

Zadowolenie z życia

Znak jakości przyznany CBOS przez
Organizację Firm Badania Opinii i Rynku na rok 2022



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 lat regularnie zadajemy Polakom pytanie, czy są zadowoleni ze swojego życia – ogólnie oraz z poszczególnych jego wymiarów, takich jak praca zawodowa, małżeństwo, dzieci, znajomi, sytuacja materialna czy perspektywy na przyszłość. Rok 2021 był kolejnym już rokiem, w którym musieliśmy żyć w rzeczywistości związanej z pandemią koronawirusa. Niewątpliwie wynikające z tego restrykcje oraz poczucie zagrożenia mogły przełożyć się na zadowolenie z życia. Niepokojący dla Polaków mógł być również związany z wysoką inflacją wzrost cen.

Rok 2020 został oceniony przez naszych respondentów zarówno w sferze prywatnej, zawodowej, jak i w odniesieniu do Polski znacznie gorzej niż poprzednie lata¹. Rok 2021 wypadł na tym tle nieco lepiej, chociaż dużo słabiej niż lata przed pandemią COVID-19².

W grudniowym badaniu³ zanotowaliśmy znaczący spadek odsetka osób zadowolonych we wszystkich badanych wymiarach. W dalszym ciągu, tak samo jak w poprzednich latach, największe zadowolenie badani odczuwają **ze swoich relacji z przyjaciółmi i najbliższymi znajomymi** (83%). Satisfakcję **ze swoich dzieci** deklaruje ponad dwie trzecie respondentów (68%), a ze swojego **małżeństwa lub nieformalnego stałego związku** – niewiele mniej (64%). Najmniej w pełni usatysfakcjonowanych ze swojego związku czy małżeństwa znajduje się w grupie osób oceniających swoją sytuację materialną jako złą, wśród rencistów, emerytów, bezrobotnych, gospodyń domowych oraz rolników, pracowników usług, średniego personelu i techników, kadry kierowniczej i specjalistów z wyższym wykształceniem. Z kolei najmniej zadowolonych ze swoich dzieci znajdujemy w grupie ankietowanych z najniższym wykształceniem, źle oceniających swoją sytuację materialną, wśród rencistów, gospodyń domowych i osób powyżej 64 roku życia. Co ciekawe, mniej badanych w pełni usatysfakcjonowanych swoim potomstwem znajduje się również w grupie o poglądach lewicowych oraz niebiorących udziału w praktykach religijnych.

¹ Więcej w komunikacie CBOS „Jaki był rok 2020”, grudzień 2020 (oprac. B. Badora).

² Więcej w komunikacie CBOS „Oceny roku 2021”, grudzień 2021 (oprac. B. Badora).

³ Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (380) 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 ankietę miała taki sam zestaw pytań oraz strukturę. Badanie zrealizowano w dniach od 29 listopada do 12 grudnia 2021 roku na próbie liczącej 1063 osoby (w tym: 47,0% metodą CAPI, 35,7% – CATI i 17,3% – CAWI).

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

Większość Polaków jest zadowolona ze **swojego miejsca zamieszkania** (81%). Satisfakcję ze swoich **warunków materialnych** (mieszkania, wyposażenia itp.) odczuwa 62% badanych, przy czym 14% jest z nich w pełni zadowolona, a 48% – raczej zadowolona. Blisko co trzeci badany (30%) jest średnio zadowolony ze swoich warunków bytu. Z kolei niezadowolonych ze swojej sytuacji materialnej jest zdecydowanie mniej – 5% ankietowanych raczej nie odczuwa z tego powodu satysfakcji, a bardzo nieusatisfakcjonowanych jest jedynie 2%. Mieszkańcy miast są częściej zadowoleni z tego, w jakich warunkach żyją niż mieszkańcy wsi.

Spośród wszystkich badanych aspektów życia najmniejsze zadowolenie Polacy odczuwają ze **swoich dochodów** – tylko trzech na dziesięciu wyraża zadowolenie w tym aspekcie (30%). Największą grupę stanowią osoby średnio zadowolone (44%). Jedna czwarta (24%) nie jest zadowolona ze swoich dochodów i sytuacji finansowej. Zadowoleni przeważają jedynie w grupie osób uzyskujących miesięczne dochody *per capita* 3000 zł i więcej.

