

### [Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Serdeczność dla współpracowników

Serdeczne zachowanie w stosunku do członków zespołu przekłada się na większą satysfakcję z pracy zespołowej i bardziej pozytywne podejście do współpracy niż samo skupianie się na zadaniu - wynika z badania przeprowadzonego m.in. przez badaczki z Uniwersytetu SWPS.

Dotychczasowe badania pokazywały, że pozornie nieznaczące serdeczności przynoszą wiele korzyści, zarówno dla odbiorcy, jak i osoby, która je przejawia. „Przekładają się na poprawę samopoczucia, większą satysfakcję z relacji, a także postrzeganie sensu życia. Osoby, które zachowują się przyjaźnie, doświadczają większego poczucia przynależności i rzadziej zmagają się z samotnością czy depresją” - mówi psycholożka dr Olga Białobrzaska z Wydziału Psychologii w Warszawie USWPS, cytowana w komunikacie prasowym uczelni.

W nowym badaniu - którego autorami oprócz dr Białobrzaskiej są dr hab. Aleksandra Cisłak-Wójcik z Wydziału Psychologii w Warszawie USWPS i dr Ilan Roziner z Uniwersytetu Tel Awiwu - naukowcy postanowili rozszerzyć dotychczasowe ustalenia i sprawdzić, czy praktykowanie serdeczności może budować kapitał społeczny, a konkretnie zwiększać skłonność do współpracy poprzez wzmocnienie więzi społecznych.

Artykuł na ten temat ukazał się w czasopiśmie „Social Psychology”.

Badacze przeprowadzili dwa badania. W ramach pierwszego 463 uczestników w wieku 18-67 lat odnosiło się do stwierdzeń mierzących ich skłonność do okazywania codziennej serdeczności (np. „Płacąc w sklepie, zwracam uwagę na to, żeby uśmiechać się i serdecznie podziękować tak, żeby ta chwila była przyjemna dla osoby, która mnie obsługuje”), a także do stwierdzeń mierzących ich poczucie więzi społecznych (np. „Nawet wśród osób, które znam, nie czuję przynależności”) oraz postawy wobec współpracy (np. „W pracy zazwyczaj biorę pod uwagę interesy obu stron”). Zgodnie z oczekiwaniami skłonność do serdeczności była powiązana z poczuciem więzi społecznych, a to przewidywało chęć współpracy.

W drugim badaniu postanowiono sprawdzić przyczynowo-skutkowy wpływ serdeczności na skłonność do współpracy, manipulując zachowaniem uczestników. W eksperymencie wzięło udział 164 studentów pierwszego roku, podzielonych na 52 zespoły zadaniowe. Uczestnicy zostali losowo przypisani do jednego z warunków: serdeczności i kontrolnego. W pierwszym przypadku mieli zachowywać się serdecznie wobec innych w swoim zespole - dbać o ich samopoczucie poprzez uśmiechanie się, używanie ciepłego tonu głosu czy aktywne słuchanie i tworzenie przyjemnej atmosfery pracy, tak aby wszyscy czuli się komfortowo. Osobom z warunku kontrolnego zalecono skupianie się na zadaniu, zamiast na samopoczuciu osób w zespole, co miało wyrażać się np. poprzez skupiony wyraz twarzy, neutralny lub stanowczy ton czy ograniczenie uśmiechów i żartów.

Naukowcy zaobserwowali, że serdeczne zachowanie w stosunku do innych uczestników zespołu przekładało się na większą satysfakcję z pracy zespołowej i bardziej pozytywne podejście do współpracy w ogóle niż samo skupianie się na zadaniu. Było to związane z poczuciem więzi z innymi osobami w zespole.

Wyniki obu badań wskazują, że bycie serdecznym jest korzystne nie tylko bezpośrednio i w krótkiej perspektywie, ale i pośrednio poprzez wzmocnianie więzi społecznych.

“Choć bycie miłym generalnie widziane jest jako zaleta, jednocześnie istnieją różne negatywne przekonania o byciu miłym, np. że to oznaka słabości, braku asertywności i że generalnie kłóci się z przebojowością. To może sprawiać, że w sytuacjach wymagających efektywności ludzie rezygnują z serdeczności. My pokazujemy jednak, że serdeczność nie musi stać w sprzeczności ze skutecznością, przeciwnie - motywuje ludzi do wspólnego działania” - komentuje psycholożka.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/32450.html>



13-04-2026

## **Mity na temat epilepsji**

Atak epilepsji nie zawsze przebiega tak samo.



13-04-2026

## **Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie**

Wynika z danych naukowców unijnego programu obserwacji Ziemi Copernicus.



13-04-2026

## **Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu**

Może trzykrotnie zwiększać ryzyko uszkodzenia wątroby.



13-04-2026

## **W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja**

Zamiast zalecać szukanie pomocy.



13-04-2026

## **Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u...**

Sugerują badania opublikowane przez pismo „Neurology”.



13-04-2026

## **Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne**

Naukowiec przewiduje, czy w przyszłości uda się utrudnić kradzieże.



13-04-2026

## **Ruszyła Akademia Energii Jądrowej**

Pilotażowy program edukacyjny Polskich Elektrowni Jądrowych.



13-04-2026

## Neurolog w Światowym Dniu Choroby Parkinsona

Chorych będzie coraz więcej

**Informacje dnia:** [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#)

**Partnerzy**