

## Zadowolenie z życia

Znak jakości przyznany CBOS przez  
Organizację Firm Badania Opinii i Rynku 23 stycznia 2019 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

Od wielu lat regularnie pytamy Polaków o to, co w życiu daje im satysfakcję. Dla znacznej części badanych<sup>1</sup> – jak wynika z deklaracji – powód do zadowolenia stanowią relacje towarzyskie i rodzinne. Ogromna większość ankietowanych deklaruje zadowolenie z przyjaciół i bliskich znajomych (85%), trzy czwarte odczuwa satysfakcję z dzieci (75%, a wśród rodziców – 95%), a ponad dwie trzecie – z małżeństwa lub nieformalnego stałego związku (69%, a wśród będących w związku – 90%). Relatywnie najrzadziej zadowoleni z tych wymiarów życia są badani znajdujący się w złej sytuacji materialnej.

Polacy są na ogół zadowoleni ze swojego miejsca zamieszkania (84%). Wpływ na satysfakcję w tym względzie ma przede wszystkim poziom życia respondentów. Zadowolenie z warunków materialnych, np. mieszkania, wyposażenia, wyraża dwie trzecie ankietowanych (67%), natomiast około jednej trzeciej ocenia je przeciętnie (26%) lub negatywnie (7%). Wyraźnie rzadziej badani czerpią satysfakcję z wysokości swoich dochodów. Ponad jedna trzecia (36%) jest z nich zadowolona, ponad jedna piąta (22%) – niezadowolona, a dwie piąte (41%) jest w tym względzie średnio usatysfakcjonowane. Zadowoleni ze swojej sytuacji finansowej przeważają w grupie uzyskujących dochody na poziomie co najmniej 3000 zł w przeliczeniu na osobę w gospodarstwie domowym.

Niemal dwie trzecie ankietowanych (63%) odczuwa satysfakcję z wykształcenia oraz posiadanych kwalifikacji, a ponad połowa jest zadowolona z przebiegu pracy zawodowej (52%, a wśród osób, które kiedykolwiek pracowały – 71%). Brak satysfakcji w tych dziedzinach deklaruje odpowiednio 11% i 3% (a wśród mających doświadczenia zawodowe – 4%). Zadowoleniu z przebiegu pracy zawodowej i wykształcenia sprzyjają młody wiek oraz dobra sytuacja materialna. Jeśli chodzi o grupy zawodowe, częściej niż inni satysfakcję z przebiegu kariery deklarują pracownicy administracyjno-biurowi, a najrzadziej – rolnicy i pracownicy usług. Zadowoleni z wykształcenia i kwalifikacji najczęściej są ankietowani mający wykształcenie wyższe, specjaliści i przedstawiciele kadry kierowniczej, natomiast wyraźnie rzadziej niż przeciętnie – mający wykształcenie podstawowe lub zasadnicze zawodowe, robotnicy niewykwalifikowani, rolnicy, pracownicy usług, a także bezrobotni.

---

<sup>1</sup> Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (355) przeprowadzono metodą wywiadów bezpośrednich (face-to-face) wspomaganym komputerowo (CAPI) w dniach 28 listopada – 5 grudnia 2019 roku na liczącej 910 osób reprezentatywnej próbie losowej dorosłych mieszkańców Polski.

Zadowolenie ze stanu swojego zdrowia deklaruje sześciu na dziesięciu dorosłych (60%), a niezadowolenie – 19%. Częściej niż przeciętnie pozytywnie swoje zdrowie postrzegają badani poniżej 45. roku życia, natomiast relatywnie częściej negatywnie – respondenci, którzy ukończyli 55 lat, zwłaszcza mający 65 lat i więcej. Niezadowoleniu ze stanu zdrowia sprzyja również zła sytuacja materialna badanych.

Co drugi Polak (51%) wyraża zadowolenie ze swoich perspektyw na przyszłość. O przyszłości z umiarkowanym optymizmem myśli jedna trzecia (33%), a pesymistycznie – blisko jedna dziesiąta (9%). Postrzeganie perspektyw na przyszłość zależy – co zrozumiałe – od wieku i bieżącej sytuacji ekonomicznej badanych.

