



LUNDS
UNIVERSITET

Institutionen för psykologi
Kandidatuppsats

Ett flexibelt perspektiv på kreativitet och empati

-Är perspektivtagande och empatisk omsorg relaterat till kreativitet och psykologisk flexibilitet?

A flexible perspective on creativity and empathy

-Is perspective-taking and empathic concern related to creativity and psychological flexibility?

Nadja Latrach, Thea Naurin och Ebba Schelin

Kandidatuppsats VT 2022

Handledare: Eva Hoff & Sima Wolgast

Examinator: Yunhwan Kim

Abstract

In this thesis, the relationship between cognitive empathy (perspective-taking), emotional empathy (empathetic concern), creativity and psychological flexibility was examined. The hypothesis for the study was that perspective-taking has a positive correlation with both creativity and psychological flexibility, that empathetic concern has a positive correlation with creativity and psychological flexibility, and that creativity has a positive correlation with psychological flexibility. The study also examined whether differences in sex could be detected within the variables. It is a quantitative study with 177 participants who answered an online-distributed survey. The hypotheses were examined with two tests on creativity, two tests on psychological flexibility and one test on cognitive and emotional empathy. The results indicate that perspective-taking correlated with Creative Personal Identity and with both psychological flexibility and inflexibility. Empathetic concern correlated with Creative Personal Identity. Psychological flexibility and inflexibility correlated with Creative Self-efficacy and cognitive flexibility. Creative fluency correlated with psychological inflexibility. Differences in sex were only detected in perspective-taking and empathetic concern.

keywords: perspective-taking, empathetic concern, creativity, psychological flexibility

Sammanfattning

I den här kandidatuppsatsen har relationerna mellan kognitiv empati (perspektivtagande), emotionell empati (empatisk omsorg), kreativitet och psykologisk flexibilitet undersökts. Hypoteserna för studien var att perspektivtagande har en positivt korrelation med både kreativitet och psykologisk flexibilitet, att empatisk omsorg korrelerar positivt med kreativitet och psykologisk flexibilitet, samt att kreativitet korrelerar positivt med psykologisk flexibilitet. Utöver det undersöktes även huruvida könsskillnader föreligger inom variablerna. Uppsatsen baserades på en kvantitativ korrelationsstudie där sammanlagt 177 deltagare svarade på en webb-distribuerad enkät. Hypoteserna mättes genom två olika test för kreativitet, två test för psykologisk flexibilitet och ett test för perspektivtagande och empatisk omsorg. Resultaten visade på att perspektivtagande korrelerade med kreativ personlig identitet, psykologisk flexibilitet och inflexibilitet. Empatiskt omsorg korrelerade med kreativ personlig identitet. Psykologisk flexibilitet och inflexibilitet korrelerade med kreativ self-efficacy och kognitiv flexibilitet. Kreativt flöde korrelerade med psykologisk inflexibilitet. Det förelåg enbart könsskillnader i perspektivtagande och empatiskt omsorg.

nyckelord: perspektivtagande, empatisk omsorg, kreativitet, psykologisk flexibilitet

Tack

Vi vill uttrycka ett stort tack till alla deltagare som gjort vårt arbete möjligt samt till våra handledare Eva Hoff och Sima Wolgast som guidat oss genom processen. Vi vill också tacka våra familjer och vänner som har hjälpt och stöttat oss när det behövts.

Ett flexibelt perspektiv på kreativitet och empati

Världen idag tycks vara mer polariserad än någonsin. Familjemedlemmar och livslånga vänskaper splittras då åsikter och sakfrågor delar våra identiteter. “Vi och dom”-tänk verkar kunna appliceras på såväl politiska åsikter som ifall ananas på pizza är socialt acceptabelt eller ej. Ett dagsaktuellt exempel är kriget som Ryssland startade mot Ukraina i början av detta år. Medan kriget för somliga förefaller bisarrt och utan syfte, framstår det för andra som befogat och legitimt. Det kan vara svårt att förstå hur vissa kan rättfärdiga gärningar som för andra uppfattas som inhumana våldshandlingar.

Perspektivtagande är den kognitiva förmågan att vara flexibel, kunna anta andras perspektiv och föreställa sig världen från någon annans synvinkel (Galinsky et al, 2008). För att ha en chans att förstå varför människor tänker och beter sig som de gör, kan perspektivtagande vara en viktig förmåga och en eventuell del i ekvationen för att föra människor närmare varandra. Empatisk omsorg är mycket likt perspektivtagande, men skiljer sig då det är förmågan att på ett känslomässigt plan kunna känna det andra känner och på så sätt knyta an till andra (Galinsky et al., 2008).

Psykologisk flexibilitet är individers förmåga att acceptera inre och yttre omständigheter och tillåta sig själva att känna det de känner (Ramaci et al, 2019). Det involverar egenskaper som gör det möjligt för människor att vara närvarande och i kontakt med sina känslor och minnen (Ramaci et al, 2019).

Kreativitet är ytterligare en viktig del hos människor som dels rör människors kreativa karaktärsdrag (Karwowski, 2012) och förmågan att tänka utanför konventionella ramar (Guilford, 1967). Förmågan värdesätts både privat och på arbetsmarknaden (Björkman, 2020). Som Astrid Lindgren en gång sa “Allt stort som skedde i världen skedde först i någon människas fantasi” (Astrid Lindgren AB, u.å). Utan den kreativa förmågan tar sig människor inte framåt.

Syftet med denna kandidatuppsats är att undersöka relationerna mellan de kognitiva (perspektivtagande) och emotionella (empatisk omsorg) aspekterna av empati, kreativitet och psykologisk flexibilitet. De tycks alla vara värdefulla komponenter i det personliga livet och i förhållande till samhället som stort. Kanske kan människor genom att sätta sig in i andras perspektiv, genom att vara empatiska, genom att tänka nytt och vara i kontakt med sina känslor, skapa en lite varmare och mer tolerant värld.

Teori

I teoridelen görs först en begreppsdefinition, därefter redovisas teorier samt tidigare forskning på variablerna som undersöks. Studien behandlar den kognitiva och den emotionella delen av empati, som under rapportens gång kommer att refereras till som perspektivtagande respektive empatisk omsorg. För att tydliggöra har vi valt att göra en uppdelning av kreativitetsskalorna i delskalorna kreativ self-efficacy, kreativ personlig identitet, kreativt flöde, kognitiv flexibilitet och originalitet. Teorier och tidigare forskning presenteras slutligen även för psykologisk flexibilitet och psykologisk inflexibilitet. Detta är variablerna som testas i studiens hypoteser.

Perspektivtagande och empatisk omsorg

Ordet “empathy” tillkom i det engelska lexikonet i början av 1900-talet (Frankel, 2017). I Cambridge Dictionary definieras begreppet som “the ability to share someone else's feelings or experiences by imagining what it would be like to be in that person's situation”. Enligt Davis (1980) och Galinsky et al. (2008) finns det två aspekter av begreppet empati. Dels den kognitiva aspekten, även kallat perspektivtagande, vilket är det praktiska och tankemässiga sätt då en individ sätter sig in i andras synsätt. Den emotionella aspekten av empatin är förmågan att känna med andra på ett känslomässigt plan (Davis, 1980; Galinsky et al., 2008), vilket är det som kommer refereras till som empatisk omsorg.

Det finns forskare som inte kategoriserar begreppet empati som kognitiv eller emotionell. I dessa fall har empati utifrån kontext tolkats i enlighet med Galinsky et al. (2008) och Davis (1980) definition av emotionell empati. Exempelvis Molenberghs (2017), som delade in empati i tre underkategorier. Den första delen är affektiv empati vilket är förmågan att dela andras känslor, förmågan att känna vad andra känner. Den andra delen är kognitiv empati som handlar om att förstå andras känslor, utan att nödvändigtvis känna dem själv. Den tredje och sista beståndsdel enligt Molenberghs (2017) är känslomässig reglering, det vill säga förmågan att kunna kontrollera sina känslor. De två förstnämnda underkategorierna kan likställas med perspektivtagande och empatisk omsorg, men den tredje beståndsdel, känslomässig reglering går förbi studiens syfte och kommer därför inte studeras eller diskuteras djupare.

“Perception action model for empathy” (PAM) är en modell som lägger vikt vid perception, den grundläggande mekanismen bakom vår upplevda empati (Preston & Dewal, 2001). När en individ upplever en emotion som resultat av någon annans känslotillstånd, uppstår enligt PAM empatisk omsorg (Preston, 2007).

