet lyder: ”*Om Du skulle bedöma din egen musikalitet. Hur musikalisk anser Du att du är?*”. Respondenten får sedan svara på frågan genom att sätta ett kryss på linjen i VAS-skalan där denne anser att den befinner sig. En VAS-skala består av en 100 millimeter lång linje (Wewers & Lowe, 1990). För att få ut resultatet, mäter man från början av linjen fram till respondentens kryss. Sitter till exempel krysset 74 millimeter in på linjen blir resultatet således 74 på en skala från 0 till 100 (Wewers & Lowe, 1990).

## **Bortfall**

För att i största möjliga mån förhindra bortfall på grund av att respondenten har missuppfattat enkäten upprättades en pilotenkät som lämnades ut till totalt fem personer. Detta för att pröva om enkäten var lätt att förstå och att respondenterna svarat på det som sätt som var tänkt. Det HSPS-formulär som fanns att tillgå var en svårläst kopia. Vilket skulle kunnat ha medfört att respondenten missförstått frågorna, eller helt enkelt inte sett vad som stått och därav kunnat bidra till bortfall. Därför skrevs detta formulär av ordagrant i Microsoft

Office Word och korrekturlästes sedan av en utomstående person, för att korrigera eventuella stavfel eller bortfall av ord.

Det fanns fyra i interna bortfall i gruppen musiker vilket gav totalt 92 användbara enkäter. Dessa fyra enkäter togs bort på grund av att en eller flera frågor i HSPS-formuläret inte hade fyllts i av respondenterna och medförde att totalpoängen inte kunde räknas ut. Eftersom HSPS-formuläret är en central del i studien så ansågs det vara lämpligt att ta bort de fyra enkäter som var ofullständiga.

### **Reliabilitet och validitet**

Det upprättades en pilotstudie på totalt fem personer för att kontrollera att enkäten kunde förstås och att den data som lämnades in var tillräcklig för att besvara frågeställningarna i studien. Responsen på pilotstudien gav tydliga indikationer på att enkäten inte var otydlig och/eller svår att svara på.

Mätinstrumentet *Highly Sensitive Person Scale (HSPS)* har visat hög validitet och reliabilitet genom flera, av varandra oberoende, studier. Benham (2006) gjorde en studie som visade på reliabilitet på 0,86 genomförd med Cronbach's alfa och visade på hög validitet genom att göra en korrelation mellan mätinstrumentet HSPS och mätinstrumenten PILL (Pennebaker Inventory of Limbic Languidness), PSS (Perceived Stress Scale) och CHIPS (Cohen-Hobermann Inventory of Physical Symptoms). I en studie gjord av Aron och Aron (1997) och där mätinstrumentet HSPS har använts så visade det på en reliabilitet på 0,85 genomförd med Cronbach's alfa. Validiteten i Aron och Arons (1997) studie gjordes genom en korrelation mellan mätinstrumentet HSPS och mätinstrumentet Mehrabian Measures som mäter empati på emotionell nivå. Det visade på hög korrelation mellan HSPS och Mehrabian Measures (Aron & Aron, 1997).

Mätinstrumentet som används i denna studie är en direkt översättning till svenska av originalversionen av mätinstrumentet HSPS. Det finns ingen tidigare forskning som visar på reliabilitet för den svenska översättningen av testet. Dock visades reliabiliteten för den svenska översättningen i denna studie som god efter att ett Cronbach's alfa-test gjordes på HSPS i programmet SPSS. Resultatet för Cronbach's alfa låg på 0,89.

Validiteten och reliabiliteten för att mäta självskattning av musikalitet gick inte att säkerställa då instrumentet enbart består av en VAS-skala. Detta innebär att det med säkerhet inte går att bedöma om mätinstrumentet verkligen mäter det som det är avsett att mäta.

Som tidigare har nämnts är ”musiker” en svårdefinierbar grupp då det inte bestämt går att säga vad som definierar en musiker. För att undvika missförstånd, förklarades vilka

kriterier som i den här studien ansågs gälla för professionell musiker, amatörmusiker och icke-musiker.

### **Etiskt övervägande**

Under studien lades stor vikt vid de fyra stora huvudkraven för god forskningsetik; anonymitet, samtycke, konfidentialitet och nyttjande (Vetenskapsrådet, 2011). Samt att ett etiskt protokoll upprättades före datainsamlingen. (se bilaga 4; *Etiskt protokoll*)

Kravet på anonymitet uppfylldes genom att ingen känslig information om deltagarna efterfrågades, samt att deltagarna efter ifyllandet av enkäten fick lägga sitt exemplar upp och ner i en låda för att ytterligare främja anonymiteten.

Samtyckeskravet innebär att deltagarna ska erhållas information om syftet med studien, att deltagandet är frivilligt och att de när som helst kan avbryta sitt deltagande utan närmare förklaring (Vetenskapsrådet, 2011). Detta uppfylldes genom att deltagarna fick muntlig information om enkäten samt en inledande text som medföljde enkäten. Därav kunde deltagarna aktivt välja att inte fylla i enkäten eller att avbryta sitt deltagande genom att avstå från att lämna in enkäten. Deltagarna fick även fylla i sin ålder på enkäten och lägsta ålder för att delta var 18 år. Deltagarna gav automatiskt sitt samtycke genom att lämna in sin enkät.

Nyttjandekravet och konfidentialitetskravet innebär att den data som samlas in enbart får användas för denna studie och inga andra forskningsändamål och att den data som samlas in ska hanteras med konfidentialitet (Vetenskapsrådet, 2011). Detta uppfylldes genom att ingen utomstående part hade tillgång till datan och att datan inte sparades efter det att studien var klar. Detta var även något som deltagarna informerades om.