CBOS

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

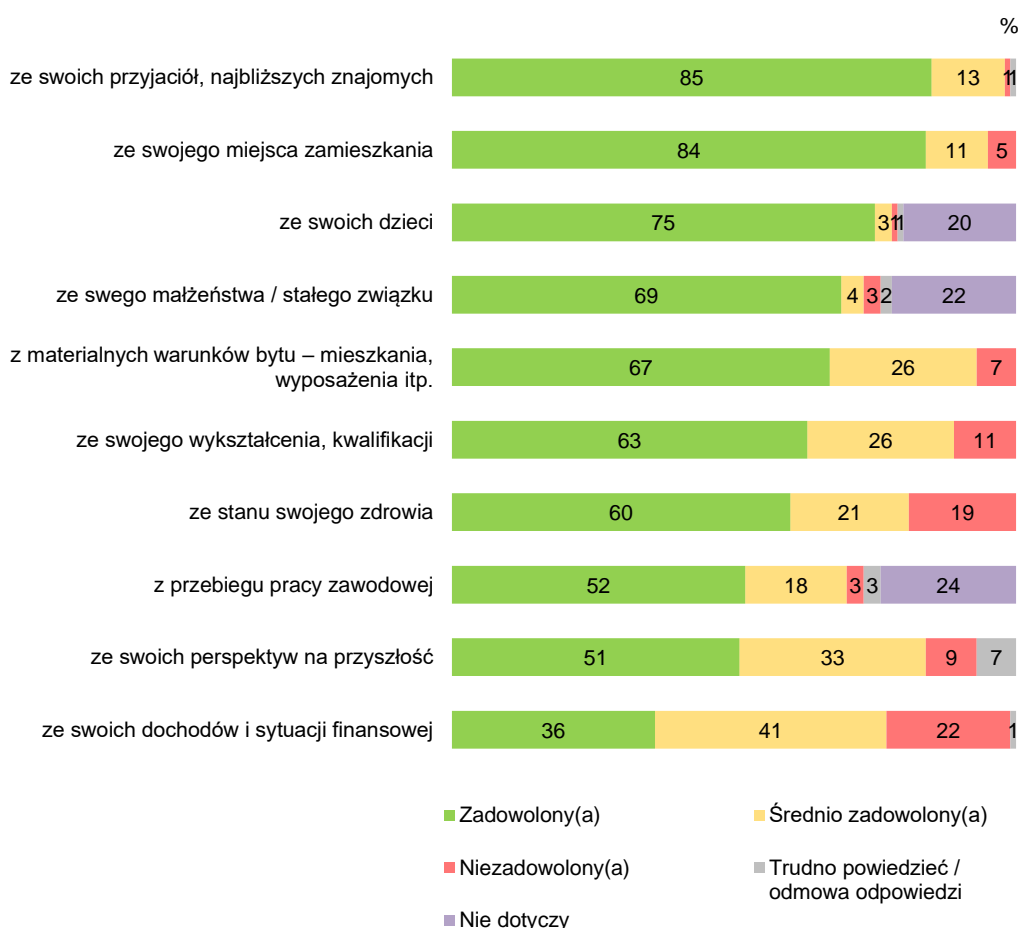


TABELA 1

Czy na ogół jest Pan(i) zadowolony(a):	Bardzo zadowo- lony(a)	Raczej zadowo- lony(a)	Średnio zadowo- lony(a)	Raczej niezadowo- lony(a)	Bardzo niezadowo- lony(a)	Trudno powiedzieć / odmowa odpowiedzi	Nie dotyczy
	w procentach						
ze swoich dzieci	64	11	3	1	0	1	20
ze swojego małżeństwa / stałego związku	46	23	4	1	2	2	22
ze swojego miejsca zamieszkania	40	44	11	4	1	0	0
ze swoich przyjaciół, najbliższych znajomych	35	50	13	1	0	1	0
ze swojego wykształcenia, kwalifikacji	23	40	26	9	2	0	0
ze stanu swojego zdrowia	19	41	21	13	6	0	0
z materialnych warunków bytu – mieszkania, wyposażenia itp.	15	52	26	5	2	0	0
z przebiegu pracy zawodowej	14	38	18	3	0	3	24
ze swoich perspektyw na przyszłość	9	42	33	7	2	7	0
ze swoich dochodów i sytuacji finansowej	5	31	41	13	9	1	0

Od poprzedniego pomiaru w roku 2018 poziom zadowolenia Polaków z poszczególnych wymiarów życia pozostaje stabilny. Tak jak w ubiegłym roku więcej osób niż kiedykolwiek wcześniej deklaruje satysfakcję ze swojego związku, materialnych warunków życia i sytuacji zawodowej. Obecnie rejestrujemy ponadto rekordowo wysoki odsetek usatysfakcjonowanych swoimi dochodami.