Perspektivtagande definieras som en individs kognitiva förmåga att se på ting från andra individers perspektiv. Galinsky et al. (2008) menade att förmågan att anta andras perspektiv kan vara fördelaktigt för att komma fram till nya lösningar på problem. Mead och Morris (1934) uttryckte att perspektivtagande är essentiellt för mänsklig social kapacitet. Perspektivtagande hjälper människor att anpassa sitt beteenden efter andras förväntningar. Det möjliggör skapandet av tillfredsställande, interpersonella relationer, då perspektivtagande möjliggör individens förmåga att förutse både reaktioner och beteenden hos andra människor (Davis, 1983). Förmågan att förstå ståndpunkten hos en annan menade Davis et al. (1996) resulterar i mindre egocentrism och ökad altruism.

Den empiriska forskningen om kognitiv empati har påträffat två grundläggande fenomen där en individ antar perspektivet hos en utomstående. Regan och Totten (1975) beskrev det första fenomenet: hur en individ genom perspektivtagande är mer trolig att kausalt attribuera en annan individs beteende. Det uppfattade beteendet hos den andre tillskrivs situationella förklaringar snarare än dispositionella, eftersom perspektivtagande kan ge individen en helhetsbild och därmed en ökad förståelse av bakomliggande orsaker till beteendet (Regan & Totten, 1975). Batson et al. (1989) menade på att det andra fenomenet innebär att perspektivtagande ofta sker när en individ uppfattar att någon är i behov av emotionellt stöd. Detta eftersom det skapar förändringar i de känslomässiga reaktionerna hos den observerande individen (Batson et al., 1989).

Mead och Morris (1934) diskuterade perspektivtagande utifrån individers förmåga att anta roller, något som är viktigt för människors förmåga att på ett mer effektivt sätt kunna uppträda i samhället. Rolltagandet kan hjälpa människor att övervinna egocentrism och ytterligare ge dem möjlighet att anpassa sitt beteende utifrån andra människors förväntningar. Vidare kan det även göra interpersonella relationer mer njutbara. Mead och Morris (1934) lade vikt vid det icke-egocentriska beteendet att använda sig av perspektivtagande.

Perspektivtagande är en fundamental social färdighet vilken associeras med förmågan att se olika anledningar till människors agerande (Miller et al., 1983). Trots att de flesta vuxna människor är kapabla att sätta sig in i andras perspektiv har forskning visat att det finns skillnader i vilken grad människor habituellt upplever detta psykologiska tillstånd (Fenigstein et al., 1975).

Könsskillnader inom perspektivtagande och empatisk omsorg. Tidigare forskning rörande könsskillnader inom empati fokuserar på barn och tonåringar (Blakemore & Choudhury, 2006; Eisenberg & Lennon, 1983; Lam et al., 2012; Van der Graaff et al., 2014).

Tonåren är en viktig tidsperiod för empatiutveckling. Relationella samt kognitiva förändringar verkar påverka tonåringens förmåga att anta andras perspektiv (Blakemore & Choudhury, 2006). Flannery och Smith (2017) fann i sin studie rörande könsskillnader inom perspektivtagande att flickor hade en högre perspektivtagande förmåga, samt att de var mer benägna att i vänskaper anta sin väns perspektiv. Pojkar blev i tonåren mindre benägna att anta en annans perspektiv trots att de besitter samma utvecklade förmåga att göra det som flickor (Flannery & Smith, 2017).

Flickors förmåga att känna empatisk omsorg har i forskning rapporterats vara högre än pojkars (Eisenberg & Lennon, 1983). Lam et al. (2012) och Van der Graaff et al. (2014) beskrev att skillnader i empatisk omsorg generellt börjar skilja sig åt mellan flickor och pojkar vid 12-13 års ålder. Utvecklingen i empatisk omsorg stannar då upp för tjejer medan ett försvagande rapporterades hos tonårspojkarna. Vidare teoretiserades det av Lam et al. (2012) att könsstereotyper som menar att kvinnor bör ha högre empatisk omsorg gör att kvinnor betar sig i enlighet med det. Den högre uppfattade empatiska omsorgen som tillskrivs kvinnor kan därmed snarare härstamma i könsnormer än biologiska skillnader.

Kreativitet i relation till perspektivtagande och empatisk omsorg

För att kallas kreativa behöver idéer vara både nyskapande och användbara. Grant et al. (2011) poängterar att för att en idé ska vara användbar för andra människor kan perspektivtagande vara en nödvändig komponent. Perspektivtagande kan agera som ett filter för att hjälpa människor avgöra vilka idéer som är användbara och vilka som bör utvecklas (Grant et al. 2011). När en individ sätter sig in i andras perspektiv kan denne bättre förutsäga vad andra vill ha och genom det förstärks den prosociala motivationen till kreativitet. I sin studie fann Grant et al. (2011) stöd för sin hypotes att relationen mellan motivation och kreativitet påverkas av hur stort individens fokus på andra människor är. Det vill säga prosocial motivation stärker bandet till kreativitet.

I följande stycken redogörs för andra forskares studier om kreativitet i relation till empati. Det framgår inte hur de definierar empati, så därför har vi återigen utifrån kontext valt att tolka empati som empatisk omsorg i enlighet med Galinsky et al. (2008) och Davis (1980).

Takeuchi et al. (2014) hittade i sin kreativitetsstudie, vars syfte var att undersöka relationer mellan systematisering, empatisk omsorg och autism, resultat som indikerar ett positivt samband mellan empatisk omsorg och "creativity measured by divergent thinking" (CDT). I studien genomförde deltagarna flertal kreativitetstest samt besvarade frågor rörande

empatisk omsorg och systematisering. Wakabayashi et al. (2007) hade i en tidigare studie konstaterat att personer på autismskalan generellt har högre systematiseringsförmåga och lägre förmåga för empatisk omsorg än människor utan autistiska drag. Takeuchi et al (2014) fann ett samband mellan hög empatisk omsorg och CDT. Tidigare forskning har funnit att personer med höga CDT poäng är associerade med andra prosociala drag som interpersonell, emotionell intelligens (Chavez-Eakle et al., 2006; Takeuchi et al., 2013). Takeuchi et al's (2014) studie stödjer åskådningen att prosociala drag och kreativitet har ett positivt samband.

Form och Kaernbach (2018) gjorde sin studie med utgångspunkten att kreativa människor drar nytta av att vara införstådda i andra människors känslor. En tidigare uppfattning har varit att empatisk omsorg kan hjälpa individer att förutse reaktioner från utomstående och anpassa sin produkt efter andra människors behag (Simonton, 2000). Vidare kan människor anpassa produktens mängd originalitet för att för få ökad uppskattning (Simonton, 2000). I motsättningen till tidigare forskning beskrev Form och Kaernbach (2018) hur för mycket empatisk omsorg gör att individer inte kan njuta av processen när det de har skapat ska bedömas. Den empatiska omsorgen kan göra att för stort fokus läggs på andras värderande av den kreativa prestationen. Det på bekostnad av att skapa för den egna lustens skull (Form & Kaernbach, 2018).

Könsskillnader inom kreativitet. Tidigare studier har inte upptäckt att det föreligger några könsskillnader relaterat till nivån kreativitet. Baer och Kaufman (2008) menade att det troligtvis beror på att resultat ofta har varit inkonsekventa. Både Baer och Kaufman (2008) och Ai (1999) beskrev dock att manligt kreativt skapande gärna ses som något överlägset kvinnligt kreativt skapande. Anledningen till det tros vara ett större engagemang och uppmuntran för män och en brist på stöd för kvinnligt kreativt skapande. Män har därför historiskt ansetts besitta en högre kreativ förmåga än kvinnor, däremot har inget stöd för den uppfattningen påträffats i empiriska studier.

Kreativ self-efficacy och kreativ personlig identitet

Kreativ self-efficacy har definierats av Tierney och Farmer (2002) som tron på den egna kreativa förmågan. Bandura (2007) menade vidare att self-efficacy berör tron på vad en kan göra med ens tillgängliga resurser. Personer med hög kreativ self-efficacy är generellt sett mer benägna att vidga sina sökningar efter information och ta till sig kunskap och stöd från andra i utvecklandet av sina kreativa idéer (Tierney & Farmer, 2002). Kreativ personlig identitet är istället den betydelse kreativitet har för en individs självbild (Jaussi et al., 2007). Människor vill gärna agera i linje med sin självbild, så om en individ har hög kreativ

personlig identitet kommer hen även vilja vara kreativ (Jaussi et al., 2007). En sådan individ är även mer motiverad att ta in information som är i linje med sin höga självskattade kreativitet (Tierney & Farmer, 2002).

Kreativt flöde, kognitiv flexibilitet och originalitet

Guilford (1967) menade på att finns det flera begrepp som kännetecknar kreativitet: kreativt flöde, kognitiv flexibilitet och originalitet. Kreativt flöde är en individs förmåga att generera många olika idéer (Guilford, 1967). En av beståndsdelarna i kreativitet som ofta framhålls är kognitiv flexibilitet – den mentala förmågan att växla mellan olika koncept, att övervinna fasta associationsmönster och skapa nya associationer (Guilford, 1967). Carson et al. (2005) ansåg att hög kognitiv flexibilitet är förknippat med bättre kreativa prestationer.