Risken för att deltagarna utsatts för några risker i samband med studien var i princip obefintlig, då den valda metoden var anonyma enkäter. Ingen känslig information efterfrågades som kunde leda till att respondentens identitet röjdes. Dock innehöll enkäten frågor om känslighet och personlighet, vilket eventuellt kunde väcka tankar hos respondenten om sitt liv och sitt beteende. Därav ansågs det viktigt att det fanns kontaktuppgifter på enkäten i det fall deltagarna hade frågor om enkäten eller om det fanns andra frågor deltagarna funderade över.

Nyttjandekravet innebär även att väga samhällsnyttan med studien mot risker för den enskilde deltagaren (Vetenskapsrådet, 2011). I den forskning som finns anges att högkänslighet troligen även finns hos en stor del av personer inom estetisk verksamhet, såsom till exempel musiker, konstnärer, dansare och skådespelare. Det ansågs därför viktigt att ta reda på om det verkligen är så att personer med estetiska inriktningar i högre grad än



andra är högkänsliga. Om det i studien skulle visa sig att det är på det viset kan studien bidra till att musiker görs medvetna om sin högkänslighet och som i sin tur kan minska risken för till exempel stress, depression och ångest, vilket enligt forskningen har ett samband med högkänslighet. Om man genom medvetenhet minskar risken för dessa faktorer, kan det medföra att musikerna presterar bättre, samt minskar risken för sjukskrivning och att hamna utanför arbetsmarknaden. Därav ansågs samhällsnyttan väga tyngre än risken för den enskilde individen.

### **Databearbetning**

Samtliga enkäter som samlades in bearbetades i det statistiska programmet SPSS (Statistical Packages for the Social Science, ver. 17). Statistiska analyser som var relevanta för studien gjordes, för att pröva de frågeställningar som finns i studien.

Först kontrollerades att datan var normalfördelad genom att genomföra histogram i statistikprogrammet SPSS. Samtliga variabler ansågs vara normalfördelade förutom ålder. För att se om ålder påverkar resultatet av högkänslighet gjordes en korrelation mellan dessa variabler. Pearsons produktmomentkorrelationskoefficient visade att det fanns ett signifikant negativt samband ( $r(92) = -0,26, p < 0,05$ ) mellan högkänslighet och ålder. Vilket skulle kunna förklaras med att ju yngre man är desto mer högkänslig är man.

Svarsalternativen i HSPS-formuläret var på ordinalnivå och för att kunna göra parametriska tester krävs att datan är på minst intervall/kvotnivå (Hayes, 2000). Genom att i SPSS koda om den data som tidigare har varit ordinalnivå, genom att summera resultatet på varje fråga i HSPS-formuläret till ett index (totalpoäng), skapades en plastisk intervallskala som bedömdes uppfylla villkoret att kunna analysera datan med parametriska tester.

Datan bearbetades i statistikprogrammet SPSS och syftet var att se om det fanns signifikanta skillnader i medelvärden på högkänslighet hos musiker och icke-musiker respektive kvinnliga och manliga musiker. För att jämföra skillnader mellan två grupper kan man göra oberoende t-tester. Dock ökar risken för typ-I fel om man gör flera upprepade oberoende t-tester (Borg & Westerlund, 2012). Därav togs beslutet att genomföra en flervägs oberoende variansanalys, så kallad tvåvägs-ANOVA. Den beroende variabeln var högkänslighet och de oberoende variablerna var musiker, icke-musiker, kvinnliga musiker och manliga musiker. En tvåvägs-Anova testar samtliga inmatade variabler samtidigt och mot varandra.

Det icke-parametriska Spearmans korrelationstest genomfördes på variablerna högekänslighet och musikalitet. Variabeln musikalitet bestod av en VAS-skala som var på ordinalnivå därför bedömdes denna data inte nå upp till kraven för ett parametriskt test.

Central- och spridningsmått på bakgrundsvariablerna räknades fram för att kunna beskriva och få en överblick över den data som fanns att tillgå. För variabeln ålder räknades medelvärde, spännvidd och standardavvikelse fram. För variablerna kön och sysselsättning räknades frekvensfördelning fram.

## Resultat

För att möjliggöra en översikt av resultatet visas en tabell i *Bilaga 1* som presenterar deskriptiv data med medelvärden och standardavvikelser för respektive beroende och oberoende variabel.

---

Tabell 1 här

---

För att besvara den första frågeställningen användes en flervägs variansanalys, så kallad tvåvägs-ANOVA, som visade att det finns en signifikant skillnad mellan musiker ( $n = 51$ ,  $m = 120.25$ ,  $sd = 22.12$ ) och icke-musiker ( $n = 41$ ,  $m = 101.63$ ,  $sd = 19.11$ ) i avseende på högekänslighet  $F(1, 92) = 14.53$ ,  $p < 0,001$ ,  $\eta^2 = 0,142$ . Vilket innebär att musiker är mer högekänsliga än icke-musiker.

För att besvara frågeställning två användes samma tvåvägs-ANOVA som visade att det inte finns någon signifikant skillnad mellan kvinnliga musiker ( $n = 34$ ,  $m = 122.82$ ,  $sd = 22.82$ ) och manliga musiker ( $n = 17$ ,  $m = 115.2$ ,  $sd = 20.25$ ) i avseende på högekänslighet  $F(1, 51) = 1.39$ ,  $p = 0,244$ ,  $\eta^2 = 0,028$ . Vilket innebär att kvinnliga och manliga musiker inte signifikant skiljer sig åt i avseende på högekänslighet.

Variansanalysen visade även att det inte fanns någon interaktionseffekt mellan de oberoende variablerna sysselsättning och kön.

