

Samopoczucie Polaków w roku 2017

Znak jakości przyznany CBOS przez
Organizację Firm Badania Opinii i Rynku 9 stycznia 2017 roku



Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej
ul. Świętojerska 5/7, 00-236 Warszawa
e-mail: sekretariat@cbos.pl; info@cbos.pl
<http://www.cbos.pl>
(48 22) 629 35 69

Tak jak w poprzednich latach, w naszym grudniowym sondażu¹ zapytaliśmy ankietowanych o emocje, jakie towarzyszyły im w minionym roku oraz o nastroje panujące w ich najbliższym otoczeniu – wśród osób, z którymi spotykają się na co dzień w pracy oraz w miejscu zamieszkania. Problematykę tę poruszamy w naszych badaniach od wielu lat, co pozwala nam monitorować zmiany zachodzące w samopoczuciu psychicznym Polaków oraz w klimacie społecznym.

WŁASNE SAMOPOCZUCIE

Samopoczucie psychiczne Polaków badaliśmy, tak jak dotychczas, za pomocą jedenastu pytań dotyczących doświadczania różnych stanów emocjonalnych.

W ubiegłym roku ponad połowa badanych często lub bardzo często odczuwała zadowolenie, że coś im się udało (60%), pewność, że wszystko układa się dobrze (57%), dumę z własnych osiągnięć (53%), a ponad dwie piąte ankietowanych wielokrotnie w ciągu 2017 roku było czymś szczególnie zaintrygowanych, podekscytowanych (44%). Wspomniane emocje pozytywne towarzyszyły badanym częściej niż uwzględnione w sondażu emocje negatywne. Spośród negatywnych emocji respondenci najczęściej doświadczali zdenerwowania i rozdrażnienia (40% doświadczało ich często lub bardzo często). Blisko co trzeci ankietowany wielokrotnie w ciągu minionego roku czuł się lekceważony przez władzę (31%), a mniej więcej co czwarty często lub bardzo często odczuwał zniechęcenie, znużenie (27%) oraz bezradność (24%). Emocji takich jak wściekłość oraz smutek, stany depresyjne Polacy doświadczali rzadziej (16% badanych odczuwało je często lub bardzo często). Sporadycznie respondenci wspominali o myślach samobójczych (1%).

Z bardziej szczegółowych analiz wynika, że pewne emocje często współwystępują ze sobą. Na przykład badani, którzy w minionym roku często byli dumni ze swoich osiągnięć, częściej też mieli pewność, że wszystko układa się dobrze oraz byli zadowoleni, że coś im się udało, że im się powiodło. Z kolei odczuwanie bezradności często współwystępowało ze zniechęceniem, znużeniem, zdenerwowaniem, rozdrażnieniem oraz smutkiem.

¹ Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (331) przeprowadzono metodą wywiadów bezpośrednich (face-to-face) wspomaganych komputerowo (CAPI) w dniach 1–7 grudnia 2017 roku na liczącej 925 osób reprezentatywnej próbie losowej dorosłych mieszkańców Polski.

TABELA 1

Jak często w ciągu 2017 roku doznawał(a) Pan(i) następujących uczuć:	Bardzo często	Często	Rzadko	Prawie wcale, wcale
	w procentach			
– był(a) Pan(i) zadowolony(a), bo coś się udało, powiodło się w życiu	8	52	36	4
– poczuł(a) Pan(i) pewność, że wszystko układa się dobrze	6	51	36	7
– był(a) Pan(i) dumny(a) ze swoich osiągnięć	7	46	35	12
– był(a) Pan(i) szczególnie czymś zaciekawiony(a), zainteresowany(a), podekscytowany(a)	6	38	44	12
– był(a) Pan(i) zdenerwowany(a), rozdrażniony(a)	8	32	47	13
– czuł(a) się Pan(i) jako obywatel(ka) wyraźnie lekceważony(a) przez władzę	10	21	31	38
– czuł(a) się Pan(i) zniechęcony(a), znużony(a)	4	23	52	21
– czuł(a) się Pan(i) bezradny(a)	5	19	46	30
– ogarniała Pana(ią) wściekłość, miał(a) Pan(i) ochotę wszystko rozwalić	5	11	37	47
– czuł(a) się Pan(i) nieszczęśliwy(a), był(a) Pan(i) w depresji	3	13	34	50
– myślał(a) Pan(i) o popełnieniu samobójstwa	0	1	2	97

