

## Zadowolenie z życia

Znak jakości przyznany CBOS przez  
Organizację Firm Badania Opinii i Rynku 11 stycznia 2018 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

W grudniu<sup>1</sup>, tak jak w ubiegłych latach, zapytaliśmy Polaków o zadowolenie z życia, o to, co daje im satysfakcję. Dla wielu powód do zadowolenia stanowią relacje towarzyskie i rodzinne. Ogromna większość deklaruje zadowolenie z **przyjaciół i bliskich znajomych** (84%). Często jest również poczucie satysfakcji z **dzieci** (71% wśród ogółu badanych, a wśród rodziców – 95%) i **małżeństwa lub nieformalnego, stałego związku** (67% wśród ogółu, a wśród będących w związkach – 90%). Ocena tych wymiarów jest w pewnym stopniu związana z sytuacją ekonomiczną respondentów – badani będący w dobrej sytuacji materialnej są zadowoleni ze związków i relacji z przyjaciółmi wyraźnie częściej niż ci źle sytuowani.

Więcej niż ośmiu na dziesięciu Polaków (83%) wyraża zadowolenie z **miejsca, w którym mieszka**. Wpływ na satysfakcję z miejsca zamieszkania ma przede wszystkim poziom życia badanych. Można również zauważyć, że relatywnie więcej zadowolonych pod tym względem jest wśród mieszkańców wsi niż dużych miast (statystycznych i większych). Zadowolenie z **warunków materialnych** (np. mieszkania, wyposażenia) deklaruje dwie trzecie ankietowanych (67%). Co trzeci ocenia ten wymiar swojego życia przeciętnie (25%) lub negatywnie (8%). Zdecydowanie rzadziej Polacy czerpią satysfakcję z wysokości swoich **dochodów i sytuacji finansowej**. Jedna trzecia (34%) jest z nich zadowolona, jedna czwarta (25%) – niezadowolona, a 36% określa swoją satysfakcję z dochodów jako przeciętną.

Blisko dwie trzecie Polaków (64%) odczuwa satysfakcję z **wykształcenia oraz posiadanych kwalifikacji** i ponad połowa (52%, a wśród obecnych lub byłych pracowników – 71%) jest zadowolona z **przebiegu pracy zawodowej**. Brak satysfakcji w tych dziedzinach deklaruje odpowiednio 12% i 5% (a wśród mających doświadczenia zawodowe – 6%). Przebieg kariery zawodowej najlepiej oceniają technicy i średni personel, członkowie kadry kierowniczej i specjaliści z wyższym wykształceniem, robotnicy niewykwalifikowani, a także osoby z gospodarstw domowych o najwyższych dochodach *per capita* (2500 zł i więcej), natomiast relatywnie rzadziej satysfakcję w tym zakresie wyrażają rolnicy, pracownicy usług, pracownicy administracyjno-biurowi, jak również badani znajdujący się w złej sytuacji materialnej. Poza oczywistą zależnością między satysfakcją z wykształcenia a jego poziomem (odczuwa ją niemal dziewięciu na dziesięciu badanych z wyższym wykształceniem i zaledwie około jednej trzeciej mających wykształcenie podstawowe lub gimnazjalne), można zauważyć, że *in plus* wyróżniają się pod tym względem przedstawiciele kadry kierowniczej i specjaliści, średni personel i technicy, prywatni przedsiębiorcy, jak również osoby z gospodarstw domowych o wysokich

---

<sup>1</sup> Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (343) przeprowadzono metodą wywiadów bezpośrednich (face-to-face) wspomaganym komputerowo (CAPI) w dniach 29 listopada – 9 grudnia 2018 roku na liczącej 942 osoby reprezentatywnej próbie losowej dorosłych mieszkańców Polski.

dochodach *per capita* (1800 zł i więcej), natomiast *in minus* – pracownicy usług, robotnicy wykwalifikowani oraz, szczególnie, osoby źle oceniające swoją sytuację materialną, z gospodarstw domowych o niskich dochodach *per capita* (poniżej 1300 zł).

