



LUNDS
UNIVERSITET

Institutionen för psykologi

Kandidatuppsats

Olika utgångsläge: Effekt på Upplevd och Faktisk Prestation

Different Starting Points: Effect on Perceived and Actual Performance

Linda Magnusson & Elsa Mellskog

Kandidatuppsats VT 24

Handledare: Bardur Hofgaard Joensen

Abstract

Theories in the fields of self-perception and self-fulfilling prophecies have suggested that people's self-image and behavior can be influenced by external stimuli and previous experiences. These theories also emphasize the importance of understanding the interplay between an individual's beliefs and their behavior in various contexts. The purpose of the study is to investigate whether the experience of performance and actual performance can be influenced by a preceding task, depending on whether this task was perceived as either challenging or easy. To investigate this, a pilot study was conducted in which 20 participants were subjected to a memory test with two different difficulty levels as preparatory conditions. Afterwards, the participants performed a cognitive problem-solving test and assessed their perceived performance in connection with the execution of the test. The hypothesis was that there would be a significant difference in perceived and actual performance depending on whether the participants had performed an easy or difficult task in the preceding test. The results showed that regardless of condition, there was no significant effect of the preparatory condition on how participants assessed their perceived performance. Furthermore, there was no significant correlation between the preparatory condition and the participants' performance on the cognitive problem-solving test. In light of these results, we can conclude that, despite the theories' predictions about the relationship between self-fulfilling prophecies, self-perception, and behavior, there was no direct impact on how the participants perceived their performance or their actual performance in the cognitive problem-solving test.

Keywords: Self-perception, attribution processes, self-fulfilling prophecies, self-efficacy, performance

Sammanfattning

Teorier inom områdena självperception och självuppfyllande profetior har föreslagit att människors självbild och beteende kan påverkas av externa stimuli och tidigare erfarenheter. Dessa teorier betonar också vikten av att förstå samspelet mellan individens föreställningar och deras beteende i olika kontexter. Syftet med studien är att undersöka om upplevelsen av prestation och faktiskt prestation kan påverkas av en föregående uppgift, beroende på om denna uppgift uppfattades som antingen utmanande eller lätt. För att undersöka detta genomfördes en pilotstudie där 20 deltagare utsattes för ett minnestest med två olika svårighetsgrader som förberedande tillstånd. Därefter genomförde deltagarna ett kognitivt problemlösningstest och bedömde sin upplevda prestation i samband med utförandet av testet. Hypotesen var att det skulle finnas en signifikant skillnad i upplevd och faktisk prestation beroende på om deltagarna hade fått utföra en lätt eller svår uppgift i det föregående testet. Resultatet visade att oavsett tillstånd fanns ingen signifikant effekt på förberedande tillstånd i hur deltagarna bedömde sin upplevda prestation. Ytterligare fanns det ingen signifikant korrelation mellan förberedande tillstånd och deltagarnas prestation i det kognitiva problemlösningstestet. I ljuset av dessa resultat kan vi dra slutsatsen att, trots teoriernas förutsägelser om sambandet självuppfyllande profetior, självperception och beteende, fanns det ingen direkt påverkan hur deltagarna upplevde sin prestation eller deras faktiska prestation i det kognitiva problemlösningstestet.

Nyckelord: Självperception, attributionsprocesser, självuppfyllande profetior, självförmåga, prestation

Tack!

Vi vill uttrycka vår djupa tacksamhet till alla deltagare som bidrog till vårt experiment. Er tid och ert engagemang har varit ovärderligt för att genomföra denna studie framgångsrikt.

Ett särskilt tack riktas även till vår handledare Bardur för hans exceptionella vägledning, stöd och insiktsfulla kommentarer under hela processen. Bardurs expertis och dedikation har varit en oerhörd tillgång för oss. Tack!

Olika utgångsläge: Effekt på upplevd och faktisk prestation

Hur vi uppfattar oss själva och vilka förmågor vi besitter är en ständigt pågående process som involverar en mängd psykologiska mekanismer och faktorer i en oändlig variation. Vi är inte statiska varelser, utan snarare komplexa och dynamiska individer som kontinuerligt formar och omformar våra uppfattningar om oss själva (Roberts et al., 2017). När vi reflekterar över våra egna uppfattningar om oss själva, kan vi ibland känna oss intelligenta och framgångsrika, fyllda av självförtroende och självsäkerhet, medan vi i andra stunder plötsligt kan drabbas av osäkerhet kring våra förmågor eller egenskaper. Denna ständiga svängning mellan olika självuppfattningar är en naturlig del av den mänskliga erfarenheten och reflekterar den komplexa natur vi innehar. Inte minst påverkas svängningarna i vår självbild av omgivningen och hur vi uppfattar den (Isbell et al., 2016). Att fördjupa kunskapen kring dessa svängningar kan hjälpa oss att förstå deras inverkan på individens självbedömning och beteende.

Syftet med studien är att undersöka om den egna upplevelsen och den faktiska prestationen kan påverkas av en föregående uppgift, beroende på om denna uppgift uppfattades som lätt eller svår. Kan individen genom att klara av en föregående uppgift höja sitt självförtroende inför nästkommande? Genom att kombinera teoretisk insikt med empiriska observationer ämnar vi med denna studie bidra till en djupare förståelse kring hur man kan undersöka om och hur internt genererade förväntningar formar individens upplevelse av sig själv och deras beteende i en given kontext. Studien kan hjälpa oss att förstå hur våra förväntningar och tidigare erfarenheter påverkar hur vi ser på våra egna färdigheter. Självskattning, eller självvärdering, är en viktig komponent inom personlig och professionell utveckling. Det handlar om hur individer bedömer sina egna färdigheter och prestationer i förhållande till sina uppgifter och mål. Om resultaten visar att deltagare som utsattes för en lätt förberedande uppgift har högre självbedömning och presterar bättre på efterföljande uppgifter än de som utsattes för en svårare uppgift, så innebär detta att tidigare erfarenheter av framgång eller svårighet kan ha en direkt inverkan på både självförtroende och prestation i efterföljande uppgifter.

Självperception

Självperceptionsteorin är en teori framställd av den amerikanska psykologiprofessorn Daryl Bem, som menade på att en individs självperception kan påverkas av situationen hen befinner sig i och utifrån denna situation kan individen på så sätt agera annorlunda än vad hen tidigare trott var möjligt (Bem, 1972). Detta pekar på att vår självbild och våra känslor inte

alltid är statiska eller förutbestämda utan kan påverkas av vårt eget beteende och de situationer vi befinner oss i. I ett experiment utfört av Schachter och Singer (1962) manipulerades externa signaler för att få deltagarna att beskriva känslor av ilska eller eufori. För att identifiera och definiera vilken av dessa känslor de upplevde observerade deltagarna beteendet hos en medhjälpare som agerade känslomässigt. Beteendemönstret som presenterades av medhjälparen fungerade som den externa signalen som deltagarna använde för att tolka och förstå sina egna känslor. Resultaten av detta experiment tolkades av Bem (1972) inom ramen för självperceptionsteorin. Enligt denna teori visade deltagarna att de lät sig påverkas av externa stimulanser, såsom medhjälparens beteende, för att förstå sina egna känslor och reaktioner. Detta betonar den roll som externa faktorer kan spela i vår självförståelse och hur vi tolkar våra egna känslor och beteenden baserat på omgivningen.

Självperceptionsteorin belyser hur vi uppfattar både oss själva och andra, och hur dessa uppfattningar påverkar våra attributionsprocesser. Enligt Heider (1958) är attributionsprocesser de mentala processer genom vilka människor tolkar och förklarar orsakerna till sitt eget och andras beteenden. Dessa processer sker baserat på tillgänglig information och spelar en avgörande roll i vår självperception. Till exempel påverkar våra tidigare erfarenheter hur vi bedömer vårt eget beteende; om vi har tidigare erfarenheter som stödjer vår förmåga att lyckas, tenderar vi att tillskriva misslyckanden till externa och situationella faktorer istället för interna orsaker. Detta beror delvis på vår tendens att använda försvarsmekanismer för att skydda vår självbild (Bem, 1972). När vi bedömer andra individers beteenden saknar vi ofta information om deras tidigare handlingar och beteenden. Därför baserar vi våra attributionsbeslut för andras beteenden huvudsakligen på de observerbara händelserna i den aktuella situationen. Om en individ misslyckas i en viss situation tenderar vi att attribuera detta till bristande kapacitet hos individen, eftersom vi inte har tillgång till information om deras tidigare prestationer eller framgångar (Bem, 1972).

