

# Szczęśliwy Dom

Badanie dobrostanu  
mieszkańców Polski  
2023



**otodom**

Otodom to najpopularniejszy serwis nieruchomości w Polsce, co potwierdza prowadzone cyklicznie niezależne badanie Mediapanel Gemius. Każdego miesiąca trafia do nas ponad 6 mln realnych użytkowników (wg danych za kwiecień 2023 r.), by przeglądać i zamieszczać ogłoszenia sprzedaży i wynajmu nieruchomości: mieszkań, domów, inwestycji deweloperskich czy biur. Poza obszerną bazą ogłoszeń, Otodom sprawia, że rynek nieruchomości jest bardziej dostępny dla wszystkich interesariuszy: wspiera w transakcjach, wprowadza nowatorskie narzędzia i dzieli się najświeższymi danymi, a także pozwala spełniać marzenia o szczęśliwym domu. Otodom jest częścią Grupy OLX, która prowadzi m.in. serwisy OLX, Otomoto, Fixly i obido.

**olx**

Serwis OLX każdego dnia ułatwia dokonywanie dobrych wyborów milionom Polaków. Każdego miesiąca korzysta z niego ponad 13,5 milionów użytkowników (Gemius, październik 2022), w praktyce oznacza to więc, że platformy używa co trzeci Polak.

[www.olx.pl](http://www.olx.pl)

**POLITYKA  
INSIGHT**

POLITYKA INSIGHT to źródło wiedzy o polskiej i europejskiej polityce oraz gospodarce dla liderów biznesu, decydentów politycznych i dyplomatów. Od 10 lat dostarcza swoim odbiorcom serwisy analityczne dostępne w abonamentach, przygotowuje raporty i prezentacje na zlecenie polskich i międzynarodowych instytucji oraz organizuje debaty i konferencje. Analityków i analityczki Polityki Insight można usłyszeć w regularnie publikowanych autorskich seriach podcastowych, m.in. Nasłuchu i Energii do zmiany.

[www.politykainsight.pl](http://www.politykainsight.pl)

 **SWPS Innowacje**

SWPS Innowacje to spółka celowa Uniwersytetu SWPS, realizująca działalność konsultingową, badawczą i szkoleniową na rzecz biznesu oraz sektora publicznego. Jej celem jest dostarczenie usług ukierunkowanych na szeroko rozumiany rozwój biznesu oraz podniesienie jakości funkcjonowania instytucji publicznych.

# Szczęśliwy Dom

## Badanie dobrostanu mieszkańców Polski 2023

dr Adam Czerniak, Polityka Insight  
dr Ewa Jarczewska-Gerc, SWPS

współpraca merytorycza:  
Anna Adrian, Otodom  
Katarzyna Dębska, Polityka Insight  
Karolina Klimaszewska, Otodom  
Ewa Tęczak, Otodom

projekt graficzny:  
Jacek Mułak

Warszawa,  
lipiec 2023



**Szczęśliwy  
Dom**

“Szczęśliwy Dom” to projekt Otodom prowadzony od 2021 roku. Jego celem jest wzmacnianie pewności ludzi w zakresie podejmowania świadomych i trafnych decyzji na rynku nieruchomości, a w efekcie wzrost dobrostanu mieszkańców Polski związanego z kwestiami mieszkaniowymi.



# Spis treści

**6** **Źródła szczęścia domowego**  
Geneza projektu Szczęśliwy Dom

**8** **Ekonomia i rynek**  
Sytuacja w 2022/2023

**10** **Czy mieszkańcy Polski są szczęśliwi**  
Subiektywny deklarowany poziom dobrostanu

**12** **Szczęście a plany mieszkaniowe**  
Skłonność do zmiany miejsca zamieszkania

**20** **Czynniki ważne przy wyborze nowego lokum**  
Dane w podziale na województwa

**24** **Czynniki negatywnie wpływające na poczucie szczęścia w okolicy**  
Dane w podziale na województwa

**26** **Dobrostan mieszkańców Polski**  
Czym różnią się szczęśliwi od nieszczęśliwych

**42** **Miejsce zamieszkania a dobrostan**  
Jak mieszkańcy Polski syntetyzują szczęście w domu

**48** **Przypisy**

**49** **Metodologia badania ilościowego**

# Źródła domowego szczęścia

**Szczęśliwy Dom to projekt zainicjowany przez Otodom i Uniwersytet SWPS w 2021 r., by określić poziom dobrostanu mieszkańców Polski w ich miejscach zamieszkania.**

W ramach projektu Szczęśliwy Dom w 2021 r. zrealizowano trzy badania: analizę desk research (publikacji o wyznacznikach poczucia szczęścia w miejscu zamieszkania), badanie jakościowe (czyli wywiady z respondentami realizowane w ich domach) oraz badanie ilościowe (przeprowadzone na reprezentatywnej próbie). Wszystkie ujawniły ciekawe dane o poczuciu szczęścia i jego wyznacznikach.

## **Polacy nie są nieszczęśliwym ani narzekającym narodem.**

Okazało się, że umiemy być szczęśliwi i wielu z nas aktywnie o szczęście zabiega. Wyniki uzyskiwane przez Polaków w Oksfordzkim Kwestionariuszu Szczęścia zastosowanym w obu falach badania pokazały, że nie odbiegamy znacząco od średnich rezultatów uzyskiwanych przez inne nacje.

## **Jak mieszkańcy Polski próbują łapać szczęście we własnym lokum?**

Cenią kontakt z naturą – marzą i dążą do tego, aby mieszkać blisko zieleni (parków, skwerów, lasów), mieć mieszkanie lub dom z ogrodem lub balkonem, z ładnym widokiem oraz świeżym, czystym powietrzem za oknem. Respondenci jasno deklarowali, że w okresie pandemicznym obecność parków lub ogólnie drzew w okolicy była czynnikiem, który zyskał na znaczeniu. Czynnikiem prozaicznym, ale zaburzającym poczucie szczęścia, okazał się natomiast bałagan w domu. Natomiast bałagan – szczególnie dokuczliwy w małej przestrzeni. Im mniej miejsca, tym łatwiej o bałagan, im większy bałagan, tym relatywnie mniej miejsca w mieszkaniu. Dlatego 23% badanych podczas pandemii zrobiło remont. Mimo że zwykle wiązał się on ze stresem, ci, którzy wówczas odświeżyli lokum, doceniali możliwość wydzielenia przestrzeni do różnych rodzajów aktywności (praca, wypoczynek) oraz cieszyli się ładniejszymi balkonami i tarasami. Ogólnie – ich poczucie sprawczości i wpływu na swoje życie rosło, a wraz z nim satysfakcja i poczucie szczęścia.



### Na poczucie szczęścia duży wpływ ma okolica zamieszkania

W roku 2022 projekt Szczęśliwy Dom został poszerzony o kolejne wyznaczniki dobrostanu mieszkańców Polski, tym razem związane nie z samym mieszkaniem czy domem, lecz z regionem zamieszkania. W badaniu Dzielnica różnorodnych potrzeb eksplorowano różnice w odczuwanym dobrostanie pomiędzy mieszkańcami różnych regionów kraju, a nawet dzielnic w ramach jednego miasta czy aglomeracji. Wyniki badania pokazały, że w największym stopniu do poczucia szczęścia w okolicy miejsca zamieszkania przyczyniają się: bliskość sklepów, dobra komunikacja, bliskość terenów zielonych, poczucie bezpieczeństwa oraz dostęp do rozrywki i kultury.

### Co robimy aby w tych trudnych ekonomicznie i społecznie czasach mieć szczęśliwy dom?

Celem opisywanego w tym raporcie badania, realizowanego wspólnie z centrum analitycznym Polityka Insight i ośrodkiem badawczym IQS od marca do kwietnia 2023 r., było: (1) porównanie zmian dobrostanu Polek i Polaków od pierwszej, pandemicznej fali badania; (2) zdiagnozowanie sposobów, które stosują mieszkańcy Polski, by sobie radzić i poprawiać swój dobrostan mimo niesprzyjających okoliczności, m.in. pandemii Covid-19, inflacji czy wojny w Ukrainie; (3) określenie, jak w ten obraz wpisują się bieżące plany i działania mieszkańców Polski związane z miejscem zamieszkania. W poniższym raporcie analizujemy, ile osób się przeprowadziło, ile planuje to zrobić w najbliższym czasie, a także jak pomagamy sobie, gdy przeprowadzka do nowego mieszkania nie jest rozwiązaniem, na które nas stać.

# Ekonomia i rynek

**Karolina Klimaszewska**

starsza analityczka Otodom

**Badanie Szczęśliwy Dom prowadzone przez Otodom obejmuje okres wielu zmian i bezprecedensowych wydarzeń, które miały miejsce nie tylko na polskim rynku nieruchomości, ale również w sferze gospodarczej i geopolitycznej.**

Pierwszą edycję badania Szczęśliwy Dom przeprowadzono w 2021 roku, w czasie, który można określić mianem najgorętszego okresu na rynku nieruchomości od czasu globalnego kryzysu finansowego. Po ogólnoświatowej niepewności związanej z wybuchem pandemii COVID-19 w marcu 2020 roku podjęte zostały ekspansywne działania fiskalne i monetarne, mające uchronić polską gospodarkę przed recesją. Jedną z takich decyzji było **obniżenie stóp procentowych do rekordowo niskiego poziomu 0,1% obowiązującego przez ponad rok od maja 2020 roku do października 2021 roku.**

W praktyce takie działanie w połączeniu z pewnym uspokojeniem nastrojów społeczeństwa przełożyło się na ożywienie konsumenckie. Było to szczególnie silnie widoczne w sektorze nieruchomości, gdzie **w 2021 roku liczba transakcji wyniosła niemal 253 tys. w porównaniu z niecałymi 208 tys. w 2020 roku i 217 tys. w 2019 roku.** Wśród tych transakcji spora część dokonywana była przez osoby decydujące się na finansowanie zakupu nieruchomości kredytem hipotecznym. **Według danych BIK w tym czasie liczba wniosków kredytowych wzrosła do poziomu 520 tys. w 2021 roku w porównaniu do 430 tys. w analogicznym okresie 2020 roku i 446 tys. w 2019 roku.**

Poluzowanie polityki monetarnej wraz z ujawniającymi się ekonomicznymi skutkami pandemii zaczęły znajdować odzwierciedlenie w coraz wyższych cenach towarów i usług konsumpcyjnych. Według danych GUS **średnioroczna inflacja w 2019 roku wyniosła 2,3%, w 2020 roku - 3,4%, a w 2021 roku 5,1%.** W październiku 2021 roku inflacja osiągnęła poziom 6,8%, a Rada Polityki Pieniężnej podjęła decyzję o podniesieniu stóp procentowych. Systematycznie podnoszone aż do września 2022 roku, osiągnęły poziom 6,75%. W tym samym czasie zgodnie z danymi GUS **inflacja osiągnęła poziom 17,2%.** Tak jak rok 2021 był momentem pobudzania popytu na rynku nieruchomości, tak rok 2022, w którym przeprowadzaliśmy drugą edycję badania Szczęśliwy Dom, można określić mianem temperowania i wygaszania.

