

Zadowolenie z życia

Znak jakości przyznany CBOS przez
Organizację Firm Badania Opinii i Rynku na rok 2020/21



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 ponad ćwierćwiecza, co roku, pytamy Polaków o to, czy są zadowoleni z życia – zarówno ogólnie, jak i z różnych jego wymiarów. Rok 2020 był pod wieloma względami bardzo nietypowym, trudnym doświadczeniem, bo epidemia koronawirusa oraz związane z nią restrykcje znacznie zmieniły codzienność, do której przywykliśmy, i która wcześniej wydawała się czymś trwałym. Okres epidemii, co wiemy z naszych badań, wyraźnie przełożył się na pogorszenie samopoczucia psychicznego Polaków¹, którzy miniony rok ocenili nie tylko jako znacznie gorszy niż poprzedni w wymiarze prywatnym i publiczny, ale też jako najgorszy dla Polski, odkąd to monitorujemy, czyli od 1984 roku². Jak zatem kształtuje się obecnie poziom satysfakcji życiowej Polaków?

Z deklaracji, jakie uzyskaliśmy w grudniowym badaniu³, wynika, że nadal jednym z najliczniej wskazywanych powodów satysfakcji są relacje towarzyskie i rodzinne. Ogromna większość respondentów deklaruje zadowolenie z **przyjaciół i bliskich znajomych** (85%), trzy czwarte odczuwa satysfakcję ze **swoich dzieci** (74% ogółu badanych, a spośród rodziców – 94%), a dwie trzecie – z **małżeństwa lub nieformalnego, stałego związku** (66% ogółu badanych, a spośród będących w związku – 87%). Na tle innych najrzadziej zadowolenie ze swojego związku i relacji z przyjaciółmi deklarują respondenci znajdujący się w złej sytuacji materialnej.

Znaczna większość Polaków (85%) jest także zadowolona ze **swojego miejsca zamieszkania**. Deklaracje w tym względzie różnicuje głównie poziom życia respondentów. Zadowolenie z **warunków materialnych**, np. mieszkania, wyposażenia, wyraża dwie trzecie ankietowanych (65%), natomiast łącznie około jednej trzeciej ocenia je przeciętnie (28%) lub negatywnie (6%). Zauważalnie rzadziej satysfakcję dają **dochody**. Ponad jedna trzecia (36%) jest z nich zadowolona, jedna piąta (21%) – niezadowolona, a dwie piąte (41%) jest w tym względzie średnio usatysfakcjonowane. Zadowoleni ze

¹ Więcej w komunikacie CBOS „Samopoczucie Polaków w roku 2020”, styczeń 2021 (oprac. J. Scovil).

² Więcej w komunikacie CBOS „Jaki był rok 2020”, grudzień 2020 (oprac. B. Badora).

³ Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (367) przeprowadzono w ramach procedury mixed-mode na reprezentatywnej imiennej próbie pełnoletnich mieszkańców Polski, wylosowanej z rejestru PESEL.

Każdy respondent wybierał samodzielnie jedną z metod:

– wywiad bezpośredni z udziałem ankietera (metoda CAPI),

– wywiad telefoniczny po skontaktowaniu się z ankieterem CBOS (CATI) – dane kontaktowe respondent otrzymywał w liście zapowiednim od CBOS,

– samodzielne wypełnienie ankiety internetowej, do której dostęp był możliwy na podstawie loginu i hasła przekazanego respondentowi w liście zapowiednim od CBOS.

We wszystkich trzech przypadkach ankieta miała taki sam zestaw pytań oraz strukturę. Badanie zrealizowano w dniach od 30 listopada do 10 grudnia 2020 roku na próbie liczącej 1010 osób (w tym: 42,2% metodą CAPI, 44,0% – CATI i 13,9% – CAWI).

CBOS realizuje badania statutowe w ramach opisanej wyżej procedury od maja 2020 roku, w każdym przypadku podając proporcję wywiadów bezpośrednich, telefonicznych i internetowych.

swojej sytuacji finansowej przeważają jedynie w grupie uzyskujących dochody na poziomie co najmniej 3000 zł w przeliczeniu na osobę w gospodarstwie domowym. Do zadowolonych relatywnie często zaliczają się także ankietowani, których dochody *per capita* plasują się w przedziale od 2000 zł do 2999 zł.