Zadowolenie ze **stanu swojego zdrowia** deklaruje sześciu na dziesięciu dorosłych (60%), a niezadowolenie – 17%. Poziom satysfakcji w tym wymiarze znacznie wyższy niż przeciętny notujemy wśród osób mających od 18 do 44 lat, natomiast niższy – wśród starszych badanych, zwłaszcza tych po 64 roku życia, spośród których zadowolenie ze swojej kondycji zdrowotnej wyraża zaledwie jedna trzecia. Niezadowolenie ze stanu zdrowia deklaruje także ponad połowa ankietowanych znajdujących się w złej sytuacji materialnej.

Mniej więcej co drugi Polak (52%) z optymizmem myśli o swoich **perspektywach na przyszłość**. Ambiwalentne odczucia odnośnie tego, co w ich życiu nastąpi, ma prawie jedna trzecia respondentów (30%), a pesymistyczne – jedna ósma (12%). Perspektywy na przyszłość są postrzegane w dużej mierze przez pryzmat obecnej sytuacji materialnej i – co zrozumiałe – wieku.

CBOS

RYS. 1. Czy na ogół jest Pan(i) zadowolony(a):

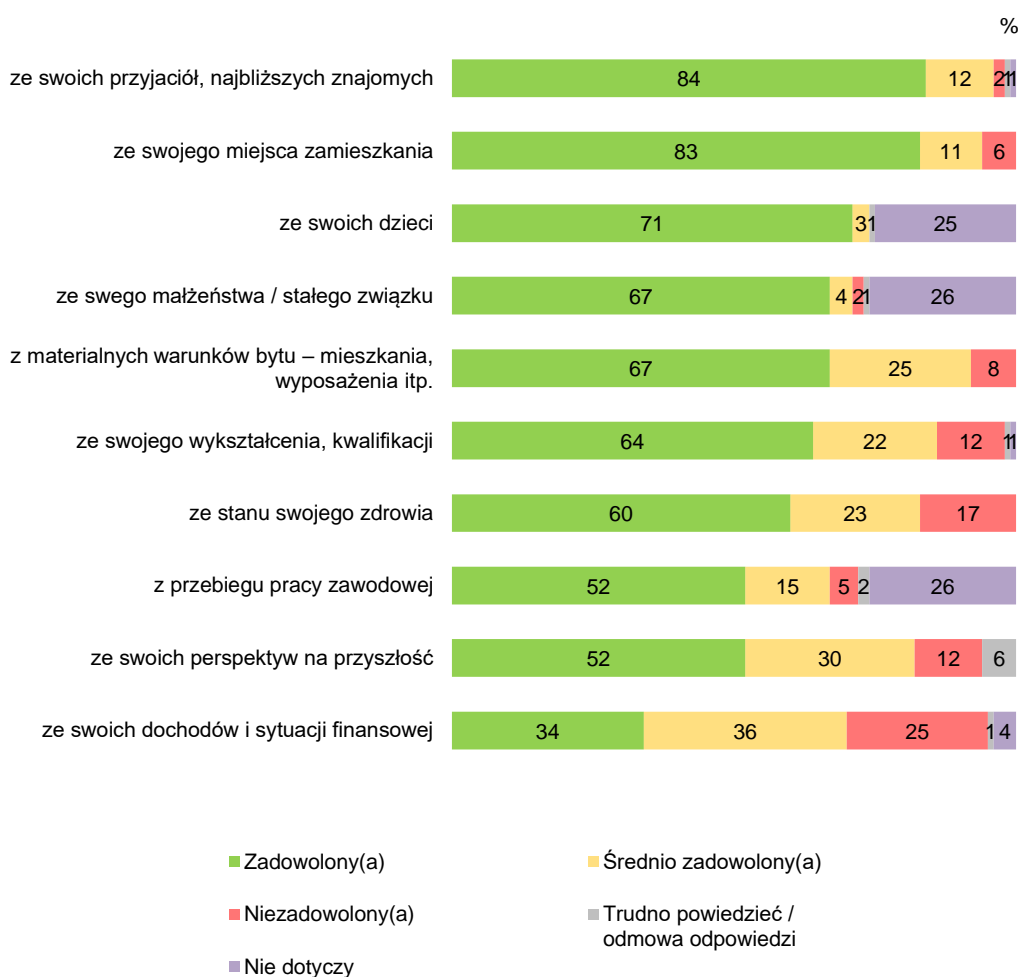


TABELA 1

Czy na ogół jest Pan(i) zadowolony(a):	Bardzo zadowolony(a)	Raczej zadowolony(a)	Średnio zadowolony(a)	Raczej niezadowolony(a)	Bardzo niezadowolony(a)	Trudno powiedzieć / odmowa odpowiedzi	Nie dotyczy