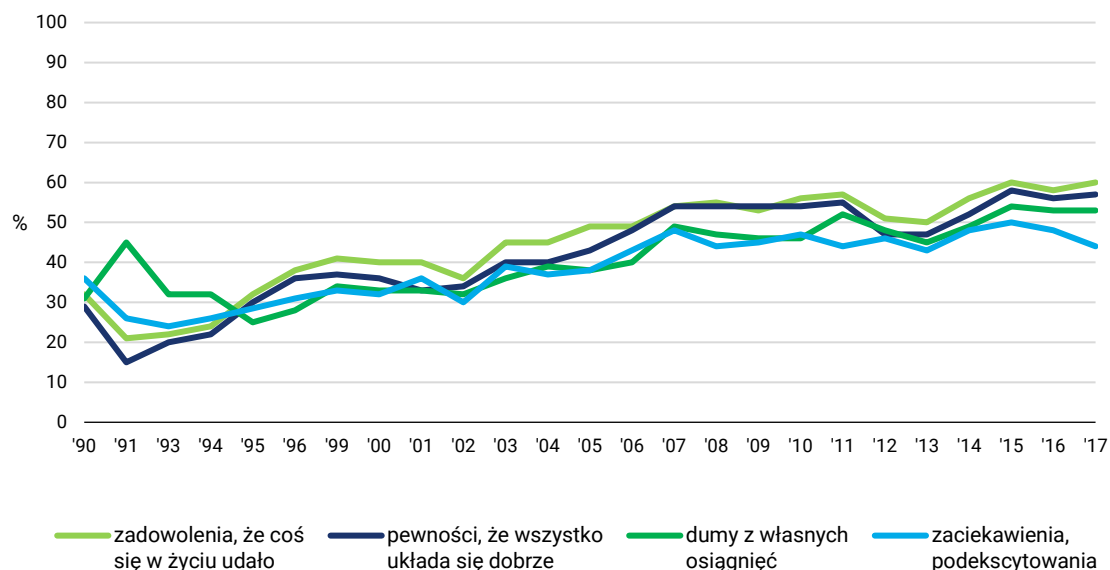
Wyniki dotyczące roku 2017 nie różnią się znacząco od tych, które uzyskaliśmy w 2016. Zauważyć można, że nieco częściej niż w roku 2016 badani wielokrotnie odczuwali zadowolenie, że coś im się w życiu udało (wzrost o 2 punkty procentowe), rzadziej zaś zaciekawienie, podekscytowanie (spadek o 4 punkty), lekceważenie przez władzę (spadek o 5 punktów) oraz wściekłość (spadek o 2 punkty).

TABELA 2

Jak często w ciągu mijającego roku doświadczał(a) Pan(i):	Zsumowane odpowiedzi „bardzo często” i „często” w latach																								
	'90	'91	'93	'94	'95	'96	'99	'00	'01	'02	'03	'04	'05	'06	'07	'08	'09	'10	'11	'12	'13	'14	'15	'16	'17
	w procentach																								
– zadowolenia, że coś się w życiu udało	32	21	22	24	32	38	41	40	40	36	45	45	49	49	54	55	53	56	57	51	50	56	60	58	60
– pewności, że wszystko układa się dobrze	29	15	20	22	30	36	37	36	33	34	40	40	43	48	54	54	54	54	55	47	47	52	58	56	57
– dumy z własnych osiągnięć	31	45	32	32	25	28	34	33	33	32	36	39	38	40	49	47	46	46	52	48	45	49	54	53	53
– zaciekawienia, podekscytowania	36	26	24	26	-	31	33	32	36	30	39	37	38	-	48	44	45	47	44	46	43	48	50	48	44
– zdenerwowania, rozdrażnienia	67	69	64	64	59	56	55	55	56	54	56	52	49	45	38	44	45	42	47	50	49	47	42	41	40
– poczucia lekceważenia przez władzę	28	39	26	29	-	18	32	35	33	26	43	32	32	28	33	30	30	27	27	36	44	35	40	36	31
– zniechęcenia, znużenia	52	62	49	49	43	41	37	38	36	39	38	36	36	35	28	30	32	30	32	33	34	32	29	27	27
– bezradności	26	34	39	39	30	29	33	32	33	36	36	31	32	29	24	27	28	23	27	31	33	31	25	23	24
– wściekłości	33	40	32	36	28	27	31	27	27	26	29	25	23	23	19	23	24	17	25	25	25	20	21	18	16
– depresji, bycia nieszczęśliwym	31	45	32	32	27	28	23	23	26	24	25	22	24	23	19	21	21	17	18	20	20	19	15	16	16
– myśli samobójczych	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	0	1	2	1	2	1	1	1	1