En studie utförd av Munawaroh et al. (2023) undersökte hur entreprenörer tillskriver sina misslyckanden till interna och externa faktorer. Resultaten visade på att en grupp entreprenörer tillskrev sina misslyckanden till interna faktorer, såsom sina egna förmågor eller beslut. Detta visade att interna attributioner kan ha en betydande inverkan på hur individer uppfattar och reagerar på misslyckanden. Detta resultat utmanar således uppfattningen av att vi genom attributionsprocessen endast tillskriver eget misslyckande till externa faktorer (Bem, 1972).

Vidare undersökte Josephs et al. (2003) huruvida negativ feedback tillskrevs externa eller interna faktorer hos ungdomar och hittade att ungdomar som ansåg sig ha lägre självförtroende var mer troliga att tillskriva ett misslyckande till interna faktorer. Det är därmed vetenskapligt motiverat att utforska de olika sätten människor tillskriver olika utfall till sina egna inre faktorer.

Självbedömning och individens emotionella tillstånd

Skowronski et al. (2010) har undersökt hur individens emotionella tillstånd påverkar deras egen bedömning av personlighet. De genomförde ett experiment som undersökte om negativa termer eller begrepp påverkade deltagarnas uppfattningar om sig själva och andra. I experimentet blev en grupp introducerad till "elaka" ord i den första fasen. Därefter fick de läsa en påhittad historia där antingen de själva eller en påhittad individ utförde tvetydigt "elaka" beteenden. I den sista fasen fick deltagarna bedöma hur "elak" personen var. Resultatet visade att de som exponerades för "elaka" ord bedömde personen som mer elak än kontrollgruppen som inte exponerades för dessa ord, oavsett om de läste om sig själva eller en påhittad individ i historien.

Detta indikerar att negativa tolkningar av en individ eller av sig själv kan förstärkas genom exponering för negativa termer eller begrepp (Skowronski et al., 2010). Resultatet är intressant eftersom tidigare forskning har funnit att bedömningar om sig själv kontra bedömningar av andra ofta skiljs åt. Individer är ofta motiverade av att skydda sin egen självbild genom självförbättringsfaktorer (se t.ex. Alicke & Govorun, 2005); det vill säga en tendens hos människor att ha mer positiva tankar och övertygelser om sin egen förmåga, egenskaper och personlighetsdrag än vad som är objektivt försvarbart (Zell et al., 2020).

Om vi antar att vår attributionsprocess inte bara drivs av behovet att skydda vår självbild, blir det viktigt att i större utsträckning undersöka när vi tillskriver vårt eget beteende till interna eller externa faktorer. Detta kräver en närmare granskning av den specifika naturen och faktorerna bakom hur vi reagerar på information.

Självuppfyllande profetior

Medan självförbättringsfaktorer betonar en positiv övertygelse om ens egna förmågor och potential, fokuserar självuppfyllande profetior istället på förväntningar och övertygelser om hur verkligheten kommer att utvecklas, oavsett om det är positivt eller negativt. Med andra ord handlar teorin om självuppfyllande profetior om att en individs förväntningar eller tro på något, oavsett om det är sant eller falskt, kan påverka det förväntade beteendet eller verkligheten för

individerna (Merton, 1948). Effekterna av självuppfyllande profetior kan även vara olika starka beroende på om de är negativa eller positiva (Babad et al., 1982; Madon et al., 2003, 2004; Sutherland & Goldschmid, 1974). Forskning visar att negativa självuppfyllande profetia-effekter är starkare än positiva, vilket innebär att ogynnsamma tankar eller förväntningar har en starkare inverkan på att leda till bekräftande beteenden jämfört med gynnsamma tankar (t.ex. Madon et al., 1997, & Roorda et al., 2011).

Ytterligare visar en studie av Sherman (1980) att när individer har gjort prediktioner om sitt agerande i framtida situationer har detta bidragit till att de agerat mer i enlighet med sin tidigare prediktion. Själva handlingen att göra en förutsägelse påverkar därmed individens kommande handlingar, oavsett om denna förutsägelse går i enlighet med individens syn på sitt eget agerande eller inte. Individerna kan därmed uppleva en viss intern press eller ett behov att agera konsekvent mot sin tidigare förutsägelse för att känna koherens med sin självbild. Detta betonar vikten av hur våra tankar och förväntningar i olika situationer påverkar vårt beteende (Sherman, 1980). Vidare har detta fynd bekräftats i nyare forskning, till exempel i en studie av Moore et al., (2012) där hypotetiska frågor visade sig ha en betydande inverkan på beteende. Studien belyser hur hypotetiska frågor kan fungera som en sorts "varg i fårakläder", där de tillsynes oskyldiga frågorna kan leda till beteendeförändringar. Detta pekar på vikten av att vara medveten om hur frågor formuleras och när de ställs, särskilt i sammanhang där beslut och beteenden är av betydelse. Att förstå dessa mekanismer kan vara värdefullt för att informera om beteendeförändringsstrategier och beslutsfattande.

Självförmåga

I denna pilotstudie användes mätningar av självförmåga som en kontroll mellan grupperna för att säkerställa att eventuella skillnader i upplevelser kring prestation inte berodde på varierande nivåer av självförmåga bland deltagarna. Självförmåga, enligt Bandura (1977), beskriver en individs tro på sin egen förmåga att framgångsrikt utföra specifika uppgifter eller hantera olika situationer. Denna tro påverkas av individens tidigare erfarenheter av framgång och misslyckande, vilket kan stärka eller försvaga deras självförmåga.

Genom att mäta självförmåga kunde vi kontrollera individuella variationer i deltagarnas förtroende för sina egna förmågor. Detta är viktigt eftersom självförmåga är en dynamisk interaktion mellan individens föreställningar och deras beteende i en given situation (Appelbaum och Hare, 1996; Bandura, 1977; Pervin et al., 2005). Personer med hög

självförmåga tenderar att vara mer uthålliga och motiverade att övervinna hinder, medan de med låg självförmåga kan ge upp lättare eller undvika utmaningar (Bandura, 1977).

Studier har visat att självförmåga kan påverka hur individer reagerar på både positiva och negativa självuppfyllande profetior (Willard et al., 2008) och att den subjektiva upplevelsen av prestation kan påverka självsäkerheten (Panadero et al., 2017). Vidare har Talsma et al. (2019) visat att hög självförmåga inte nödvändigtvis leder till förbättrad prestation, vilket ytterligare betonar behovet av att kontrollera för självförmåga för att undvika felaktiga slutsatser om prestation baserade på självskattad förmåga.

Genom att inkludera mätningar av självförmåga i vårt experiment, kunde vi minimera risken att skillnader i upplevd prestation mellan grupperna berodde på individuella skillnader i självförmåga. Detta tillvägagångssätt säkerställde att vi kunde isolera och undersöka de faktorer som påverkade deltagarnas upplevda prestationer, oberoende av deras grundläggande tro på sin egen förmåga.

Den aktuella studien

Med utgångspunkt i den tidigare presenterade forskningen om självperception, självbedömning, samt självförmåga och självuppfyllande profetior, har vi avgränsat denna studie för att undersöka om den tidigare prestationen kan påverka individens bedömning av sin egen förmåga samt deras faktiska prestation. Genom att ta hänsyn till bakgrundslitteraturen har vi strukturerat vår forskning för att belysa hur externa faktorer kan forma och förstärka eller försvaga individers tro på sina egna färdigheter och sin egen kompetens. De olika teorierna som presenterats är av betydelse för att kontextualisera och förklara orsakerna till de observationer som framgår av studiens resultat.

Följaktligen är studien utformad att undersöka hur en situation där en individ ställs inför en uppgift som upplevs som lätt kan öka deras tro på upplevd och faktisk prestation inför följande uppgifter, och om en svår uppgift kan minska deras upplevda och faktiska prestation inför nästkommande uppgifter. Således formuleras studiens hypotes: *H1 är att det finns en signifikant skillnad i upplevd och faktisk prestation, beroende på om deltagarna utsattes för en "utmanande" eller "lätt" förberedande uppgift.*

Genom att undersöka hur olika tillstånd påverkar individens upplevda och faktiska prestation inför olika uppgifter kan studien bidra till förståelsen av hur vår upplevelse av tidigare erfarenheter kan påverka vår bedömning och faktiskt prestation av framtida prestationer. Detta är relevant för utbildning- och arbetsmiljökontexter, eftersom att förståelsen

om hur olika förberedande tillstånd påverkar prestation och självuppfattning kan bidra till att man utvecklar effektiva strategier för att optimera inlärningsprocessen och förbättrar prestationen. En bättre förståelse för hur tidigare erfarenheter och förberedelsebetingelser påverkar självskattning kan även leda till utveckling av strategier som hjälper individer att realistiskt och positivt bedöma sina egna förmågor.