Ordet kreativitet har definierats utifrån två aspekter av Mayer (1999) samt Runco och Jaeger (2012): originalitet och effektivitet. Originalitet har ett mycket starkt samband med både kreativitet och innovation (Mayer, 1999; Runco & Jaeger, 2012). Originalitet beskrevs av Runco och Jaeger (2012) som nödvändigt för den kreativa förmågan men att den i sig inte är tillräcklig. Originaliteten måste vara förankrad i verkligheten för att den ska klassas som kreativ, eftersom idéer som är originella inte per automatik blir användbara enbart för att de är unika eller ovanliga (Runco, 1988). För att originaliteten ska vara till nytta bör den även vara effektiv. Effektiviteten kan beskrivas som användbar, passande eller lämplig och bör bidra med att underlätta skapandet av nödvändiga och nyttiga idéer och produkter (Runco & Jaeger, 2012).

Psykologisk flexibilitet och inflexibilitet

Psykologisk flexibilitet har definierats av Ramaci et al. (2019) som förmågan att till fullo leva i nuet och vara mottaglig för tankar, känslor och intryck. Att vara psykologiskt flexibel innebär att även negativa tankar om situationer som uppstår accepteras av personen ifråga som inte låter sina värderingar eller sitt beteende påverkas i någon större utsträckning av eventuella motgångar. Individer med hög psykologisk flexibilitet besitter därmed förmågan att agera på ett långsiktigt sätt som stämmer överens med sina värderingar snarare än att agera impulsivt och kortsiktigt på händelser, tankar och känslor (Ramaci et al., 2019). Det kortsiktiga agerandet är ofta ett sätt att undvika inre negativa känslor.

Motsatsen till psykologisk flexibilitet är psykologisk inflexibilitet, även kallat upplevelsemässigt undvikande (Myrälfs konsultation, u.å). Individer som är psykologisk inflexibla försöker ofta kontrollera och undertrycka jobbiga känslor, tankar, minnen och kroppsliga förnimmelser (Hayes et al., 2006). Psykologisk inflexibilitet kopplas generellt till

lägre livstillfredsställelse och sämre välmående (Kashdan & Rottenberg, 2010). Troligtvis uppkommer psykologisk inflexibilitet genom verbala tillsägelser och i sociala kontexter (Boykin et al., 2018). Inlärda beteenden, som “killar ska inte gråta”, skapar automatiserade responser som tas i uttryck oavsett miljö och kontext. Det är viktigt för individer med hög psykologisk inflexibilitet att strikt efterfölja samhällets regler (Boykin et al., 2018). Boykin et al. (2018) påvisade att psykologisk inflexibilitet påverkas av samspelet mellan faktiska upplevelser och minnen av dem. Att tänka tillbaka på en traumatisk upplevelse åberopar samma psykologiska och fysiska processer som när händelsen ägde rum (Boykin et al., 2018). En reaktion på jobbiga upplevelser är därför att förtrycka dem. Försök att trycka undan jobbiga minnen kan förminska känslomässigt engagemang i handlingar som leder till att personen inte vågar vara i kontakt med sina känslor. Därmed förvärras lidandet (Hayes et al., 2012).

Könsskillnader inom psykologisk flexibilitet. Det har inte förts tidigare forskningen kring potentiella könsskillnader rörande psykologisk flexibilitet eller psykologisk inflexibilitet.

Syfte och hypoteser

I samarbete med ett pågående forskningsprojekt vid Lunds Universitet har vi fått möjlighet att vidare undersöka sambanden mellan kognitiv empati, emotionell empati, kreativitet och psykologisk flexibilitet. Med utgångspunkt i tidigare presenterad forskning och etablerade teorier lyder våra hypoteser följande:

H1: Kognitiv empati (perspektivtagande) korrelerar positivt med kreativitet

H2: Emotionell empati (empatisk omsorg) korrelerar positivt med kreativitet

H3: Kognitiv empati (perspektivtagande) korrelerar positivt med psykologisk flexibilitet

H4: Emotionell empati (empatisk omsorg) korrelerar positivt med psykologisk flexibilitet

H5: Psykologisk flexibilitet korrelerar positivt med kreativitet

H6: Den sista hypotesen är utforskande där vi vill undersöka om det föreligger könsskillnader inom variablerna

Metod

Deltagare

Vi använde oss av ett bekvämlighetsurval för att rekrytera deltagare bland yrkesverksamma personer och studenter över 18 år. Deltagarna i studien rekryterades genom snöbollsurval då en länk till vår studies enkät publicerades på de sociala plattformarna Facebook, Instagram och LinkedIn, samt via våra respektive kontakter. Vid datainsamlingens

slut hade enkäten nått ut till 385 personer. Av de besvarade 177 personer enkäten till fullo vilket ger en svarsfrekvens på 46%. Det slutgiltiga urvalet bestod av 61% kvinnor, 39% män och 0.6% annat. Bland deltagarna var 46% 18-25 år, 23% 26-35 år, 8% 36-45 år, 12% 46-55 år, 9% 56-65 år och 2% 66+år. Rörande deltagarnas primära sysselsättningen arbetade 50%, 45% studerade och 5% angav övrigt. Vi eftersträvade en så jämn könsfördelning som möjligt men det visade sig vara svårt att uppnå då kvinnor var mer benägna att svara på enkäten än män. Utöver en överrepresentation av kvinnliga svarande var det även fler mellan åldrarna 18-25 som svarade på enkäten än någon annan åldersgrupp, och arbetande var något vanligare än studenter. I medelvärdesanalysen kommer endast kvinnor och män jämföras. Det var enbart en person som valt att identifiera sig som "annat", vilket utgör ett för litet stickprov för att kunna dra några slutsatser om.

Mätinstrument

Vid undersökning av samband mellan kognitiv empati (perspektivtagande), emotionell empati (empatisk omsorg), kreativitet och psykologisk flexibilitet användes olika validerade mätinstrument. Perspektivtagande och empatisk omsorg mättes med Interpersonal Reactivity Index (Davis, 1980). Kreativitet mättes med Unusual Uses Test (Guilford, 1967) och The Short Scale for Creative Self (Karwowski, 2012). Psykologisk flexibilitet mättes med Psychological Flexibility Questionnaire-flexibility (Wolgast, Hoff & Wolgasts, 2022) samt Psychological Flexibility Questionnaire-inflexibility (Wolgast, Hoff & Wolgast, 2022). Varje instrument presenteras och beskrivs nedan.

Interpersonal Reactivity Index (IRI)

Kognitiv empati (perspektivtagande) och emotionell empati (empatisk omsorg) mättes genom Davis (1980) Interpersonal Reactivity Index. Vi använde oss av den svenska validerade versionen (Cliffordson, 2001). Indexet innehåller frågor rörande två aspekter av empati; perspektivtagande (PT) och empatisk omsorg (EC), Exempel på frågor från de olika områdena är "Innan jag kritiserar någon, brukar jag föreställa mig hur jag skulle känna det om jag vore i deras ställe" (PT) och "Jag bryr mig ofta om, och ömmar för dem som det går sämre för än för mig" (EC). Testet använde sig av en femgradig Likert-skala från "stämmer inte alls" till "stämmer precis". Den interna konsistensen då testet skapades var PT $\alpha=.77$ och EC $\alpha=.77$, (Cliffordson, 2001). Cronbach's alfa för måtten i vår studie var PT $\alpha=0.742$ och EC $\alpha=.766$.

Unusual Uses Test (UUT)

För att kunna undersöka relationen mellan perspektivtagande, empati, kreativitet och psykologisk flexibilitet har Guilfords (1967) Unusual Uses kreativitetstest använts. Deltagarna fick tre minuter på sig att tänka ut så många kreativa användningsområden för en tegelsten som möjligt. Testet rymmer tre dimensioner; kreativt flöde, kognitiv flexibilitet och originalitet. Svaren de gav delades efter datainsamlingens slut in i 14 stycken kategorier: *bygga saker, dekoration, stöd/stopp, tyngd/kross, vapen, sällskapsspel, konstnärsmaterial, assessorer för djur, träningsredskap, förvaring för specifika saker, värmekälla, verktyg, kläder/kudde och övrigt*. För varje kategori deltagarna angav fick de en poäng på dimensionen kognitiv flexibilitet. Om en deltagare exempelvis skrev tio olika sätt att använda en tegelsten på men samtliga ord tillhörande kategorin "bygga saker" har personen i fråga låg kognitiv flexibilitet eftersom denne har en begränsad förmåga att förflytta tanken mellan olika användningsområden. Däremot får samma person desto högre poäng för dimensionen kreativt flöde eftersom hen uppvisat förmågan att tänka många alternativa användningar inom samma område (Müller et al, 2016). De deltagare som kommit på ett användningsområde som en procent av deltagarna eller färre också skrivit ner får två poäng inom originalitetsdimensionen. De som kommit på ett användningsområde som fem procent eller färre har skrivit ner får en poäng på originalitetsdimensionen. Poängen summeras sedan för varje enskild deltagare och bildar tillsammans summan för deras totala kreativitetspoäng.