Prawie dwie trzecie ankietowanych (64%) odczuwa satysfakcję z **wykształcenia oraz posiadanych kwalifikacji**, a ponad połowa jest zadowolona z **przebiegu pracy zawodowej** (56%, a wśród osób, które kiedykolwiek pracowały – 70%). Brak satysfakcji w tych dziedzinach deklaruje odpowiednio 11% i 6% (a wśród mających doświadczenia zawodowe – 7%). Zadowolenie w obu tych wymiarach częściej niż inni wyrażają badani uzyskujący wysokie dochody i dobrze oceniający własną sytuację materialną. Na tle różnych grup zawodowych satysfakcją z przebiegu pracy zawodowej *in plus* wyróżniają się przedstawiciele kadry kierowniczej i specjaliści z wyższym wykształceniem, robotnicy oraz prywatni przedsiębiorcy, natomiast *in minus* – rolnicy. Zadowoleni z wykształcenia i kwalifikacji najczęściej są respondenci mający wyższe wykształcenie, kadra kierownicza i specjaliści, a także – choć w mniejszym stopniu – pracownicy administracyjno-biurowi, technicy i średni personel, respondenci pracujący na własny rachunek, uczniowie i studenci oraz osoby mające od 25 do 34 lat.

Zadowolenie ze **stanu swojego zdrowia** deklaruje sześciu na dziesięciu dorosłych (61%), a niezadowolenie – 17%. Około jednej piątej (22%) wyraża przeciętną satysfakcję. Wyraźnie częściej niż inni o zadowoleniu ze stanu swojego zdrowia mówią badani przed 45 rokiem życia, zwłaszcza mający od 18 do 34 lat, z kolei do niezadowolonych najczęściej zaliczają się osoby mające 65 lat i więcej oraz źle oceniające własną sytuację materialną.

Niespełna połowa Polaków (48%) jest zadowolona ze swoich **perspektyw na przyszłość**. Umiarkowany optymizm w tym względzie wyraża Ponad jedna czwarta (28%), a nastawienie pesymistyczne – więcej niż jedna dziesiąta (12%). Postrzeganie swoich perspektyw zależy w znacznej mierze od wieku i sytuacji materialnej badanych.