Spearman's rangkorrelationskoefficient användes för att besvara frågeställning tre och den visade på ett signifikant positivt samband mellan högekänslighet och musikalitet  $r(92) = 0,26, p < 0,05$ . Vilket innebär att ju mer högekänslig individen är desto högre skattar individen sin musikalitet.

### Diskussion

Syftet med denna studie var att undersöka om högekänslighet är ett utmärkande drag hos musiker. Genom att studera tidigare forskning kring högekänslighet och musikers personlighet visade det sig att det kan finnas ett samband mellan dessa begrepp. Tidigare forskning visade även att det finns ett samband mellan prestationsångest och högekänslighet och mellan prestationsångest och låg tilltro till sin musikalitet och låg självkänsla. För att bekräfta eller motsäga tidigare forskning innehöll studien tre frågeställningar.

Frågeställning 1: *Finns det någon skillnad på musiker och icke-musiker i avseende på högekänslighet?* Resultatet visade på att musiker är signifikant mer högekänsliga än icke-musiker och att högekänslighet kan ses som ett utmärkande drag hos musiker. Det stödjer tidigare forskning att musiker är en "särskilt känslig" grupp (Kemp, 1996). Det talar även för annan forskning som har tagits upp att musiker är mer känsliga för sinnesintryck (Axelsson & Lindgren, 1981). Musiker uppvisar också hög förmåga till kreativt tänkande (Woodward, 2015, Gibson, Folley & Park, 2009) och de har ett rikt och fantasifullt inre känsloliv (Güsewell & Ruch, 2014). De är också överlag mer introverta än extroverta (Kemp, 1981; Marchant-Heycox & Wilson 1992; Woody II, 1999,).

Dock är denna studie begränsad till just högekänslighet och kan därför inte bekräfta ovanstående forskning kring musiker mer än att visa att högekänslighet är ett utmärkande drag. För att detta ska vara möjligt krävs i så fall att studien upprepas och att fler testinstrument ingår som mäter personlighetsdrag tillsammans med testinstrumentet HSPS för att se om det finns ett signifikant samband mellan personlighetsdrag och högekänslighet hos musiker.

Frågeställning 2: *Finns det någon skillnad mellan kvinnliga musiker och manliga musiker i avseende på högekänslighet?* Resultatet visade på att det inte är någon signifikant skillnad mellan kvinnliga och manliga musiker. Medelvärdet på högekänslighet var för kvinnor något högre, men skillnaden var som sagt inte signifikant. Detta stödjer Kemp's (1985) och Hasslers (1990) studier om att musiker är en utmärkande psykologiskt androgyn grupp och att kvinnor och män inte skiljer sig åt i lika stor omfattning som andra grupper. Att kvinnliga musiker dock hade ett något högre medelvärde på högekänslighet stödjer Benhams

(2006) studie om könsskillnader gällande högekänslighet och att kvinnor skattar högre på högekänslighet än män. Resultatet kan dock ifrågasättas, då denna studie inte har mätt eventuella könsskillnader hos icke-musiker. Det skulle kunna vara så att även manliga och kvinnliga icke-musiker inte signifikant skiljer åt i avseende på högekänslighet. Kan man då hävda att musiker är en psykologiskt androgyn grupp? Nej, det kan man troligtvis inte då det även kan bero på att kvinnor och män generellt inte skiljer sig signifikant i avseende på högekänslighet. Därav krävs det vidare forskning där man även mäter könsskillnader i den kontrollgrupp som används som i det här fallet har varit icke-musiker.

Frågeställning 3: *Finns det något samband mellan självskattning av musikalitet och högekänslighet?* Resultatet visade på att det finns ett signifikant positivt samband mellan dessa variabler. Vilket betyder att skattar respondenten högt på högekänslighet så skattar respondenten även sin musikalitet högt. Resultatet skulle kunna tala emot tidigare forskning om positivt samband mellan högekänslighet och prestationsångest (Vergeer, 2008) och positivt samband mellan prestationsångest och låg självkänsla och låg tilltro till sin musikalitet (Driskill, 2012). Frågan kvarstår dock om vad som egentligen har mätts. I enkäten som ligger till grund för studien fanns en VAS-skala där respondenten skulle bedöma sin egen musikalitet. Det troliga är att frågan var otydlig och ofullständig och att den inte mäter vad som var tänkt, alltså att självskattning av sin musikalitet har ett samband med självkänsla. Det gick heller inte att säkerställa validiteten och reliabiliteten i självskattningsinstrumentet då det enbart bestod av en fråga. För att bedöma om självskattning av musikalitet och självkänsla har ett samband krävs att framtida studier består av instrument där validitet och reliabilitet kan säkerställas. Att musiker skattar sin musikalitet högt bör vara rimligt då dessa musiker har en relativt lång musikalisk bakgrund och att studiens frågeställning inte alls besvarar om det finns något samband med låg självkänsla och prestationsångest. Att resultatet visade på ett signifikant positivt samband kan förklaras med att fler musiker skattade både sin musikalitet och högekänslighet högt och att icke-musiker skattade sin musikalitet och högekänslighet lågt.

Reliabiliteten för mätinstrumentet HSPS har i denna studie och i tidigare forskning (Benham, 2006; Aron & Aron, 1997) visat sig vara god, med Cronbach's alfa-värden från 0,85 till 0,89. Godtagbar reliabilitet anses föreligga om Cronbach's alfa-värdet är 0,7 eller däröver (Field, 2009). Dock kan man ta dessa höga värden med viss försiktighet. Cronbach's alfa innebär att man mäter samtliga frågor i ett frågeformulär mot varandra för att se hur väl de korrelerar och därigenom bedöma om de anses mäta samma sak (Field, 2009). Det finns dock en fara med att utföra Cronbach's alfa på mätinstrument som innehåller många frågor. Risken finns att ett högt Cronbach's alfa-värde inte beror på god reliabilitet utan att det istället

beror på att mätinstrumentet innehåller många frågor som mäter samma sak (Field, 2009). HSPS består av 27 frågor som alla mäter högkänslighet, vilket skulle kunna anses vara många frågor i ett och samma instrument. Dock är HSPS ett erkänt och väletablerat mätinstrument för högkänslighet. Därav kan det nog anses vara säkerställt att HSPS verkligen mäter högkänslighet.