The Short Scale for Creative Self (SSCS)

Det andra kreativitetsmättet vi använde oss av var Karwowski (2012) "The Short Scale for Creative Self". Testet innehåller elva påståenden, varav fem mäter kreativ personlig identitet (CPI), och sex mäter kreativ self-efficacy (CSE). Kreativ personlig identitet mättes genom påståenden som "Kreativitet är viktigt för vem jag är", och kreativ self-efficacy mättes genom påståenden som "Många gånger har jag visat att jag kan klara av svåra situationer". Svaren mättes genom en femgradig Likert-skala med alternativ från "definitivt ja" till "definitivt inte". Vid utformandet av skalan var den interna konsistensen hög, Cronbachs alfa för CSE och CPI var $\alpha=.81$ respektive $\alpha=.90$ (Karwowski, 2012). Den interna konsistensen för vår insamlade data uppmättes med Cronbach alfa och visade $\alpha=0.893$ för hela skalan. För CSE fick uppmättes Cronbach's alfa till $\alpha=0.805$ och för CPI uppmättes Cronbach's alfa till $\alpha=0.904$

Psychological Flexibility Questionnaire-flexibility (PFQ-flex)

För att mäta psykologisk flexibilitet har vi använt oss av Wolgast, Wolgast och Hoff's (2022) enkät. Sammanlagt har testet 15 items inom underkategorierna engagerad handling, närvarande fokuserad medvetenhet, klarhet i värderingar, kognitiv defusion, och erfarenhetsmässig acceptans. I rapporten kommer inte underkategorierna att behandlas utan resultat och diskussion förs enbart på PFQ-flex som helhet. Testet använder sig av en femgradig Likert-skala vars svarsalternativ sträcker sig från "håller inte med alls" till "instämmer helt". Vid utformandet av skala var den interna konsistensen hög för PFQ-Flexibilitet $\alpha=0.89$ (Wolgast, Wolgast & Hoff, 2022). För de mätningar vi gjort av vår insamlade data var Cronbach's alfa $\alpha=0.880$.

Psychological Flexibility Questionnaire-inflexibility (PFQ-inflex)

Psykologisk inflexibilitet har vi mätt genom Wolgast, Wolgast och Hoff's (2022) PFQ-inflexibility skala. Testet innehåller fem underkategorier: erfarenhetsmässigt undvikande, oklara värderingar, kognitiv sammansmältning och undvikande, brist på nuvarande fokuserad medvetenhet och passivitet. Sammanlagt finns det 15 items, varav tre ingår i var och en av de nämnda kategorierna. Likt i PFQ-flex kommer inte underkategorierna att analyseras utan mätinstrumentet används som helhet. Testet använder sig av en femgradig Likert-skala vars svarsalternativ går från "håller inte med alls" till "instämmer helt". Den interna konsistensen skalan var $\alpha= 0.86$ för PFQ-inflexibilitet (Wolgast, Wolgast & Hoff, 2022) Enligt den data vi analyserat visade Cronbach alfa en intern konsistens på $\alpha=0.883$.

Design och Procedur

Vi skapade en undersökning i Qualtrics bestående av enkäterna som mätte våra valda variabler. Enkäten delades sedan av samtliga medverkande på Facebook, Instagram och LinkedIn. Innan deltagarna tog del av enkäten informerades de kort om syftet med undersökningen samt fick svara på demografiska frågor om kön, ålder samt primär sysselsättning.

Dataanalys

Detta är en korrelationsanalys som undersöker sambanden mellan kognitiv empati (perspektivtagande), emotionell empati (empatisk omsorg), kreativitet och psykologisk flexibilitet. Inga kausala effekter kan därmed utläsas, men designen kan visa om det finns signifikanta samband mellan variablerna. Statistiska analyser gjordes med statistikprogrammet Jamovi (version 2.2.5.0).

Vid inspektion av histogram och Q-Q plots framstod majoriteten av variablerna som normalfördelade. Signifikansnivån för samtliga samband sattes till $p < .05$. Korrelations- och medelvärdes-analyser genomfördes för att svara på hypoteserna. Pearsons korrelation användes vid korrelationsanalyserna mellan perspektivtagande, empatisk omsorg, kreativitet och psykologisk flexibilitet. Students t-test användes för att analysera skillnader mellan könen inom variablerna. Jamovi redovisar inte z-värden för Students t-test och därför presenteras inga z-värden för analysen av medelvärdet mellan grupperna kvinnor och män i resultatet.

Etik

Samtliga deltagare informerades om studiens fokus. De informerades även om att angivna svar enbart skulle komma att användas i syfte att svara på vår frågeställning. De blev också upplysta om och att studien kommer att presenteras i sin helhet på hemsidan för psykologiska institutionen vid Lunds Universitet. Deltagarna informerades ytterligare om att all delgiven information skulle förbli anonym. Utöver detta innefattade första sidan på enkäten en ruta där deltagarna fick fylla i att de samtyckt till villkoren för undersökningen. Om samtycke inte gavs nekades individen tillgång till enkätens resterande delar. Vidare upplystes deltagarna i början av enkäten att de hade möjlighet att kontakta oss via mail om frågor om enkätens utformning eller dess syfte uppstod. Ett krav för medverkan var att deltagarna var över 18 år.

Resultat

Genom inspektion av histogram såg majoriteten av variablerna normalfördelade ut och följaktligen har Pearsons korrelation använts. Kreativ personlig identitet, kreativ self-efficacy och originalitet var något tveksamma. För att kontrollera resultaten gjordes därför Spearmans korrelation på dessa också, men inga substantiella skillnader upptäcktes i någon av korrelationstesterna. Därmed kunde de något skevt fördelade variablerna förbises. Korrelationerna, medelvärde samt standardavvikelser hos de olika måtten för kognitiv empati (perspektivtagande), emotionell empati (empatisk omsorg), kreativitet och psykologisk flexibilitet presenteras i tabell 1. Medelvärden och standardavvikelser för variablerna kvinnor och män mätt med Students t-test redovisas därefter i tabell 2.

Tabell 1

Pearsons korrelation mellan kognitiv empati (perspektivtagande) emotionell empati (empatisk omsorg), kreativitet och psykologisk flexibilitet

Variabler	Mean	SD	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Perspektivtagande	3.75	0.622								
2.Empatisk omsorg	3.93	0.640	0.396***							
3.CSE	3.96	0.640	0.072	0.004						
4.CPI	3.67	1.01	0.173*	0.166*	0.593***					
5.Flexibility	4.44	2.14	0.083	-0.030	0.241**	0.079				
6.Fluency	7.26	3.87	0.041	0.026	0.233**	0.107	0.770***			
7.Originality	4.51	3.61	-0.018	-0.002	0.141	0.033	0.534***	0.738***		
8.Psykologisk flexibilitet	4.24	0.765	0.253***	-0.017	0.274***	0.075	0.207**	0.102	-0.020	
9.Psykologisk inflexibilitet	3.09	0.886	-0.198**	-0.060	-0.149*	-0.019	-0.241**	-0.170*	-0.089	-0.722**

Note. N=177, * p<.05, ** p<.01, *** p<.001, Perspektivtagande= kognitiv empati, Empatisk omsorg=emotionell empati, CSE= *Creative Self-efficacy*, CPI= *Creative Personal Identity*, Flexibility, Fluency & Originality= *Unusual Uses Test*,

Pearsons korrelation mellan perspektivtagande och kreativitet

Resultatet visade på att det endast fanns ett försumbart, signifikant positivt samband mellan perspektivtagande och kreativ personlig identitet $r=0.173$, $p=.021$. Däremot utlästes inga signifikanta samband mellan perspektivtagande och kreativ self-efficacy $r=0.072$, $p=.343$, kreativt flöde $r=0.041$, $p=.590$, kognitiv flexibilitet $r=0.083$, $p=.271$ eller originalitet $r=-0.018$, $p=.810$.

Pearsons korrelation mellan empatisk omsorg och kreativitet

Empatisk omsorg hade en försumbar positiv signifikant korrelation till kreativ personlig identitet $r=0.166$, $p=.027$. Till kreativ self-efficacy $r=0.004$ $p=.955$, kognitiv flexibilitet $r= -0.030$ $p=.692$ kreativt flöde $r=0.026$ $p=.727$ samt originalitet $r=-0.002$ $p=.985$ fanns inga signifikanta korrelationer.

