

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Drugi rok pandemii i nastroje mieszkańców Polski nie najweselsze

Choć ponad połowa mieszkańców Polski deklaruje, że w minionym roku często odczuwała zadowolenie, to niewiele mniej, bo 45 proc. - zdenerwowanie i rozdrażnienie - wynika z najnowszego sondażu CBOS. Pracownia ta cyklicznie od końca lat 80. bada, co rok,

samopoczucie Polek i Polaków. Najnowszy sondaż pokazuje m.in. pogłębienie negatywnych tendencji, zaobserwowany rok wcześniej - spadek poczucia sprawczości, a także - przekonanie o negatywnych emocjach w swoim otoczeniu.

„Drugi rok z kolei ubywa często lub bardzo często doświadczających zadowolenia z tego, że coś im się w życiu udało (o 4 punkty procentowe w stosunku do poprzedniego pomiaru) oraz dumnych z własnych osiągnięć (również spadek o 4 punkty)” - czytamy w opracowaniu badania „Samopoczucie Polaków w 2021”. Jednocześnie CBOS zwraca uwagę, że o ile w 2020 roku - drugim roku pandemii - zaobserwowano bardzo duże negatywne zmiany w samopoczuciu Polek i Polaków; rok później takich dramatycznych zmian nie było.

Nie da się zapewne wykluczyć, że na stan emocjonalny Polek i Polaków wpływa polityka, zwłaszcza u tych, którzy deklarują poparcie dla opozycyjnych ugrupowań. Aż 48 proc. ankietowanych - najwięcej od końca lat 80. - zadeklarowało, że doświadczali poczucia, iż są lekceważeni przez władzę. Tego rodzaju przekonanie wyrażali najczęściej badani o poglądach lewicowych, a także zwolennicy Szymona Hołowni i Koalicji Obywatelskiej. Poczucie to deklarowali też częściej mężczyźni niż kobiety.

Ponad jedna trzecia badanych w roku 2021 często lub bardzo często odczuwała zniechęcenie, znużenie (37 proc.), niespełna jedna trzecia - bezradność (31 proc.), 20 proc. - wściekłość, a 19 proc. - smutek, przygnębienie i depresję.

W opracowaniu sondażu czytamy, że od roku 2014 do 2019 nastroje w społeczeństwie polskim powoli, lecz systematycznie poprawiały się, osiągając rekordowy poziom w historii badań w roku 2019 (ale pracownia zaznacza, że w latach 2007-2008 syntetyczny wskaźnik samopoczucia był tylko niewiele niższy). Obecnie nastroje przyjmują podobną wartość jak w roku 2014.

Pocieszające jest jednak to, że w ciągu ostatniego roku minimalnie - o 2 punkty proc. - ubyło respondentów „często lub bardzo często doświadczających smutku, bycia nieszczęśliwym”, a zaledwie 1 proc. badanych przyznał, że doświadczał myśli samobójczych. „Syntetyczny wskaźnik samopoczucia, mierzący stan pozytywnych i negatywnych emocji, w stosunku do poprzedniego pomiaru tylko nieznacznie się obniżył - z poziomu 2,72 do 2,70, co świadczy o minimalnym pogorszeniu kondycji psychicznej Polaków w ciągu ostatniego roku” - konkluduje CBOS.

Jego analiza wykazuje - co nie powinno dziwić - że stan emocjonalny w dużej mierze zależy od osiągniętych dochodów. Osoby w złej sytuacji materialnej deklarują gorsze samopoczucie. Częściej też kobiety, osoby po 65. roku życia oraz mieszkańcy dużych miast odczuwają negatywne emocje.

Ciekawą informacją płynącą z sondażu jest odbiór emocji w najbliższym otoczeniu. W najnowszym badaniu aż trzy czwarte ankietowanych (75 proc.) dostrzegają głównie negatywne emocje - najczęściej lęk, obawę, co przyniesie przyszłość (45 proc.), rzadziej - apatię, rezygnację, pogodzenie się z losem (16 proc.) lub też ogólne niezadowolenie, brak wiary w jakąkolwiek poprawę (14 proc.). Generalnie, w porównaniu z rokiem 2020 o 3 punkty proc. zmniejszył się odsetek badanych uważających, że w ich otoczeniu dominują pozytywne emocje, zaś o 4 punkty zwiększył się odsetek obserwujących te negatywne.

W porównaniu do okresu sprzed pandemii bardzo wyraźnie wzrosły obawy o przyszłość, niepewność jutra.

Pracownia informuje, że odsetek respondentów pozytywnie oceniających nastrój panujący w swoim otoczeniu jest zbliżony do tego rejestrowanego w roku 2013. Im wyższe dochody, poziom wykształcenia, tym odbiór przede wszystkim negatywnych emocji w najbliższym otoczeniu częstszy.

Badanie "Aktualne problemy i wydarzenia" 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 sonażowni. Badanie zrealizowano w dniach od 29 listopada do 12 grudnia 2021 roku na próbie liczącej 1063 osoby (w tym: 47,0 proc. metodą CAPI, 35,7 proc. - CATI i 17,3 proc. - CAWI).

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/31066.html>



13-04-2026

[Mity na temat epilepsji](#)

Atak epilepsji nie zawsze przebiega tak samo.



13-04-2026

[Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#)

Wynika z danych naukowców unijnego programu obserwacji Ziemi Copernicus.



13-04-2026

Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu

Może trzykrotnie zwiększać ryzyko uszkodzenia wątroby.



13-04-2026

W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja

Zamiast zalecać szukanie pomocy.



13-04-2026

Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u...

Sugerują badania opublikowane przez pismo „Neurology”.



13-04-2026

Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne

Naukowiec przewiduje, czy w przyszłości uda się utrudnić kradzieże.



13-04-2026

[Ruszyła Akademia Energii Jądrowej](#)

Pilotażowy program edukacyjny Polskich Elektrowni Jądrowych.



13-04-2026

[Neurolog w Światowym Dniu Choroby Parkinsona](#)

Chorych będzie coraz więcej

Informacje dnia: [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#)

Partnerzy