Ponad trzy piąte Polaków (63%) odczuwa **zadowolenie ze swojego wykształcenia oraz kwalifikacji**, jakie posiada. Więcej niż jedna piąta (22%) jest średnio usatisfakcjonowana z poziomu swojego wykształcenia, a niezadowolony z tego powodu jest co ósmy Polak (12%). Ponad połowa badanych (53%) odczuwa satysfakcję z **przebiegu pracy zawodowej**. Średnie zadowolenie czuje niemal co piąty Polak (18%), a tylko 5% badanych zupełnie nie jest usatisfakcjonowanych z tej kwestii. W obu analizowanych obszarach więcej zadowolonych znajduje się w grupach uzyskujących najwyższe dochody *per capita* (3000 zł i więcej) i dobrze oceniających swoją sytuację materialną. Jeśli chodzi o grupy zawodowe, ze swojej kariery najbardziej zadowoleni są przedstawiciele kadry kierowniczej, specjaliści z wyższym wykształceniem oraz osoby pracujące na własny rachunek. Najmniejsze zadowolenie z przebiegu pracy zawodowej można zauważyć wśród rolników, pracowników administracyjno-biurowych, osób źle oceniających swoją sytuację materialną, o najniższych dochodach w przeliczeniu na jedną osobę w gospodarstwie domowym oraz z najniższym wykształceniem. Podobnie w grupach społecznych i zawodowych przedstawia się sytuacja, jeśli chodzi o zadowolenie z wykształcenia i kwalifikacji zawodowych. Również w tym przypadku największą satysfakcję ze swoich kwalifikacji odczuwają osoby pracujące jako kadra kierownicza i specjaliści z wyższym wykształceniem oraz pracujący na własny rachunek, a najmniejsze – rolnicy, robotnicy niewykwalifikowani, a także gospodynie domowe.

Blisko trzy piąte badanych (57%) deklaruje **zadowolenie ze swojego stanu zdrowia**, a 15% – niezadowolenie. Ponad jedna czwarta (27%) odczuwa w tym aspekcie umiarkowaną satysfakcję. Zdecydowanie najwięcej osób zadowolonych ze stanu swojego zdrowia znajduje się wśród badanych przed 45 rokiem życia, zwłaszcza wśród najmłodszych, mających od 18 do 34 lat. Niezadowolenie przeważa wśród osób oceniających własną sytuację materialną jako złą.

Mniej niż połowa Polaków (46%) wyraża **zadowolenie ze swoich perspektyw na przyszłość**. Ponad jedna czwarta (29%) jest umiarkowanie optymistyczna w tym względzie. Pesymistycznie na swoją przyszłość patrzy co siódmy Polak (15%). Postrzeganie swoich perspektyw jest w znacznej mierze uzależnione od wieku oraz warunków materialnych badanych.