I denna studie visade det sig att variabeln ålder var snedfördelad mellan grupperna och att musiker hade en signifikant lägre medelålder än icke-musiker. En korrelation utfördes mellan högkänslighet och ålder för att utröna om ålder kan ha påverkat resultatet av högkänslighet. Det visade sig att det fanns ett signifikant negativt samband mellan ålder och högkänslighet, vilket innebär att grad av högkänslighet minskar ju äldre individerna är. Detta talar emot Aron (2010) som i sin omfattande forskning kring detta ämne har visat att högkänslighet ökar ju äldre individen är. Arons (2010) studie om samband mellan högkänslighet och ålder och den sneda åldersfördelningen i denna studie talar för att det är troligt att det egentligen inte finns något negativt samband mellan ålder och högkänslighet och att det istället beror på ålderskillnaden mellan grupperna. Detta kan givetvis ha påverkat resultatet i studien kring högkänslighet och musiker. Dock uppger Aron (1996) att högkänslighet i sig troligtvis är konstant och inte ökar beroende på att individen blir äldre utan förklarar det med att den högkänsliga individen påverkas mer och blir mer medveten om de symtom som högkänslighet ger, till exempel överkänslighet för sinnesintryck. Detta talar för att man inte helt kan förkasta studiens övriga resultat på grund av den sneda fördelningen av ålder.

Aron (1996) menar alltså att högkänslighet är konstant genom livet vilket borde betyda att den är genetiskt betingad. Som nämnts i tidigare forskning är att musikers musikaliska utveckling påverkas dels av sociokulturella faktorer och dels av biologiska faktorer (Kemp, 1981, 1985, 1996; Manturzewska, 1990; Woody II, 1999). Vilket betyder att både arv och miljö är faktorer som påverkar den musikaliska utvecklingen. Den forskning som har tagits upp i inledningen av den här studien visar på att högkänslighet och musikalitet påminner om varandra. Men hur mycket av den musikaliska förmågan är inlärd och hur mycket är genetiskt betingad och hur påverkas hjärnan av musikutövande? Människans hjärna är plastisk vilket innebär att den hela tiden anpassar sig och formar sig efter hur den används till exempel utifrån yttre stimuli och inre tankeprocesser (Ungerleider, Doyon & Karni, 2002). Musikutövande handlar mycket om att kunna ta in, selektera och bearbeta yttre och inre stimuli samt uppöva sin motoriska förmåga. En pianist måste samtidigt som den använder sina händer för att spela på pianot också samtidigt se och läsa noter och lyssna på vad den

och/eller andra spelar. Så den forskning som har visats om att musiker till exempel har bättre förmåga till kreativt tänkande (Woodward, 2015), mer grå hjärnsubstans (Gaser & Schlaug, 2003) och bättre uppfattningsförmåga (Dohn m.fl., 2012) kanske egentligen är ett resultat av långvarigt musikutövande och att musiker i sådana fall felaktigt uppfattas som genetiskt högekänsliga.

Det kan även ifrågasättas om respondenterna i urvalsgrupperna är likvärdiga bortsett från sysselsättning. Grupperna skiljer sig åt i både ålder och livssituation. I gruppen musiker var de flesta yngre och till största delen studerandes på högskolenivå medan gruppen icke-musiker var äldre och yrkesverksamma. För att få ett bättre urval hade man istället kunnat jämföra två grupper som mer liknar varandra i ålder och livssituation. Till exempel genom att enbart ha haft studenter från en musikhögskola i gruppen musiker och studenter från ett universitet eller högskola.

Aron (1996) menar, som tidigare nämnts, att högekänslighet är något som troligtvis finns hos kreativa grupper. Därför skulle framtida forskning om musiker och högekänslighet kunna vara att man jämför musiker med en annan kreativ grupp, som till exempel skådespelare eller konstnärer. Genom en sådan studie skulle man kunna få svar på om musiker är mer eller mindre högekänsliga än andra kreativa grupper och att man utifrån detta lättare kan avgöra om högekänslighet hos musiker till största delen är genetiskt betingat eller om den beror på inläringen av den musikaliska förmågan.

## **Slutord**

Hur påverkas högekänsliga musiker ur ett socio-kulturellt perspektiv och vad har studien för betydelse för de musiker som anses vara högekänsliga?

Känslighet är något som kan ses olika i olika delar av världen och att det handlar om kulturella skillnader. En studie gjord på barn i Kanada och i Kina visade på kulturella skillnader i avseende på känslighet. Det visade sig att jämnåriga barn i Kina respekterade och accepterade barn som ansågs vara känsliga, medan barn i Kanada inte gjorde det i lika hög grad (Chen, Rubin & Sun, 1992). Aron och Aron (1997) förklarar detta med att känslighet kan ses som något ”omanligt” i den kultur som finns i västvärlden.