	w procentach						
– ze swoich dzieci	56	15	3	0	0	1	25
– ze swojego małżeństwa / stałego związku	43	24	4	2	0	1	26
– ze swoich przyjaciół, najbliższych znajomych	37	47	12	2	0	1	1
– ze swojego miejsca zamieszkania	37	46	11	4	2	0	0
– ze stanu swojego zdrowia	20	40	23	11	6	0	0
– ze swojego wykształcenia, kwalifikacji	19	45	22	10	2	1	1
– z przebiegu pracy zawodowej	15	37	15	5	0	2	26
– z materialnych warunków bytu – mieszkania, wyposażenia itp.	14	53	25	5	3	0	0
– ze swoich perspektyw na przyszłość	10	42	30	9	3	6	0
– ze swoich dochodów i sytuacji finansowej	4	30	36	15	10	1	4

Przez ostatni rok zwiększył się poziom zadowolenia Polaków z większości wymiarów życia, o które pytaliśmy, a w przypadku połowy z nich (pięciu spośród dziesięciu) jest on najwyższy z dotychczas zarejestrowanych. Rekordowo wysoki odsetek respondentów deklaruje obecnie poczucie satysfakcji w sferze materialnej (z dochodów, mieszkania, wyposażenia), z przebiegu pracy zawodowej, ze swojego małżeństwa lub stałego związku, a także z perspektyw na przyszłość (zob. tabelę 2).