CBOS

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

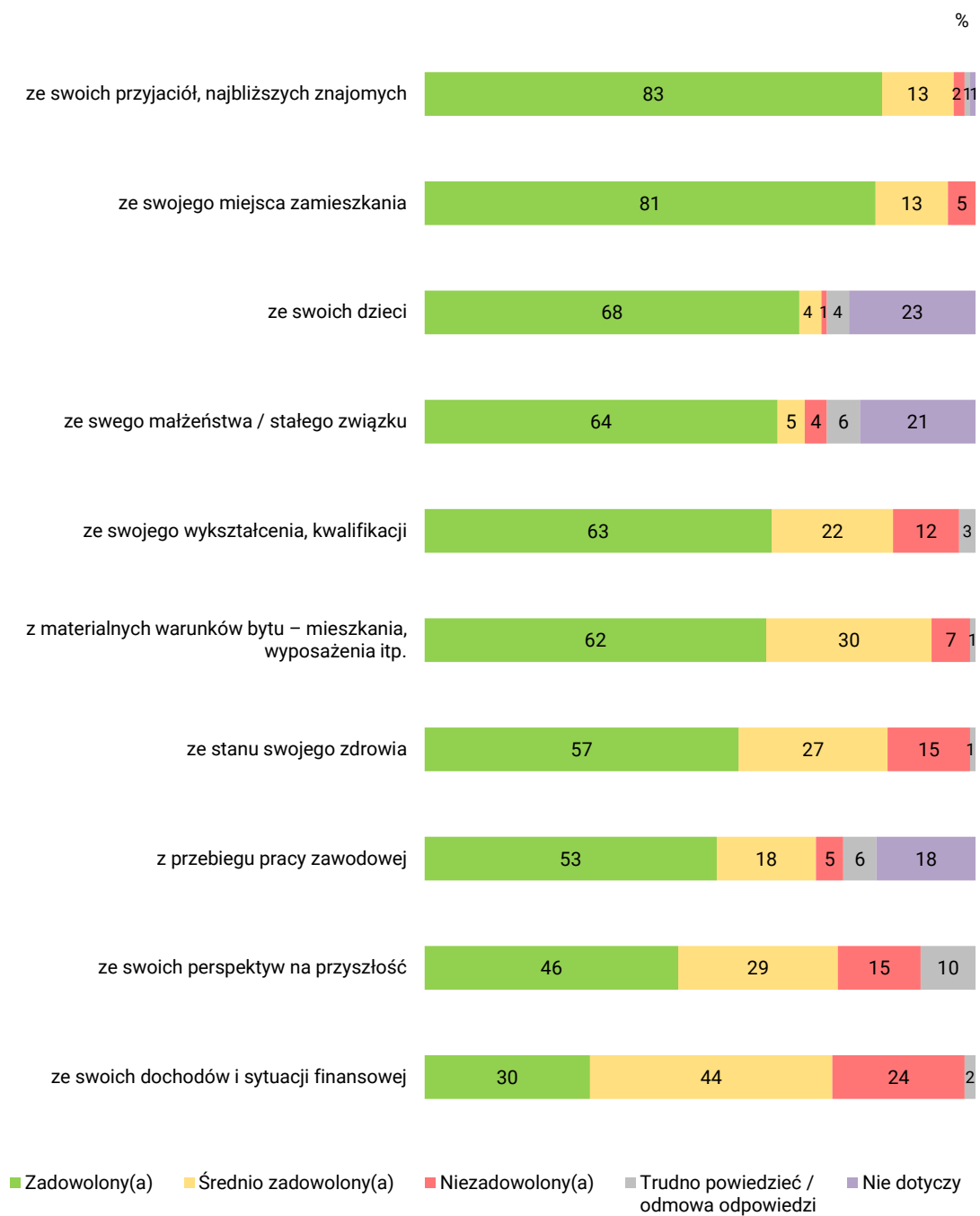


TABELA 1

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	55	13	4	1	0	4	23
– ze swojego małżeństwa / stałego związku	42	22	5	2	2	6	21
– ze swoich przyjaciół, najbliższych znajomych	35	48	13	1	1	1	1
– ze swojego miejsca zamieszkania	36	45	13	4	1	0	0
– ze stanu swojego zdrowia	19	38	27	11	4	1	0
– ze swojego wykształcenia, kwalifikacji	20	43	22	10	2	3	0
– z przebiegu pracy zawodowej	14	39	18	4	1	6	18
– z materialnych warunków bytu – mieszkania, wyposażenia itp.	14	48	30	5	2	1	0
– ze swoich perspektyw na przyszłość	11	35	29	12	3	10	0
– ze swoich dochodów i sytuacji finansowej	2	28	44	16	8	2	0

Należy zauważyć, że w stosunku do poprzedniego roku zmalał poziom zadowolenia Polaków we wszystkich badanych wymiarach. Największy spadek zadowolenia odnotowano w przypadku dochodów i sytuacji finansowej (o 7 punktów procentowych) oraz przebiegu pracy zawodowej (o 5 punktów procentowych).

W obecnym badaniu, w porównaniu z poprzednim, spadło również zadowolenie z dzieci (o 4 punkty procentowe) oraz z małżeństwa lub stałego związku, materialnych warunków bytu, zdrowia i miejsca zamieszkania (o 3 punkty procentowe).