Idag verkar det vara så att ”utåtriktad och flexibel” är de främsta och högst värderade egenskaperna på arbetsmarknaden. Gör man en fritextsökning på Arbetsförmedlingens (2015) sida för lediga jobb på ordet ”utåtriktad” får man cirka 2000 träffar. Söker man på ordet ”inåtvänd” får man noll träffar. Detta ställer höga krav på de som är högekänsliga och inte anser sig vara utåtriktade. Aron (1996) menar att samhället och de som är högekänsliga själva

bör fokusera på vad de har att erbjuda och göra det bästa av det i olika vardagssituationer. En studie visade att högkänsliga personer som har fått terapi och rådgivande samtal kring sin högkänslighet hade stor nytta av detta och att de därigenom fick information om att deras överkänslighet mot reaktioner på stimuli istället skulle ses som ett normalt tillstånd av deras personlighet (Aron & Aron 1997). Aron och Aron (1997) anser också att dessa personer bör beakta sin högkänslighet gällande val av livsstil, hälsa och yrke för att hantera och minimera risken för stress, ångest och utmattning.

Detta skulle kunna förklaras med att högkänsliga personer behöver göras medvetna om sin högkänslighet för att de ska kunna göra val i livet som gagnar individen. En högkänslig musiker bör därför göras medveten om detta för att få ut så mycket av sina musikaliska kvaliteter och musikaliska yrkesinriktning som möjligt. För att på så sätt förhindra att den högkänsliga musikern hämmas i sin musikaliska utveckling. Deras ökade medvetenhet om sin högkänslighet skulle troligen bidra till att färre musiker drabbas av stress och prestationsångest och att de, som musiker, hamnar utanför arbetsmarknaden.

Denna studie kan bidra till att musiker görs medvetna om att högkänslighet är ett utmärkande drag hos denna grupp och, att som Aron och Aron (1997) menar, att ökad kunskap om högkänslighet bidrar till högre livskvalitet.

Framtida forskning kring detta ämne skulle kunna vara en mer detaljerad och ingående studie kring hur just högkänsliga musiker hanterar sin högkänslighet och hur högkänsligheten påverkar den enskilde musikern.

## Referenser

- Amir, O., Amir, N., Kishon-Rabin L. (2003) The effect of superior auditory skills on vocal accuracy. *Journal of the Acoustical Society of America*, 113 (2003), pp. 1102–1108
- Arbetsförmedlingen (2015). *Lediga jobb*. Hämtad 2015-04-19 från <http://www.arbetsformedlingen.se/For-arbetssookande/Lediga-jobb.html>.
- Aron, E. (2010). *Psychotherapy and the Highly Sensitive Person*. New York: Routledge.
- Aron, E. N. (1996). *The highly sensitive person: How to thrive when the world overwhelms you*. Harmony, New York, NY: Broadway.
- Aron, E. N. (2000). *The highly sensitive person in love*. Harmony, New York, NY: Broadway.
- Aron, E. N. (2015), Intervju, *Sensitive The Movie part 2*. Hämtad 2015-04-22 från <http://sensitivethemovie.com/dr-elaine-aron-update-about-sensitive-the-untold-story-part-2/>
- Aron, E. N., & Aron, A. (1997). Sensory-processing sensitivity and its relation to introversion and emotionality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(2), 345–368.
- Aron, E. N., Aron, A., & Jagiellowicz, J. (2012). Sensory Processing Sensitivity: A Review in the Light of the Evolution of Biological Responsivity. *Personality & Social Psychology Review (Sage Publications Inc.)*, 16(3), 262. doi:10.1177/1088868311434213
- Axelsson, A., & Lindgren, F. (1981). Hearing in classical musicians. *Acta Oto-Laryngologica*, 91(S377), 1-100.
- Benham, G. (2006). The highly sensitive person: stress and physical symptom reports. *Personality and Individual Differences*, 40(7), 1433-1440. doi: <http://dx.doi.org.lib.costello.pub.hb.se/10.1016/j.paid.2005.11.021>.
- Bjålie, J. G., Miranda, U. J., & Toverud, K. C. (1998). *Människokroppen: Fysiologi och anatomi*. Liber.
- Bonnier (1996). Bonniers Musiklexikon. *Musikalitet*. 2:a uppl. 1983 , Bonnier Fakta Bokförlag, ISBN: 91-34-50958-5, sid 307
- Borg, E. & Westerlund, J. (2012) *Statistik för beteendevetare*. Stockholm: Liber AB.
- Brannon, L. (1996). *Gender: psychological perspectives*. Boston, MA: Allyn and Bacon.
- Carey, D., Rosen, S., Krishnan, S., Pearce, M. T., Shepherd, A., Aydelott, J., & Dick, F. (2015). Generality and specificity in the effects of musical expertise on perception and cognition. *Cognition*, 13781-105. doi:10.1016/j.cognition.2014.12.005
- Cervone, D. & Lawrence, A.P. (2013). *Personality: Theory and Research*. 12th ed. New York: Wiley, 2013. Print.