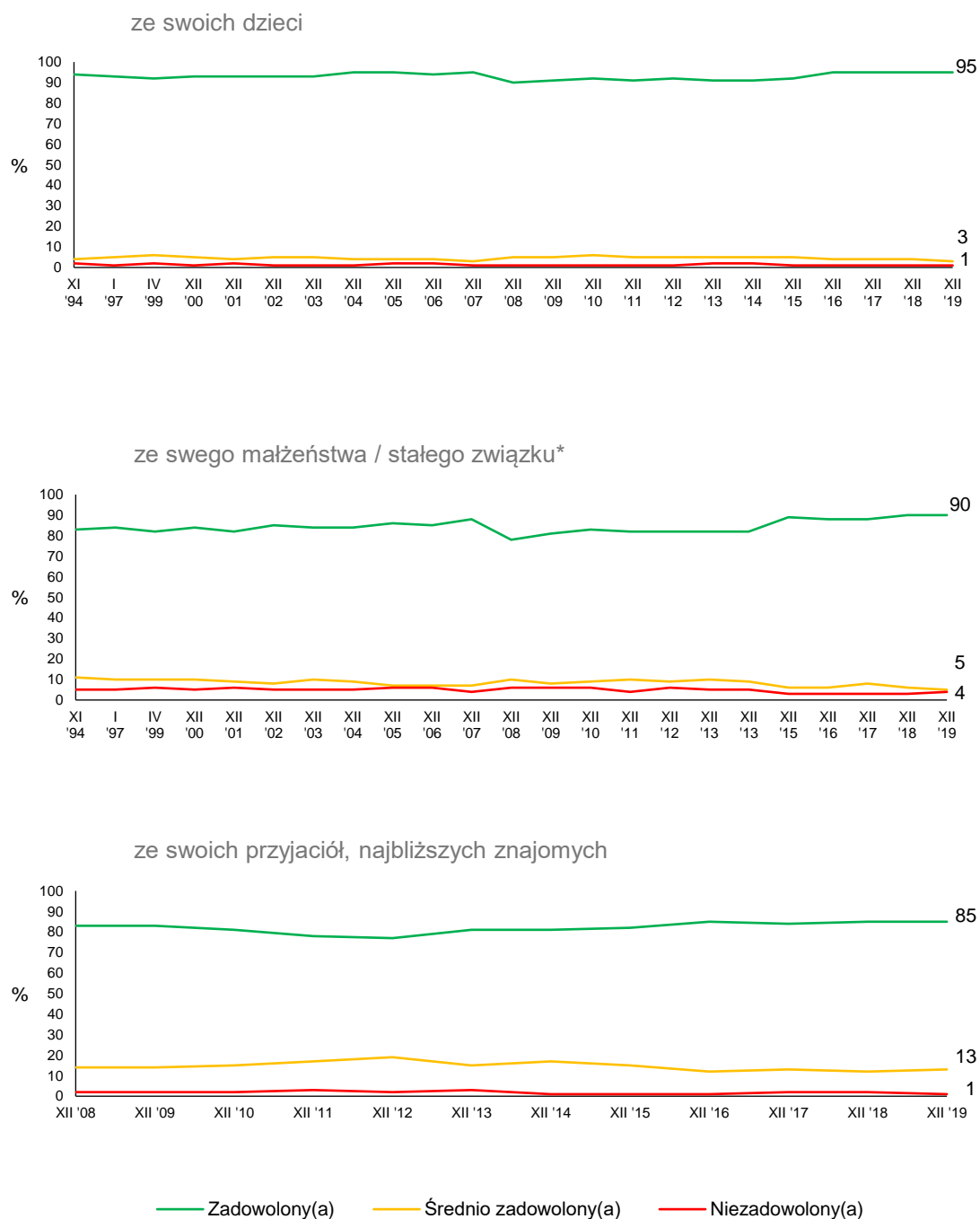
TABELA 2

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	XII 2019
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	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	90
ze swoich przyjaciół, najbliższych znajomych	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	83	83	81	78	77	81	81	82	85	84	85	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	84
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	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	67
ze swojego wykształcenia, kwalifikacji	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	50	52	51	51	57	53	59	64	62	62	64	63
ze stanu swojego zdrowia	-	-	49	48	51	54	53	52	57	56	57	56	57	58	54	59	58	60	60	59	61	60	60
ze swoich perspektyw na przyszłość	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	38	40	40	40	37	37	40	44	49	47	48	52	51
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	36