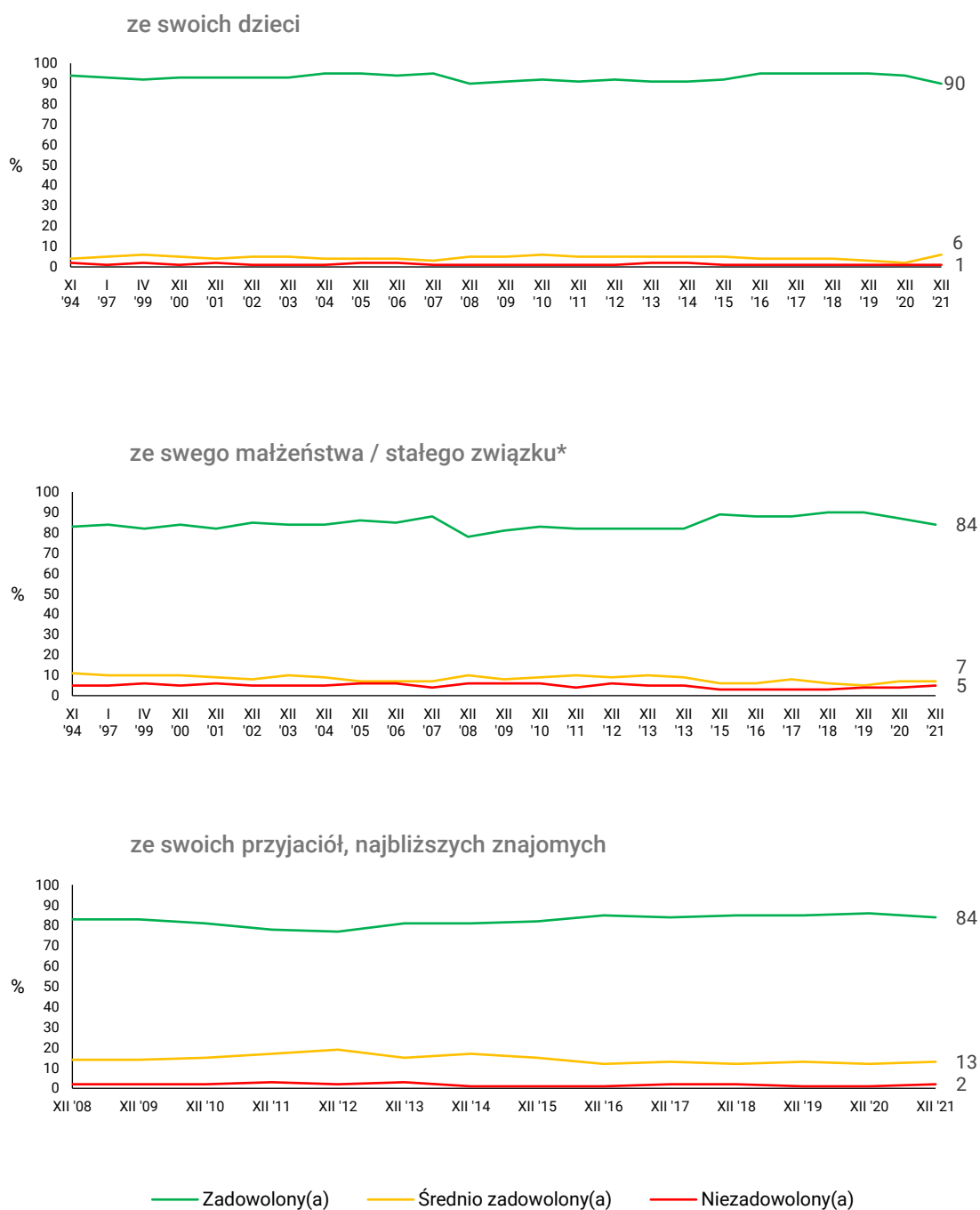
TABELA 2

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	XII 2021	
– 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	95	94	90
– 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	84	
– ze swoich przyjaciół, najbliższych znajomych	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	83	83	81	78	77	81	81	82	85	84	85	85	86	84	
– 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	82	
– 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	65	
– 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	62	
– ze swojego wykształcenia, kwalifikacji	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	50	52	51	51	57	53	59	64	62	62	64	63	65	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	60	61	58	
– ze swoich perspektyw na przyszłość	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	38	40	40	40	37	37	40	44	49	47	48	52	51	49	46	
– 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	30	

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”