- Chen, X., Rubin, K. H. & Sun, Y. (1992). Social Reputation and Peer Relationships in Chinese and Canadian Children: A Cross-cultural Study. *Child Development*, 63, 1336-1343
- Comasco, E., Åslund, C., Orelund, L., & Nilsson, K. W. (2013). Three-way interaction effect of 5-HTTLPR, BDNF Val66Met, and childhood adversity on depression: a replication study. *European Neuropsychopharmacology*, 23(10), 1300-1306.
- Dohn, A., Garza-Villarreal, E. A., Heaton, P., & Vuust, P. (2012). Do musicians with perfect pitch have more autism traits than musicians without perfect pitch? An empirical study. *Plos One*, 7(5), e37961. doi:10.1371/journal.pone.003796
- Driskill, K. (2012). *Symptoms, Causes, and Coping Strategies for Performance Anxiety in Singers: A Synthesis of Research*. West Virginia University.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS*. Sage publications.
- Gaser, C., & Schlaug, G. (2003). Brain structures differ between musicians and non-musicians. *The Journal of Neuroscience*, 23(27), 9240-9245.
- Gibson, C., Folley, B. S., & Park, S. (2009). Enhanced divergent thinking and creativity in musicians: A behavioral and near-infrared spectroscopy study. *Brain And Cognition*, 69, 162-169. doi:10.1016/j.bandc.2008.07.009
- Güsewell, A., & Ruch, W. (2014). Are musicians particularly sensitive to beauty and goodness?. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 8(1), 96.
- Hassler, M. (1990). Testosterone and musical talent. *Experimental and clinical endocrinology*, 98(2), 89-98.
- Hayes, N. (2000). *Doing psychological research: gathering and analyzing data*. Buckingham: Open University Press.
- Häggglund, M. & Dahlin, D. (2012). *Drunkna inte i dina känslor : En överlevnadsbok för sensitivt begåvade*. Stockholm: Libris förlag
- Jagiellowicz, J., Xiaomeng, X., Aron, A., Aron, E., Guikang, C., Tingyong, F., & Xuchu, W. (2011). The trait of sensory processing sensitivity and neural responses to changes in visual scenes. *Social Cognitive & Affective Neuroscience*, 6(1), 38. doi:10.1093/scan/nsq001
- Jonsson, K., Grim K. & Kjellgren A. (2014). Do highly sensitive persons experience more nonordinary states of consciousness during sensory isolation? *Social Behavior and Personality*, 2014, 42 (9), 1495-1506. doi: <http://dx.doi.org/10.2224/sbp.2014.42.9.1495>

- Jung, C. G. (1923). *Psychological types: or the psychology of individuation*. Oxford, England: Harcourt, Brace.
- Kemp, A. E. (1981). The personality structure of the musician: I. Identifying a profile of traits for the performer. *Psychology of Music*.
- Kemp, A. E. (1985). Psychological androgyny in musicians. *Bulletin of the Council for Research in Music Education*, 102-108.
- Kemp, A. E. (1996). *The musical temperament: Psychology and personality of musicians*. Oxford University Press.
- Lagerblad A. (2012). *De Högekänsliga - Idagserie om att leva med extra känslighet för intryck*. *Svenska Dagbladet* 2012. Hämtad 2015-04-20 från [http://www.svd.se/nyheter/idagsidan/existentiellt/hogkansliga-pejlar-in-vagor-i-luften\\_7074009.svd](http://www.svd.se/nyheter/idagsidan/existentiellt/hogkansliga-pejlar-in-vagor-i-luften_7074009.svd)
- Langendörfer, F., Hodapp, V., Kreutz, G., & Bongard, S. (2006). Personality and performance anxiety among professional orchestra musicians. *Journal Of Individual Differences*, 27(3), 162-171. doi:10.1027/1614-0001.27.3.162
- Manturzevska, M. (1990). A biographical study of the life-span development of professional musicians. *Psychology of music*, 18(2), 112-139.
- Marchant-Haycox, S.E. & Wilson, G.D. (1992) Personality and stress in performing artists. *Personality and Individual Differences*, Vol 13(10), Oct 1992, 1061-10
- Micheyl C., Delhommeau K., Perrot X., Oxenham A.J.(2006). Influence of musical and psychoacoustical training on pitch discrimination. *Hearing Research*, 219 (2006), pp. 36–47
- Miller, K.E. & Quigley, B.M. (2012). Sensation-seeking, performance genres and substance use among musicians *Psychology of Music* July 2012 40: 389-410
- Musikhögskolan Ingesund (2015) *Allmän information antagningsprov*. Hämtad 2015-04-22 från <http://www.kau.se/musikhogskolan-ingesund/utbildning/musiklararprogrammet/allman-information-om-fardighetsproven-i-mus>
- Nationalencyklopedin (2015) *Androgyn*. Hämtad 2015-06-07 från <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/androgyn>.
- Nationalencyklopedin (2015). *Divergent tänkande*. Hämtad 2015-05-07 från <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/divergent-tänkande>.
- Nationalencyklopedin (2015). *Konvergent tänkande*. Hämtad 2015-05-07 från <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/konvergent-tänkande>.

- Nationalencyklopedin (2015). *Musikalitet*. Hämtad 2015-05-09 från <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/musikalitet>.
- Nationalencyklopedin (2015). *Musiker*. Hämtad 2015-04-22 från <http://www.ne.se/uppslagsverk/ordbok/svensk/musiker>.
- Oral, G. (2008). Sensation seeking and creativity in prospective educators and musicians. *The International Journal of Creativity & Problem Solving* 18.2 (Oct 2008): 81-86
- Parasuraman, S., & Purohit, Y. S. (2000). Distress and boredom among orchestra musicians: The two faces of stress. *Journal Of Occupational Health Psychology*, 5(1), 74-83. doi:10.1037/1076-8998.5.1.74
- Rizzo-Sierra, C. V., Leon-S, M. E., & Leon-Sarmiento, F. E. (2012). Higher sensory processing sensitivity, introversion and ectomorphism: New biomarkers for human creativity in developing rural areas. *Journal Of Neurosciences In Rural Practice*, 3(2), 159. doi:10.4103/0976-3147.98314
- Spiegel M.F. & Watson C.S. (1984). Performance on frequency-discrimination tasks by musicians and non-musicians. *Journal of the Acoustical Society of America*, 76 (1984), pp. 1690–1696
- Ungerleider, L. G., Doyon, J., & Karni, A. (2002). Imaging brain plasticity during motor skill learning. *Neurobiology of learning and memory*, 78(3), 553-564.
- Watson, P., & Valentine, E. (1987). The practice of complementary medicine and anxiety levels in a population of musicians. *Journal of the International Society for the Study of Tension in Performance*, 4(2), 26-30.
- Vergeer, I. (2008), An examination of the relationship between sensory-processing sensitivity and competitive anxiety in male and female athletes. *Inaugural Conference of the British Psychological Society's Division of Sport and Exercise Psychology*. London, England.
- Vetenskapsrådet. (2011). Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning [Elektronisk version]. Stockholm: Vetenskapsrådet.
- Wewers M.E. & Lowe N.K. (1990) A critical review of visual analogue scales in the measurement of clinical phenomena. *Research in Nursing and Health* 13, 227±236.
- Wilson, G. D. ( 1997). Performance anxiety. *The social psychology of music*. Oxford: University Press.
- Woodward, J. (2015). The Creative Thinking Ability of Musicians and Nonmusicians. *Psychology of Aesthetics, Creativity & the Arts*. Feb2015, Vol. 9 Issue 1, p75-80. 6p.