Metod

Urval och deltagare

Urvalet av deltagare till studien följde en bekvämlighetsbaserad metod, där individer valdes för att delta baserat på deras tillgänglighet för datainsamling. Urvalet utgjordes således av 20 studenter på Lunds universitet. Skriftligt informerat samtycke erhöles från alla deltagare. Deltagarna delades upp i två tillstånd; tillstånd A (7 = kvinnor/3 = män, medelvärde ålder = 24, *SD* ålder = 1.94) och tillstånd B (8 = kvinnor/2 = män, medelvärde ålder = 23.4, *SD* ålder = 1.71).

Material

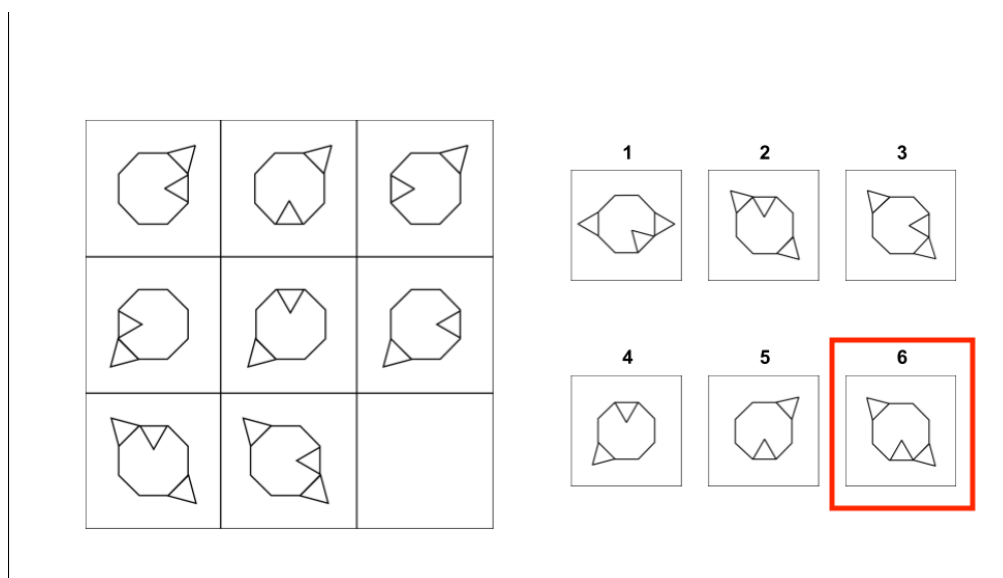
De material som användes för att genomföra studien är GSE-skalan, även känd som General Self-Efficacy Scale (Koskinen-Hagman et al., 1999) samt en förkortad version av Hagen Matrices-testet (Heydasch et al., 2020).

GSE-skalan är en självskattningsmätare som används för att ge insikt i en persons generella upplevelse av egen självförmåga och förmåga att hantera olika framtida situationer i livet (Luszczynska et al., 2005). Denna skala är användbar i forskningssyfte och låter oss jämföra självförmåga över många olika områden (Lazić et al., 2021). Skalan består av tio påståenden där respondenten får bedöma sin självförmåga på en fyrgradig skala. Ett exempel på ett påstående som förekommer på GSE-skalan är *“Jag lyckas alltid lösa svåra problem om jag bara anstränger mig tillräckligt”* och påståendet har fyra svarsalternativ (*Tar helt avstånd, Tar delvis avstånd, Instämmer delvis och Instämmer helt*) som kodas ett till fyra. GSE för varje individ är en summerad poäng av svarsalternativen som varierar mellan 10 och 40 poäng. Ju högre poäng en individ får, desto starkare är deras upplevda självförmåga.

Hagen Matrices-testet bedömer en persons förmåga att dra slutsatser, generalisera och tänka abstrakt utifrån specifika observationer eller information med hänvisning till CHC-modellen för intelligens, som har blivit en av de mest accepterade och använda teorierna inom psykometri och intelligensforskning (Heydasch et al., 2020). Den fulla versionen av Hagen

Matrices-testet består av totalt tjugo bilder, för syftet av studien använde vi oss av en förkortad version med totalt tio bilder.

Testet består av en serie mönster och figurer arrangerade i olika matriser. Uppgiften är att identifiera mönster och relationer mellan de olika delarna i matriserna för att hitta den logiska sekvensen eller saknade delen (Figur 1). En matris kan till exempel ha ett mönster där figurer ändrar storlek, färg, position eller rotation enligt en viss sekvens. Deltagaren måste sedan tillämpa denna sekvens på en tom plats för att hitta rätt svar. Testpersonerna poängsätts sedan för varje korrekt svar, ett korrekt svar motsvarar en poäng.



Figur 1. En av sekvenserna i Hagen matrices-testet som användes i experimentets tredje fas.

Figur 1 visar ett exempel på hur matriserna kunde se ut i vårt experiment, där den röda rutan markerar rätt svar för att fullborda sekvensen. I denna matris används ett rotationsmönster, där en av triangelarna byter position mellan varje sekvens. Deltagarna uppmanades att identifiera denna rotation och tillämpa den på svarsalternativen för att upptäcka mönstret eller sambandet mellan figurerna. Poängskalan för testet var noll till tio, där noll poäng innebar inga korrekta svar och tio poäng innebar endast korrekta svar.

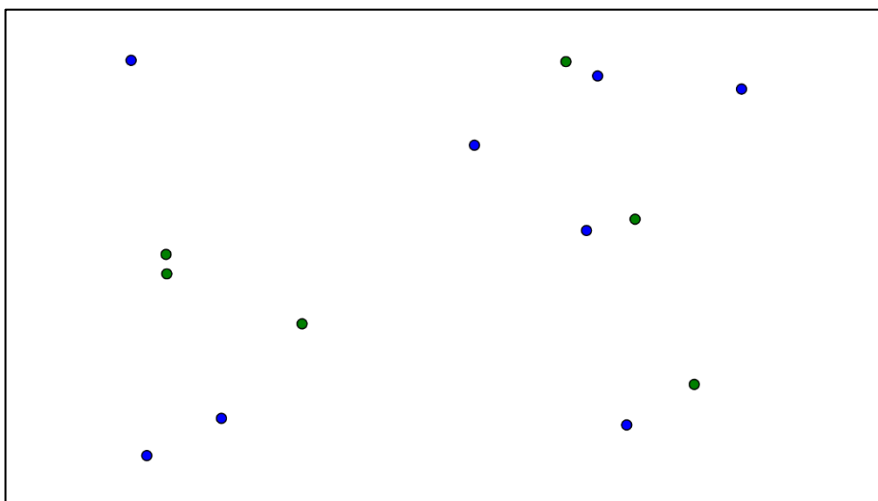
Forskningsdesign och procedur

För att testa vår hypotes använde vi en mellangrupsdesign, där deltagarna slumpmässigt tilldelades ett av två tillstånd; tillstånd A och tillstånd B.

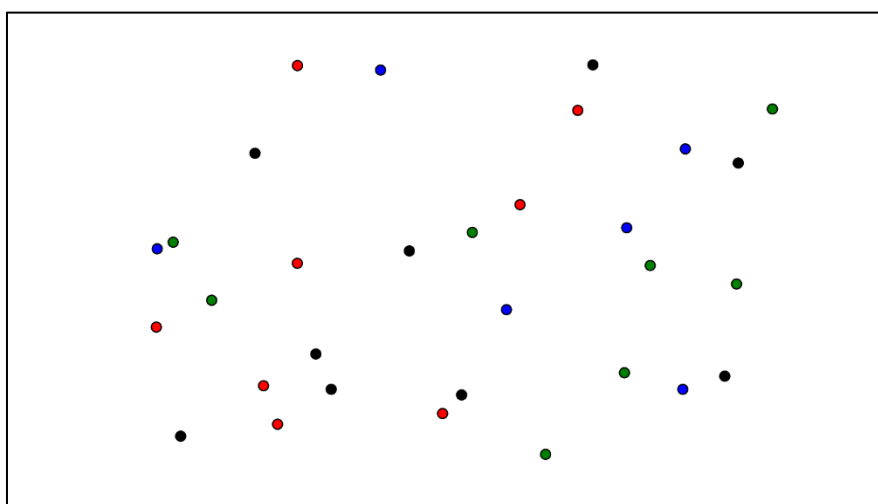
Experimentet bestod av tre faser och varje deltagare utförde experimentet individuellt, på olika tillfällen men på samma dator. För att minimera riskerna för att skillnader i resultaten skulle bero på mänskliga faktorer, såsom försöksledare-bias och varierad noggrannhet, utfördes experimentet i datorprogrammet Psychopy. Således var samtliga delar automatiserade, inklusive experimentets instruktioner.