Pearsons korrelation mellan perspektivtagande och psykologisk flexibilitet

Resultatet visade på ett svagt positivt samband mellan perspektivtagande och psykologisk flexibilitet $r=0.253$, $p=<.001$, samt ett försumbart negativt samband mellan perspektivtagande och psykologisk inflexibilitet $r=-0.198$, $p=.008$. Sambandet mellan perspektivtagande och psykologisk flexibilitet var något starkare än det mellan perspektivtagande och psykologisk inflexibilitet.

Pearsons korrelation mellan empatisk omsorg och psykologisk flexibilitet

Korrelationerna mellan empatisk omsorg och psykologisk flexibilitet $r=-0.017$ $p=.823$, och psykologisk inflexibilitet $r=-0.060$ $p=.431$, var båda insignifikanta.

Pearsons korrelation mellan psykologisk flexibilitet och kreativitet

Mellan psykologisk flexibilitet och psykologisk inflexibilitet kunde flera korrelationer anträffas i relation till de olika kreativitetsmåten. Den positiva korrelationen mellan kreativ self-efficacy och psykologisk flexibilitet $r=0.274$, $p<.001$, var något tydligare än den negativa korrelationen mellan kreativ self-efficacy och psykologisk inflexibilitet $r=-0.149$, $p=.048$, även om den också var signifikant. Kreativ personlig identitet var inte signifikant i relation till varken psykologisk flexibilitet eller psykologisk inflexibilitet. Kreativt flöde rapporterades som insignifikant då det ställdes mot psykologisk flexibilitet $r=0.102$, $p=.175$, men med ett försumbart negativt samband till psykologisk inflexibilitet $r=-0.170$, $p=.024$. Kognitiv flexibilitet korrelerade även svagt med både psykologisk flexibilitet $r=0.207$, $p=.006$, och psykologisk inflexibilitet $r=-0.241$, $p=.001$. För originalitet fanns det inget samband mellan psykologisk flexibilitet eller psykologisk inflexibilitet.

Tabell 2

Medelvärden, standardavvikelser och Cohen's D för variablerna kvinnor och män med Students t-test

Variabler	Kvinnor n=107		Män n=69		Mean difference	P-värde	Cohen's D
	Mean	SD	Mean	SD			
1.Perspektivtagande	3.85	0.562	3.62	0.667	0.2348	0.013	0.3883
2.Empatisk omsorg	4.04	0.562	3.80	0.706	0.2450	0.009	0.4064
3.CSE	3.93	0.594	4.04	0.676	-0.1094	0.260	-0.1745
4.CPI	3.68	1.020	3.64	1.016	0.0464	0.768	0.0456
5.Flexibility	4.37	2.044	4.61	2.251	-0.2349	0.476	-0.1104
6.Fluency	7.45	3.757	7.07	3.994	0.3761	0.528	0.0977
7.Originality	4.31	3.443	4.88	3.833	-0.5756	0.302	-0.1599
8.Psykologisk flexibilitet	4.21	0.759	4.30	0.775	-0.0918	0.438	-0.1200
9.Psykologisk inflexibilitet	3.09	0.900	3.07	0.872	0.0242	0.860	0.0272

Note. N=177, * p<.05, ** p<.01, *** p<.001, Perspektivtagande= kognitiv empati, Empatisk omsorg=emotionell empati, CSE=*Creative Self-efficacy*, CPI= *Creative Personal Identity*, Flexibility, Fluency & Originality= *Unusual Uses Test*,

För att svara på den explorativa hypotes 6, om det föreligger könsskillnader, gjordes ett Students t-test för de oberoende variablerna kvinnor och män. De redovisas i tabell 2 tillsammans med medelvärden, t-värden och d-värden.

De variabler som har signifikanta värden är perspektivtagande $md= 0.2348$, $p=.013$ och empatisk omsorg $md=0.2450$, $p=.009$. Kvinnorna rapporterar högre perspektivtagande och empatisk omsorg än männen. Det finns inga medelvärdesskillnader rörande vare sig kreativitet eller psykologisk flexibilitet.

Diskussion

Studiens syfte var att analysera potentiella existerande samband mellan både kognitiva (perspektivtagande) och emotionella (empatisk omsorg) aspekter av empati, samt kreativitet och psykologisk flexibilitet. Nedan diskuteras fynden som uppkommit mellan variablerna samt de påträffade könsskillnaderna i relation till tidigare forskning och existerande teorier.

Samband mellan perspektivtagande och kreativitet

Det finns enbart samband mellan perspektivtagande och kreativ personlig identitet, vilket härledde konstaterandet att endast en viss typ av kreativitet kan associeras med perspektivtagande. Att just kreativ personlig identitet och inte något av de andra kreativa måtten har ett samband med perspektivtagande kan tolkas genom Grant et al's. (2011) teori. Perspektivtagande kan hjälpa människor att filtrera vilka idéer som är användbara. Användbarhet tillsammans med effektivitet och nyskapande lägger grunden för vad verklig kreativitet är (Grant et al., 2011). Resultatet tyder på att deltagarna i denna studie enbart har använt perspektivtagande för att filtrera idéer om det är viktigt för dem att vara kreativa, och att de vill upprätthålla den självbilden.

Det självskattade resultatet på kreativ personlig identitet stämmer dock inte överens med måtten från Guilfords (1967) UUT-skala (Unusual Uses Test) där deltagarnas faktiska kreativa förmåga bedömdes. Denna del av resultatet motsätter sig det som Jaussi et al. (2007) menar, nämligen att människor med hög kreativ personlig identitet är benägna att vara mer kreativa för att upprätthålla sin självbild som kreativa människor. Resultatet indikerar att många deltagare uppfattat sig själva som mer kreativa än de var när de bedömdes på sina faktiska kreativa prestationer. Vidare bör det nämnas att måttet UUT i detta fall inte

nödvändigtvis är representativt för människors kreativa förmågor. Det är möjligt att våra deltagare i andra sammanhang påvisar en högre kreativ förmåga. Framförallt i sammanhang där de är mer engagerade och har en större motivation att prestera kreativt. Variablerna från UUT (Guilford, 1967), vilka bestod av kognitiv flexibilitet, kreativt flöde och originalitet har emellertid starka samband mellan varandra. Det verkar som att de fångar in en tydligt, men avskild del av det kreativa spektrat som inte kan kopplas till perspektivtagande eller kreativ personlig identitet.

För kreativ self-efficacy, kreativt flöde, kognitiv flexibilitet eller originalitet kunde inga relationer uppmätas med perspektivtagande. Tierney och Farmer (2002) menade att hög kreativ self-efficacy gör individer mer benägna att vara öppna för information och kunskap från andra, då det hjälper dem att utveckla sina kreativa förmågor. Därför hade det varit rimligt att anta att kreativ self-efficacy och perspektivtagande skulle ha ett samband och det är förvånansvärt att ingen sådan relation kunde påträffas.

Förmågan att tänka på saker ur flera synvinklar och att resonera i olika associationsbanor, det vill säga kognitiv flexibilitet, samt förmågan att ta sig an andras perspektiv har stora likheter i redovisade begreppsdefinitioner. Därmed är avsaknaden av samband även mellan kognitiv flexibilitet och perspektivtagande förvånande.

Hypotes 1, att perspektivtagande korrelerar positivt med kreativitet, kan delvis antas. Den stämmer överens med relationen mellan perspektivtagande och kreativ personlig identitet, dock inte för relationen mellan perspektivtagande och variablerna kreativ self-efficacy, kreativt flöde, kognitiv flexibilitet eller originalitet.

Samband mellan empatisk omsorg och kreativitet

Empatisk omsorg har likt perspektivtagande endast ett försumbart samband med kreativ personlig identitet. Inga samband med kreativ self-efficacy, kreativ flöde, kognitiv flexibilitet eller originalitet påträffas i resultatet. Tidigare har en relation mellan empatisk omsorg och kreativitet konstaterats (Takeuchi et al., 2014). Sambandet mellan kreativ personlig identitet kan tolkas i enlighet med både Takeuchi et al. (2014) och Simonton (2000).

Simonton (2000) menade att empatisk omsorg är ett hjälpmedel för att bättre lyckas med kreativa prestationer. Empatisk omsorg möjliggör förutsägelser av reaktioner från andra, vilket hjälper till att skapa bättre kreativa produkter. Den kreativa personliga identiteten är det värde som individen fäster vid sin egna kreativa förmåga (Jaussi et al., 2007). Om individer tänker att andra kommer att bedöma deras verk, skulle det kunna spela roll vid

skapandeprocessen då den kreativa självbilden är viktig för individen att upprätthålla. Därmed kan empatisk omsorg, likt Simontons (2000) teori, vara en hjälpsam hand för att upprätthålla sin identitet som en kreativ människa.