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

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

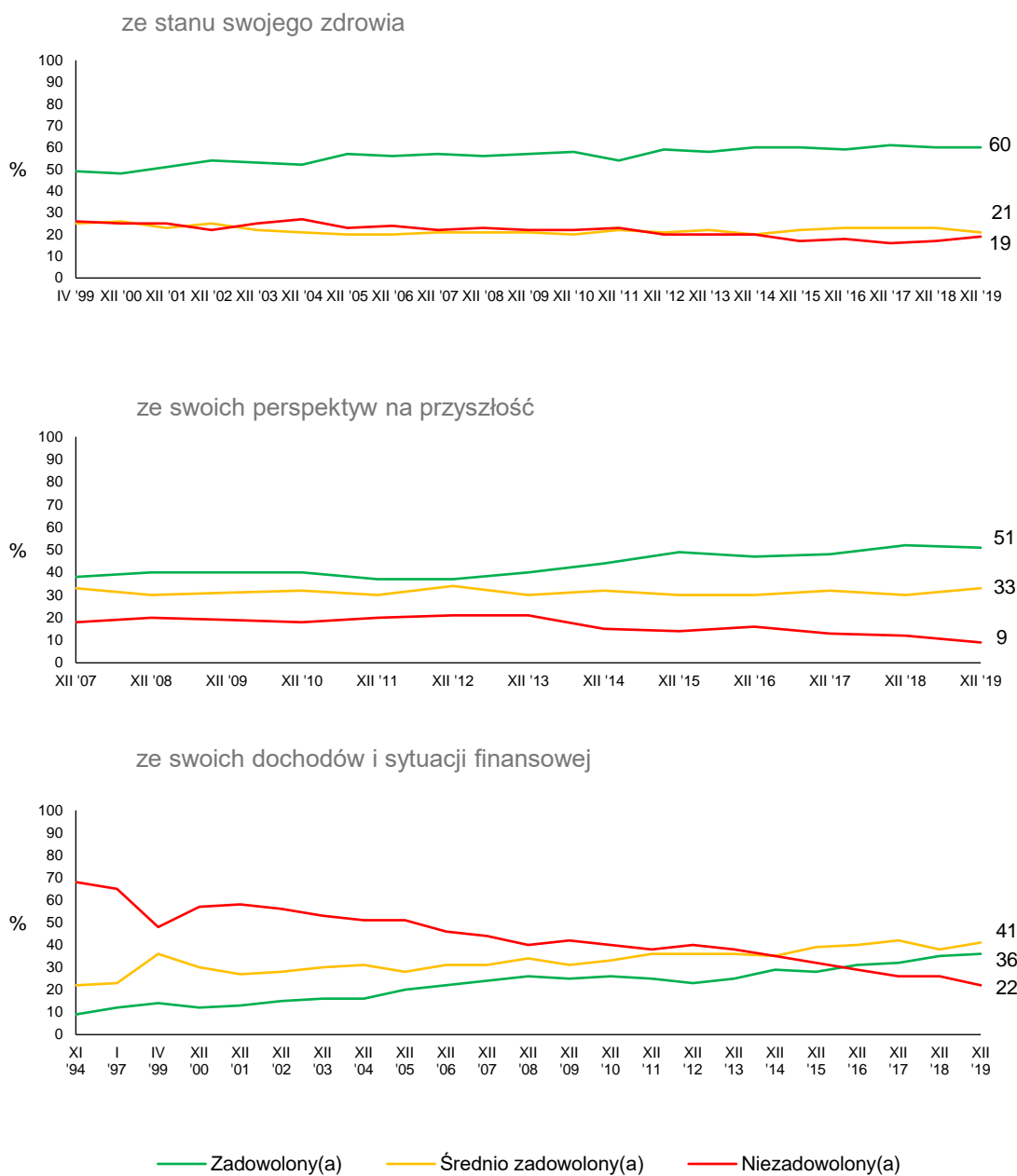
RYS. 2 cd. Czy na ogół jest Pan(i) zadowolony(a):