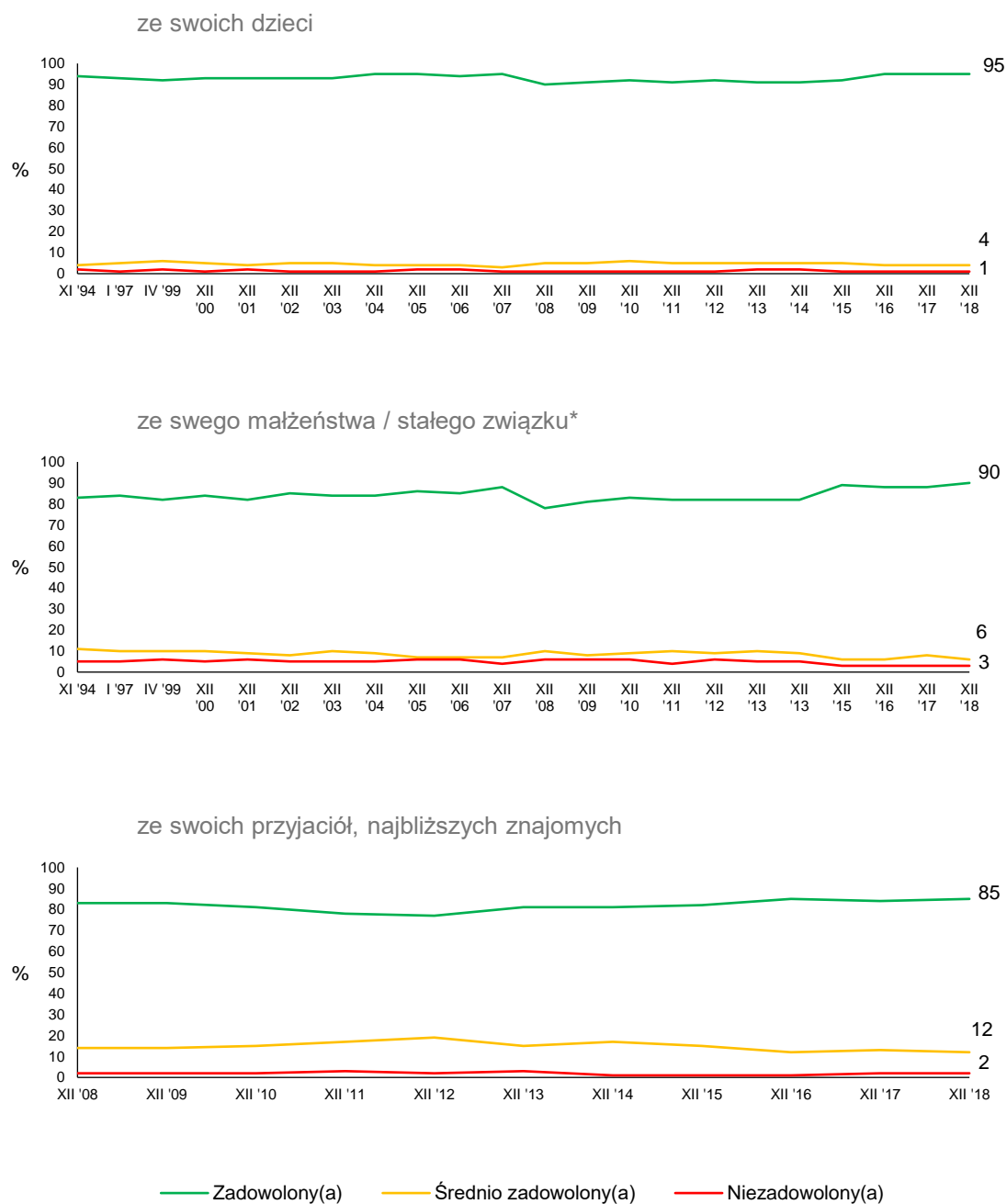
TABELA 2

Czy na ogół jest Pan(i) zadowolony(a):	Odsetki badanych <b>zadowolonych</b> z poszczególnych dziedzin życia według terminów badań																					
	XI 1994	I 1997	IV 1999	XII 2000	XII 2001	XII 2002	XII 2003	XII 2004	XII 2005	XII 2006	XII 2007	XII 2008	XII 2009	XII 2010	XII 2011	XII 2012	XII 2013	XII 2014	XII 2015	XII 2016	XII 2017	XII 2018
– ze swoich dzieci	94	93	92	93	93	93	93	95	95	94	95	90	91	92	91	92	91	91	92	95	95	95
– ze swego małżeństwa / stałego związku*	83	84	82	84	82	85	84	84	86	85	88	78	81	83	82	82	82	82	89	88	88	90
– ze swoich przyjaciół, najbliższych znajomych	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	83	83	81	78	77	81	81	82	85	84	85
– ze swojego miejsca zamieszkania	-	-	69	64	67	74	71	75	78	77	81	76	77	78	76	78	80	78	82	84	81	83
– z przebiegu pracy zawodowej	51	48	52	47	56	51	55	57	64	59	59	61	59	59	61	59	60	63	66	66	68	71
– z materialnych warunków bytu – mieszkania, wyposażenia itp.	24	26	34	30	34	39	35	40	44	46	47	51	50	52	51	51	51	56	60	59	62	67
– ze swojego wykształcenia, kwalifikacji	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	50	52	51	51	57	53	59	64	62	62	64
– ze stanu swojego zdrowia	-	-	49	48	51	54	53	52	57	56	57	56	57	58	54	59	58	60	60	59	61	60
– ze swoich perspektyw na przyszłość	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	38	40	40	40	37	37	40	44	49	47	48	52
– ze swoich dochodów i sytuacji finansowej	9	12	14	12	13	15	16	16	20	22	24	26	25	26	25	23	25	29	28	31	32	35

Z procentowania wyłączono wskazania „nie dotyczy” i odmowy odpowiedzi.