Under den första fasen av experimentet fick deltagarna skatta sin uppfattade förmåga att hantera olika livssituationer och utmaningar. Detta gjordes med hjälp av den översatta versionen av The General Self Efficacy Scale (Koskinen-Hagman et al., 1999), där deltagarna fick tio olika påståenden där de skulle skatta sig på en skala från ett till fyra beroende på hur starkt de relaterade till varje påstående. Syftet med detta var att kontrollera hur den upplevda självförmågan var fördelad mellan deltagarna och grupperna samt säkerställa att eventuella skillnader i upplevd prestation efter den förberedande uppgiften inte berodde på skillnader i självförmåga.

Den andra fasen av experimentet involverade ett minnestest, med två olika svårighetsgrader, där deltagarna fick räkna prickar i olika färger. Deltagarna var ovetandes om deras tilldelade svårighetsgrad. De som blev tilldelade tillstånd A hade en "lätt" variant av minnestestet och de som blev tilldelade tillstånd B hade en "svår" variant av samma test. Det som skiljde dessa två tillstånd åt var antalet färger på prickarna. I den "lätta" varianten fanns det två färger, blå och grön, där antalet prickar varierade från sex till nio i antal (Figur 2). I den "svåra" varianten fanns det fyra färger, blå, grön, röd och svart, där antalet prickar också varierade från sex till nio (Figur 3). Varje deltagare hade 20 sekunder på sig att räkna och memorera prickarna. Efter denna tidsperiod blev de ombadade att redogöra för antalet prickar i två av färgerna. I tillstånd A varierade endast ordningen på vilken färg som först efterfrågades, medan i tillstånd B randomiserades både vilken färg som efterfrågades samt deras ordningsföljd. Svarstiden var konstant i båda varianterna; tio sekunder där en röd ruta blinkade när deltagaren endast hade fem sekunder kvar på sig att svara. Minnestestet upprepades tio gånger oavsett tillstånd. Målet med de två olika svårighetsgraderna av minnestestet var att undersöka om den upplevda prestationen skiljde sig åt i nästkommande uppgift.



Figur 2. Tillstånd A av minnestestet som användes i experimentets andra fas.



Figur 3. Tillstånd B av minnestestet som användes i experimentets andra fas.

Experimentets tredje fas var den förkortade version av ett Hagen Matrices-testet, som bestod av tio matriser där ordningen för dessa slumpades för varje deltagare för att förhindra att deras prestation påverkades av potentiella övningseffekter. Samtliga deltagare hade 60 sekunder på sig att svara på varje matris. Även i denna del blinkade en röd ruta när det återstod fem sekunder att svara för att påminna deltagaren att svara.

Efter att deltagarna hade valt sitt svar på en matris så följdes detta upp med en fråga om hur säkra de kände sig på att de svarat rätt. Här fick varje deltagare skatta sig på en femgradig skala, där siffran 1 motsvarade en upplevd känsla av mycket osäker och siffran 5 motsvarade

en upplevd känsla av mycket säker. Syftet var att undersöka deltagarnas upplevda prestationer beroende på om de deltagit i den "lätta" (tillstånd A) eller den "svåra" (tillstånd B) varianten av minnestestet i föregående fas av experimentet.

Strategin att inkludera två kognitiva uppgifter i experimentet avsedde att säkerställa att skillnader i deltagarnas förkunskaper inte påverkade resultatet av upplevd prestation. Genom att inkludera flera uppgifter med varierande kognitiva krav kunde vi jämföra ut skillnader som kan uppstå från tidigare erfarenheter eller expertis.

Innan experimentet avslutades fick varje deltagare svara på hur svårt de upplevde att minnestestet var. Även där fick de skatta sig på en femgradig skala, där siffran 1 motsvarade en upplevd känsla av att minnestestet var mycket lätt och siffran 5 motsvarade en upplevd känsla av att testet var mycket svårt. Detta utfördes som en kontroll för att säkerställa att deltagarna faktiskt upplevde de två varianterna som olika utmanande. Totalt tog hela experimentet 30 minuter för varje deltagare att genomföra.

Etik

För att säkerställa deltagarnas välbefinnande och integritet formulerades experimentet med en grundlig respekt för etiska principer. Att utvärdera ens egna prestationer och förmågor kan väcka känslor av oro och självkritik, vilket innebär att vi noggrant övervägde riskerna och arbetade för att minimera dem. Därför är studien utarbetad på ett sådant sätt att det är deltagarnas egna upplevelser som mäts och inte respons på externt påtvingad information. Syftet var endast att jämföra två grupper upplevelser, och eventuella skillnader av prestation, som hade fått genomföra olika förberedande uppgifter. I rekryteringsprocessen genomfördes en beskrivning av varje del av experimentet innan potentiella deltagare fick möjlighet att anmäla sig. Vidare betonades att varje deltagare hade full rätt att avbryta sin medverkan i experimentet när som helst.

Förutom rätt till att avbryta sitt deltagande när som helst var experimentet även utformat för att undvika explicita associationer mellan stimuli och specifika attribut, eftersom experimentet byggde på deltagarnas självskattning och egna upplevelser. Ingenstans uppmanade vi deltagarna i de olika tillstånden att känna på ett specifikt sätt. Eftersom det i slutändan inte var intelligens som mättes i experimentet fick deltagarna inte några resultat från sina prestationer på minnestestet eller problemlösningstestet, detta för att undvika att väcka känslor kring självkritik. Genom denna konstruktion strävade vi efter att minimera risken för

att förutfattade meningar eller stereotyper skulle påverka deltagarnas självbild. Till följd av detta säkerställdes inte bara experimentets vetenskapliga integritet utan även deltagarnas.

Datan som samlades in var pseudonymiserad, då varje deltagare tilldelades ett ID-nummer innan experimentet startades. Dessa ID-nummer var inte kopplade till några personuppgifter, utan användes för att hålla isär datan när testet genomfördes i Psychopy. Detta för att skydda varje deltagares anonymitet. Det är därmed inte möjligt att i efterhand koppla något resultat till en specifik individ.

Efter avslutat experiment tillhandahölls varje deltagare en detaljerad beskrivning av studiens syfte för att ge klarhet kring processen, det vill säga att det fanns två olika förberedande uppgifter och att syftet var att undersöka om dessa uppgifter ledde till en skillnad i upplevd och faktisk prestation mellan deltagarna. Det framkom även att ingen deltagare upplevde obehag vid självskattning av självförmåga eller upplevd prestation.

Dataanalys

Efter att datainsamlingen i experimentet var klar analyserades all data i det statistiska programmet Jamovi. I de inledande mätningarna utfördes en deskriptiv analys. Detta för att få en översikt av experimentets deltagare och identifiera eventuella avvikelser och mönster. Vidare utfördes ett *t*-test för oberoende grupper, tillstånd A och B, där den upplevda självförmågan och svårighetsgraden jämfördes. Syftet var att säkerställa att grupperna var jämförbara i upplevd självförmåga och att det fanns en betydande skillnad på upplevd svårighetsgrad. Det var viktigt att deltagarnas självförmåga var på en jämn nivå mellan grupperna, eftersom självförmåga kan påverka hur man förväntar sig att prestera i kommande uppgifter. Syftet med studien var att isolera upplevd prestation till den givna kontexten, vilket i detta fall innebar en föregående uppgift som uppfattades som antingen utmanande eller lätt. Prestationsnivån mellan deltagarna i de olika tillstånden under minnestestet undersöktes också för att säkerställa att de två varianterna av testet inte bara uppfattades som olika svåra utan också var svårare prestationsmässigt.

Efter de inledande mätningarna gjordes ett *t*-test för oberoende grupper för att kunna jämföra medelvärdena mellan tillstånd A och tillstånd B gällande självskattningen av upplevd prestation i experimentets tredje fas. Detta för att få en klar indikation på huruvida det fanns signifikanta skillnader mellan grupperna och för att kunna svara på vår hypotes att det finns en signifikant skillnad i upplevd och faktisk prestation, beroende på om deltagarna fick genomföra för en "svår" eller "lätt" förberedande uppgift.

Utöver det *t*-testet för oberoende grupper av vår hypotes genomfördes också korrelationsanalyser mellan upplevd prestation och upplevd svårighetsgrad. Detta gjordes på tre nivåer; på samtliga svar, korrekta svar och inkorrekta svar. Detta för att undersöka eventuella samband mellan upplevd prestation och upplevd självförmåga på samtliga nivåer. Resultaten från dessa *t*-test och korrelationsanalyser presenteras under rubriken “Huvudmätningar”.

