

## **Enkätundersökning**

**Denna studie genomförs som ett kandidatarbete inom psykologi på Blekinge Tekniska Högskola av Christoffer Svensson och Svetlana Zivanovic. Handledare för studien är fil. dr. Lotten Lindblom. Har Ni några frågor gällande studien eller dess resultat får Ni gärna kontakta oss, våra telefonnummer finns längst ner på denna sida. Frågeformuläret rymmer två delar, den första delen består av ett attitydfrågeformulär och den andra delen är ett relationstest. För att minimera risken för att påverka Era svar, kan vi för tillfället inte ge mer information angående testet.**

**Tack för Din medverkan!**

### **OBSERVERA**

**Deltagande är helt frivilligt och samtliga formulär kommer förvaras så att endast involverade personer i genomförandet av studien har tillgång till dem. Man kommer inte heller kunna utläsa enskilda individers svar i studien eftersom deltagande sker anonymt.**

Christoffer Svensson, Tel: 0733- 566 148

Svetlana Zivanovic, Tel: 0739- 593 638

fil. dr. Lotten Lindblom, Blekinge Tekniska Högskola

**Ålder:** \_\_\_\_\_

**Yrke/Utbildning:** \_\_\_\_\_

### Del 1

**Instruktion:** Välj ett alternativ på varje fråga som stämmer bäst överens med dina åsikter. Skalan är från 1 till 6, där 1 betyder ”instämmer inte alls” och 6 betyder ”Instämmer fullständigt”. Det finns inga felaktiga svar, utan vi vill att Du skall skriva din omedelbara känsla/tanke.

	Instämmer inte alls			Instämmer fullständigt		
	1	2	3	4	5	6
1. Det är viktigt för mig att vara bland de bästa i klassen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Jag har svårt att berätta för andra att jag bryr mig om dem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Jag har svårt att uttrycka mina känslor med ord för en annan man.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Jag känner mig splittrad mellan stressigt arbete/skola och att vara rädd om min hälsa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Att tjäna pengar är enligt min åsikt att vara en framgångsrik man.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Det är svårt för mig att förstå starka känslor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Att visa ömhet gentemot andra män gör mig spänd.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Ibland påverkas min självkänsla av min framgång i skolan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Genom att visa mina känslor blir jag sårbar inför andra människor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Att uttrycka mina känslor inför andra män känns riskabelt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Min karriär, arbete eller skola påverkar kvalitén på min fritid och mitt familjeliv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Det är svårt för mig att tala om mina känslor med andra människor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Jag är orolig för att misslyckas och hur detta kan påverka min framgång som man.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Jag har svårt att uttrycka mina emotionella behov för andra.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Det är svårt för mig att ta mig tid till avkoppling.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Instämmer inte alls				Instämmer fullständigt	
	1	2	3	4	5	6
16. Att ständigt göra bra ifrån mig, är viktigt för mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Det är svårt för mig att krama andra män.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. När jag är personligt engagerad i andra människor, visar jag aldrig starka känslor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Jag har ofta problem med att hitta ord för hur jag känner.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Ibland är jag tveksam till att visa ömhet gentemot andra män av rädsla för hur de skulle kunna döma mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Mitt behov av att arbeta eller studera håller mig borta från min familj och fritid mer än vad jag egentligen vill.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Jag strävar efter att vara mer framgångsrik än andra.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Jag tycker inte om att visa mina känslor för andra människor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Det är svårt för mig att berätta för andra om mina starka känslor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Mitt arbete eller skola stör ofta andra delar av mitt liv (hem, hälsa, fritid).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Det känns osäkert att vara mycket personlig med andra män.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Män som är för vänliga mot mig får mig att ifrågasätta deras sexuella läggning.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Överansträngning och stress som orsakas av ett behov av att prestera, på jobbet eller i skolan, påverkar/skadar mitt liv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Jag oroar mig för att misslyckas och för hur det påverkar hur pass bra jag gör ifrån mig som man.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Denna del av testet är nu slutfört. Var vänlig och se så du inte har glömt att svara på någon fråga och gå sedan vidare till del 2.**

## Del 2

**Instruktion:** Nedan finner du påståenden som berör sociala relationer. Det kan t.ex. röra sig om kärleksrelationer eller vänskapsförhållanden. Ta ställning till varje påstående enskilt genom att kryssa i det alternativet som bäst stämmer in på dig.

	Instämmer inte alls			Instämmer fullständigt	
	1	2	3	4	5
1. Jag tycker det är svårt att förlita mig på andra människor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Det är väldigt viktigt för mig att känna att jag är oberoende.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Det är lätt för mig att känslomässigt komma nära andra människor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Jag skulle helt och hållet vilja "bli ett" med en annan person.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Jag är rädd för att bli sårad om jag låter mig själv komma andra för nära.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Jag är nöjd utan nära känslomässiga relationer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Jag är inte säker på att jag alltid kan lita på att andra är där för mig när jag behöver dem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Jag vill helt och hållet vara känslomässigt nära andra människor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Jag oroar mig för att vara ensam.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Jag är nöjd med att förlita mig på andra.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Jag oroar mig ofta för att den jag älskar egentligen inte älskar mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Jag tycker det är svårt att helt och hållet lita på andra människor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Jag oroar mig för att andra skall komma mig för nära.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Jag vill ha känslomässigt nära relationer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Jag är nöjd med att andra människor förlitar sig på mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Jag oroar mig för att andra inte värderar mig lika högt som jag värderar dem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Instämmer

Instämmer

	inte alls			fullständigt	
	1	2	3	4	5
17. Människor är aldrig där för en när man behöver dem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Min önskan om att helt och hållet komma andra nära skrämmer ibland bort människor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Det är väldigt viktigt för mig att känna att jag klarar mig själv.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Jag är illa till mods när någon har kommit mig för nära.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Jag oroar mig ofta för att den jag älskar inte skulle vilja stanna hos mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Jag föredrar att andra inte är beroende av mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Jag oroar mig för att bli övergiven.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Jag tycker det är obehagligt att komma andra nära.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Jag känner att andra tvekar till att komma lika nära mig som jag vill komma nära dem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Jag föredrar att inte förlita mig på andra.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Jag vet att andra kommer att vara där för mig när jag behöver dem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Jag oroar mig för att andra inte skall acceptera mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Ofta vill min partner ha en närmare känslomässig relation än vad som känns bra för mig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Jag tycker det är relativt lätt att komma andra nära.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Testet är nu slutfört. Uppgifterna som Du lämnat kommer inte att kunna spåras till just dig.**

**Se till att Du inte glömt fylla i ålder och arbete/yrke i början av frågeformuläret.**

**Tack för din medverkan!**