Avsaknaden av relation mellan empatisk omsorg och kreativ self-efficacy kan tolkas i linje med Form och Kaernbach (2018) som menar att en för hög grad empatisk omsorg kan vara hämmande i den kreativa prestationen. Ett för stort fokus på andras uppfattning och bedömning kan göra att individer tvivlar på sina kreativa förmågor och därför uppskattar att de har en lägre kreativ förmåga. Resultatet kan tolkas som att studiens deltagare som rapporterade ett högt värde på empatisk omsorg har ett lågt värde på kreativ self-efficacy på grund av att de lägger för stor vikt vid andras bedömning av deras kreativa prestationer. Resultatet antyder på att de har tappat tron på den egna kreativa förmågan.

Vidare finns inget samband mellan empatisk omsorg, kreativt flöde, kognitiv flexibilitet eller originalitet. Simontons (2000) teori om att empatisk omsorg hjälper den kreativa processen stämmer inte med de resultaten på de icke-självskattade variablerna. Likt diskussionen om relationen mellan perspektivtagande och kreativitet, uppmäts en diskrepans i deltagarnas självskattade kreativitet och den kreativa förmåga som mättes genom UUT (Guilford, 1967).

Hypotes 2, att empatisk omsorg korrelerar positivt med kreativitet kan delvis antas. Empatisk omsorg har ett samband med kreativ personlig identitet men inte till något annat kreativitetsmått.

Samband mellan perspektivtagande och psykologisk flexibilitet

Hypotesen att perspektivtagande har ett samband till psykologisk flexibilitet går i linje med resultatet. Det finns ett svagt positivt samband mellan perspektivtagande och psykologisk flexibilitet, samt ett försumbart negativt samband mellan perspektivtagande och psykologisk inflexibilitet. De deltagare som skattade högt på perspektivtagande tycks mena att de är i kontakt med sina känslor och besitter förmågan att agera på ett långsiktigt sätt som går i linje med deras värderingar. Det stämmer överens med hur Ramaci et al. (2019) definierar psykologisk flexibilitet. På samma sätt innebär det negativa sambandet mellan perspektivtagande och psykologisk inflexibilitet att deltagarna som har högt perspektivtagande inte undviker jobbiga minnen och tankar vilket är en del av Hayes et al's (2006) begreppsförklaring på psykologisk inflexibilitet.

Hypotes 3, att perspektivtagande korrelerar positivt med psykologisk flexibilitet antas. Resultaten visar på ett svagt positivt samband mellan perspektivtagande och

psykologisk flexibilitet och ett försumbart negativt samband mellan perspektivtagande och psykologisk inflexibilitet.

Samband mellan empatisk omsorg och psykologisk flexibilitet

Mellan empatisk omsorg och psykologisk flexibilitet och psykologisk inflexibilitet finns inga relationer. Det trots att det finns ett svagt samband mellan perspektivtagande och psykologisk flexibilitet som nämnt under föregående rubrik. Att de kognitiva och emotionella aspekterna av empati skiljer sig i relationen till psykologisk flexibilitet är förvånande, då det är lätt att föreställa sig att båda behövs för psykologisk flexibilitet. Empatisk omsorg och perspektivtagande är utifrån tidigare definitioner av begreppen samt i studiens tidigare fynd nära besläktade.

Psykologisk flexibilitet är när individer är i kontakt med sina känslor och närvarande i nuet (Ramaci et al., 2019) Att ha hög empatisk omsorg, som innebär att de har förmågan att läsa av och känna andras känslor, betyder enligt resultatet inte att deltagarna nödvändigtvis är i kontakt med sina egna känslor. Det finns enligt resultatet ingen gemensam komponent som möjliggör förståelse för både egna och andras känslor. Då det inte finns något samband mellan empatisk omsorg och psykologisk inflexibilitet heller, tyder det på att deltagarna med hög empatisk omsorg inte är så inflexibla att de undertrycker sina känslor.

Hypotes 4, att empatisk omsorg korrelerar positivt med psykologisk flexibilitet kan inte antas.

Samband mellan psykologisk flexibilitet och kreativitet

Det finns många relationer mellan psykologisk flexibilitet, psykologisk inflexibilitet och de olika kreativitesmått. Mellan kreativ self-efficacy urskiljs associationer till både psykologisk flexibilitet och psykologisk inflexibilitet. Kreativ personlig identitet har däremot ingen relation till psykologisk flexibilitet eller psykologisk inflexibilitet. Precis som i tidigare resultat påträffas en skiljelinje mellan kreativ self-efficacy och kreativ personlig identitet. Varför resultaten på de två variablerna ser ut som de gör kan inte studien avgöra eftersom studiens syfte inte är att behandla kausala samband.

På samma sätt som deltagare med hög kreativ self-efficacy menar att de har tillit till sin förmåga att skapa kreativa verk (Tierney och Farmer, 2002) tror deltagarna även på sin förmåga att hantera sina egna känslor, det vill säga psykologisk flexibilitet (Ramaci et al., 2019). Deltagarnas förtroende för sina förmågor kan vara en gemensam och förklarande faktor till varför kreativ self-efficacy och psykologisk flexibilitet är associerade med varandra. Utifrån den tolkningen är det väntat att kreativ personlig identitet och psykologisk

flexibilitet inte har en relation. Detta eftersom kreativ personlig identitet inte handlar om förtroendet en har på sig själv i sin kreativa förmåga att skapa. Hög kreativ personlig identitet innebär enbart att en anser sig vara en kreativ person och att det är viktigt för ens självbild (Tierney & Farmer, 2002).

Sambandet mellan kreativt flöde och psykologisk inflexibilitet är försumbart negativt, däremot finns inget samband mellan kreativt flöde och psykologisk flexibilitet. Av någon anledning är deltagare med högt kreativt flöde mer benägna att rapportera motstånd gentemot frågor som påstod att de inte är i kontakt med sina känslor. Däremot håller deltagarna med högt kreativt flöde inte alls med om påståenden som indikerar att de skulle vara i kontakt med sina känslor. Dessa deltagare tar inte något avseendevärt ställningstagande åt något håll trots det svagt negativt vinklade resultatet för psykologisk inflexibilitet.

Kognitiv flexibilitet har ett svagt positivt samband med psykologisk flexibilitet och ett svagt negativt samband med psykologisk inflexibilitet. Att ha hög psykologisk inflexibilitet innebär för människor att de inte vill bryta mot samhälleliga regler (Boykin et al., 2018), de är så att säga fast i vissa tankemönster. Det negativa sambandet mellan kognitiv flexibilitet och psykologisk inflexibilitet kan tolkas som att människor med hög kognitiv flexibilitet, som har enkelt för att skifta mellan olika tankemönster (Guilford, 1967), inte är så rigida i sitt förhållande till normer. Det är därmed lätt för dem att både tänka nytt när det gäller kreativt skapande och när det gäller att tänka i mönster som motsätter sig normer.

Originalitetsaspekten av kreativitet visar inte på någon relation till varken psykologisk flexibilitet eller psykologisk inflexibilitet. Originalitet behöver vara förankrad i verkligheten för att räknas som kreativ (Runco, 1988). Originalitet skulle kunna ha en relation till psykologisk inflexibilitet enbart om våra deltagare uppvisar en vilja att komma på nya, originella och användbara lösningar på sina inre känslomässiga tillstånd. Utan den viljan finns det likt resultaten för studien, inget samband mellan psykologisk inflexibilitet och originalitet, då den relationen enbart är spekulativ. Det hade behövt göras en annan typ av studie med ytterligare mätinstrumentet för att kunna avläsa om den teorin bär någon vikt.

Hypotes 5, att psykologisk flexibilitet korrelerar positivt med kreativitet antas till viss del. Kreativ self-efficacy har samband med psykologisk flexibilitet och psykologisk inflexibilitet. Kreativt flöde hade enbart en negativ relation med psykologisk inflexibilitet. Kognitiv flexibilitet har ett samband med både psykologisk flexibilitet och psykologisk inflexibilitet. Slutligen har originalitet inget samband med vare sig psykologisk flexibilitet eller psykologisk inflexibilitet.

Könsskillnader inom variablerna

I resultatet återfinns enbart könsskillnader i variablerna perspektivtagande och empatisk omsorg. I enlighet med Flannery och Smith (2017) visar resultatet att kvinnor har högre perspektivtagande förmåga än män.

Våra resultat att kvinnor har skattat högre på skalan för empatisk omsorg stämmer överens med Eisenberg och Lennons (1983) teori som menade att flickor har högre förmåga att känna empatisk omsorg än pojkar. Samtidigt kan resultatet även tolkas utifrån Lam et al. (2012) som menar att könsstereotyper påverkar den rådande uppfattningen om kvinnor som mer kapabla att känna empatisk omsorg. Det kan tolkas som att könsrollerna blir självbekräftande eftersom både män och kvinnor betar sig i enlighet med dem. Vi kan därmed inte avgöra anledningen till att kvinnorna skattade högre på skalan för empatisk omsorg än vad männen gjorde i vår studie.