- Woody II, R.H (1999). The Musician's Personality, *Creativity Research Journal*, Vol. 12 Iss. 4.
- Vuust, P., Gebauer, L., Hansen, N.C., Ramsgaard-Jørgensen, S., Møller, A. & Linnet, J. (2010) Personality influences career choice: sensation seeking in professional musicians; *Music Education Research* Volume 12, Issue 2, 2010; 219
- Zarate, J.M., Ritson, C.R. & Poeppel, D. (2012) Pitch-interval discrimination and musical expertise: Is the semi-tone a perceptual boundary? *Journal of the Acoustical Society of America*, 132 (2012), pp. 984–993

Tabell 1:

*Medelvärden (M) och standardavvikelse (SD) för Högekänslighet och Musikalitet med avseende på Sysselsättning (musiker, icke-musiker) samt Kön (män, kvinnor).*

	Musiker				Icke-musiker			
	Män		Kvinnor		Män		Kvinnor	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Högekänslighet	115,2	20,25	122,82	22,82	98,1	19,1	105,68	18,8
Musikalitet	73,41	15,5	77,05	16,8	31,18	21,6	29,42	22,653

## C-uppsats i psykologi – En kvantitativ enkätstudie

### Information:

Mitt namn är Magnus Lindholm och jag läser Vård-och Stödsamordnarprogrammet vid Karlstads Universitet.

Det här är en enkätstudie till min C-uppsats i psykologi som syftar till att undersöka skillnader i personlighetsdrag hos professionella musiker och hos personer som inte är professionella musiker. Enkäten innehåller bakgrundsfrågor samt ett separat personlighetstest och tar mellan fem och tio minuter att fylla i.

Enkäten är frivillig att fylla i och Du kan när som helst avbryta. Ditt deltagande betyder dock mycket för resultatet av studien.

### Konfidentialitet:

Alla uppgifter kommer att behandlas helt konfidentiellt, vilket innebär att ingen annan förutom jag och min handledare/examinator kommer att ha tillgång till rådatan. Din identitet skyddas genom kodning och total konfidentialitet garanteras. Resultatet kommer enbart att redovisas på gruppnivå. Insamlade uppgifter om Dig kommer enbart att användas för detta forskningsändamål – och ingenting annat.

### Förtydliganden:

Med *professionell musiker* menas i det här avseendet personer som har musik som sitt yrke, eller som studerar till musiker eller musiklärare.

Med *amatörmusiker* menas personer som uppträder med musik, enskilt eller i orkester men som inte har musiken som sitt huvudsakliga yrke.

Tack för Ditt deltagande!

### Kontaktuppgifter student:

Magnus Lindholm  
070-5690112  
[magnlind103@student.kau.se](mailto:magnlind103@student.kau.se)

### Kontaktuppgifter handledare:

Nina Svensson  
054-7002242  
[nina.svensson@kau.se](mailto:nina.svensson@kau.se)

### Bakgrundsfakta

1. Man ( ) Kvinna ( )
2. Ålder .....
3. Studerande/yrkesverksam musiker ( ) Ej studerande/yrkesverksam musiker ( )  
Har du kryssat i att du är musiker hoppa du över fråga 4 och fråga 5
4. Spelar Du något instrument på fritiden? Ja ( ) Nej ( )
5. Har Du någon gång verkat som amatörmusiker? Ja ( ) Nej ( )
6. Om Du skulle bedöma din egen musikalitet. Hur musikalisk anser Du att du är?  
**Inte alls** **Mycket**

(Sätt ett kryss på linjen där Du tycker att du befinner Dig)

*Bilaga 3, HSPS-formulär*

Besvara frågorna nedan genom att ringa in den siffra (1-7) som du anser överensstämmer med din uppfattning om dig själv. Siffran 1 innebär att du inte alls instämmer i påståendet och siffran 7 innebär att du instämmer helt i påståendet.

1. **Överväldigas du lätt av starka sinnesintryck från omgivningen?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

2. **Känns det som att du är medveten om subtila nyanser i din omgivning?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

3. **Påverkas du av andra personers humör?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

4. **Känns det som att du är mer smärtekänslig än andra?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

5. **När du har krävande dagar, känns det då som att du behöver dra dig undan och lägga dig i ett mörkt rum eller något annat ställe där du får vara ensam och slippa stimulans?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

6. **Är du särskilt känslig för effekterna av koffein?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

7. **Överväldigas du lätt av sådant som starka ljus, sträva tyger, eller sirener i närheten?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

8. **Har du rik och livlig fantasi?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

9. **Tycker du att starka ljud är obehagliga?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