\* W 2017 roku zakres pytania poszerzono o stały związek

RYS. 2. Czy na ogół jest Pan(i) zadowolony(a):



Z procentowania wyłączono wskazania „nie dotyczy” i odmowy odpowiedzi. Pominięto odpowiedzi „trudno powiedzieć”

\* W 2017 roku zakres pytania poszerzono o „stały związek”

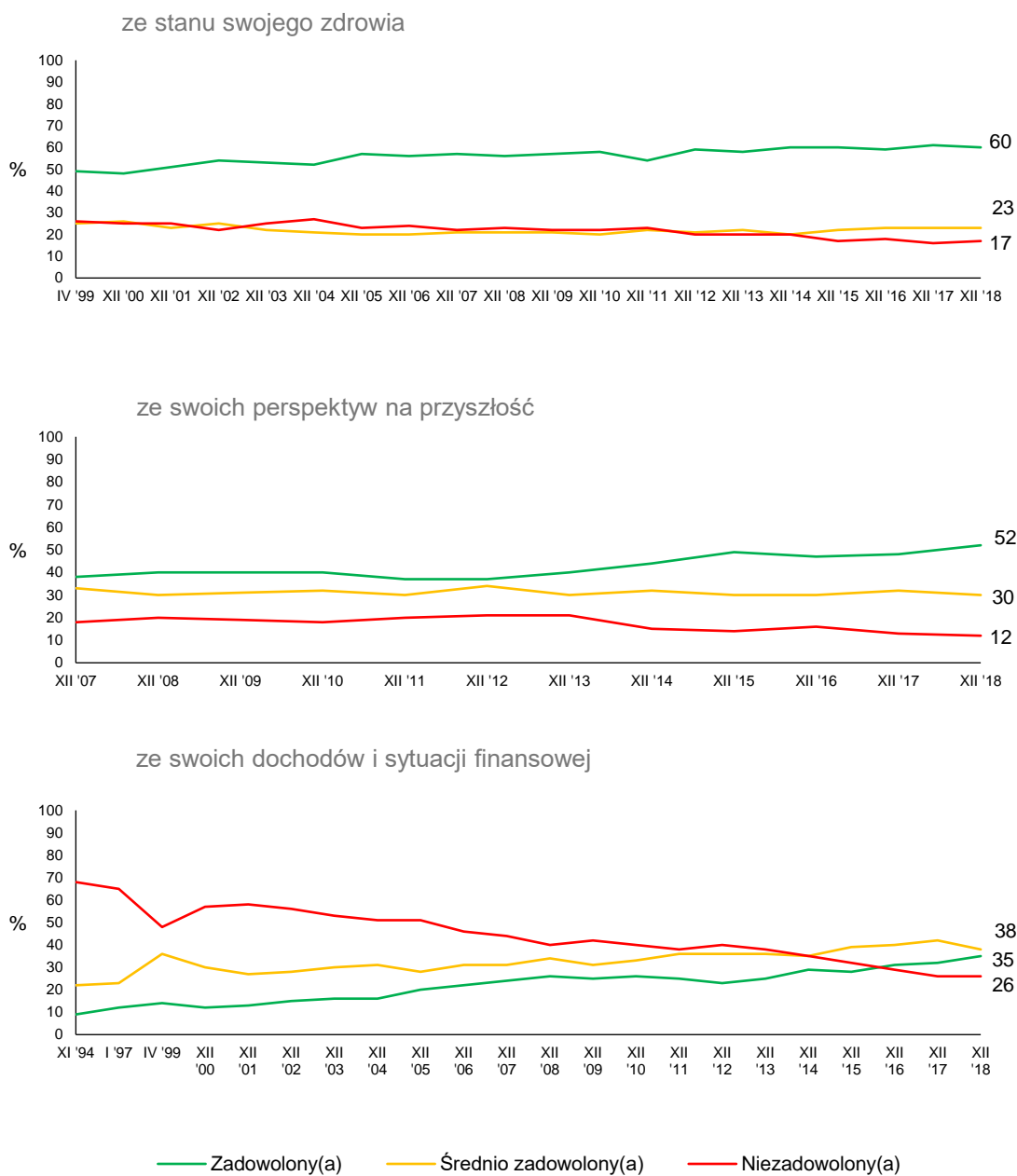
RYS. 2 cd. Czy na ogół jest Pan(i) zadowolony(a):