Resultat

Inledande mätningar

I detta avsnitt presenteras resultaten från de inledande mätningarna av upplevd självförmåga och uppfattad svårighetsgrad på minnestestet för deltagarna i tillstånd A och tillstånd B, samt skillnaden i deltagarnas faktiska prestation under minnestestet mellan de olika tillstånden.

Tabell 1 presenterar medelvärden och standardavvikelser för upplevd självförmåga, svårighetsgrad och deltagarnas prestation i minnestestet samt resultaten från ett *t*-test för oberoende grupper för jämförelsen av skattningar av upplevd självförmåga och jämförelsen av uppfattad svårighetsgrad och prestation på minnestestet mellan tillstånd A och B.

Tabell 1

Medelvärden och standardavvikelser för självförmåga, svårighetsgrad och prestation i tillstånd A och B, samt resultat från jämförelser av självförmåga, svårighetsgrad och prestation mellan tillstånd A och B.

	Tillstånd A		Tillstånd B		t-värde	df	p	d
	M	SD	M	SD				
Självförmåga	29.6	3.66	27.8	3.65	1.10	18	0.29	0.49
Svårighetsgrad	2.0	0.94	4.5	0.85	6.23	18	< .001	2.79
Prestation	9.5	0.85	3.1	1.66	10.18	18	< .001	4.85

T-testet för oberoende grupper för jämförelsen av skattningar av upplevd självförmåga visade att det var inte statistiskt signifikant skillnad mellan tillstånd A ($M = 29.6$, $SD = 3.66$) och B ($M = 27.8$, $SD = 3.65$) ($t(18) = 1.10$, $p = 0.29$, $d = 0.49$). Antagandet att upplevd

självförmåga inte skulle vara signifikant olika mellan de två tillstånden var en central utgångspunkt för tolkningen av experimentets resultat.

Vad gäller upplevd svårighetsgrad av minnestestet visar resultaten att deltagarna i tillstånd A upplevde en lägre grad av svårighet ($M = 2.00$, $SD = 0.94$) jämfört med tillstånd B ($M = 4.50$, $SD = 0.85$) ($t(18) = 6.23$, $p < .001$, $d = 2.79$), vilket indikerar att deltagarna i tillstånd B upplevde en betydligt högre svårighetsgrad på minnestestet jämfört med tillstånd A.

Dessa resultat går i linje med deltagarnas prestation under minnestestet, alltså antalet korrekta svar över de olika tillstånden. På minnestestet presterade tillstånd A bättre ($M = 9.50$, $SD = 0.85$) än tillstånd B ($M = 3.10$, $SD = 1.66$) ($t(18) = 10.18$, $p < .001$, $d = 4.85$). Detta resultat visar inte bara på betydande skillnad i deltagarnas upplevelse av testets svårighetsgrad mellan tillstånd A och B, utan även att denna skillnad resulterade i en signifikant skillnad i prestationen mellan de två tillstånden. Dessa mätningar utfördes för att bedöma om de parametrar som anses vara avgörande för experimentets validitet hade uppnåtts framgångsrikt.

Huvudresultat

I detta avsnitt presenteras resultaten av jämförelserna av medelvärden för upplevd prestation mellan tillstånd A och tillstånd B, samt korrelationsanalyserna mellan upplevd prestation och upplevd svårighetsgrad.

Jämförelse av upplevd prestation

Tabell 2 presenterar resultatet från ett t -test för oberoende grupper som jämförde deltagarnas medelvärde av upplevd prestation med deras svar under Hagen Matrices-testet, experimentets tredje fas. Detta t -test gjordes för att svara på vår huvudsakliga hypotes vilken syftade till att undersöka huruvida det finns en signifikant skillnad i upplevd och faktisk prestation, beroende på om deltagarna deltog i ett "svårt" eller "lätt" förberedande tillstånd.

Tabell 2

Medelvärden och standardavvikelser för upplevd prestation i tillstånd A och B, samt resultat från jämförelser av upplevd prestation mellan tillstånd A och tillstånd B.

Tillstånd A		Tillstånd B		t-värde	df	p	d
M	SD	M	SD				
Upplevd prestation							

Alla svar	2.70	0.48	2.48	0.81	0.74	18	0.47	0.33
Korrekta svar	3.49	0.64	3.00	1.09	1.23	17	0.25	0.55
Inkorrekta svar	2.04	0.71	2.18	0.95	0.35	17	0.72	0.16

För deltagarna i tillstånd A var medelvärdet av upplevd prestation, oavsett om svaren var korrekta eller inkorrekta, 2.70 ($SD = 0.48$), medan medelvärdet för tillstånd B var 2.48 ($SD = 0.81$). Resultatet från ett t -test för oberoende grupper visade att skillnaden mellan medelvärdena var icke-signifikant ($t(18) = 0.74, p = 0.47, d = 0.33$). Medelvärdet av upplevd prestation för deltagarna i tillstånd A när svaren var korrekta var 3.49 ($SD = 0.64$), medan medelvärdet i tillstånd B var 3.00 ($SD = 1.09$). Resultatet från ett t -test för oberoende grupper visade att skillnaden mellan medelvärdena var icke-signifikant ($t(17) = 1.23, p = 0.25, d = 0.55$). När svaren var inkorrekta var medelvärdet av upplevd prestation för tillstånd A 2.04 ($SD = 0.71$), medan medelvärdet för tillstånd B var 2.18 ($SD = 0.95$). Även här visade ett t -test för oberoende grupper att skillnaden var icke signifikant ($t(17) = 0.35, p = 0.72, d = 0.16$). Dessa resultat indikerade att det inte fanns någon signifikant skillnad i upplevd prestation mellan de två tillstånden.

Korrelation mellan upplevd prestation och svårighetsgrad

Mot bakgrund av det icke-signifikanta resultatet av skillnaden i upplevd prestation mellan deltagarna i tillstånd A och B, genomfördes en korrelationsanalys för att undersöka om det överhuvudtaget fanns ett eventuellt samband mellan upplevd prestation, faktisk prestation och upplevelsen av minnestestet. Tabell 3 presenterar resultaten från korrelationsanalysen mellan upplevd prestation, baserat på samtliga svar, korrekta svar och inkorrekta svar, och upplevd svårighetsgrad på minnestestet, både individuellt för alla deltagare och mellan tillstånd A och tillstånd B. En korrelationsanalys genomfördes för att ge oss information kring eventuella samband mellan upplevd prestation och upplevelsen av minnestestet.

Korrelationsanalysen mellan upplevd prestation oavsett svar och upplevd svårighetsgrad på minnestestet av alla deltagare visade sig vara inte statistiskt signifikant ($r = -0.26, p = 0.27$). Det fanns inte heller någon signifikant skillnad i tillstånd A ($r = -0.10, p = 0.79$) eller tillstånd B ($r = -0.30, p = 0.39$). Fortsättningsvis fanns det ingen signifikant korrelation

mellan upplevd prestation hos samtliga deltagare vid korrekta svar ($r = -0.41, p = 0.08$), korrekta svar i tillstånd A ($r = -0.09, p = 0.81$) eller korrekta svar i tillstånd B ($r = -0.52, p = 0.15$). Det fanns inte heller någon signifikant korrelation mellan upplevd prestation hos samtliga deltagare vid inkorrekta svar ($r = 0.08, p = 0.74$), inkorrekta svar i tillstånd A ($r = 0.07, p = 0.86$) eller inkorrekta svar i tillstånd B ($r = -0.01, p = 0.96$).

Tabell 3

Korrelation mellan upplevd prestation och svårighetsgrad för alla deltagare och separat för deltagare i tillstånd A och B

	Upplevd prestation		Svårighetsgrad		Korrelation	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
Alla svar						
Alla deltagare	2.59	0.66	3.25	1.55	-0.26	0.27
Tillstånd A	2.70	0.48	2.00	0.94	-0.10	0.79
Tillstånd B	2.48	0.81	4.50	0.85	-0.30	0.39
Korrekta svar						
Alla deltagare	3.26	0.89			-0.41	0.08
Tillstånd A	3.49	0.64			-0.09	0.81
Tillstånd B	3.00	1.09			-0.52	0.15
Inkorrekta svar						
Alla deltagare	2.12	0.83			0.08	0.74
Tillstånd A	2.04	0.71			0.07	0.86
Tillstånd B	2.18	0.95			-0.01	0.96

Diskussion

Vi inledde vår undersökning med en hypotes om att individens upplevda och faktiska prestation skulle skilja sig åt beroende på vilket förberedande tillstånd de placerades i. Vår förväntan var att skillnader i upplevd svårighetsgrad mellan två förberedande tillstånd, A och B, skulle påverka deras upplevda och faktiska prestation. Resultaten från *t*-testerna och korrelationsanalysen visade att det inte fanns någon signifikant skillnad i deltagarnas upplevda och faktiska prestation mellan olika tillstånd, samt att det inte fanns någon signifikant korrelation mellan upplevd prestation och upplevd svårighetsgrad på minnestestet. Detta innebär således att upplevd svårighetsgrad inte påverkade deltagarnas upplevda eller faktiska prestation.