Utrzymaniu chęci zakupowych nie sprzyjała również sytuacja geopolityczna. Wybuch wojny w Ukrainie wstrząsnął całym światem i pokazał, że Polacy są narodem otwartych serc. **W bardzo krótkim czasie polską granicę przekroczyło kilka milionów uchodźców z Ukrainy.** Wprawdzie zaledwie część z nich postanowiła na dłużej zostać w Polsce, ale ich obecność odcisnęła się



Ceny najmu za 1m<sup>2</sup> w podziale na wielkość mieszkania na koniec 2022 r.MIESIĘCZNA CENA ZA NAJEM 1M<sup>2</sup> (PLN)

			KW/KW	R/R
■	<40M <sup>2</sup>	82,0	+3,4%	+31,2%
■ ■	40-60M <sup>2</sup>	68,5	+2,8%	+29,6%
■ ■ ■	60-90M <sup>2</sup>	63,8	+2,5%	+28,1%
■ ■ ■ ■	>90M <sup>2</sup>	67,1	+4,4%	+24,6%

Źródło: Kwartałnik Mieszkaniowy - IV kwartał 2022

w polskiej rzeczywistości. Pałąca potrzeba znalezienia dachu nad głową przez Ukraińców wstrząsnęła rynkiem najmu w Polsce. Dobrze oddają to dane z serwisu Otodom, **gdzie w ciągu miesiąca od wybuchu wojny zniknęło nawet do 70% ofert mieszkań na wynajem.**

W tym samym czasie, ze względu na spadek zdolności kredytowej i brak możliwości zaciągnięcia kredytu wielu Polaków zmuszonych było odłożyć w czasie decyzję o zakupie własnego mieszkania. Potwierdzają to dane BIK, według których **w 2022 roku liczba wniosków kredytowych spadła o połowę w porównaniu do 2021 roku (266 tys.)**. Niedoszli nabywcy własnego M z powodu braku alternatyw znaleźli się na rynku najmu. Silna presja popytowa wytworzona przez te dwie dodatkowe grupy znalazła swoje odzwierciedlenie we wzroście stawek ofertowych najmu.

Nie był to jednak jedyny czynnik cenotwórczy. Wzrost kosztów budowy i wykończenia mieszkań oraz utrzymania - w tym przede wszystkim cen energii i kosztów eksploatacyjnych wpłynął zarówno na ceny najmu, jak i sprzedaży mieszkań. Właściciele mieszkań, którzy wspierali w minionych

latach zakup kredytem, musieli zmierzyć się dodatkowo z rosnącymi ratami, które pod koniec 2022 roku mogły być nawet dwukrotnie wyższe niż na przełomie 2020/2021 roku. Pewną ulgą w budżecie domowym okazały się wprowadzone latem 2022 roku rządowe „wakacje kredytowe” umożliwiające kredytobiorcom nieodpłatne zawieszenie spłaty 8 rat kredytu - czterech w 2022 roku i kolejnych czterech w 2023 roku.

Mimo osłabienia dynamiki inflacji i lekkiej poprawy otoczenia gospodarczego, z którą mamy obecnie do czynienia, pamiętać trzeba, że trzecia edycja badania Szczęśliwy Dom realizowana była w marcu i kwietniu 2023 roku. Był to okres, kiedy poziom inflacji był nadal bardzo wysoki (14,5%), a spowolnienie najgłębsze. W tym czasie jednak część potencjalnych nabywców mieszkań odzyskała zdolność kredytową. W lutym br. Komisja Nadzoru finansowego zmniejszyła bufor do wyliczeń zdolności kredytowej z 5 p.p. do 2.5 p.p. dla kredytów o stałym oprocentowaniu. Dodatkowo, nową drogą do zakupu własnej nieruchomości okazał się rządowy program Bezpieczny Kredyt 2% obowiązujący od lipca 2023 roku.

# Czy mieszkańcy Polski są szczęśliwi

7,07

subiektywnie deklarowane  
poczucie szczęścia  
w 2023 r.

12,9%

mieszkańców Polski  
deklaruje, że są  
maksymalnie szczęśliwi

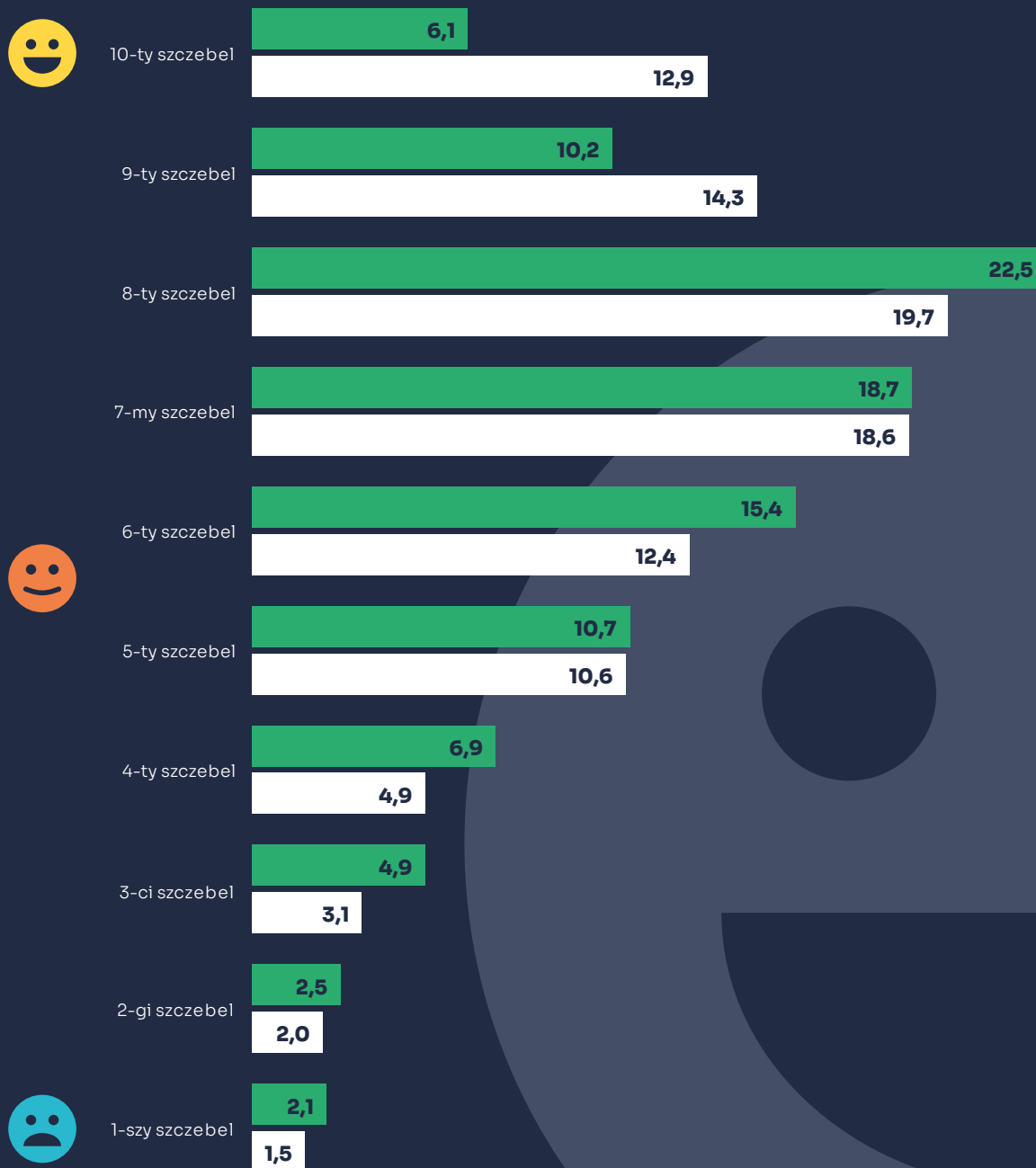
1,5%

mieszkańców Polski  
deklaruje, że są zupełnie  
niezszczęśliwi

Subiektywne, deklarowane przez mieszkańców Polski poczucie szczęścia w ciągu ostatnich dwóch lat nieznacznie wzrosło – w 2021 roku wynosiło średnio 6,59 w dziesięciostopniowej skali, a w 2023 roku już 7,08. Zmianę widać najbardziej w przypadku analizy deklaracji skrajnych, odsetek osób wskazujących, że są „maksymalnie szczęśliwi” (odpowiedź 10 w dziesięciostopniowej skali) wzrósł ponad dwukrotnie – z 6,1% do 12,9%. Jednocześnie odsetek osób wskazujących, że są „zupełnie niezszczęśliwi” spadł z 2,1% do 1,5%. To wynik o tyle zaskakujący, że w ostatnich dwóch latach pojawiły się czynniki, które mogły mocno zachwiać poczuciem szczęścia, np. wybuch wojny w Ukrainie, gwałtowny wzrost cen czy podwyżki stóp procentowych zwiększające koszty kredytów mieszkaniowych. Być może długotrwały kryzys – najpierw pandemia, potem kryzys gospodarczy, a teraz inflacja i wojna – wymusza dostosowanie się i wdrażanie indywidualnych strategii zwiększania poczucia szczęścia z siebie i życia.

