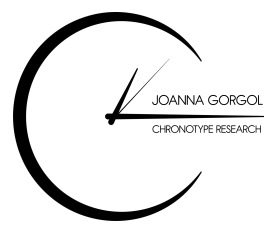


# Stereotypizacja ze względu na posiadany chronotyp



UKSW

UNIWERSYTET KARDYNAŁA  
STEFANA WYSZYŃSKIEGO  
W WARSZAWIE

<http://joannagorgol.com>

## CEL BADANIA

Naszym celem było zbadanie postrzeganej stygmatyzacji ze względu na posiadany chronotyp. Dodatkowo, chcieliśmy również sprawdzić czy i w jakim stopniu to poczucie stygmatyzacji może wpływać na skłonność do przeżywania pozytywnych i negatywnych emocji.

## HIPOTEZA

Osoby wieczorne częściej czują się dyskryminowane ze względu na swój chronotyp i wpływa to na ich pozytywny i negatywny afekt.

## METODA

Badanie przeprowadziliśmy na grupie 768 dorosłych Polaków w wieku od 18 do 56 lat.

Badani wypełniali kwestionariusze chronotypu, pozytywnego i negatywnego afektu oraz specjalnie zaadaptowany przez nas kwestionariusz do badania poczucia dyskryminacji ze względu na posiadany chronotyp.



## WYNIKI

- Osoby wieczorne miały niższy pozytywny afekt, wyższy afekt negatywny i wyższe poczucie stygmatyzacji ze względu na swój chronotyp.
- Postrzegana dyskryminacja ze względu na posiadany chronotyp częściowo pośredniczyła w powiązaniu pomiędzy chronotypem a pozytywnym i negatywnym afektem.



## PODSUMOWANIE

- Osoby wieczorne częściej czują się dyskryminowane ze względu na posiadany chronotyp. To poczucie dyskryminacji może przyczyniać się do tego, że osoby wieczorne mają niższy pozytywny i wyższy negatywny afekt, w porównaniu do osób porannych.
- Mamy nadzieję, że wyniki tych badań wywołają szerszą dyskusję na temat roli procesów społecznych w kształtowaniu sytuacji wieczorowych członków naszego społeczeństwa

## PRZECZYTAJ WIĘCEJ

Stolarski, M., & Gorgol, J. (2023). Blame it on the “night owls”: Perceived discrimination partly mediates the effects of morningness-eveningness on positive and negative affect. *Journal of Sleep Research*, e14097. <https://doi.org/10.1080/07420528.2022.2123740>