CBOS

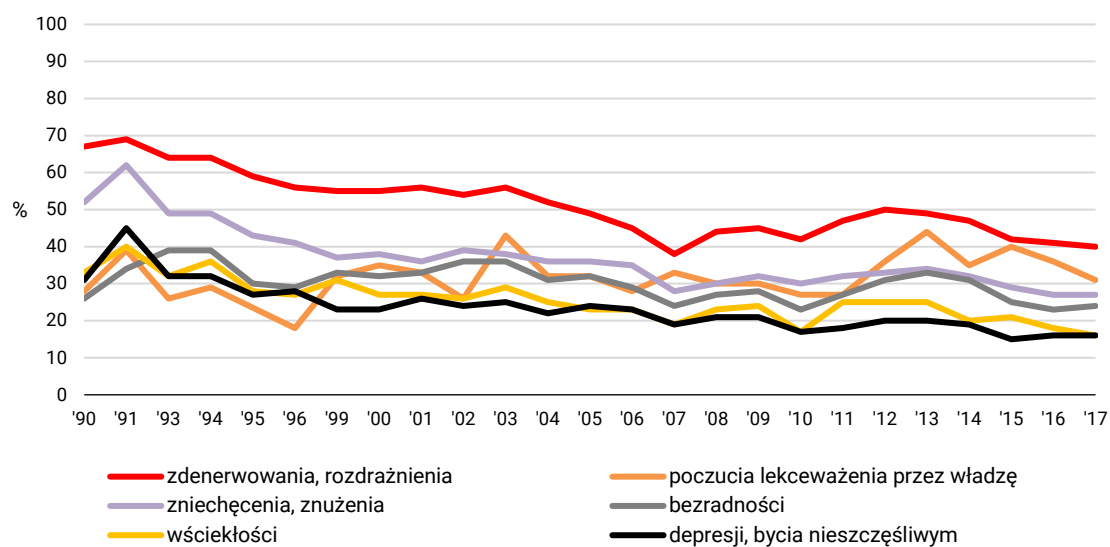
RYS. 1. Deklarujący częste lub bardzo częste doświadczanie:



Z dłuższej, prawie trzydziestoletniej perspektywy można zauważyć, że samopoczucie Polaków wyraźnie się poprawiło. W tym okresie wzrosły odsetki badanych doświadczających wszystkich pozytywnych emocji uwzględnionych w sondażu. Jednocześnie znacząco zmalały odsetki ankietowanych doświadczających zdenerwowania, rozdrażnienia, smutku, znużenia oraz wściekłości. Nie rejestrujemy natomiast wyraźnego trendu spadkowego w przypadku takich emocji, jak poczucie lekceważenia przez władzę oraz odczuwanie bezradności.