## Porównanie poziomów poczucia szczęścia mieszkańców Polski w 2021 i 2023

## Jestem maksymalnie szczęśliwy/a



## Jestem zupełnie nieszczęśliwy/a

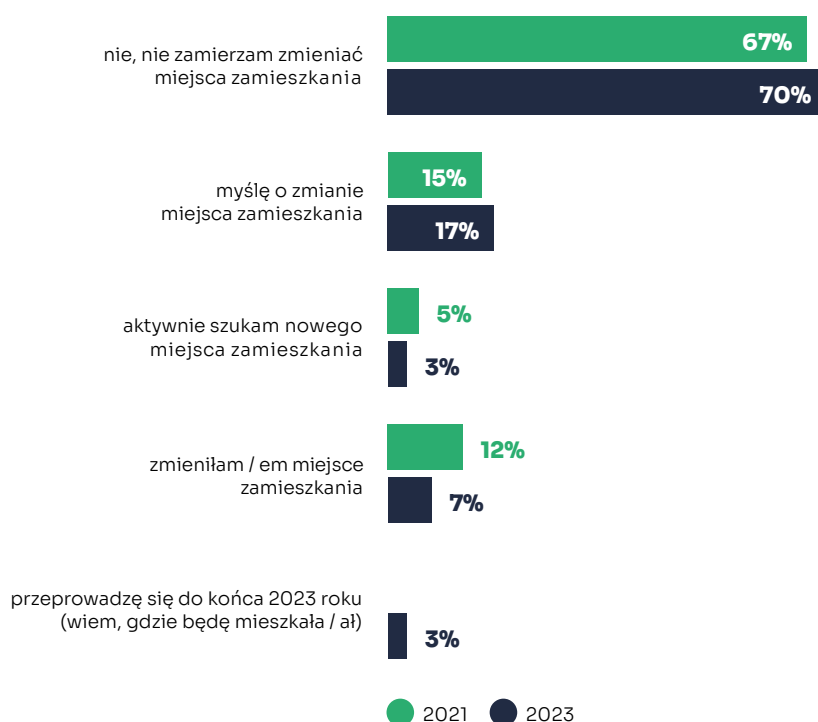
● 2021 ● 2023

# Szczęście a plany mieszkaniowe

**Podczas pandemii 12% mieszkańców Polski zmieniło swoje miejsce zamieszkania, natomiast od stycznia 2022 r. do wiosny 2023 r. takiej zmiany dokonało 7%. Kolejne 3% planuje się przeprowadzić do końca 2023 r. i już dokładnie wie, gdzie będzie mieszkać. Co to oznacza?**

Na przestrzeni ostatnich lat w zakresie planów mieszkaniowych mieszkańców Polski niewiele się zmieniło – różnica w odsetku osób planujących przeprowadzkę w czasie pandemii i w 2023 r. wyniosła zaledwie 2 p.p. Tylko 3 p.p. różnicy odnotowano także w przypadku osób, które nie zamierzają zmieniać miejsca zamieszkania. O ile w pandemii 67% respondentów deklarowało, że nie planuje się przeprowadzać, o tyle w chwili obecnej takich osób jest 70%. Równocześnie 17% mieszkańców myśli o zmianie miejsca zamieszkania – w pandemii takich osób było 15%. Z kolei aktywnie szukających nowego miejsca zamieszkania w 2021 r. było 5%, obecnie (marzec – kwiecień 2023) około 3%.

## Porównanie planów i intencji mieszkańców Polski względem zmiany miejsca zamieszkania w roku 2021 oraz 2023





Plany przeprowadzki nie są zależne od grubości portfela respondentów – podobne odsetki osób o wyższych i niższych dochodach chcą zmienić miejsce zamieszkania.



Tym, co silnie różnicuje plany mieszkaniowe, są wiek badanych osób i faza życia, w której się znajdują.



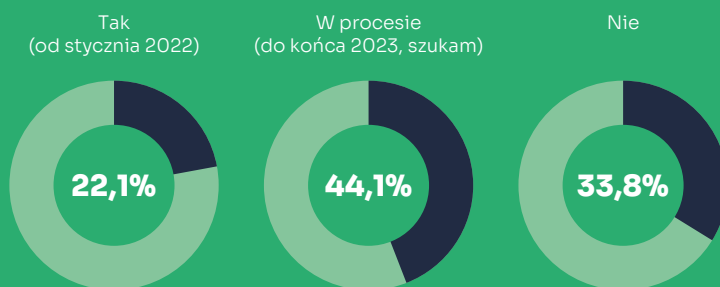
Najbardziej mobilni są młodzi, bezdzietni dorośli – to w tej grupie najczęściej pojawiała się deklaracja o zmianie lub zamiarze zmiany mieszkania w ciągu dwóch lat.



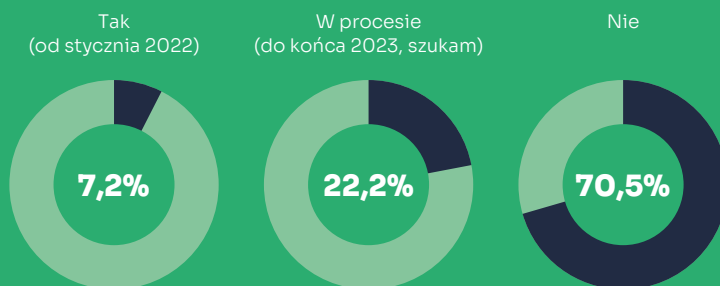
Najbardziej przywiązani do swojego miejsca zamieszkania są silwersi, czyli osoby mające 60 i więcej lat, które mieszkają bez dzieci. Stanowią one zaledwie 12% grupy osób, które od początku 2022 r. zmieniły miejsce zamieszkania.

### Udział osób w poszczególnych fazach życia wśród grup wyróżnionych na podstawie odpowiedzi na pytanie: „Czy począwszy od stycznia 2022 roku zmienił/zmieniła Pan/i miejsce zamieszkania?”

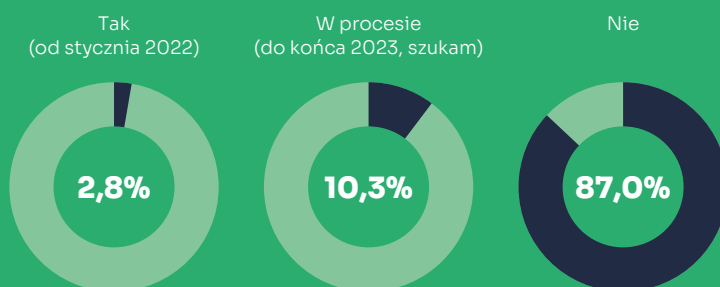
#### Młodzi dorośli



#### Rodziny z dziećmi



#### Silwersi



## Intencje związane ze zmianą miejsca zamieszkania w poszczególnych województwach

	doInośląskie	kujawsko-pomorskie	Tubelskie	Tubuskie	łódzkie	małopolskie	mazowieckie
niedawno zmieniłam/ zmieniłem (począwszy od 2022 r.)	8,32%	9,00%	10,20%	8,58%	8,12%	8,00%	6,24%
przeprowadzę się do końca 2023 r. (wiem, gdzie będę mieszkała/mieszkał)	3,64%	0,60%	4,20%	1,56%	4,06%	3,50%	1,56%
aktywnie szukam nowego miejsca zamieszkania	3,64%	4,80%	5,40%	5,46%	3,48%	3,00%	0,78%
myślę o zmianie w ciągu najbliższych 2 lat	16,64%	19,80%	23,40%	15,60%	19,14%	15,00%	11,31%
nie zamierzam zmieniać miejsca zamieszkania	62,92%	59,40%	52,20%	61,62%	55,10%	67,00%	71,37%
żadne z wymienionych	5,20%	6,00%	5,40%	7,80%	9,28%	4,00%	8,58%

Tabela prezentuje procentowy udział osób mających różne plany co do zmiany mieszkania w populacji poszczególnych województw. Odsetki mogą nie sumować się do 100% ze względu na przyjęte zaokrąglenia.