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



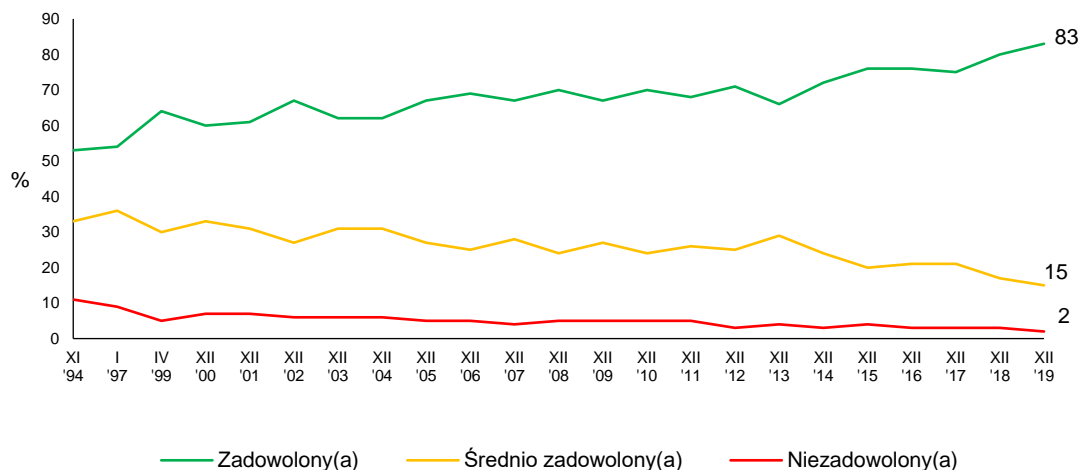
RYS. 2 cd. Czy na ogół jest Pan(i) zadowolony(a):



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

Polacy częściej niż rok temu – a jednocześnie najczęściej w historii naszych badań (czyli od roku 1994) – odczuwają **ogólne zadowolenie z życia**. Obecnie do zadowolonych z życia zalicza się 83% badanych (od grudnia 2018 roku wzrost o 3 punkty procentowe). Przeciętną satysfakcję deklaruje blisko co siódmy (15%, spadek o 2 punkty), natomiast dwóch na stu (2%) – niezadowolony.

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



Z procentowania wyłączono odmowy odpowiedzi. Pominięto „trudno powiedzieć”

Relatywnie najwięcej zadowolonych z życia jest wśród badanych mających od 25 do 34 lat, najlepiej wykształconych, kadry kierowniczej i specjalistów, pracowników administracyjno-biurowych, techników i średniego personelu, robotników wykwalifikowanych, ankietowanych uzyskujących najwyższe dochody *per capita* i dobrze oceniających własną sytuację materialną, a także najbardziej zaangażowanych w praktyki religijne. Natomiast najrzadziej taką ogólną satysfakcją życiową odczuwają respondenci źle sytuowani, deklarujący najniższe dochody, mający 65 lat i więcej, robotnicy niewykwalifikowani, jak również renciści i bezrobotni.

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	'19
	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	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	59
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	15
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	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	0
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	1

Największy wpływ na poczucie ogólnej satysfakcji ma zadowolenie z perspektyw na przyszłość, a w dalszej kolejności – z przebiegu pracy zawodowej i stanu zdrowia. Z kolei najmniejsze znaczenie ma satysfakcja ze sfery towarzyskiej i dzieci.

TABELA 4

Zadowolenie z poszczególnych aspektów życia:	Ogólne zadowolenie z całego życia w 2019 roku
	współczynniki korelacji rang Spearmana
ze swoich perspektyw na przyszłość	0,45
z przebiegu pracy zawodowej	0,38
ze stanu swojego zdrowia	0,37
z materialnych warunków bytu – mieszkania, wyposażenia itp.	0,33
ze swego małżeństwa / stałego związku	0,31
ze swoich dochodów i sytuacji finansowej	0,30
ze swojego miejsca zamieszkania	0,28
ze swojego wykształcenia, kwalifikacji	0,27
ze swoich dzieci	0,26
ze swoich przyjaciół, najbliższych znajomych	0,26

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

\*\*\*

Odsetek Polaków zadowolonych z życia zwiększył się przez ostatni rok i jest obecnie rekordowo wysoki, a niezadowolonych – rekordowo niski. Badani najczęściej deklarują satysfakcję ze swojego miejsca zamieszkania, przyjaciół i bliskich znajomych oraz z dzieci, natomiast relatywnie najrzadziej daje im ją sytuacja finansowa, jak również perspektywy na przyszłość i stan zdrowia. Przez ostatni rok zadowolenie z poszczególnych wymiarów życia pozostaje na stabilnym poziomie, w niektórych przypadkach – jeśli porównać z wcześniejszym okresem – na jednym z najwyższych z zarejestrowanych w historii naszych badań. Dotyczy to satysfakcji z dochodów, materialnych warunków życia i sytuacji zawodowej, a także małżeństwa lub nieformalnego stałego związku.

Opracował

Michał Feliksiak