Baer och Kaufman (2008) menar att det inte finns några konsekventa fynd kring könsskillnader inom kreativitet. Baer och Kaufman (2008) och Ai (1999) menar dock att det finns en samhällelig norm att manligt kreativt skapande värderas högre än kvinnligt. Kreativ personlig identitet och kreativ self-efficacy kan jämföras med könsnormerna då varken måtten eller normerna säger något om faktiskt kreativt skapande. Vårt resultat visar dock inte på att någon skillnad i självskattad kreativitet mellan könen. Det stödjer därmed inte normen om män som mer kreativa än kvinnor, då män och kvinnor inte skattade olika.

Möjligen finns det en risk att en konsekvens av den rådande könsstereotypen blir en självuppfyllande profetia. Normerna kan få kvinnor att tänka att deras kreativa prestationer inte kommer uppskattas i samma grad som mäns. Därför kommer kvinnorna heller inte att anstränga sig kreativt, vilket slutligen leder till att det rapporteras att kvinnor har en lägre kreativ förmåga än män även om det i själva verket inte stämmer. Med samma logik kan det även argumenteras för att män presterar bättre än kvinnor kreativt då de är vana vid att få uppmuntran av sin omgivning och därför inte tvivlar på sig själv. Denna spekulativa, normbekräftande teorin hade kunnat gälla för män och kvinnor i såväl variabler som kreativ personlig identitet och kreativ self efficacy som i icke-självskattade mätinstrument.

Vår studie har dock genom kreativt flöde, kognitiv flexibilitet och originalitet mätt deltagarnas kreativa prestationen. Trots det har vi inte funnit några könsskillnader i någon kreativ aspekt. Det går i linje med tidigare forskning som inte kan bevisa ifall könsskillnader finns eftersom det är insignifikant, dvs inkonsekvent. Vi kan inte veta ifall bristen på samband enbart är intetsägande och därför går i linje med inkonsekvent tidigare

forskning, eller om resultatet som visar att det inte finns könsskillnader bland våra deltagare faktiskt stämmer, därför att det inte finns någon skillnad mellan könen.

Då det inte finns några tidigare studier som undersöker könsskillnader inom psykologisk flexibilitet kan vi inte uttala oss om avsaknandet av medelvärdesskillnader.

Den utforskande hypotes 6, om det föreligger könsskillnader inom variablerna, visar på att det finns ett fåtal olikheter mellan kvinnor och män i de uppgivna svaren. Det finns svaga medelvärdesskillnader mellan kvinnor och män i perspektivtagande och empatisk omsorg. Däremot påträffas inte könsskillnader inom varken kreativitet eller psykologisk flexibilitet.

Styrkor och begränsningar

En brist i studien kan tänkas vara valet av datainsamling då rekryteringen inte var slumpmässig utan skedde genom länkar på våra egna sociala medie-kanaler genom ett snöbollsurval. Genom snöbollsurvalet uppstod exempelvis en ojämn könsfördelning bland deltagarna, en konsekvens som hade kunnat undvikas genom ett slumpmässigt urval. Något som kan leda till osäkra jämförelser i resultatet. Studien utgick i hög grad från frågeformulär för att undersöka variablerna, något som kan vara problematiskt eftersom de bygger på självskattning och inte objektiva mått. Däremot byggde testet UUT (Guilford, 1967), på den insamlad data som sammanställdes och kategoriserades av oss.

Vad som vidare kan ha stärkt studien är den stora mängd deltagare som svarade på enkäten, trots att den totala svarsfrekvensen endast var 46% fick studien ett relativt stort stickprov. Många av enkäterna fångade begrepp på ett brett sätt där många aspekter mättes. För begreppet flexibilitet mättes motsatsbegreppet inflexibilitet vilket gav en mer heltäckande bild av de båda. Mätinstrumenten som användes för studien har samtliga validerats tidigare. Likt när mätinstrumenten utformades är den interna konsistensen för IRI, SSCS, PFQ-flex och PFQ-inflex hög, vilket indikerar att god reliabilitet på måtten har uppnåtts.

Förslag till vidare forskning

Studiens fokus var huruvida måtten kognitiv empati (perspektivtagande), emotionell empati (empatisk omsorg), kreativitet och psykologisk flexibilitet korrelerar med varandra. Vidare forskning på området med ytterligare korrelationsstudier för att undersöka sambanden närmare skulle hjälpa att ytterligare styrka de fynd vi gjort. Skillnaderna i relationen mellan kreativ personlig identitet och kreativ self-efficacy kan vara förslag till framtida forskning, då vi upprepade gånger fann att det var stora skillnader i hur de korrelerade med andra variablerna, men inte kunde avgöra varför. Även en longitudinell design skulle vara av

intresse för att utreda huruvida det också finns kausala samband mellan variablerna. Exempelvis om empatisk omsorg påverkas av nivån kreativt flöde en människa besitter.

Diskussionerna som fördes rörande könsskillnader vore intressanta att analysera vidare. De hypotetiska sambanden vi resonerade kring i framförallt kreativitet behöver mer empiriskt stöd för att bekräftas. Även forskning kring könsskillnader inom psykologisk flexibilitet är förslag på vidare forskning.

Slutsater

I den här studien undersöks relationerna mellan kognitiv empati (perspektivtagande), emotionell empati (empatisk omsorg), kreativitet och psykologisk flexibilitet. Vi menar att alla variablerna är värdefulla på sina respektive sätt. De kan i vissa fall samverka och ge oss en djupare förståelse för mänskligt beteende. Angivna hypoteser är att kognitiv empati (perspektivtagande) korrelerar positivt med både kreativitet och högre psykologisk flexibilitet, att emotionell empati (empatisk omsorg) korrelerar positivt med kreativitet och högre psykologisk flexibilitet, samt att kreativitet korrelerar positivt med psykologisk flexibilitet. Även huruvida könsskillnader påträffas inom variablerna undersökts i medelvärdesskillnader.

Resultaten visar att perspektivtagande korrelerar med kreativ personlig identitet, psykologisk flexibilitet och inflexibilitet. Empatisk omsorg korrelerar med kreativ personlig identitet. Psykologisk flexibilitet och inflexibilitet korrelerar med kreativ self-efficacy och kognitiv flexibilitet, medan kreativt flöde endast korrelerar med psykologisk inflexibilitet. Könsskillnader upptäcks enbart i perspektivtagande och empatisk omsorg.

Den här studien är med stor sannolikhet inte en tillräcklig grund för att minska polariseringen i världen eller för att försona splittrade familjer och vänskaper. Däremot kanske den kan hjälpa både oss som författare och er som läsare att reflektera ytterligare än gång innan vi antar att vårt perspektiv är det enda och därmed förstå varandra lite bättre.

Referenser

- Ai, X. (1999). Creativity and academic achievement: an investigation of gender differences. *Creativity Research Journal*, 12(4), 329 - 337.
https://doi.org/10.1207/s15326934crj1204_11
- Astrid Lindgren AB. (u.å). Citaten. Hämtad 16 maj, 2022, från
<https://www.astridlindgren.com/sv/citaten?tags=Fantasi>
- Baer, J., & Kaufman, J. C. (2008). Gender Differences in Creativity. *Journal of Creative Behavior*, 42(2), 75 - 105. <https://doi.org/10.1002/j.2162-6057.2008.tb01289.x>
- Bandura, A. (2007). Much ado over a faulty conception of perceived self-efficacy grounded in faulty experimentation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(6), 641-658. <https://doi.org/10.1521/jscp.2007.26.6.641>
- Batson, C. D., Batson, J. G., Griffitt, C. A., BaiTientos, S., Brandt, J. R., Sprengelmeyer, P., & Bayly, M. J. (1989). Negative-state relief and the empathy-altruism hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology* 24(2), 922-933.
[https://doi.org/10.1016/0022-1031\(88\)90019-4](https://doi.org/10.1016/0022-1031(88)90019-4)
- Björkman, J. (2020, Maj 18). *Utmana dig att tänka utanför boxen och gör framsteg i karriären*. Jobbland.
<https://jobbland.se/arbetsliv/tanka-utanfor-boxen-och-gor-framsteg-i-karriaren>
- Blakemore, S. J., & Choudhury, S. (2006). Development of the adolescent brain: implications for executive function and social cognition. *Journal of Child Psychology and psychiatry*, 47(3-4), 296-312. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2006.01611.x>
- Boykin, D. M., Himmerich, S. J., Pinciotti., C. M., Miller, L. M., Miron, L. R., & Orcutt, H. K. (2018). Barriers to self-compassion for female survivors of childhood maltreatment: The roles of fear of self-compassion and psychological inflexibility. *ScienceDirect*, 76, 216-224. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.11.003>
- Cambridge Dictionary. (u.å), *Meaning of empathy in English*. Hämtad 2022-04-06 från
<https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/empathy>
- Carson, S. H., Peterson, J. B., & Higgins, D. M. (2005). Reliability, validity, and factor structure of the creative achievement questionnaire. *Creativity Research Journal*, 17, 37–50. http://dx.doi.org/10.1207/s15326934crj1701_4
- Chavez-Eakle, R. A., Del Carmen Lara, M., and Cruz-Fuentes, C. (2006). Personality: possible bridge between creativity and psychopathology? *Creativity Research Journal*, 18(1), 27–38 https://doi.org/10.1207/s15326934crj1801_4