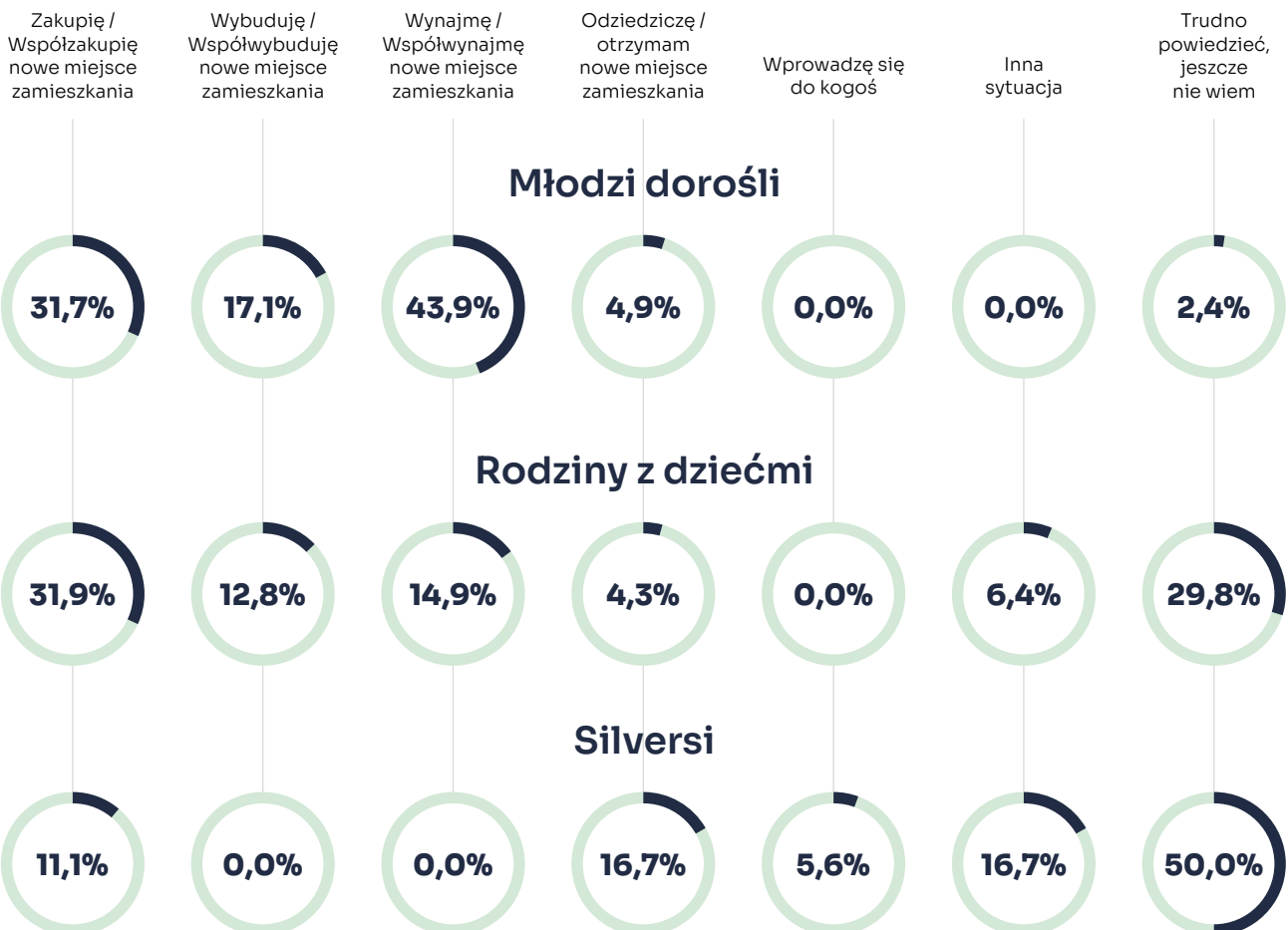
opolskie	podkarpackie	podlaskie	pomorskie	śląskie	świętokrzyskie	warmińsko- mazurskie	wielkopolskie	zachodniopomorskie
5,67%	7,32%	10,80%	7,08%	6,60%	7,20%	11,39%	8,00%	14,07%
0,81%	1,22%	4,32%	1,18%	4,84%	2,16%	8,04%	2,00%	4,69%
5,67%	5,49%	5,04%	2,36%	3,96%	6,48%	3,35%	7,00%	3,35%
25,11%	23,18%	21,60%	25,96%	14,96%	22,32%	18,09%	17,50%	23,45%
57,51%	53,07%	51,84%	59,00%	61,60%	59,04%	53,60%	59,50%	50,92%
4,86%	9,15%	6,48%	4,72%	7,48%	2,88%	6,03%	7,00%	3,35%

**Zaskakujące może być to, że dość duża grupa osób planujących zmianę miejsca zamieszkania wciąż jeszcze nie ma sprecyzowanych zamiarów co do formy zaspokojenia potrzeby mieszkaniowej.**

Szczególnie wyraźne jest to u silversów, z których połowa na pytanie „Która z poniższych odpowiedzi najlepiej opisuje sytuację związaną z planowaną przez Pana/ią zmianą miejsca zamieszkania?” udzieliła odpowiedzi: „Trudno powiedzieć, jeszcze nie wiem”, a prawie 17% wskazało odpowiedź „Inna sytuacja”. Zaledwie 11,1% przyznało się do planu zakupu (samodzielnie lub z kimś) nowego miejsca

zamieszkania. W grupie tej praktycznie nie padły deklaracje o zamiarze wynajmowania, natomiast 5,6% z nich chce wprowadzić się do kogoś innego. W największym stopniu sprecyzowane plany co do tego, gdzie zamieszkają po zmianie lokum, mają bezdzietni młodzi dorośli. Prawie 44% stwierdziło, że wynajmie (samodzielnie lub z kimś) mieszkanie, a prawie 32% że je zakupi. Jest to również grupa, w której padło najwięcej deklaracji o planach budowy nowego miejsca zamieszkania, bo zadeklarowało to aż 17%. Jedynie 2,4% samodzielnych młodych dorosłych wciąż nie wie, jak będzie wyglądała ich sytuacja mieszkaniowa. W grupie rodzin z dziećmi planujący przeprowadzkę najczęściej wybierają zakup mieszkania lub domu. Wynajem planuje o połowę mniej osób w tej grupie. Niecałe 13% wybuduje swoje nowe miejsce zamieszkania, a tylko 4,3% przypuszcza, że odziedziczy nieruchomość.

**Plany osób zamierzających zmienić miejsce zamieszkania w odniesieniu do nowego lokum**





Dlaczego przyglądamy się planom mieszkaniowym respondentów? Ponieważ to, czy osoby w danej chwili zamierzają zmieniać miejsce zamieszkania, czy nie, jest istotnym czynnikiem oddziałującym na poziom zadowolenia z życia. Niepotrzebujący przeprowadzki, jak pokazują dane, w najwyższym stopniu są zadowoleni ze swojej codzienności. Tendencja ta jest spójna z wynikami pierwszej fali badań. Prawdopodobnie są to ludzie, którzy mają ustabilizowane życie pod różnymi względami (osobistym, zawodowym, rodzinnym), stąd ich wyższy poziom poczucia szczęścia. W drugiej kolejności pod względem zadowolenia plasuje się grupa osób, które dokonały zmiany w relatywnie niedawnym okresie. Przeszli już trudy przeprowadzki i cieszą się spokojem w nowym mieszkaniu lub domu. Najmniej zadowoleni z życia są ci, którzy pozostają w procesie podejmowania decyzji o zmianie miejsca zamieszkania lub są na etapie poszukiwań nowego lokum. Taki układ wyników jest spójny z pierwszą falą badania.

**Zmiana, choć bardzo często finalnie prowadzi do poprawy dobrostanu, w trakcie procesu bywa trudna i obciążająca psychicznie.**

**Poziom szczęścia respondentów zależnie od planów dotyczących zmiany miejsca zamieszkania**



**40%**

**mieszkańców Polski jest zadowolonych ze swojego miejsca zamieszkania**

**7,63**

**średnia zadowolenia z miejsca zamieszkania (skala 1-10)**

**76%**

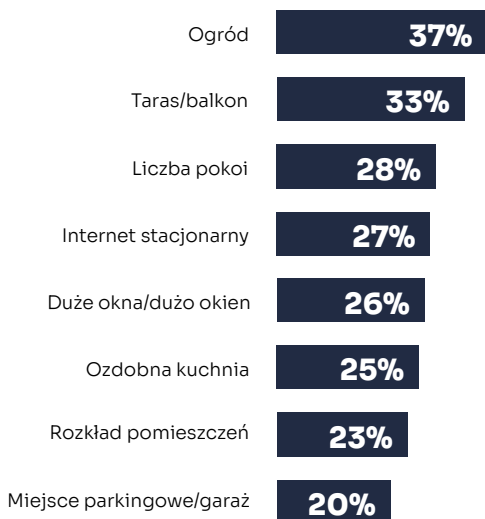
**mieszkańców Polski czuje się w swoim miejscu zamieszkania szczęśliwa**

**Mieszkańcy Polski są generalnie zadowoleni ze swojego miejsca zamieszkania.**

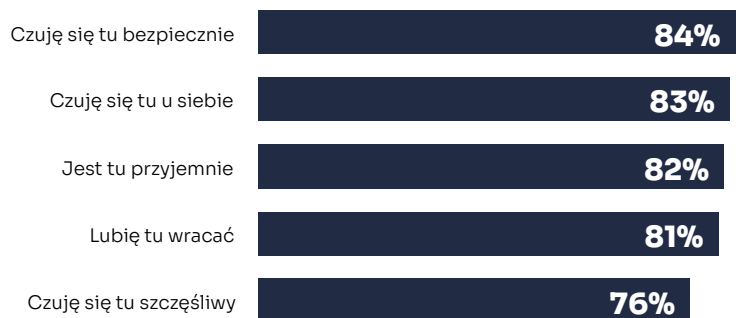
Zadowolenie z miejsca zamieszkania zadeklarowało 40% badanych. Neutralne odpowiedzi wybrało 34% respondentów, a niezadowolonych było 26%. Średnia zadowolenia na 10-punktowej skali to 7,63. Podobnie jak w poprzednich dwóch badaniach z serii Szczęśliwy Dom ankietowani zaakcentowali ważną rolę przyrody w odczuwaniu przez nich szczęścia i budowaniu dobrostanu. Najważniejsze czynniki pozytywnie wpływające na poczucie szczęścia to według nich posiadanie ogrodu, tarasu lub balkonu. Podnosi je także większa liczba pokoi, internet stacjonarny, duże okna lub duża ich liczba, osobna kuchnia, odpowiedni rozkład pomieszczeń oraz posiadanie miejsca parkingowego lub garażu.



**Czynniki, które zdaniem respondentów pozytywnie wpływają na ich poczucie szczęścia w miejscu zamieszkania**



**Odczucia mieszkańców Polski związane z ich miejscem zamieszkania**



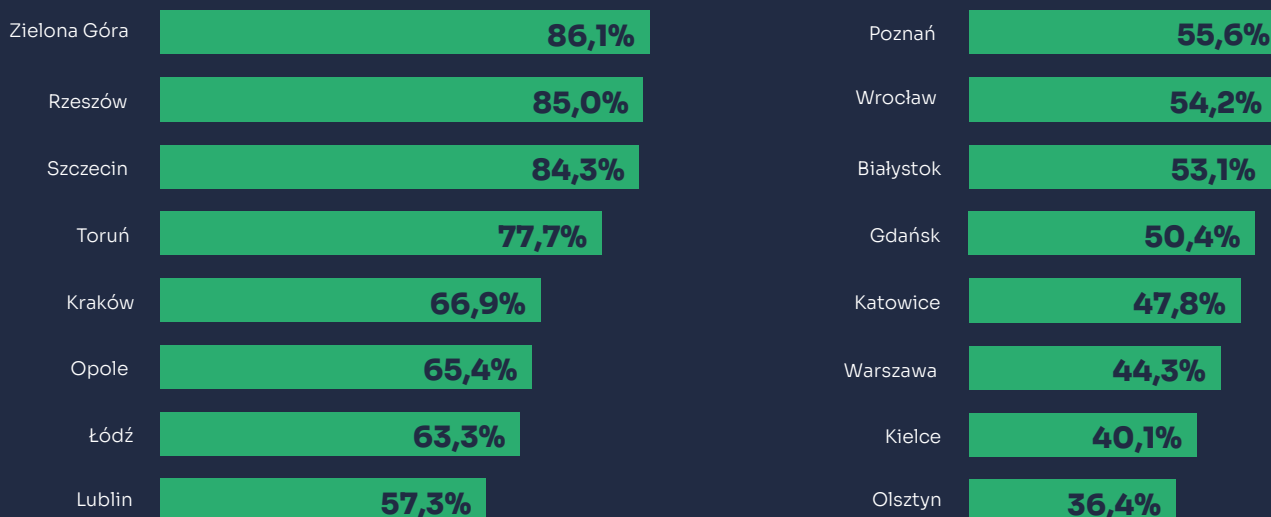




Obecne miejsce zamieszkania wzbudza u zdecydowanej większości mieszkańców Polski pozytywne skojarzenia i emocje. Aż 84% respondentów zadeklarowało, że czuje się w swoim mieszkaniu lub domu bezpiecznie, 83% „u siebie”. Dla 82% miejsce zamieszkania jest przyjemne, a 81% lubi wracać do swojego miejsca zamieszkania.