Experimentets validitet och reliabilitet

Inledningsvis kommer vi att diskutera betydelsen av resultaten från Tabell 1 för vår förståelse av experimentets utfall och deras relevans för de övergripande målen med vår studie. Noterbart är att trots en variation i självförmåga mellan deltagarna i tillstånd A och tillstånd B, visade resultaten ingen statistiskt signifikant skillnad. Denna frånvaro av signifikans stämmer överens med vårt metodiska mål vid randomiseringen av deltagarna till de olika tillstånden. Vårt syfte var att åstadkomma en balanserad distribution av självförmåga över grupperna för att isolera effekterna av våra inledande tillstånd av svårighetsgrader. Därmed antyder den jämna nivån i självförmåga mellan tillstånden att skillnader i experimentets utfall inte tillskrivs eventuella fundamentala skillnader i deltagarnas uppfattning av sin egen självförmåga. En signifikant skillnad i deltagarnas självförmåga skulle potentiellt ha påverkat bedömningen av deras prestationsnivå, med risken att attribuera variationer i upplevd prestation till individuell självförmåga snarare än det vår pilotstudie ämnade att undersöka. Detta skulle i sin tur ha underminerat möjligheten att korrekt bedöma den specifika upplevelsen av olika förberedande tillstånd. Det är således av avgörande betydelse att identifiera och adressera eventuella skillnader i självförmåga för att undvika felaktiga slutsatser rörande det faktiska fenomenet vi ämnade att undersöka.

Den statistiskt signifikanta skillnaden i deltagarnas skattningar av upplevd svårighetsgrad på minnestestet mellan tillstånd A och B bekräftar att vår experimentella design framgångsrikt återspeglade de avsedda svårighetsgraderna för minnestestet inom respektive tillstånd. Denna observation är av betydelse då den indikerar att de förberedande tillstånden var korrekt utformade och överensstämde med de förutbestämda riktlinjerna, vilket var en

nödvändighet för att experimentets resultat skulle kunna underbygga vår hypotes om att variationer i uppfattad svårighetsgrad kan ha en påverkan på deltagarnas upplevda prestation och faktiska prestation.

Resultaten från Tabell 1 avslöjar inte bara att deltagarna i tillstånd B upplevde minnestestet som betydligt svårare än deltagarna i tillstånd A, utan även att denna skillnad återspeglades i en signifikant variation i prestationen mellan de två grupperna. Denna observation indikerar att minnestestens funktionalitet var adekvat, då det lyckades mäta och skilja mellan deltagarnas prestation i enlighet med experimentets övergripande hypotes. Genom att fånga och kvantifiera skillnader i prestationer mellan de två tillstånden tillhandahöll testet en pålitlig indikation att konstruktionen av den inledande uppgiften var adekvat utförd.

Slutligen är det av betydelse att reflektera över det begränsade antalet deltagare i experimentet, som uppgick till 20. Att ha en så pass liten deltagargrupp kan innebära inskränkningar som påverkar studiens tillförlitlighet och generaliserbarhet. Det är därför av vikt att notera att resultaten inte nödvändigtvis kan generaliseras till andra populationer eller grupper. En ytterligare svaghet relaterad till det begränsade antalet deltagare är bristen på statistisk styrka. Med ett mindre antal deltagare minskar studiens förmåga att identifiera verkliga effekter, om sådana existerar. Dessutom ökar risken för att studien blir känslig för avvikande data eller outliers, även om ingen sådan observation identifierades vid granskningen av deltagardata i denna specifika studie. Att endast inkludera 20 deltagare i experimentet förklaras av tillgängliga resurser såsom tid och finansiella medel. Även om det inte går att garantera att ett större antal deltagare skulle ha lett till andra resultat i experimentet, är det viktigt att erkänna denna möjliga omständighet. Det är därför av vikt att poängtera att denna studie endast ämnade att agera som en pilotstudie för en egen utarbetad metod på att mäta effekter av självuppfyllande profetior och hur olika tillstånd kan ha en inverkan på individers självperception gällande upplevd och faktiskt prestation.

Förståelse av resultaten genom Självuppfyllande profetior och Självperception

Vår hypotes inför experimentet var att individens upplevelse av prestation skulle variera beroende på om de placerades i antingen ett "lätt" eller "svårt" tillstånd. Detta för att undersöka om en individs upplevelse av sin prestation även går att härleda till interna faktorer i attributionsprocessen, när man har isolerat attributionsprocessen från utomstående effekter. Förväntan var således att nivåerna av upplevd prestation skulle skilja sig mellan deltagarna i tillstånd A och tillstånd B. Resultaten som presenteras i tabell 2 motsäger vår hypotes och

indikerar att de olika tillstånden inte genererade de förväntade effekterna. Vidare analyserades korrelationen mellan upplevd prestation, baserat på korrekta svar och inkorrekta svar, och upplevd svårighetsgrad för samtliga deltagare och för deltagare i de två olika tillstånden. Resultaten visade inga signifikanta korrelationer mellan dessa variabler i något av fallen.

En möjlig förklaring till experimentets resultat är att deltagarna inte internaliserade förväntningarna om de olika tillstånden, vilket minskade effekten av förväntningarna på deras upplevda prestation. Enligt teorin om självuppfyllande profetior krävs det att förväntningarna är internaliserade för att påverka individens efterföljande beteende, vilket i detta fallet var både upplevd och faktisk prestation. Om deltagarna inte trodde på eller inte kände sig engagerade i de olika uppgifterna, skulle detta kunna ha minskat effekten av förväntningarna på deras prestation. Denna observation kan också ses i ljuset av Shermans (1980) upptäckt att själva handlingen att göra en förutsägelse påverkar individens framtida handlingar, oavsett om denna förutsägelse överensstämmer med individens självbild eller inte. Om deltagarna hade influerats av de olika förberedande tillstånden på ett sätt som ändrade deras förväntningar inför det kommande testet, skulle detta potentiellt ha resulterat i en märkbar skillnad, oavsett om förväntningarna stämmer överens med individens syn på sitt eget agerande eller inte.

Individuella attributionsstilar, tidigare erfarenheter och personliga faktorer kan också ha påverkat hur deltagarna tolkade och hanterade de olika utmaningarna i uppgifterna. Det är möjligt att deltagarna använde olika strategier för att hantera situationen baserat på sina egna självuppfattningar och attributionsprocesser.

Att vi inte fick ett signifikant resultat kan också möjligen förstås genom Banduras teori om självförmåga (1977). Den menar att ökad självförmåga sker då beteenden tillskrivs till ett särskilt beteende eller till särskild domän hos individen. Att minnestestet och Hagen Matrices-testet inte testade samma beteende eller låg för långt ifrån varandras domäner skulle kunna vara en förklaring till icke-resultatet. Uppgifterna kan helt enkelt varit för olika för att deltagarna skulle tillskriva sin framgång i minnestestet till att påverka deras upplevda prestation inom Hagen Matrices-test, trots att båda testar kognitiv förmåga. Därför är det av relevans att vidareutveckla denna pilotstudie och testa på fler antal deltagare, för att säkerställa att de två uppgifterna korrelerar tillräckligt med varandra för att ge resultat.

Vidare, som diskuteras i inledningen till uppsatsen, visar tidigare forskning på att den subjektiva upplevelsen av prestation kan påverka individers självbedömning (Panadero et al., 2017). Även om deltagarna i våra två experimentella tillstånd rapporterade signifikanta

skillnader i upplevd svårighetsgrad under minnestestet och åstadkom en liknande signifikant variation i faktisk prestation i samma test (se tabell 3), tyder våra resultat på att dessa faktorer inte har en direkt inverkan på hur deltagarna själv upplevde sin prestation. Anledningen till detta skulle potentiellt kunna vara aspekter inom den metodologiska ansatsen. Vår studie skiljer sig till exempel från liknande forskning, såsom den utförd av Panadero et al. (2017), genom dess tidsram. I Panaderos et al. studie mättes effekten av upplevd prestation vid fyra tidpunkter med ett års mellanrum. Det är möjligt att den potentiella effekten på den upplevda prestationen endast kan förstärkas över en längre tidsperiod, vilket kan kräva genomförandet av en longitudinell studie för att tydligt observera denna dynamik. Dessutom skulle en longitudinell ansats ge möjlighet att undersöka eventuella interaktionseffekter mellan den upplevda prestationen och andra variabler, såsom individuella skillnader eller kontextuella faktorer, som kan påverka sambandet mellan upplevd prestation och faktisk prestation över tid. Genom att inkludera en längre tidsram i forskningen kan man således erhålla mer nyanserade och pålitliga resultat som kan bidra till en fördjupad förståelse av detta komplexa fenomen.