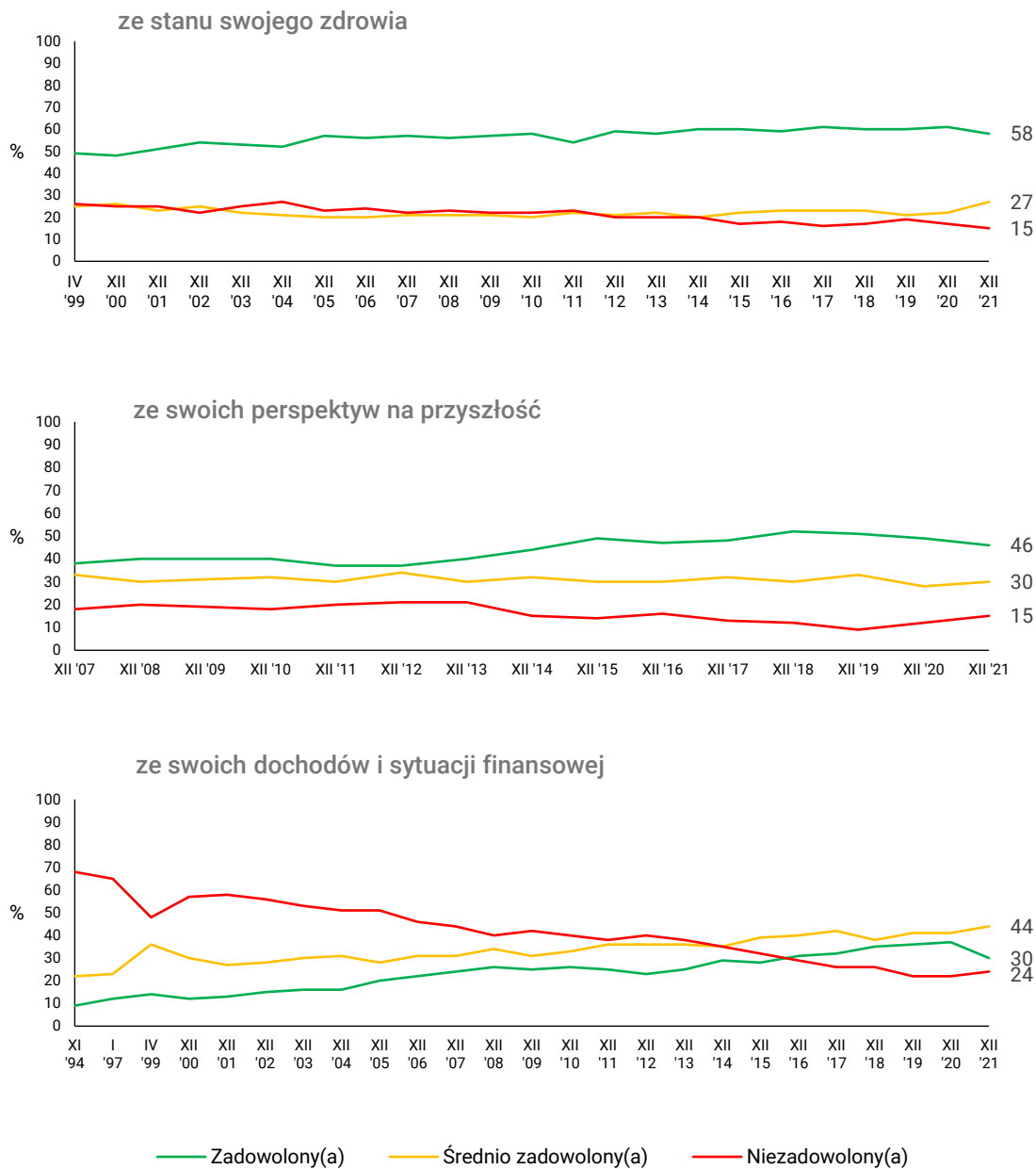
* W 2017 roku zakres pytania poszerzono o „stały związek”

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



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

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

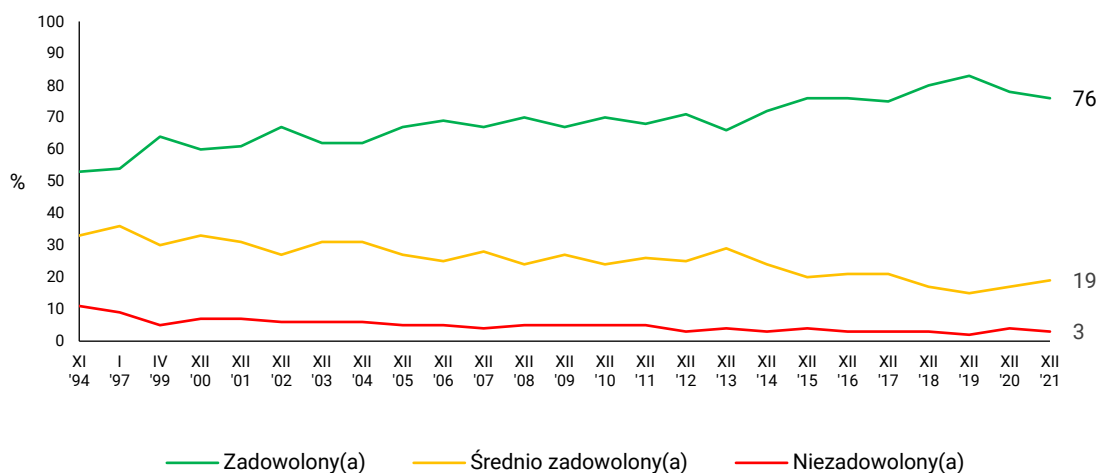


Z procentowania wyłączono wskazania „nie dotyczy” i odmowy odpowiedzi. Pomięto „trudno powiedzieć”