**Ponad trzy czwarte mieszkańców Polski czuje się szczęśliwie w swoim domu lub mieszkaniu.**

**Wzrost r/r liczby wyszukiwań mieszkań na sprzedaż z ogrodem/balkonem/tarasem w okresie styczeń- maj 2023 r.**



Elementy, które są dla respondentów szczególnie ważne przy wyborze miejsca zamieszkania – mieszkanie.

	dolnośląskie	kujaawsko-pomorskie	Tubelskie	Tubuskie	łódzkie	małopolskie	mazowieckie
Ogród	20,28%	24,00%	27,60%	28,86%	21,46%	26,50%	25,35%
Taras	15,08%	19,80%	13,80%	25,74%	16,82%	16,50%	14,04%
Balkon	34,84%	33,60%	36,00%	39,00%	37,70%	37,00%	32,76%
Rodzaj zabudowy	20,80%	23,40%	18,60%	18,72%	23,20%	25,50%	18,72%
Widok z okna	23,40%	30,00%	31,20%	32,76%	28,42%	37,50%	35,10%
Nasłonecznienie mieszkania	37,44%	33,00%	30,60%	38,22%	30,16%	32,00%	30,42%
Izolacja akustyczna mieszkania	21,32%	15,00%	15,00%	17,94%	19,72%	19,00%	15,60%
Winda	22,36%	9,60%	12,60%	12,48%	15,66%	17,50%	25,74%
Klimatyzacja	8,84%	9,00%	8,40%	7,80%	8,70%	9,50%	9,36%
Komórka lokatorska/ piwnica	16,64%	20,40%	4,80%	11,70%	22,04%	15,50%	12,87%
Miejsce parkingowe/ garaż	37,44%	30,60%	35,40%	35,10%	29,00%	33,00%	34,71%
Ochrona budynku (monitoring, osiedle grodzone, ochrona)	7,80%	10,80%	8,40%	6,24%	10,44%	8,50%	12,48%

Procentowy udział poszczególnych wskaźników w odniesieniu do populacji poszczególnych województw. Odsetki nie sumują się do 100 proc., ponieważ w pytaniu respondenci mogli zaznaczyć max. 10 odpowiedzi.

opolskie	podkarpackie	podlaskie	pomorskie	śląskie	świętokrzyskie	warmińsko-mazurskie	wielkopolskie	zachodniopomorskie
26,73%	28,06%	26,64%	24,78%	28,16%	26,64%	17,42%	26,50%	21,44%
17,01%	19,52%	19,44%	14,16%	15,40%	19,44%	14,74%	20,00%	10,72%
38,07%	32,94%	39,60%	35,40%	33,88%	35,28%	39,53%	35,50%	39,53%
27,54%	23,18%	18,00%	17,70%	18,04%	24,48%	15,41%	22,00%	19,43%
25,92%	29,28%	28,08%	33,63%	34,32%	33,12%	36,85%	33,00%	34,84%
43,74%	34,16%	30,96%	36,58%	34,76%	32,40%	36,18%	35,00%	40,20%
20,25%	7,32%	15,12%	16,52%	14,96%	9,36%	16,75%	19,50%	20,77%
23,49%	15,93%	14,40%	16,52%	14,08%	16,56%	18,09%	15,50%	16,75%
6,48%	9,76%	5,04%	7,67%	4,84%	7,92%	5,36%	9,00%	6,03%
24,30%	21,96%	15,12%	13,57%	12,76%	16,56%	19,43%	8,00%	15,41%
40,50%	32,33%	32,40%	35,99%	24,64%	36,72%	40,20%	30,50%	31,49%
3,24%	5,49%	7,92%	8,85%	10,12%	12,24%	7,37%	10,00%	10,05%

Elementy, które są dla respondentów szczególnie ważne przy wyborze miejsca zamieszkania – okolica.

	dolnośląskie	kujawsko-pomorskie	Tubelskie	Tubuskie	łódzkie	małopolskie	mazowieckie
Jakość powietrza	28,08%	33,00%	28,80%	31,98%	26,10%	38,00%	33,15%
Placówki edukacyjne	8,84%	15,60%	10,20%	14,82%	11,02%	10,50%	7,80%
Skomunikowanie transportem publicznym (pociągi, autobusy, tramwaje)	40,04%	32,40%	28,20%	28,08%	31,32%	37,50%	36,27%
Place zabaw	13,00%	10,80%	12,60%	15,60%	9,86%	10,50%	6,24%
Tereny zielone (skwery, parki, lasy)	45,76%	48,00%	43,20%	48,36%	43,50%	46,00%	42,12%
Dostęp do rozrywki i kultury (restauracje, bary, kina, teatry)	10,92%	6,60%	13,20%	14,04%	15,66%	15,00%	15,60%
Dostęp do miejsc sportu i rekreacji (np. kluby fitness, ścianki wspinaczkowe)	10,92%	6,00%	7,20%	4,68%	6,96%	7,50%	4,29%
Trasy rowerowe	11,96%	16,20%	11,40%	14,04%	8,70%	15,00%	12,09%
Ścieżki dla pieszych	15,08%	10,80%	12,00%	15,60%	8,70%	8,50%	9,36%
Bazary ze świeżymi produktami	7,28%	17,40%	18,00%	7,02%	19,14%	16,00%	20,28%
Sklepy ze zdrową żywnością	5,20%	6,00%	4,80%	5,46%	1,74%	5,00%	5,46%
Udogodnienia dla osób z niepełnosprawnościami	5,72%	9,00%	4,80%	3,90%	5,80%	45,00%	9,75%

Procentowy udział poszczególnych wskaźników w odniesieniu do populacji poszczególnych województw. Odsetki nie sumują się do 100 proc., ponieważ w pytaniu respondenci mogli zaznaczyć max. 10 odpowiedzi.

opolskie	podkarpackie	podlaskie	pomorskie	śląskie	świętokrzyskie	warmińsko-mazurskie	wielkopolskie	zachodniopomorskie
24,30%	30,50%	28,08%	35,40%	33,00%	32,40%	15,93%	30,50%	32,83%
14,58%	10,37%	15,84%	13,57%	9,68%	12,24%	8,71%	13,50%	11,39%
30,78%	28,67%	27,36%	37,17%	26,40%	29,52%	38,86%	31,00%	36,85%
8,10%	12,81%	10,08%	16,52%	8,36%	12,96%	16,75%	10,00%	12,06%
37,26%	41,48%	47,52%	43,07%	38,72%	43,92%	48,24%	42,00%	40,87%
12,15%	15,86%	10,08%	9,44%	14,52%	12,96%	8,71%	7,00%	14,74%
8,91%	9,15%	8,64%	8,26%	8,80%	8,64%	7,37%	9,00%	6,70%
15,39%	6,71%	14,40%	11,80%	8,80%	11,52%	6,70%	12,00%	6,70%
10,53%	9,76%	8,64%	13,57%	13,64%	14,40%	10,05%	12,50%	12,73%
4,05%	10,37%	12,24%	12,39%	6,60%	10,80%	8,71%	14,50%	12,06%
3,24%	9,76%	4,32%	4,13%	5,28%	10,08%	3,35%	5,00%	2,68%
1,62%	4,88%	5,76%	5,90%	4,40%	2,16%	4,69%	5,00%	3,35%

Czynniki, które negatywnie wpływają na poczucie szczęścia respondentów w okolicy miejsca zamieszkania.

	dolnośląskie	kujawsko-pomorskie	Tubelskie	Tubuskie	łódzkie	małopolskie	mazowieckie
Bezpieczeństwo	12,48%	13,20%	15,60%	9,36%	17,98%	11,50%	6,63%
Relacje sąsiedzkie/ wspólnota	19,24%	16,20%	21,60%	14,82%	15,66%	22,00%	17,55%
Ekologia (tereny zielone, hałas, czystość powietrza)	12,48%	14,40%	11,40%	14,82%	11,60%	14,50%	7,02%
Zadbanie i czystość	14,04%	16,20%	16,20%	12,48%	19,14%	10,50%	15,60%
Komunikacja miejska i dojazd	24,44%	17,40%	17,40%	17,94%	19,14%	25,00%	16,38%
Dostępność sklepów	18,20%	13,20%	18,60%	7,80%	11,02%	12,50%	12,09%
Koszty życia	23,92%	22,20%	20,40%	28,08%	30,16%	29,50%	21,45%
Infrastruktura dla dzieci (szkoły, przedszkola, żłobki, place zabaw)	5,20%	5,40%	8,40%	7,02%	5,80%	7,50%	5,85%
Infrastruktura dla zwierząt	6,76%	12,00%	10,80%	9,36%	9,28%	5,50%	6,63%
Dostęp do miejsc, gdzie można spędzić czas na uprawianiu sportu	9,88%	10,20%	10,80%	4,68%	10,44%	9,00%	6,24%
Dostęp do służby zdrowia	14,56%	18,60%	20,40%	14,82%	11,60%	19,00%	18,72%
Dostęp do rozrywki i atrakcji kulturalnych	22,88%	21,60%	28,80%	15,60%	26,10%	24,00%	20,67%