CBOS

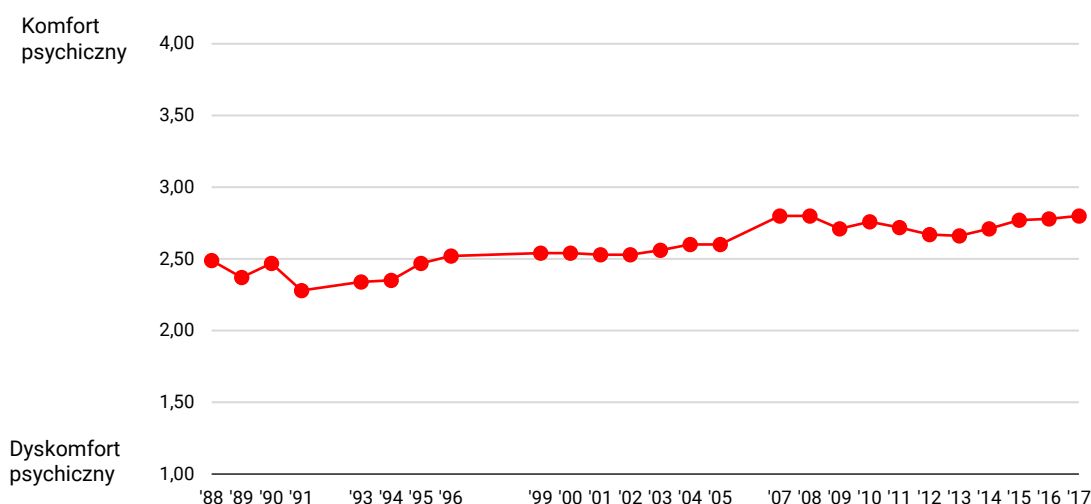
RYS. 2. Deklarujący częste lub bardzo częste doświadczanie:



Pozytywne zmiany w samopoczuciu psychicznym Polaków w ciągu ostatnich niemal trzech dekad odzwierciedla również syntetyczny wskaźnik samopoczucia psychicznego, mierzący stan pozytywnych i negatywnych emocji w społeczeństwie. Z naszych danych wynika, że najgorsze samopoczucie Polacy mieli w 1991 roku, kiedy to wartość wskaźnika samopoczucia była najniższa. W kolejnych latach samopoczucie Polaków poprawiało się bądź pozostawało bez większych zmian – aż do roku 2008. W kolejnych latach samopoczucie Polaków nieco się pogorszyło, natomiast od roku 2014 rejestrujemy jego bardzo powolną, stopniową poprawę. W 2017 roku nastąpiła nieznaczna w stosunku do roku 2016 poprawa samopoczucia (wzrost wskaźnika z 2,78 do 2,80). Ubiegłoroczna wartość wskaźnika jest taka sama jak w latach 2007–2008 i należy do najwyższych z dotychczas rejestrowanych.

CBOS

RYS. 3. Samopoczucie Polaków w latach 1988–2017



Dla dziewięciu wymiarów obliczono średnią nasilenia doznawanych emocji mierzoną na skali od 1 do 4, porządkując je tak, by 1 oznaczało dyskomfort psychiczny, definiowany jako deklarowanie częstych doznań negatywnych, a 4 – komfort psychiczny określony przez częste występowanie emocji pozytywnych. W tak obliczonym wskaźniku pominięto „poczucie lekceważenia przez władzę”, ponieważ jest ono stosunkowo słabo skorelowane z pozostałymi czysto psychologicznymi wymiarami ocen. By zachować porównywalność wyników, pominięto także „myśli samobójcze” – wprowadzone do pytania dopiero w 2008 roku

Samopoczucie psychiczne jest zróżnicowane społecznie. Z analiz zróżnicowań społeczno-demograficznych wynika, że w roku 2017 najlepszym samopoczuciem psychicznym cieszyli się badani znajdujący się w lepszym położeniu materialnym, absolwenci wyższych uczelni, ankietowani w wieku 25–34 lata, a spośród grup społeczno-demograficznych – kadra kierownicza i specjaliści z wyższym wykształceniem, średni personel, technicy oraz pracujący na własny rachunek (wyższe wartości syntetycznego wskaźnika samopoczucia – zob. tabele aneksowe). Uwzględniając zaś kwestie światopoglądowe trzeba zaznaczyć, że w 2017 roku lepsze samopoczucie mieli badani identyfikujący się z prawicą, a także respondenci częściej biorący udział w praktykach religijnych.

Analizując bardziej szczegółowo rodzaje emocji doświadczanych przez poszczególne grupy społeczno-demograficzne można zauważyć, że wszystkie pozytywne odczucia uwzględnione w badaniu częściej były udziałem osób lepiej oceniających warunki materialne swoich gospodarstw domowych, negatywne zaś – postrzegających je gorzej.