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

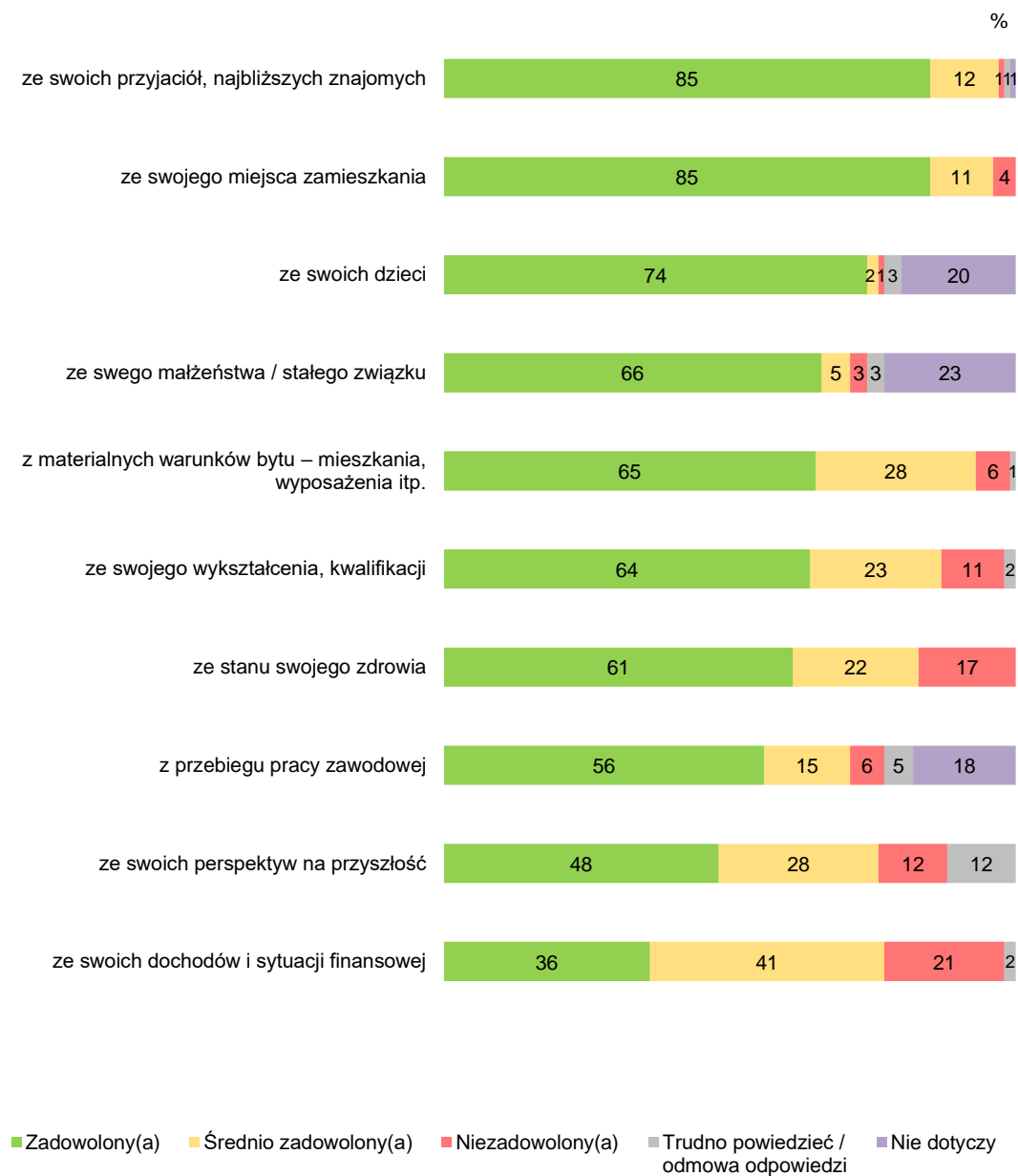


TABELA 1

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	60	14	2	1	0	3	20
– ze swojego małżeństwa / stałego związku	42	24	5	1	2	3	23
– ze swoich przyjaciół, najbliższych znajomych	39	46	12	1	0	1	1
– ze swojego miejsca zamieszkania	42	43	11	4	0	0	0
– ze stanu swojego zdrowia	22	39	22	12	5	0	0
– ze swojego wykształcenia, kwalifikacji	25	39	23	9	2	2	0
– z przebiegu pracy zawodowej	18	38	15	5	1	5	18
– z materialnych warunków bytu – mieszkania, wyposażenia itp.	16	49	28	4	2	1	0
– ze swoich perspektyw na przyszłość	10	38	28	10	2	12	0
– ze swoich dochodów i sytuacji finansowej	5	31	41	13	8	2	0

W stosunku do ubiegłego roku poziom zadowolenia Polaków z poszczególnych wymiarów życia pozostaje stabilny. Jedynie w niewielkim stopniu ubyło badanych zadowolonych ze swojego małżeństwa lub nieformalnego związku. Nieznacznie mniej osób niż w ostatnich dwóch latach odczuwa także satysfakcję z warunków materialnych oraz perspektyw na przyszłość. Warto jednocześnie zauważyć, że poziom zadowolenia z niektórych wymiarów życia jest obecnie nieznacznie wyższy niż rok temu i jednocześnie najwyższy w całym monitorowanym okresie. Dotyczy to wykształcenia i kwalifikacji, przyjaciół i najbliższych znajomych, miejsca zamieszkania oraz sytuacji finansowej (zob. tabelę 2).