Procentowy udział poszczególnych wskaźników w odniesieniu do populacji poszczególnych województw. Odsetki nie sumują się do 100 proc., ponieważ w pytaniu respondenci mogli zaznaczyć max. 3 odpowiedzi.

opolskie	podkarpackie	podlaskie	pomorskie	śląskie	świętokrzyskie	warmińsko-mazurskie	wielkopolskie	zachodniopomorskie
8,10%	11,59%	12,24%	15,34%	12,76%	12,96%	8,04%	15,50%	14,74%
19,44%	15,86%	15,12%	18,29%	22,88%	11,52%	20,10%	16,00%	20,77%
17,01%	12,20%	12,24%	10,62%	17,16%	15,12%	8,71%	11,00%	14,74%
15,39%	10,37%	13,68%	15,93%	19,80%	10,80%	14,07%	16,00%	22,78%
12,15%	21,96%	15,12%	18,88%	15,40%	10,80%	20,77%	16,50%	20,77%
11,34%	18,30%	13,68%	11,80%	9,68%	17,28%	11,39%	13,00%	14,07%
24,30%	25,01%	28,08%	34,81%	25,08%	31,68%	25,46%	26,00%	29,48%
7,29%	7,32%	5,04%	4,72%	3,52%	9,36%	6,03%	4,00%	4,02%
6,48%	9,76%	6,48%	6,49%	4,40%	12,24%	8,04%	8,50%	9,38%
5,67%	10,37%	9,36%	10,03%	5,28%	12,24%	8,04%	8,50%	12,73%
17,01%	17,69%	13,68%	12,98%	13,20%	15,12%	22,11%	16,50%	12,06%
25,92%	20,13%	23,04%	22,42%	19,80%	28,08%	21,44%	23,00%	23,45%



# Dobrostan mieszkańców Polski w 2023

**Porównanie wyników badań z 2021 i 2023 r. pokazuje, że poziom dobrostanu mieszkańców Polski jest stabilny w czasie, a nawet występuje niewielka tendencja wzrostowa. W Polskich domach żyje się relatywnie szczęśliwie.**

Aby opisać dobrostan mieszkańców Polski, w obu falach badania Szczęśliwy Dom wykorzystano Oksfordzki Kwestionariusz Szczęścia (Hills i Argyle, 2002) – to wystandaryzowane narzędzie dobrostan człowieka bada szeroko, bo bierze pod uwagę satysfakcję z własnego życia i własnej osoby oraz zasoby osobiste wpływające na tę satysfakcję.

Wyniki uzyskane w obu falach w Oksfordzkim Kwestionariuszu Szczęścia wskazują, że poczucie szczęścia typowego mieszkańca Polski plasuje się na poziomie przeciętnym – to satysfakcjonujący poziom szczęścia (średnia wyników to 4,12 na 6-punktowej skali). Wyniki te obalają stereotyp, że jesteśmy narodem ludzi niezadowolonych i narzekających. Dodatkowo, porównując ze sobą obie fale badania, widzimy, że poziom dobrostanu jest stabilny w czasie, a nawet występuje niewielka tendencja wzrostowa.

W polskich domach w ostatnich latach żyje się relatywnie szczęśliwie. Stwierdzenia w kwestionariuszu, które uzyskały najwyższe wskazania, to: „Czuję, że życie jest bardzo cenne”, „Odnajduję piękno w niektórych rzeczach”, „Życie jest dobre”, „Żywię ciepłe uczucia w stosunku do większości ludzi”, „Potrafię dostosować się do wszystkiego, co chcę”, „Dużo się śmieję”, „Czuję, że jestem zdolny / zdolna podjąć się czegokolwiek”.

## Czym różnią się szczęśliwi od nieszczęśliwych

Jednym z ważnych celów bieżącego projektu badawczego było określenie czynników, które kształtują poczucie szczęścia, wpływają na nie pozytywnie lub negatywnie. Chodziło także o wykrycie różnic w zwyczajach i zachowaniach mieszkańców Polski reprezentujących różne poziomy dobrostanu. Na potrzeby tego opracowania, na podstawie serii pytań dotyczących poczucia szczęścia i satysfakcji, badani zostali podzieleni na trzy grupy:



**przodownicy szczęścia** – to osoby odczuwające najwyższy poziom dobrostanu,

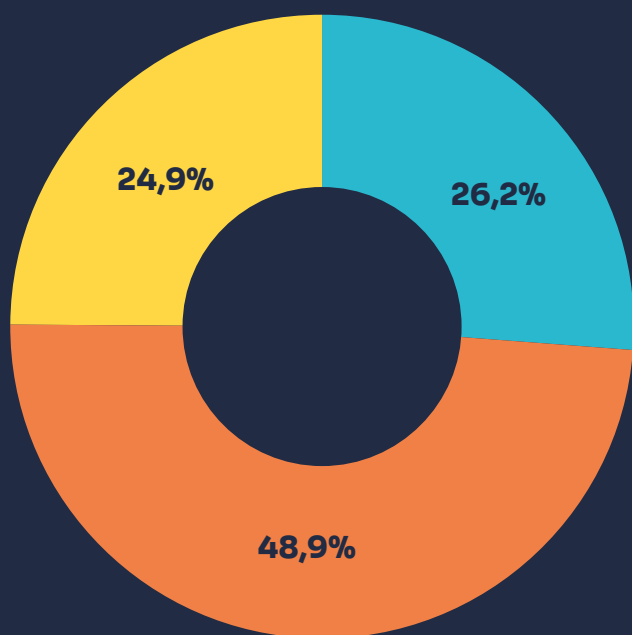


**normalsi** – czyli osoby mające przeciętne wyniki w poziomie dobrostanu – oraz



**nieszczęśliwi** – ci pod względem dobrostanu plasują się na niskim poziomie.

## Udział przodowników szczęścia, normalsów i nieszczęśliwych w badanej populacji



przodownicy szczęścia
 normalsi
 nieszczęśliwi



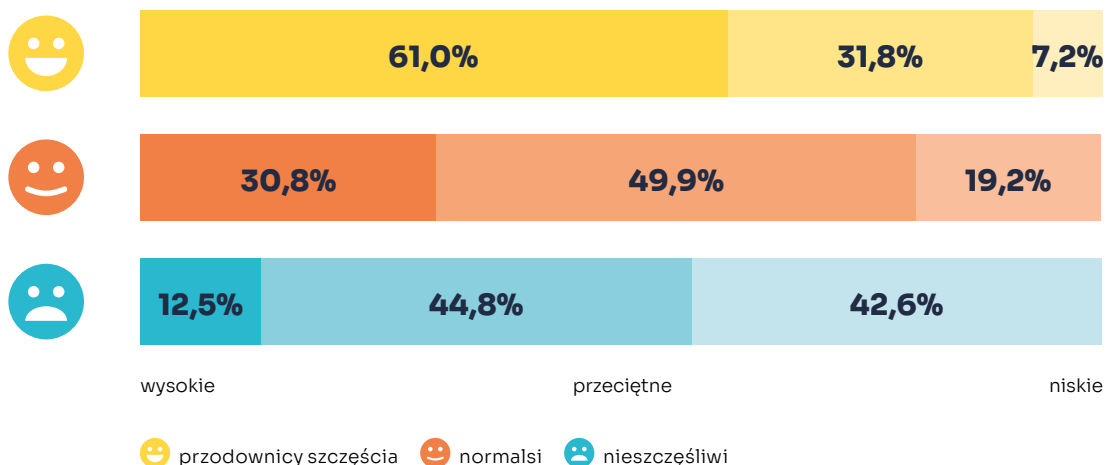
## Przodownicy szczęścia, normalisi i nieszczęśliwi bardzo różnią się między sobą pod względem aktywności realizowanych w miejscu zamieszkania i emocji z nimi związanych.

Dla przykładu przodownicy szczęścia istotnie częściej niż nieszczęśliwi lubią w swoich domach uprawiać **aktywność fizyczną (ćwiczyć, gimnastykować się), zajmować się hobby, oglądać filmy, słuchać muzyki, czytać książki lub prasę, spotykać się ze znajomymi i z rodziną, grać w planszówki, rozmawiać z domownikami, opiekować się dziećmi i bawić się z nimi, ale także uczyć się, pracować, sprzątać, a nawet prasować!** Przodownicy szczęścia bardziej niż nieszczęśliwi lubią także dbać o swój wygląd, uprawiać seks, rozmawiać ze znajomymi poprzez komunikatory, opiekować się roślinami i zwyczajnie odpoczywać. Wyraźnie widać związek między lubieniem różnych aktywności a gradacją poczucia szczęścia. Aktywności wzbudzają w przodownikach

szczęścia pozytywne emocje, angażują w konkretne działanie, w relacje z ludźmi, dają spełnienie, sprawczość i poczucie sensu. Przykładem może być granie w gry planszowe: polega na współdziałaniu lub rywalizacji z innymi, zaspokaja potrzebę osiągnięć, angażuje w działanie, które prowadzi do określonego celu, oraz wywołuje emocje związane z niepewnością wyniku i radością wygranej.

Pod względem odczuwania satysfakcji z bycia w aktywności dwie skrajne grupy, nieszczęśliwi i przodownicy szczęścia, oczywiście różnią się między sobą, natomiast normalisi plasują się pomiędzy nimi. Można zatem postawić tezę: **im bardziej lubimy wykonywać różne czynności w domu, tym większe poczucie szczęścia odczuwamy.** Na podstawie samych danych o korelacji trudno wskazać istnienie związku przyczynowo-skutkowego, ale z badań psychologicznych wynika, że zaangażowanie w działanie jest ważnym źródłem dobrostanu (Seligman, 2011, Csikszentmihalyi, 2002). Prawdopodobnie istnieje też sprzężenie zwrotne: im lepiej czujemy się we własnym domu, tym bardziej lubimy w nim wykonywać różne czynności.