TABELA 3

Jak często w ciągu 2017 roku doznawał(a) Pan(i) następujących uczuć:	Deklaracje częstego lub bardzo częstego doznawania wymienionych uczuć wśród badanych określających warunki materialne swoich gospodarstw domowych jako:		
	złe	średnie	dobrze
	w procentach		
– był(a) Pan(i) zadowolony(a), bo coś się udało, powiodło się w życiu	34	43	74
– poczuł(a) Pan(i) pewność, że wszystko układa się dobrze	26	40	72
– był(a) Pan(i) dumny(a) ze swoich osiągnięć	28	39	65
– był(a) Pan(i) szczególnie czymś zaciekawiony(a), zainteresowany(a), podekscytowany(a)	28	30	55
– był(a) Pan(i) zdenerwowany(a), rozdrażniony(a)	66	45	34
– czuł(a) się Pan(i) jako obywatel(ka) wyraźnie lekceważony(a) przez władzę	53	32	29
– czuł(a) się Pan(i) zniechęcony(a), znużony(a)	56	36	18
– czuł(a) się Pan(i) bezradny(a)	61	29	16
– ogarniała Pana(ią) wściekłość, miał(a) Pan(i) ochotę wszystko rozwalić	37	19	12
– czuł(a) się Pan(i) nieszczęśliwy(a), był(a) Pan(i) w depresji	52	21	9

Pewne znaczenie w tym kontekście odgrywa również wykształcenie. Generalnie badanym lepiej wykształconym częściej towarzyszyły w minionym roku emocje pozytywne, gorzej wykształconym zaś – negatywne.

Można również zauważyć, że częstość doświadczania wszystkich pozytywnych emocji uwzględnionych w sondażu maleje wraz z wiekiem. W przypadku negatywnych emocji zależność ta nie jest już tak jednoznaczna. Takich negatywnych emocji jak wściekłość, zdenerwowanie, rozdrażnienie najczęściej doświadczali najmłodszy badani (w wieku 18–24 lata), zniechęcenie, znużenie odczuwali głównie najmłodszy oraz starsi ankietowani (mający 55 lat i więcej), smutek – najczęściej najmłodszy, ale tylko nieznacznie rzadziej doświadczali go najstarsi, natomiast bezradność najczęściej była udziałem najstarszych.

Z deklaracji ankietowanych wynika też, że większość uwzględnionych w sondażu stanów emocjonalnych – zarówno pozytywnych, jak i negatywnych – częściej była udziałem kobiet niż mężczyzn. Mężczyźni jedynie nieco częściej w minionym roku czuli się lekceważeni przez władzę i porównywalnie często jak kobiety odczuwali pewność, że wszystko układa się dobrze (zob. tabele aneksowe).

NASTROJE W ŚRODOWISKU SPOŁECZNYM BADANYCH

Opisując nastroje w swoim otoczeniu ponad dwie piąte badanych dostrzega głównie pozytywne emocje – częściej pewne odprężenie i zadowolenie, że jest trochę lepiej (32%, od grudnia 2016 roku wzrost o 9 punktów procentowych), niż ogólne odprężenie i zadowolenie, wiarę, że będzie lepiej (10%, wzrost o 3 punkty). Co siódmy ankietowany uważa, że wśród ludzi, z którymi styka się na co dzień, dominuje apatia, rezygnacja, pogodzenie się z losem (15%, wzrost o 2 punkty), więcej niż jedna czwarta najczęściej dostrzega lęk, obawę, co przyniesie przyszłość, niepewność jutra (28%, spadek o 9 punktów), a co jedenasty – ogólne niezadowolenie, brak wiary w jakąkolwiek poprawę (9%, spadek o 4 punkty).