Ytterligare skulle framtida forskning kunna undersöka hur explicit återkoppling på prestationer under minnestestet påverkar deltagarnas upplevda prestation. Genom att tillhandahålla deltagarna med återkoppling om deras prestation i realtid kan man undersöka hur individerna reagerar på denna information och hur det påverkar deras efterföljande prestationer och beteenden. Att utforska denna aspekt kan bidra till att klargöra om det är den objektiva prestationen i sig eller snarare den upplevda prestationen som har en större inverkan på hur individens beteendemönster formas och förändras i förhållande till självuppfyllande profetior. Därmed trots att experimentet var utformat för att undersöka hur en föregående uppgift kan påverka hur individen bedömer sin egen förmåga, baserat på om den tidigare erfarenheten ansågs "lätt" eller "svår", kan det vara svårt att fullständigt eliminera andra faktorer som kan påverka deltagarnas upplevelse och bedömning av situationen. Detta understryker vikten av att noggrant kontrollera och överväga alla potentiella variabler vid utformning och tolkning av experimentella resultat, och betonar den komplexitet som är involverad i att förstå mänskligt beteende utifrån teoretiska perspektiv som självperceptionsteorin och självuppfyllande profetior.

Den förberedande tillståndets roll

En potentiell förklaring till bristen på signifikanta resultat för vår hypotes, som förutspådde variation i upplevd prestation, är effekten av den lätta och svåra uppgiften. Med

andra ord kan det vara så att det inte var tillräckligt stor skillnad i det förberedande tillståndet för att deltagarna skulle uppleva en skillnad på prestation.

De två tillstånden, "svår" och "lätt", kan vara känsliga för olika faktorer, såsom individuella skillnader, kontexten och deltagarnas motivationsnivå för att utföra experimentet. Bland annat kan individuella skillnader förklaras genom självperceptionsteorin och attributionsprocessen. Dessa teorier förklarar hur olika situationer och yttre stimuli påverkar hur individen uppfattar sig själv och tolkar orsakerna till sitt beteende (Bem, 1972). Tidigare erfarenheter kan helt enkelt vara så inflytelserika att de interna faktorerna inte påverkas i en enskild situation, såsom experimentet i denna pilotstudie. Därför är det relevant att samla in data från en större och mer varierad population för att undersöka detta närmare.

Om de två olika tillstånden av den förberedande uppgiften inte upplevdes som relevanta för deltagarnas självuppfattning, kan det också innebära att deltagarna inte aktivt kopplade upplevelsen av svårighetsgraden till sina egna attribut eller beteenden. Om vår hypotes hade gett signifikanta resultat, skulle det kunna tolkas som att upplevelsen av tidigare utförda uppgifter påverkade deltagarnas självperception genom att ha en verkan på deras tolkning av sitt eget beteende. I så fall skulle en skillnad kunna utläsas mellan den upplevda prestationen i de två olika grupperna och detta skulle kunna innebära att självuppfyllande profetior även kan ha en direkt effekt på en individs beteende och inte endast över en längre tid.

I tidigare forskning har olika metoder framgångsrikt använts för att undersöka individers interna processer och framhäva specifika egenskaper (Skowronski et al., 2010). Dessa studier antyder att deltagarna i vår studie kanske inte upplevde en förändring i sin självuppfattning, trots att självförbättring är ett välkänt fenomen enligt tidigare forskning. En möjlig förklaring till detta är att de förberedande uppgifterna inte var tillräckligt effektiva för att aktivera dessa faktorer.

Avslutande sammanfattning om pilotstudien och implikationer

Sammanfattningsvis visar resultaten ingen signifikant skillnad i upplevd eller faktisk prestation mellan förberedelseförhållandena A och B. Det tyder på att deltagarna inte upplevde någon skillnad på prestation beroende på förberedelsens svårighetsgrad. Denna slutsats stärks av avsaknaden av ett signifikant samband mellan upplevd prestation, faktisk prestation och upplevd svårighetsgrad på minnestestet.

Det finns flera möjliga förklaringar till frånvaron av signifikanta skillnader, inklusive individuella skillnader i motivation och erfarenhet. Trots att studien utgör en grund för att

undersöka förberedelsens inverkan på prestation, föreslås ytterligare forskning med fler deltagare för att förtydliga resultaten och upptäcka subtila mönster.

För framtida forskning föreslås att utforska hur explicit återkoppling på prestationer kan påverka deltagarna under liknande förhållanden. Detta kan ge ny insikt, även om det kräver försiktighet för att säkerställa deltagarnas välmående. En longitudinell studie kan också vara givande för att undersöka sambandet mellan erfarenheter och prestation över tid.

Slutligen fyller denna pilotstudie ett gap i den konkreta psykologiska forskningen genom att undersöka hur olika förberedande tillstånd leder till skillnader i individens upplevda och faktiska prestation i efterföljande uppgifter. Studiens syfte ämnar att bidra till att ytterligare utforska detta område, vilket är viktigt för att öka förståelsen för hur individers självuppfattning påverkas av olika kontexter, såsom deras subjektiva tillstånd. Denna insikt är särskilt betydelsefull inom utbildnings- och arbetsmiljön, där prestation ofta är central. Genom att förstå sambandet mellan förväntningar, tidigare erfarenheter och självskattning, kan arbetsgivare skapa mer stödande miljöer som hjälper anställda att bygga självförtroende. Detta kan inkludera tillhandahållandet av regelbunden feedback, mentorprogram och möjligheter för fortsatt utbildning och utveckling. Om pilotstudien hade visat signifikanta resultat, skulle slutsatsen kunna vara att inducera en känsla av framgång i en uppgift kan främja framgång i efterföljande uppgifter. Detta skulle i sin tur kunna möjliggöra utvecklingen av strategier för att skapa mer gynnsamma förutsättningar för individer att prestera bättre i skolan och på arbetsplatsen. Däremot, med tanke på att området fortfarande saknar empiri för att dra sådana slutsatser, rekommenderas vidare forskning. Tidigare forskning inom andra delar av fältet tyder dock på att faktorer såsom förväntningar, självperception och emotioner kan påverka individers beteenden och därmed skulle empiri likt denna pilotstudie ämnade att finna vara av relevans.

Referenser

- Alicke, M. D., & Govorun, O. (2005). The better-than-average effect. In M. D. Alicke, D. A. Dunning, & J. I. Krueger (Eds.), *The self in social judgment*. New York: Psychology Press, 85 – 106.
- Appelbaum, S. H., & Hare, A. (1996). Self-efficacy as a mediator of goal setting and performance. Some human resource applications. *Journal of Managerial Psychology*, 11(3), 33-47
- Babad, E. Y., Bernieri, F., Rosenthal, R., & Loughnan, S. (1982). "Success" and "Failure" cues in the "Reading the Mind in the Eyes" test. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 20(4), 193-196.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215
- Bem, D. J. (1972). *Self-Perception: Theory and Research*. Monterey, CA: Brooks/Cole
- Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- Heydasch, T., Haubrich, J., & Renner, K. (2020). Translation - The Short Version of the Hagen Matrices Test (HMT-S): A 6-Item Induction Intelligence Test. *methods, data, analyses*, 7(2), 23
- Heydasch, T., Schnaedter, S. (2020). The Hagen Matrices Test (HMT). Hämtad 2024-04-02, från https://ww2.unipark.de/uc/HOT_preview/ospe.php?SES=29064986e05d8fce51cf05632e109b3e&syid=601098&sid=601099&act=start&js=15&flash=0
- Isbell, L. M., Rovenpor, D. R., & Lair, E. C. (2016). The impact of negative emotions on self-concept abstraction depends on accessible information processing styles. *Emotion*, 16(7), 1040–1049.
- Josephs, R. A., Bosson, J. K., & Jacobs, C. G. (2003). Self-esteem maintenance processes: Why low self-esteem may be resistant to change. *Psychological Inquiry*, 14(1), 28–36.
- Koskinen-Hagman, M., Schwarzer, R. & Jerusalem, M. (1999). Swedish version of the general self-efficacy scale. Hämtad 2024-03-25, från <http://userpage.fu-berlin.de/~health/swedish.htm>
- Lazić, M., Jovanović, V., & Gavrilov-Jerković, V. (2021). The general self-efficacy scale:

- New evidence of structural validity, measurement invariance, and predictive properties in relationship to subjective well-being in Serbian samples. *Current Psychology*, 40(2), 699–710.
- Luszczynska, A., Scholz, U., & Schwarzer, R. (2005). The general self-efficacy scale: Multicultural validation studies. *Journal of Psychology (The)*, 139, 349-457.
- Madon, S., Jussim, L., & Eccles, J. (1997). In search of the powerful self-fulfilling prophecy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72(4), 791–809.
- Madon, S., Jussim, L., Keiper, S., Eccles, J., Smith, A., & Palumbo, P. (2003). The accuracy and power of sex, social class, and ethnic stereotypes: A naturalistic study in person perception. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(1), 20-33.
- Madon, S., Smith, A., Jussim, L., Russell, D. W., Eccles, J., & Palumbo, P. (2004). Am I as you see me or do you see me as I am? Self-fulfilling prophecies and self-verification. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(5), 591-602.
- Merton, R. K. (1948). The self-fulfilling prophecy. *The Antioch Review*, 8(2), 193-210.
- Moore, S.G., Neal, D.T., Fitzsimons, G.J., Shiv, B., 2012. Wolves in sheep’s clothing: how and when hypothetical questions influence behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 117(1), 168–178.
- Munawaroh, M., Indarti, N., Ciptono, W.S. and Nastiti, T. (2023). Learning from entrepreneurial failure: examining attribution and contextual factors of small- and medium-sized enterprises in Indonesia. *Journal of Small Business and Enterprise Development* 30(3), 501-522.
- Panadero, E., Jonsson, A., & Botella, J. (2017). The Influence of Academic Achievement and Perceived Performance on Self-Confidence in University Students: A Longitudinal Study. *Frontiers in Psychology*, 8, 1-11.
- Pervin, L. A., Cervone, D., & John, O. (2005). *Personality, Theory and Research*. Hoboken: John Wiley & Sons, Inc.
- Roberts, B. W., Luo, J., Briley, D. A., Chow, P. I., Su, R., & Hill, P. L. (2017). A systematic review of personality trait change through intervention. *Psychological Bulletin*, 143(2), 117–141.
- Roorda, D. L., Koomen, H. M. Y., Spilt, J. L., & Oort, F. J. (2011). The Influence of Affective Teacher-Student Relationships on Students’ School Engagement and Achievement: A Meta-Analytic Approach. *Review of Educational Research*, 81(4),

493–529.

- Schachter, S., & Singer, J. E. (1962). Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review*, *69*(5), 379–399.
- Sherman, S. J. (1980). On the self-erasing nature of errors of prediction. *Journal of Personality and Social Psychology*, *39*(2), 211–221.
- Skowronski, J. J., Sedikides, C., Heider, J. D., Wood, S. E., & Scherer, C. R. (2010). On the Road to Self-Perception: Interpretation of Self-Behaviors Can Be Altered by Priming. *Journal of Personality*, *78*(1), 361–391.
- Sutherland, E. H., & Goldschmid, M. L. (1974). Note on the role of self-fulfilling prophecies in stimulating economic growth. *Journal of Political Economy*, *82*(5), 1027-1028.
- Talsma, K., Schütz, B., & Norris, K. (2019). Miscalibration of self-efficacy and academic performance: Self-efficacy \neq self-fulfilling prophecy. *Learning and Individual Differences*, *69*, 182–195.
- Willard, J., Madon, S., Gyll, M., Spoth, R., & Jussim, L. (2008). Self-efficacy as a moderator of negative and positive self-fulfilling prophecy effects: Mothers' beliefs and children's alcohol use. *European Journal of Social Psychology*, *38*(3), 499–520.
- Zell, E., Strickhouser, J. E., Sedikides, C., & Alicke, M. D. (2020). The better-than-average effect in comparative self-evaluation: A comprehensive review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, *146*(2), 118–149.

Appendix



LUNDS UNIVERSITET

Samhällsvetenskapliga fakulteten

Information för deltagande i studie om Kognitiv Förmåga och Själbedömning

Titel: Undersökning av Kognitiv Förmåga och Själbedömning

Studenter: Elsa Mellskog (elsamellskog@gmail.com) och Linda Magnusson (magnussonlinda1@gmail.com), Lunds Universitet.

Handledare: Bardur Hofgaard Joensen (bardur.hofgaard_joensen@psy.lu.se), Lunds Universitet.

Vad är syftet med studien?

Syftet med denna studie är att undersöka sambandet mellan deltagarnas självskattning av självförmåga och deras förmåga att komma ihåg och återkalla information samt deras kognitiva förmåga genom problemlösning.

Hur går studien till?

I denna studie kommer du att genomgå tre delar:

- **1. Självsfattning av självförmåga:** Du kommer att bedöma din egen förmåga att hantera olika livssituationer och utmaningar genom att svara på ett antal påståenden.
- **2. Minnesövning:** Du kommer att delta i en övning för att testa din förmåga att komma ihåg och återkalla information genom att räkna färgade prickar och svara på frågor relaterade till dem.
- **3. Problemlösning med Hagen Matrices Test:** Du kommer att utmana din kognitiva förmåga genom att identifiera mönster och fullborda sekvenser med hjälp av bilder.

Finns det några risker med att delta i studien?

Utvärdering av ens prestationer och förmågor kan ibland väcka känslor av oro eller självkritik. Därför har studien utformats med detta i åtanke, i syfte att minimera dessa risker. Om du upplever att dessa känslor uppstår och fortsätter även efter avslutat experiment, uppmuntrar vi dig att kontakta oss eller vår handledare.

Är deltagandet frivilligt?

Ditt deltagande är frivilligt och du kan när som helst välja att avbryta deltagandet. Om du väljer att inte delta eller vill avbryta ditt deltagande behöver du inte uppge varför.

Vad händer med dina uppgifter?

Dina svar och personuppgifter kommer inte att delas med obehöriga och kommer endast att användas för forskningsändamål som du har gett samtycke till. All insamlad data kommer att vara kodade (pseudonymiserade) vilket innebär att de inte kan kopplas direkt till dig som person.

Samtycke till deltagande i studie om Kognitiv förmåga och Självbedömning**Medgivande**

Jag bekräftar härmed att jag har tagit del av skriftlig och muntlig information om studien och accepterar att delta. Jag har fått möjlighet att ställa frågor om studien.

Jag har fått information om att de uppgifter som samlas in om mig kommer att behandlas konfidentiellt, på ett sådant sätt att min identitet inte kommer att avslöjas för obehöriga.

Jag är medveten om att min medverkan är helt frivillig och att jag när som helst och utan närmare förklaring kan avbryta mitt deltagande.

Ort och datum

Förnamn och efternamn

Namnsteckning

Debrief efter genomfört experiment

Tack så mycket för er medverkan i vårt experiment! Nu när ni har genomfört alla delar av testerna, vill vi ge er en kort sammanfattning och förklara syftet bakom dem.

Del 1: The General Efficacy Scale

I den första delen av experimentet fick ni fylla i The General Efficacy Scale, där ni bedömde er egen uppfattade förmåga att hantera olika livssituationer och utmaningar. Syftet med detta var att kontrollera gruppernas medelvärde för self-efficacy så att vi kunde ha balanserade grupper för våra följande tester. Med andra ord är denna delen en kontroll för att kunna säga att senare delar inte berodde på slumpen att vissa generellt har högre/lägre self-efficacy, utan att båda grupperna har ungefär samma.

Del 2: Kort minnestest

I den andra delen genomförde ni ett kort minnestest, där ni fick räkna olikfärgade prickar och sedan svara på frågor om antalet prickar ni hade räknat.

I den här delen av experimentet tilldelades deltagarna antingen ett 'lätt' eller 'svårt' tillstånd och vi var intresserade av hur deltagande i något av dessa tillstånd skulle påverka presentationen i den tredje fasen av experimentet.

Del 3: Hagen Matrice Test

Till sist genomförde ni en Hagen Matrices Test där ni löste problem genom att välja rätt alternativ. Målet här var inte främst att mäta hur många bilder ni individuellt klarade av att lösa, utan istället att undersöka hur svårt ni upplevde testet och hur säker ni var på era beslut. Med andra ord syftade denna del till att utforska om de som hade gjort det lättare testet skulle känna sig mer säkra på sina svar jämfört med de som hade utfört det svårare minnestestet.

Vi hoppas att ni har funnit experimentet intressant och om ni har några frågor eller funderingar är ni mer än välkomna att kontakta oss. Återigen, tack för er medverkan.

Elsa och Linda