Z procentowania wyłączone wskazania „nie dotyczy” i odmowy odpowiedzi. Pominięto odpowiedzi „trudno powiedzieć”



RYS. 2 cd. Czy na ogół jest Pan(i) zadowolony(a):

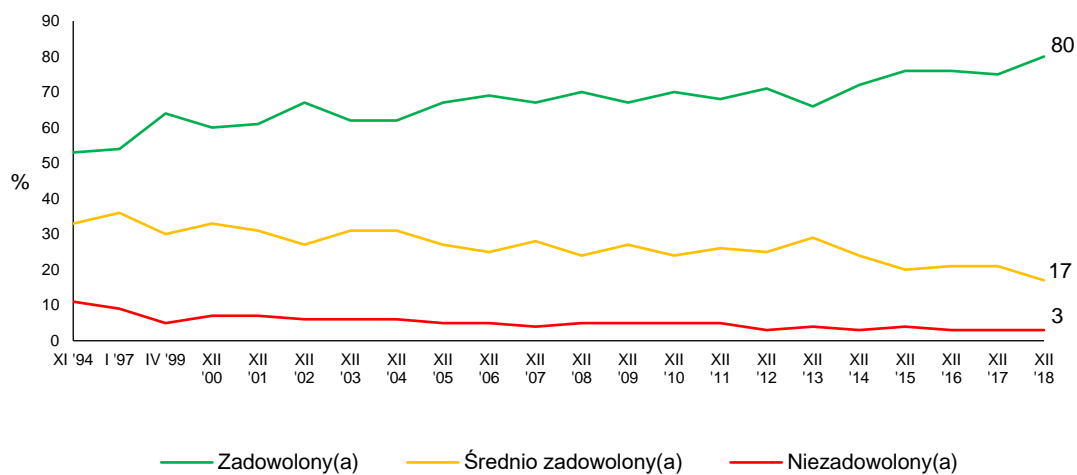


Z procentowania wyłączono wskazania „nie dotyczy” i odmowy odpowiedzi. Pomięto odpowiedzi „trudno powiedzieć”

Polacy częściej niż rok temu – a jednocześnie częściej niż kiedykolwiek wcześniej w naszych badaniach (począwszy od roku 1994) – odczuwają **ogólne zadowolenie z życia**. Obecnie do zadowolonych z życia zalicza się ośmiu na dziesięciu dorosłych (80%, od grudnia 2017 roku wzrost o 5 punktów procentowych). Przeciętną satysfakcję deklaruje blisko co szósty (17%, spadek o 4 punkty), natomiast niezmiennie trzech na stu (3%) – niezadowolony.

CBOS

RYS. 3. Czy na ogół jest Pan(i) zadowolony(a) ogólnie z całego życia?



Z procentowania wyłączono odmowy odpowiedzi. Pominięto „trudno powiedzieć”.