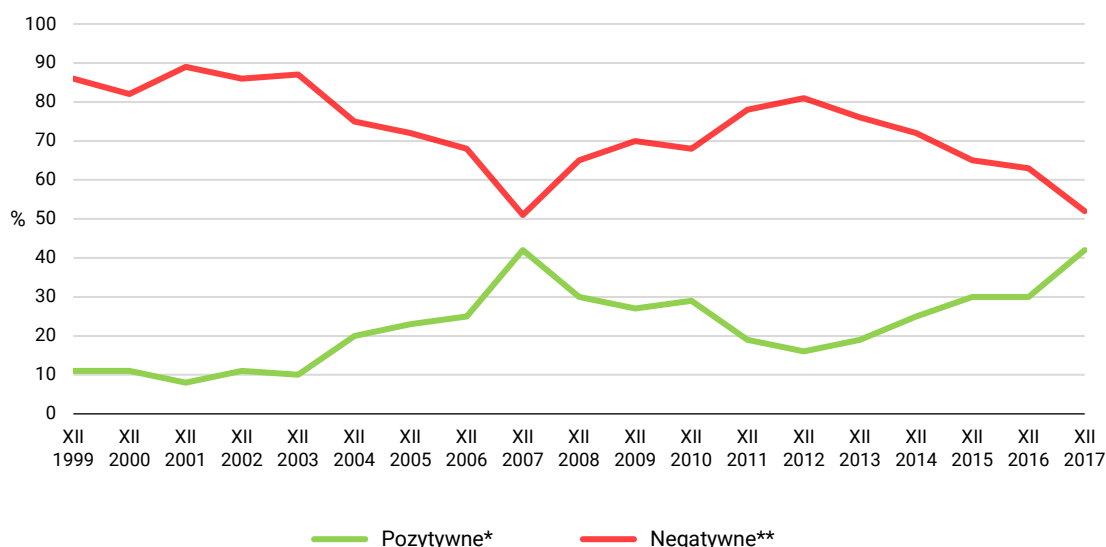
TABELA 4

Jak ocenił(a)by Pan(i), ogólnie rzecz biorąc, obecne nastroje wśród ludzi, z którymi styka się Pan(i) na co dzień w zakładzie pracy, miejscu (środowisku) zamieszkania? Które z następujących określić najlepiej to oddaje?

	Wskazania respondentów według terminów badań																				
	XI '88	XI '89	XII '99	XII '00	XII '01	XII '02	XII '03	XII '04	XII '05	XII '06	XII '07	XII '08	XII '09	XII '10	XII '11	XII '12	XII '13	XII '14	XII '15	XII '16	XII '17
	w procentach																				
Ogólne odprężenie i zadowolenie, wiara, że będzie lepiej	2	7	3	4	3	5	4	6	7	6	12	11	6	7	4	4	6	6	11	7	10
Pewne odprężenie i zadowolenie, że jest trochę lepiej	14	22	8	7	5	6	6	14	16	19	30	19	21	22	15	12	13	19	19	23	32
Apatia, rezygnacja, pogodzenie się z losem	17	11	15	11	12	13	14	17	12	15	12	14	14	16	14	13	15	19	13	13	15
Lęk, obawa, co przyniesie przyszłość, niepewność jutra	42	40	49	48	51	51	47	39	41	36	29	35	41	39	47	50	40	36	38	37	28
Ogólne niezadowolenie, brak wiary w jakąkolwiek poprawę	22	7	22	23	26	22	26	19	19	17	10	16	15	13	17	18	21	17	14	13	9
Określił(a)bym to inaczej	1	3	1	1	0	0	0	0	1	0	1	2	2	0	1	1	3	1	1	3	2
Trudno powiedzieć	4	9	2	6	3	3	3	5	4	6	6	2	1	3	2	2	2	2	4	4	4

W porównaniu z rokiem 2016 nastroje środowiskowe się poprawiły. Znacząco przybyło osób pozytywnie oceniających nastroje w swoim najbliższym otoczeniu (o 12 punktów procentowych), ubyło zaś postrzegających je negatywnie (o 11 punktów). Biorąc pod uwagę dłuższy okres – począwszy od 1999 roku, od kiedy systematycznie monitorujemy tę kwestię – najgorsze nastroje środowiskowe rejestrowaliśmy w latach 1999–2003, natomiast w latach 2004–2007, wraz z poprawą sytuacji gospodarczej, nastroje zaczęły się poprawiać. W następnych latach, wraz z pogarszaniem się koniunktury, nastąpiło pogorszenie nastrojów środowiskowych, a kolejną poprawę notujemy od roku 2013. Ubiegłoroczne oceny są bardzo zbliżone do tych, które rejestrowaliśmy dziesięć lat temu – w roku 2007.