10. **Blir du mycket rörd av konst eller musik?**  
Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt
11. **Upplever du ibland att du är så splittrad att du helt enkelt måste vara ensam ett tag?**  
Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt
12. **Är du samvetsgrann?**  
Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt
13. **Överrumplas du lätt?**  
Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt
14. **Blir du stressad när du har mycket du måste göra på kort tid?**  
Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt
15. **När människor inte finner sig till rätta i sin fysiska omgivning, brukar du då veta vad som måste göras för att få dem att känna sig bättre (t.ex. genom att ändra belysningen eller var de sitter)?**  
Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt
16. **Blir du irriterad när människor försöker få dig att göra för många saker på en gång?**  
Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt
17. **Kämpar du mycket med att inte göra misstag eller att inte glömma bort saker?**  
Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt
18. **Är du noga med att undvika våldsfilmerna eller våld på TV?**  
Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt
19. **Blir du obehaglig till mods när du har mycket omkring dig?**  
Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt
20. **Reagerar du starkt när du är väldigt hungrig, så att du tappar koncentrationen?**  
Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt



**21. Blir du skärrad av förändringar i tillvaron?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

**22. Märker du, och uppskattar du, goda dofter, smaker, ljud och konstverk?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

**23. Känner du obehag om du har mycket på gång samtidigt?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

**24. Prioriterar du särskilt att inordna ditt liv så att du undviker oroande eller överväldigande situationer?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

**25. Störs du av intensiva sinnesintryck, såsom starka ljud eller kaotiska scenarier?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

**26. Om du måste visa dig på styva linan eller om du måste bli observerad när du utför en uppgift, blir du då så nervös att du presterar mycket sämre än annars?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

**27. Tyckte dina föräldrar eller lärare att du var känslig eller blyg när du var liten?**

Instämmer inte alls 1 2 3 4 5 6 7 Instämmer helt

### Etiskt protokoll

*Vilken nytta medför studien? (för deltagaren och för vetenskapen)*

I den forskning som finns anges att högekänslighet troligen även finns hos en stor del av personer inom estetisk verksamhet, såsom till exempel musiker, konstnärer, dansare och skådespelare. Jag tycker därför att det är viktigt att ta reda på om det verkligen är så att personer med estetiska inriktningar i högre grad än andra är högekänsliga. Om det visar sig att det är så kan forskningen bidra till att, i det här fallet musiker, görs medvetna om sin högekänslighet och som i sin tur kan minska risken för till exempel stress, depression och ångest, vilket enligt forskningen har ett samband med högekänslighet. Om man genom medvetenhet minskar risken för dessa faktorer, kan det medföra att musikerna presterar bättre samt minskar risken för sjukskrivning och att hamna utanför arbetsmarknaden.

*Vilka risker finns för deltagaren? (finns det till exempel någon risk med valda instrument?)*

Risken bör vara i princip obefintlig att deltagaren utsätts för några risker i samband med studien, då den valda metoden är anonyma enkäter. Ingen känslig information efterfrågas som kan leda till att respondentens identitet röjs. Dock innehåller enkäten frågor om känslighet och personlighet, vilket kan väcka tankar hos respondenten om sitt liv och sitt beteende. Om enkäten lämnas ut till en stor del deltagare samtidigt, finns risken att respondenten inte har möjlighet att fylla i enkäten i lugn och ro och blir störd, vilket kan bidra till att resultatet av undersökningen försämras, samt att respondentens identitet riskerar att röjas om fler deltagare är närvarande.

*Hur kan riskerna minskas?*

Ingen känslig information så som namn och personnummer kommer att efterfrågas. Det ska eftersträvas att respondenten har möjlighet att fylla i enkäten i lugn och ro utan påverkan av andra personer och för att undvika att identifiera vem som har svarat på enkäten. Dock innehåller enkäten frågor om känslighet och personlighet, vilket kan väcka tankar hos respondenten. Detta finns i åtanke och därför informeras klienten om vad datan ska användas till och att anonymitet och konfidentialitet garanteras. På enkäten finns även kontaktuppgifter om respondenten har frågor eller funderar över något kring enkäten.

*Vilken information kommer deltagaren att få?*

Deltagarna informeras om syftet med studien samt att anonymitet och konfidentialitet garanteras. Genom att respondenten lämnar in enkäten ger denne sitt samtycke till deltagande. Deltagarna informeras om att det är frivilligt att delta, samt att man när som helst

kan avbryta sitt deltagande genom att inte lämna in sin enkät. De informeras om att datan som samlas in är konfidentiell och att den inte går att spåra till någon respondent.

*Hur ger deltagaren sitt samtycke? Ska någon mer ge sitt samtycke?*

Genom att svara på enkäten och lämna in den ger deltagaren sitt samtycke till att medverka i studien. Då enkäten är tänkt att lämnas ut vid arbetsplatser och högskolor kommer kontakt att tas med arbetsgivare respektive rektorer för att få tillåtelse att besöka platsen, uppehålla sig i lokalerna och att få möjlighet att informera om studien samt lämna ut enkäten.

*Hur ska data hanteras? (Hur ska till exempel transkriberingar hanteras? Ska data lagras?*

*Hur ska data analyseras?*

Den data som samlas in kommer att bearbetas och analyseras i statistikprogrammet SPSS.

Datan (enkäter samt datafiler i SPSS) kommer att sparas och hanteras varsamt fram till dess studien är färdigställd och kommer sedan att förstöras.

*Hur ska konfidentialitet garanteras, och spårbarhet minskas?*

Det kommer i enkäten inte efterfrågas om känsliga personuppgifter såsom namn, personnummer eller adress. Med den information som efterfrågas kommer det på intet sätt gå att spåra vem som har svarat på en specifik enkät.

*Hur får deltagarna del av resultatet?*

Deltagarna kommer att informeras om att de kommer att kunna ta del av uppsatsen så fort den är färdigställd och upplagd i databasen DiVA.