### Samopoczucie w domu w zależności od poziomu dobrostanu





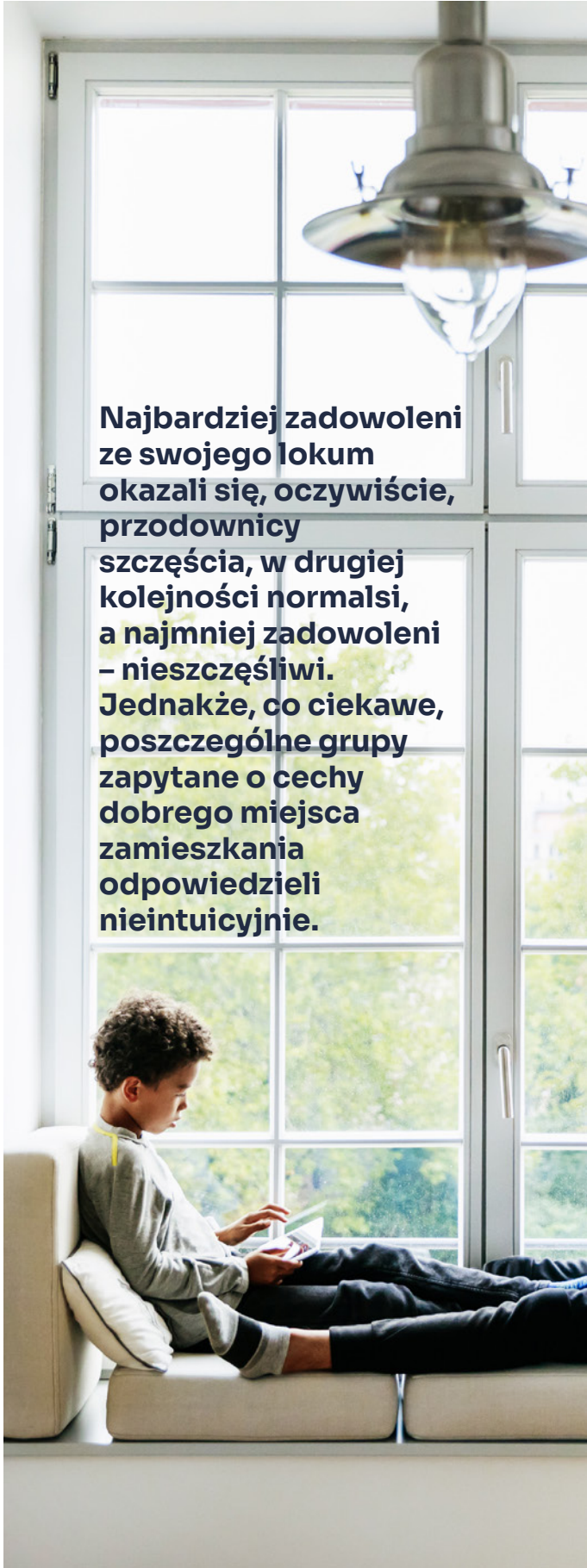
## Przodowników szczęścia coś łączy – apetyt na doświadczenie.

Ci, którzy od początku 2022 r. przeprowadzili się do nowego lokum, jako powód zmiany miejsca zamieszkania częściej niż pozostałe grupy wskazywali świadomość kruchości życia i chęć posmakowania go, zapotrzebowanie na kontakt z naturą oraz potrzebę większej przestrzeni do odpoczynku lub hobby. Dla osób o wysokim poziomie szczęścia zakup nowej nieruchomości był także sposobem na lokatę kapitału i ochronę oszczędności przed inflacją.

Osoby reprezentujące najniższy poziom szczęścia – nieszczęśliwi – dokonywali zmiany miejsca zamieszkania z innych powodów, mniej radosnych. To: utrata pracy i związane z tym problemy z płynnością finansową, narastające konflikty wynikające z ciągłego przebywania członków rodziny w tej samej przestrzeni, zbyt dużo osób w sąsiedztwie, potrzeba znalezienia przedszkola czy żłobka dla dziecka w bliższej okolicy, narastające konflikty sąsiedzkie, podniesienie kosztów zamieszkania w poprzednim miejscu, wypowiedzenie najmu domu lub mieszkania, ale też rozpoczęcie samodzielnego życia.



Respondenci reprezentujący różne poziomy poczucia szczęścia przejawiają także rozbieżności w kwestii zadowolenia z bieżącego miejsca zamieszkania. Najbardziej zadowoleni ze swojego lokum okazali się, przodownicy szczęścia, w drugiej kolejności normalni, a najmniej zadowoleni – nieszczęśliwi. Jednakże, co ciekawe, poszczególne grupy zapytane o cechy dobrego miejsca zamieszkania odpowiedzieli nieintuicyjnie. Na liście top 10 cech mieszkania lub domu, którego szukaliby przodownicy szczęścia, istotnie częściej pada: ogród, taras, balkon, miejsce parkingowe lub garaż, widok z okna, obecność terenów zielonych takich jak parki, skwery czy lasy, dostępność tras rowerowych, dobre nasłonecznienie mieszkania, bezpieczeństwo okolicy, warunki do spacerów z psem lub kotem, porządek w okolicy i zadbane otoczenie, jakość powietrza, obecność placówek edukacyjnych i kulturalnych, obecność w okolicy miejsc opieki zdrowotnej. **Tymczasem nieszczęśliwi wydają się obojętni wobec istnienia bądź braku udogodnień w mieszkaniu czy okolicy, które mogą przekładać się na jakość życia.** Zdawać mogoby się, że to swoisty paradoks – osoby o niskim poziomie poczucia szczęścia powinny dążyć do podniesienia jakości życia, chcąc mieć na swoje poczucia szczęścia wpływ. Jednak tę bierną postawę wyjaśniać może zjawisko wyuczony bezradności, od wielu lat badane przez psychologów zajmujących się problematyką emocji i motywacji (Seligman i Maier, 1967, Maier i Seligman, 2016, Kuhl, 1981). Polega ono na tym, że długotrwała obecność niesprzyjających warunków, które człowiek początkowo stara się zmienić – ale z różnych powodów to się nie udaje – wywołuje poczucie niezdolności do działania, a w efekcie bierność. Zjawisko to jest wynikiem powtarzających się niepowodzeń w próbach zmiany swojej sytuacji na lepsze. W praktyce osoba doświadczająca wyuczony bezradności staje się zobojętniona, niezaangażowana i często biernie akceptuje swój los i warunki życia, mimo że nie są one sprzyjające. Oczywiście jest wiele możliwych dróg poradzenia sobie z tym stanem i powrotu do pełnego zaangażowania działania. Jednak bardzo często impuls do zmiany (dobre słowo, okazanie zainteresowania czy udzielenie wsparcia emocjonalnego) musi przyjść z zewnątrz, od drugiego człowieka: członka rodziny, partnera lub partnerki, a nawet sąsiada czy zupełnie przypadkowej osoby, którą spotkamy na naszej drodze.

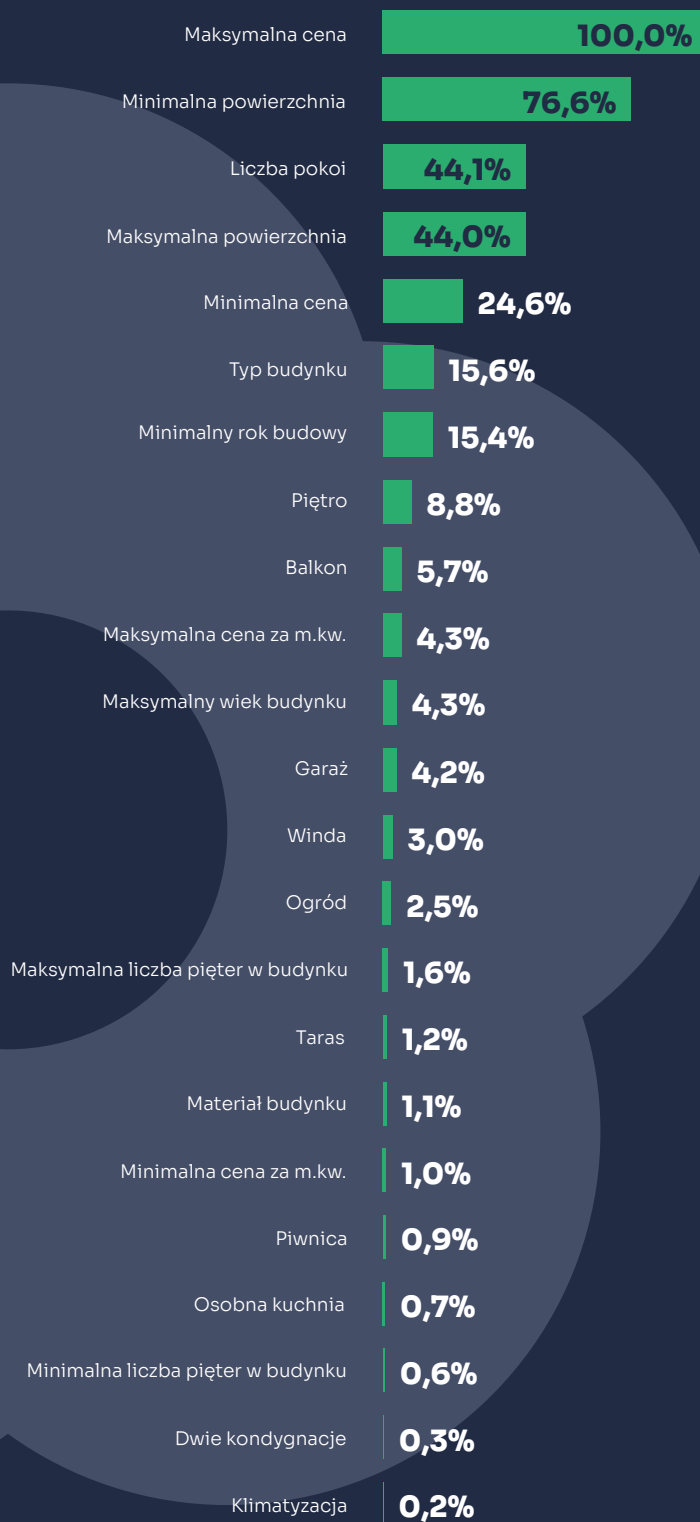


**Najbardziej zadowoleni ze swojego lokum okazali się, oczywiście, przodownicy szczęścia, w drugiej kolejności normalni, a najmniej zadowoleni – nieszczęśliwi. Jednakże, co ciekawe, poszczególne grupy zapytane o cechy dobrego miejsca zamieszkania odpowiedzieli nieintuicyjnie.**





Parametry wyszukiwania mieszkań najczęściej wykorzystywane przez użytkowników serwisu Otodom poszukujących mieszkań





**Przodownicy szczęścia i normalisi są istotnie bardziej zadowoleni z relacji sąsiedzkich i wspólnoty niż nieszczęśliwi – być może te dobre relacje po części wyjaśniają ich wyższy poziom dobrostanu.**

Warto budować świadomość społeczną na temat tego, jak ważne jest życie we wspólnocie, która wspiera się wzajemnie w momentach trudniejszych, niedomagania. Badania psychologiczne pokazują, że drobne

zachowania – gesty i przejawy serdeczności, takie jak propozycja wyprowadzenia psa starszej pani, zaproszenie na kawę czy nawet zwykła rozmowa – mogą pomóc drugiemu człowiekowi przełamywać bierność i bezradność.