Polacy rzadziej niż rok temu odczuwają również **ogólne zadowolenie z całego życia**. Taką postawę deklaruje ponad trzy czwarte z nich (76%). Przeciętną satysfakcję odczuwa niemal jedna piąta (19%), natomiast trzech na stu (3%) – niezadowolony. W stosunku do poprzedniego roku poziom ogólnego zadowolenia spadł o 2 punkty procentowe, a w stosunku do badania sprzed dwóch lat – o 7 punktów. W porównaniu z 2020 rokiem o 2 punkty procentowe wzrosła liczba osób odczuwających przeciętną satysfakcję, a o 1 punkt procentowy zmalało niezadowolenie.

CBOS

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



Z procentowania wyłączono odmowy odpowiedzi. Pominięto „trudno powiedzieć”

Zadowoleni z życia ogólnie najczęściej są badani, którzy oceniają swoją sytuację materialną jako dobrą, mający najwyższe dochody w przeliczeniu na osobę w gospodarstwie, wykształcenie wyższe, pracujący na własny rachunek, uczniowie i studenci, przedstawiciele kadry kierowniczej i specjaliści, średni personel i technicy, pracownicy administracyjno-biurowi, pracownicy instytucji publicznych oraz sektorów prywatnych poza rolnictwem, a także mieszkańcy średniej wielkości miast (20 000 – 99 999 ludności) i osoby praktykujące religijnie kilka razy w tygodniu. Rzadziej niż w innych grupach satysfakcję z całego życia odczuwają osoby określające swoją sytuację materialną jako złą lub średnią, a także o najniższych dochodach *per capita*, z wykształceniem zasadniczym zawodowym, osoby pracujące w prywatnych gospodarstwach rolnych, spółkach prywatnych i państwa, a także w ogóle nieuczestniczące w praktykach religijnych (zob. tabele aneksowe).

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	'21
	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	25
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	51
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	19
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	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	1	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	1

Zadowolenie z poszczególnych wymiarów życia może mieć w różnym stopniu wpływ na ogólną satysfakcję z całego życia. Z ogólnym poczuciem satysfakcji życiowej najbardziej związane jest zadowolenie z perspektyw na przyszłość. W dalszej kolejności – z małżeństwa lub stałego związku, z miejsca zamieszkania, z materialnych warunków bytu – mieszkania, wyposażenia itp. W najmniejszym stopniu na ogólne zadowolenie przekłada się satysfakcja z wykształcenia, kwalifikacji, dochodów oraz dzieci.

TABELA 4

Zadowolenie z poszczególnych aspektów życia:	Ogólne zadowolenie z całego życia
	współczynniki korelacji rang Spearmana
– ze swoich perspektyw na przyszłość	0,52
– ze swego małżeństwa / stałego związku	0,41
– ze swojego miejsca zamieszkania	0,38
– z materialnych warunków bytu – mieszkania, wyposażenia itp.	0,37
– ze swojego zdrowia	0,32
– ze swoich przyjaciół, najbliższych znajomych	0,31
– z przebiegu pracy zawodowej	0,31
– ze swojego wykształcenia, kwalifikacji	0,30
– ze swoich dochodów	0,27
– ze swoich dzieci	0,24

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

W 2021 roku – w porównaniu do poprzedniego pomiaru – zmalało zadowolenie Polaków w niemal wszystkich badanych aspektach. Poziom ogólnego zadowolenia z życia jest nieco niższy niż w 2020 roku, a znacząco niższy od tego z 2019 roku. Największy spadek zadowolenia odnotowano w przypadku sytuacji finansowej i dochodów oraz przebiegu pracy zawodowej, co może mieć związek z inflacją i dużym wzrostem cen towarów oraz usług. Spadło również, chociaż wciąż jest na wysokim poziomie, zadowolenie z dzieci oraz małżeństwa czy też stałego związku. To z kolei może być efektem pracy zdalnej, która związana jest z koniecznością częstszego przebywania w domu, z partnerem lub partnerką i dziećmi. Najmniejszy spadek odnotowano w przypadku zadowolenia ze swojego wykształcenia i kwalifikacji.

Opracowała

Maria Staszyńska