Do grona zadowolonych z życia częściej zaliczają się młodszy (poniżej 55 roku życia) niż starsi (55+) respondenci. Poczucie życiowej satysfakcji jest wyraźnie zdeterminowane przez ocenę własnej sytuacji materialnej: wśród oceniających ją pozytywnie niemal dziewięciu na dziesięciu deklaruje zadowolenie z życia, wśród określających ją jako przeciętną – dwie trzecie, a wśród źle sytuowanych – ponad dwie piąte. Zadowoleniem z życia wyróżniają się badani mający wyższe wykształcenie, uzyskujący wysokie dochody *per capita* (1800 zł i więcej) oraz zaangażowani w praktyki religijne (uczestniczący w nich co najmniej raz w tygodniu). Na tle innych relatywnie rzadziej odczuwają je natomiast ankietowani najslabiej wykształceni oraz nieangażujący się religijnie.

TABELA 3

Czy na ogół jest Pan(i) zadowolony(a) ogólnie z całego życia?	Wskazania respondentów według terminów badań																					
	'94	'97	'99	'00	'01	'02	'03	'04	'05	'06	'07	'08	'09	'10	'11	'12	'13	'14	'15	'16	'17	'18
	w procentach																					
Bardzo zadowolony(a)	11	11	17	9	10	11	14	13	19	16	13	20	14	16	14	20	19	20	25	23	25	24
Raczej zadowolony(a)	42	43	47	51	51	56	48	49	48	53	54	50	53	54	54	51	47	52	51	53	50	56
Średnio zadowolony(a)	33	36	30	33	31	27	31	31	27	25	28	24	27	24	26	25	29	24	20	21	21	17
Raczej niezadowolony(a)	9	7	4	6	6	5	5	5	4	5	3	4	5	5	5	2	3	2	3,2	2	3	2
Bardzo niezadowolony(a)	2	2	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0,4	1	0	1
Trudno powiedzieć / odmowa odpowiedzi	2	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0,4	1	1	0

Z analizy wynika, że największy wpływ na poczucie ogólnego zadowolenia z życia ma zadowolenie z perspektyw na przyszłość, a w dalszej kolejności – z przebiegu pracy zawodowej, stanu zdrowia oraz miejsca zamieszkania. W najmniejszym stopniu decyduje o tym satysfakcja z wykształcenia i kwalifikacji oraz dochodów.

**TABELA 4**

Zadowolenie z poszczególnych aspektów życia:	Ogólne zadowolenie z całego życia w 2018 roku
	współczynniki korelacji rang Spearmana
– ze swoich perspektyw na przyszłość	0,508
– z przebiegu pracy zawodowej	0,370
– ze stanu swojego zdrowia	0,370
– ze swojego miejsca zamieszkania	0,362
– ze swego małżeństwa / stałego związku	0,334
– z materialnych warunków bytu – mieszkania, wyposażenia itp.	0,320
– ze swoich dzieci	0,317
– ze swoich przyjaciół, najbliższych znajomych	0,314
– ze swoich dochodów i sytuacji finansowej	0,304
– ze swojego wykształcenia, kwalifikacji	0,303

Wszystkie współczynniki są istotne statystycznie na poziomie  $p \leq 0,0001$

\*\*\*

Ogromna większość Polaków jest zadowolona z życia. Satysfakcję najczęściej dają relacje towarzyskie i rodzinne, jak również miejsce zamieszkania. Niezadowolenie natomiast najczęściej odnosi się do sytuacji finansowej, a także, w mniejszym stopniu, stanu zdrowia. W ciągu ostatniego roku przybyło zadowolonych. Do rekordowego poziomu zwiększyła się nie tylko skala ogólnego zadowolenia z życia, ale także satysfakcji z dochodów i materialnych warunków życia, przebiegu pracy zawodowej, małżeństwa lub innego stałego związku. Ponadto Polacy częściej niż kiedykolwiek wcześniej z optymizmem myślą o swojej przyszłości.

Opracował

Michał Feliksiak