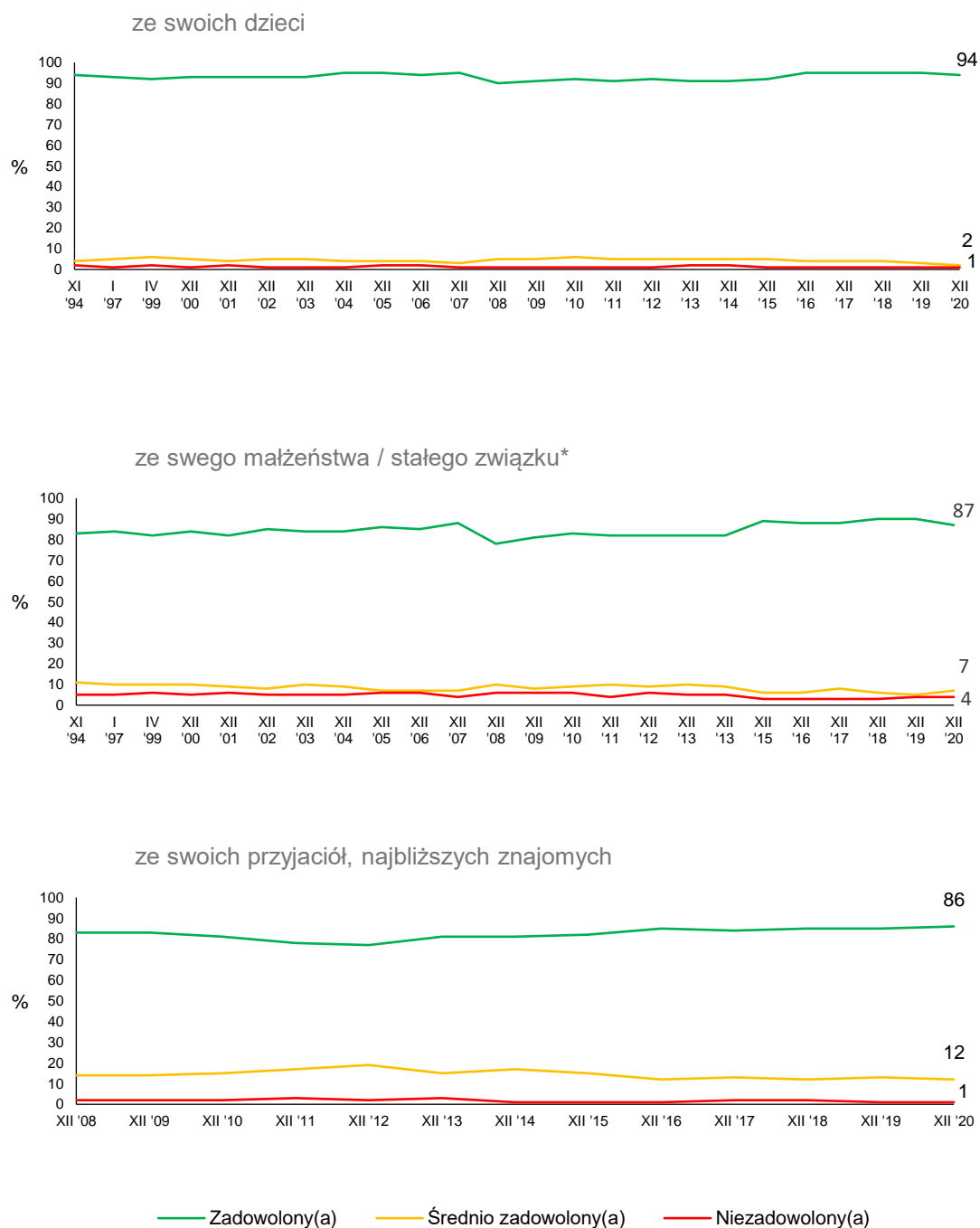
TABELA 2

Czy na ogół jest Pan(i) zadowolony(a):	Odsetki badanych zadowolonych 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	XII 2020
– 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	94
– 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	87
– ze swoich przyjaciół, najbliższych znajomych	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	83	83	81	78	77	81	81	82	85	84	85	85	86
– 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	85
– 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	70
– 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	65
– ze swojego wykształcenia, kwalifikacji	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	50	52	51	51	57	53	59	64	62	62	64	63	65
– 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	61
– ze swoich perspektyw na przyszłość	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	38	40	40	40	37	37	40	44	49	47	48	52	49
– 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	37

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

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

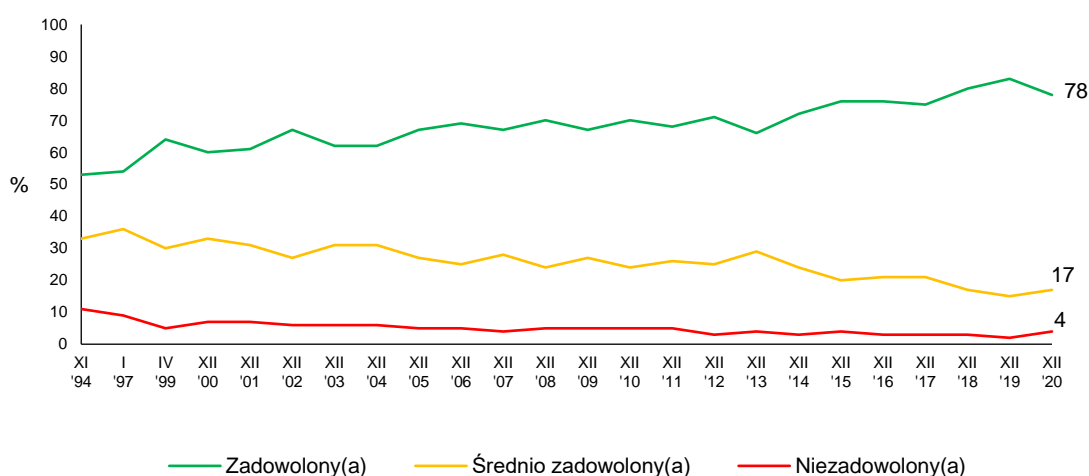


Z procentowania wyłączone wskazania „nie dotyczy” i odmowy odpowiedzi. Pomięto „trudno powiedzieć”