RYS. 4. Oceny nastrojów środowiskowych



* Zsumowano odsetki odpowiedzi: „Pewne odprężenie i zadowolenie, że jest trochę lepiej”, „Ogólne odprężenie i zadowolenie, wiara, że będzie lepiej”

** Zsumowano odsetki odpowiedzi: „Lęk, obawa, co przyniesie przyszłość, niepewność jutra”, „Ogólne niezadowolenie, brak wiary w jakąkolwiek poprawę” i „Apatia, rezygnacja, pogodzenie się z losem”

Pominięto odpowiedzi „Określił(a)bym to inaczej” oraz „Trudno powiedzieć”

Postrzeżenie nastrojów w najbliższym otoczeniu jest zróżnicowane społecznie. Z analiz wynika, że silnie wpływają na nie poglądy polityczne. Stosunkowo dobrze oceniają je badani identyfikujący się z prawicą (61% ocen pozytywnych) oraz potencjalni wyborcy PiS (68% ocen pozytywnych). Z kolei częściej niż pozostali krytycznie postrzegają je respondenci utożsamiający się z lewicą (64% ocen negatywnych), ankietowani o niesprecyzowanych poglądach politycznych (63%), a w potencjalnych elektoratach – wyborcy Platformy Obywatelskiej (76% ocen negatywnych) oraz Nowoczesnej (71%).

TABELA 5

Elektoraty partyjne określone na podstawie deklaracji głosowania w ewentualnych wyborach parlamentarnych	Jak ocenił(a)by Pan(i), ogólnie rzecz biorąc, obecne nastroje wśród ludzi, z którymi styka się Pan(i) na co dzień w zakładzie pracy, miejscu (środowisku) zamieszkania?			
	Pozytywne oceny*	Negatywne oceny**	Określił(a)bym to inaczej	Trudno powiedzieć
	w procentach			
Prawo i Sprawiedliwość (wraz z Solidarną Polską i Porozumieniem)	68	24	2	6
Kukiz'15	49	49	2	0
Platforma Obywatelska	21	76	2	1
Nowoczesna	27	71	2	0
Niezdecydowani, czy wziąć udział w wyborach	41	50	4	5
Niezamierzający głosować	29	64	2	5

* Zsumowano odsetki odpowiedzi: „Pewne odprężenie i zadowolenie, że jest trochę lepiej”, „Ogólne odprężenie i zadowolenie, wiara, że będzie lepiej”

** Zsumowano odsetki odpowiedzi: „Lęk, obawa, co przyniesie przyszłość, niepewność jutra”, „Ogólne niezadowolenie, brak wiary w jakąkolwiek poprawę” i „Apatia, rezygnacja, pogodzenie z losem”

Ponadto częściej niż pozostali pozytywnie oceniają nastroje w swoim otoczeniu badani mający od 25 do 34 lat (54% ocen pozytywnych), respondenci z wykształceniem zasadniczym zawodowym (50%), mieszkańcy wsi (48%) oraz osoby zadowolone z warunków materialnych swoich gospodarstw domowych (49%). Z kolei ponadprzeciętnie często krytyczni w ocenach są badani niezadowoleni z warunków materialnych swoich gospodarstw domowych (67% ocen negatywnych), respondenci z wykształceniem średnim lub wyższym (w zależności od kategorii 55%–56% ocen negatywnych) oraz ankietowani niepraktykujący religijnie (68%). Nastroje środowiskowe lepiej postrzegają mężczyźni niż kobiety (49% wobec 36% ocen pozytywnych).



Samopoczucie psychiczne Polaków oraz nastroje środowiskowe w roku 2017 są zbliżone do rejestrowanych dekadę wcześniej i należą do najlepszych z dotychczas notowanych.

W ciągu ostatniego roku nastąpiła dość wyraźna poprawa nastrojów środowiskowych. W porównaniu z poprzednim pomiarem zwiększył się odsetek badanych dostrzegających w swoim otoczeniu odprężenie i zadowolenie, a zmniejszył zauważających przede wszystkim lęki i obawy związane z niepewnością jutra. Warto zaznaczyć, że postrzeganie nastrojów środowiskowych zależy w znacznej mierze od poglądów politycznych i preferencji partyjnych. Wyraźnie częściej pozytywne emocje wokół siebie, w swoim otoczeniu, dostrzegali badani identyfikujący się z prawicą oraz potencjalni wyborcy PiS.

Opracowała
Małgorzata Omyła-Rudzka