- Cliffordson, C. (2001). Parents' judgments and students' self-judgments of empathy: The structure of empathy and agreement of judgments based on the interpersonal reactivity index (IRI). *European Journal of Psychological Assessment, 17*(1), 36–47. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.17.1.36>
- Davis, M. H. (1980). A Multidimensional Approach to Individual Differences in Empathy, *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology, 10*, 85-104 https://www.uv.es/friasnav/Davis_1980.pdf
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: evidence for a multidimensional approach. *Journal of personality and social psychology, 44*(1), 113. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.113>
- Davis, M. H., Conklin, L., Smith, A., & Luce, C. (1996). Effect of perspective taking on the cognitive representation of persons: a merging of self and other. *Journal of personality and social psychology, 70*(4), 713. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.4.713>
- Eisenberg, N., & Lennon, R. (1983). Sex differences in empathy and related capacities. *Psychological Bulletin, 94*(1), 100. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.94.1.100>
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of consulting and clinical psychology, 43*(4), 522. <https://doi.org/10.1037/h0076760>
- Flannery, K. M., & Smith, R. L. (2017). The effects of age, gender, and gender role ideology on adolescents' social perspective-taking ability and tendency in friendships. *Journal of Social and Personal Relationships, 34*(5), 617–635. <https://doi.org/10.1177/0265407516650942>
- Form, S., & Kaernbach, C. (2018). More is not always better: The differentiated influence of empathy on different magnitudes of creativity. *Europe's journal of psychology, 14*(1), 54–65. <https://doi.org/10.5964/ejop.v14i1.1432>
- Frankel, R. M. (2017). The evolution of empathy research: Models, muddles, and mechanisms. *Patient Education and Counseling, 100*(11), 2128-2130. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2017.05.004>
- Galinsky, A.D., Maddux, W.W., Gilin, D., & White, J.B. (2008). Why It Pays to Get Inside the Head of Your Opponent: The Differential Effects of Perspective Taking and Empathy in Negotiations. *Association of Psychological, 19*(4), 378-384 Science. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02096.x>

- Grant A. M., Berry J. W., & Carolina N. (2011). The Necessity of Others is the Mother of Invention: Intrinsic and Prosocial Motivations, Perspective Taking and Creativity. *Academy of Management Journal*, 54(1), 73–96.
<https://doi.org/10.5465/amj.2011.59215085>
- Guilford, J. P. (1967). Creativity: Yesterday, today and tomorrow. *The Journal of Creative Behavior*, 1, 3–14. <http://dx.doi.org/10.1002/j.2162-6057.1967.tb00002.x>
- Hayes, S.C., Luoma, J.B., Bond, F.W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model processes and outcomes. *Behavior Research and Therapy*, 44, 1-25. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.06.006>
- Hayes, S.C., Strosahl, K.D., & Wilson, K.G. (2012). *Acceptance and Commitment Therapy: The Process and Practice of Mindful Change*. Guilford Press.
- Jaussi, K. S., Randel, A. E., & Dionne, S. D. (2007). I am, I think I can, and I do: The role of personal identity, self-efficacy, and cross-application of experiences in creativity at work. *Creativity Research Journal*, 19, 247–258.
<https://doi.org/10.1080/10400410701397339>
- Karwowski, M. (2012). Did Curiosity Kill the Cat? Relationship Between Trait Curiosity, Creative Self-Efficacy and Creative Personal Identity. *Europe's Journal of Psychology*, 8, 547–558 <https://doi.org/10.5964/ejop.v8i4.513>
- Kashdan, T.B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30, 865-878,
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001>
- Lam, C. B., Solmeyer, A. R., & McHale, S. M. (2012). Sibling relationships and empathy across the transition to adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 41, 1657-1670. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9781-8>
- Mead, H. G., Morris, C. W. (1934). *Mind, Self, and Society*. University of Chicago Press.
<https://www.perlego.com/book/1850949/mind-self-and-society-pdf>
- Miller, L. C., Berg, J. H., & Archer, R. L. (1983). Openers: Individuals who elicit intimate self-disclosure. *Journal of personality and social psychology*, 44(6), 1234.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.6.1234>
- Molenberghs, P. (2017, Januari 8). *Understanding others' feelings: what is empathy and why do we need it?* The Conversation Academic rigour journalistic flair.
<https://theconversation.com/understanding-others-feelings-what-is-empathy-and-why-do-wen-eed-it-68494>

- Müller, B. C. N., Gerasimova, A., & Ritter, S. M. (2016). Concentrative Meditation Influences Creativity by Increasing Cognitive Flexibility. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, *10*(3), 278 - 286. <https://doi.org/10.1037/a0040335>
- Myrälf konsultation, (u.å). *Psykologisk flexibilitet*. Hämtad 10 maj, 2022, från <http://myralf.se/act/psykologisk-flexibilitet/>
- Preston, S. D. (2007). A perception-action model for empathy. *Empathy in mental illness*, *1*, 428-447. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511543753.024>
- Preston, S. D., & Dewaal, F. B. M. (2001). Empathy: Its Ultimate and Proximate Bases. *Behavioral and Brain Sciences* *25*, 1-72. <https://doi.org/10.1017/S0140525X0200001>
- Ramaci, T., Bellini, D., Presti, G., & Santisi, G. (2019). Psychological Flexibility and Mindfulness as Predictors of Individual Outcomes in Hospital Health Workers. *Frontiers in Psychology* . *10*, 1046-1071. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01302>
- Regan, D. T., & Totten, J. (1975). Empathy and attribution: Turning observers into actors. *Journal of Personality and Social Psychology*, *32*(5), 850–856. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.32.5.850>
- Runco, M. A. (1988). Creativity research: Originality, utility, and integration. *Creativity Research Journal* *1*(1), 1-7. <https://doi.org/10.1080/10400418809534283>
- Runco, M. A., & Jaeger, G. J (2012). The standard definition of creativity. *Creativity Research Journal*, *24*(1), 92-96. <https://doi.org/10.1080/10400419.2012.650092>
- Simonton, D. K. (2000). Creative development as acquired expertise: Theoretical issues and an empirical test. *Developmental Review*, *20*, 283–318. <https://doi.org/10.1006/drev.1999.0504>
- Takeuchi, H., Taki, Y., Sekiguchi, A., Nouchi, R., Kotozaki, Y., & Nakagawa, S. (2013). Association of hair iron levels with creativity and psychological variables related to creativity. *Frontiers in Human Neuroscience*, *7*, 875. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00875>
- Takeuchi, H., Taki, Y., Sekiguchi, A., Nouchi, R., Kotozaki, Y., Nakagawa, S., Miyauchi, C., Iizuka, K., Yokoyama, R., Shinada, T., Yamamoto, Y., Hanawa, S., Araki, T., Hashizume, H., Sassa, Y., & Kawashima, R., (2014). Creativity measured by divergent thinking is associated with two axes of autistic characteristics. *Frontiers in Psychology*. *5*, 921. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00921>

- Tierney, P., & Farmer, S. M. (2002). Creative self-efficacy: Its Potential Antecedents and Relationship to Creative Performance. *Academy of Management journal*, 45(6), 1137–1148. <https://doi.org/10.5465/3069429>
- Van der Graaff, J., Branje, S., De Wied, M., Hawk, S., Van Lier, P., & Meeus, W. (2014). Perspective taking and empathic concern in adolescence: Gender differences in developmental changes. *Developmental Psychology*, 50, 881-888. <https://doi.org/10.1037/a0034325>
- Wakabayashi, A., Baron-Cohen, S., Uchiyama, T., Yoshida, Y., Kuroda, M., & Wheelwright, S. (2007). Empathizing and systemizing in adults with and without autism spectrum conditions: Cross-cultural stability. *Journal of autism and developmental disorders*, 37(10), 1823–1832. <https://doi.org/10.1007/s10803-006-0316-6>
- Wolgast S., Hoff, E., & Wolgast, M. (2022). *The Psychological flexibility inflexibility questionnaire: A validation study of a multi-dimensional measurement*. Submitted for publication.