Ogólne zadowolenie, z całego życia, deklaruje ponad trzy czwarte Polaków (78%). Przeciętną satysfakcję wyraża jedna szósta (17%), a niezadowolenie – czterech na stu (4%). W stosunku do ubiegłorocznego pomiaru – rekordowego, jeśli chodzi o ogólnie zadowolenie z życia – nastąpiło pewne pogorszenie. Zmniejszyła się grupa zaliczających się do zadowolonych (o 5 punktów procentowych), przybyło natomiast osób deklarujących przeciętną satysfakcję lub jej brak (po 2 punkty). Obecnie wyniki są zbliżone do tych sprzed dwóch lat i lepsze od wszystkich wcześniejszych, jakie rejestrowaliśmy w latach 1994–2017.

CBOS

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



Z procentowania wyłączono odmowy odpowiedzi. Pominięto „trudno powiedzieć”

Do zadowolonych z życia najczęściej zaliczają się badani znajdujący się w dobrej sytuacji materialnej, uzyskujący najwyższe dochody w przeliczeniu na osobę w gospodarstwie domowym, mający wyższe wykształcenie, przedstawiciele kadry kierowniczej i specjaliści, technicy i średni personel, prywatni przedsiębiorcy, pracownicy instytucji publicznych oraz spółek właścicieli prywatnych i państwa, jak również mieszkańcy średniej wielkości miast (20 000 – 99 999 ludności). Z kolei wyraźnie rzadziej niż przeciętnie satysfakcja z całego życia charakteryzuje osoby źle, a także, choć w mniejszym stopniu, średnio sytuowane, uzyskujące dochody *per capita* poniżej 1500 zł, najslabiej wykształcone, pracujące w prywatnych gospodarstwach rolnych, rencistów, bezrobotnych i – ogólnie – najstarszych ankietowanych (65+).

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	'20
	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	23
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	55
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	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	2	3
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	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	1	1

Największy wpływ na poczucie ogólnej satysfakcji życiowej ma zadowolenie z perspektyw na przyszłość, a w dalszej kolejności – z przebiegu pracy zawodowej i stanu zdrowia. Natomiast najmniejsze znaczenie w tym kontekście ma satysfakcja z relacji towarzyskich i dzieci.

TABELA 4

Zadowolenie z poszczególnych aspektów życia:	Ogólne zadowolenie z całego życia
	współczynniki korelacji rang Spearmana
– ze swoich perspektyw na przyszłość	0,47
– z przebiegu pracy zawodowej	0,41
– ze stanu swojego zdrowia	0,40
– ze swojego miejsca zamieszkania	0,40
– z materialnych warunków bytu – mieszkania, wyposażenia itp.	0,37
– ze swego małżeństwa / stałego związku	0,35
– ze swoich dochodów i sytuacji finansowej	0,34
– ze swojego wykształcenia, kwalifikacji	0,34
– ze swoich dzieci	0,29
– ze swoich przyjaciół, najbliższych znajomych	0,28

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

Rok epidemii koronawirusa nie zmienił istotnie skali odczuwania przez Polaków satysfakcji z życia. Wprawdzie liczba deklarujących ogólne zadowolenie z życia jest niższa niż rok temu, kiedy była ona rekordowo wysoka, jednak nie odbiega znacząco od tej sprzed dwóch lat. Zadowolenie z poszczególnych wymiarów życia jest na przestrzeni lat dość stabilne. Nieco mniej osób deklaruje satysfakcję ze swojego stałego związku, a także – nieznacznie mniej – z warunków materialnych i perspektyw na przyszłość. Zbliżony do ubiegłorocznego, a jednocześnie rekordowo wysoki jest odsetek zadowolonych ze swojego wykształcenia i kwalifikacji, relacji z przyjaciółmi, miejsca zamieszkania i sytuacji finansowej. Można również dodać, że doświadczenie epidemii nie wpłynęło na zadowolenie Polaków ze stanu swojego zdrowia.

Opracował

Michał Feliksiak