Normalisi, co zrozumiałe, w swoich preferencjach znajdują się gdzieś pośrodku pozostałych grup, choć ujawniają swoją specyfikę, np. częściej niż pozostałe grupy przykładają wagę do obecności w otoczeniu miejsca zamieszkania bazarów ze świeżą żywnością, a także bliskości ścieżek rowerowych i tras spacerowych. Podobnie jak dla przodowników szczęścia ważna jest dla nich jakość powietrza w okolicy ich miejsca zamieszkania.





## Czy dobrostan widać w metryce urodzenia

**Przodownicy szczęścia to segment zdominowany przez kobiety:** to 60,5% tej grupy; 39,5% to mężczyźni. Kategoria normalsów jest zbalansowana pod względem płciowym: 50,3% to kobiety, 49,7% – mężczyźni. Z kolei w grupie nieszczęśliwych odsetek mężczyzn był nieznacznie wyższy i wyniósł 51,1% wobec 48,9% w przypadku kobiet. Dane te sygnalizują, że **płeć może mieć statystycznie istotne znaczenie dla dobrostanu.** W przypadku kobiet jest on nieznacznie wyższy i wynika z większych zdolności adaptacji do trudnych warunków życiowych i radzenia sobie z przeciwnościami losu.

Wśród normalsów najczęściej było osób w wieku 55 lat lub starszych (38,6%), osób młodszych (w wieku 35–54) było niewiele mniej (35,7%). Najmniejszą grupą wiekową w tym segmencie stanowiły osoby między 18 a 34 rokiem życia – 25,7%. **Nieszczęśliwi to najmłodszy segment:** ponad 40% tej

grupy miało 18–34 lat, niecałe 39% od 35 do 54 lat, a jedynie 21,4% więcej niż 55.

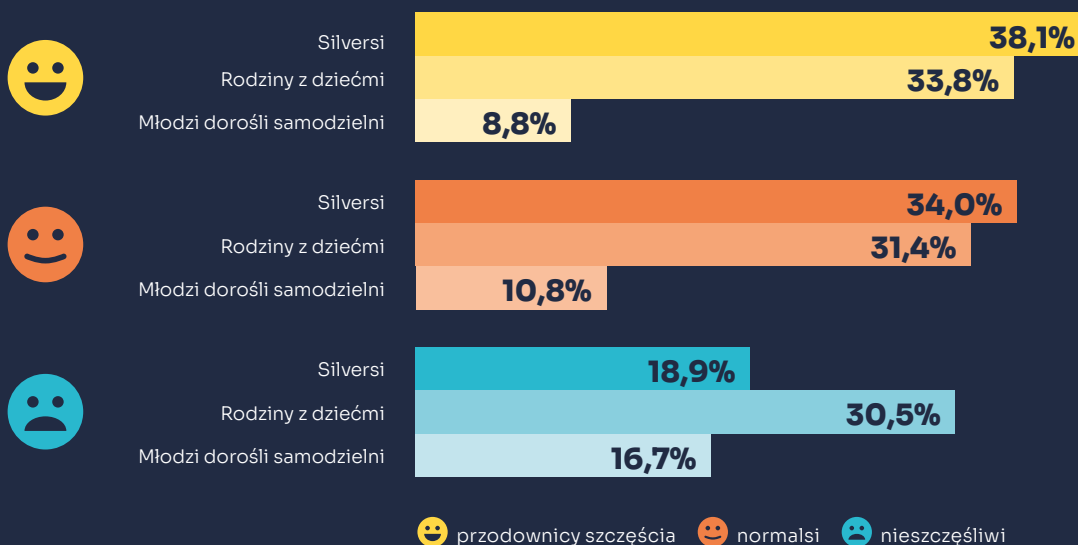
**Jak widać, młodość nie jest gwarancją szczęścia i zadowolenia z życia oraz satysfakcji z własnego mieszkania.**

Wręcz przeciwnie – obecne pokolenie osób młodych – Millenialsów i Generacji Z – jest nieszczęśliwe i ze sobą, i ze swoją pracą, i ze swoim lokum. **Wyraźnie widać jednak, że poczucie szczęścia jest silnie skorelowane z posiadaniem dzieci.**

Rodziny z dziećmi, w tym nawet młodzi dorośli, wykazują się dużo wyższym poziomem szczęścia niż osoby bezdzietne.

Największą liczebnie kategorią wśród przodowników szczęścia okazali się silwersi, czyli osoby powyżej 60. roku życia, które mieszkają samotnie lub z partnerem, a ich dzieci, jeżeli w ogóle je mieli, wyprowadziły się. Również wśród normalsów najczęściej było silwersów – 34% tej grupy. To pokazuje, że **osoby starsze, mimo wyższego ryzyka problemów zdrowotnych i większego zaniepokojenia tocząca się za polską granicą wojną, co do zasady są szczęśliwsze.**

## Dobrostan a faza życia



### Czy na dobrostan można zarobić

Zgodnie z porzekadłem pieniądze szczęścia nie dają, ale... **przodownicy szczęścia**

**dysponują najwyższymi dochodami**

– ponad połowa z nich zarabia więcej niż 5000 zł brutto, a jedynie niecałe 12% mniej niż 3000 zł. Dla porównania, co piąty nieszczęśliwy deklaruje, że dysponuje dochodami poniżej tej kwoty, a kolejne 22% odmówiło podania swoich dochodów, często zasłaniając się niewiedzą. Wysoki odsetek milczących w tej sprawie może być symptomatyczny – oznacza, że odsetek osób z najniższymi dochodami jest prawdopodobnie wyższy, ale też że wielu nieszczęśliwych wstydzi się własnej sytuacji materialnej. Wśród przodowników szczęścia

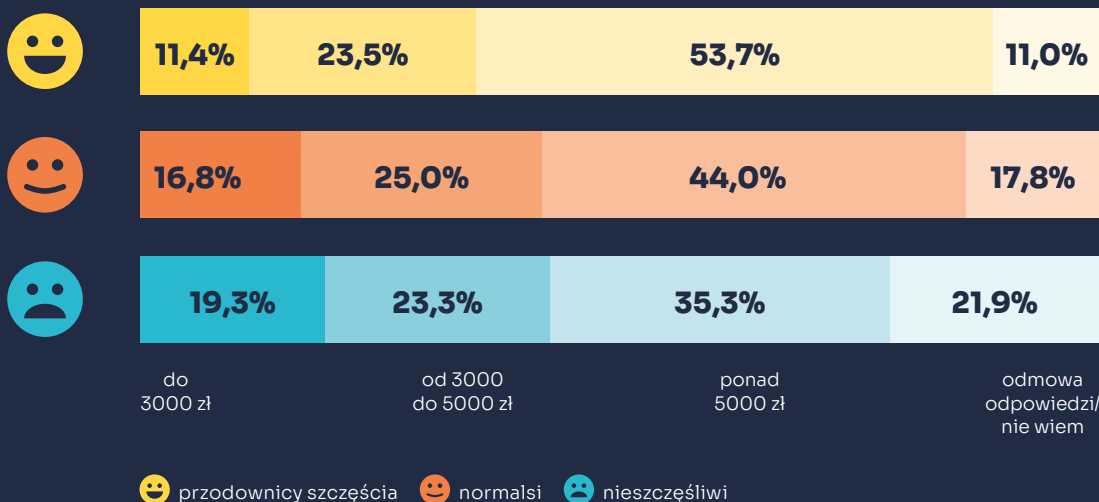
odsetek odmów podawania informacji o dochodzie jest o połowę niższy i wynosi 11%, z kolei aż 9 na 10 z nich jest zadowolona ze swojej sytuacji finansowej.

**Nawet ci przodownicy szczęścia, którzy mają dochody poniżej 3000 zł, twierdzą, że są zadowoleni ze swojej sytuacji finansowej.**





Dobrostan a deklarowany poziom dochodu



Czy dobrostanu można się nauczyć

**Przodownicy szczęścia to z reguły najlepiej wykształceni** – jedna trzecia zadeklarowała wykształcenie wyższe, jedna trzecia średnie, a jedna trzecia niższe. Wśród normalsów najwięcej osób było z wykształceniem niskim i średnim, a w przypadku nieszczęśliwych prawie 43% miała wykształcenie nie wyższe niż gimnazjalne. Potwierdza to tezę, że **zdobycie w trakcie edukacji wiedzy i doświadczenia życiowego, zwłaszcza w kontaktach z różnorodną grupą rówieśników na różnych etapach nauki, ma kluczowe znaczenie dla umiejętności osiągnięcia poczucia szczęścia i satysfakcji z życia.** Dzięki temu zmienia się punkt odniesienia i rośnie świadomość, że innym może być gorzej; dzięki temu potrafimy wykorzystać różne strategie, by zwiększać poczucia szczęścia. Właśnie dlatego osoby o niskich dochodach, ale o wysokim poziomie edukacji przynależą do grupy przodowników szczęścia.



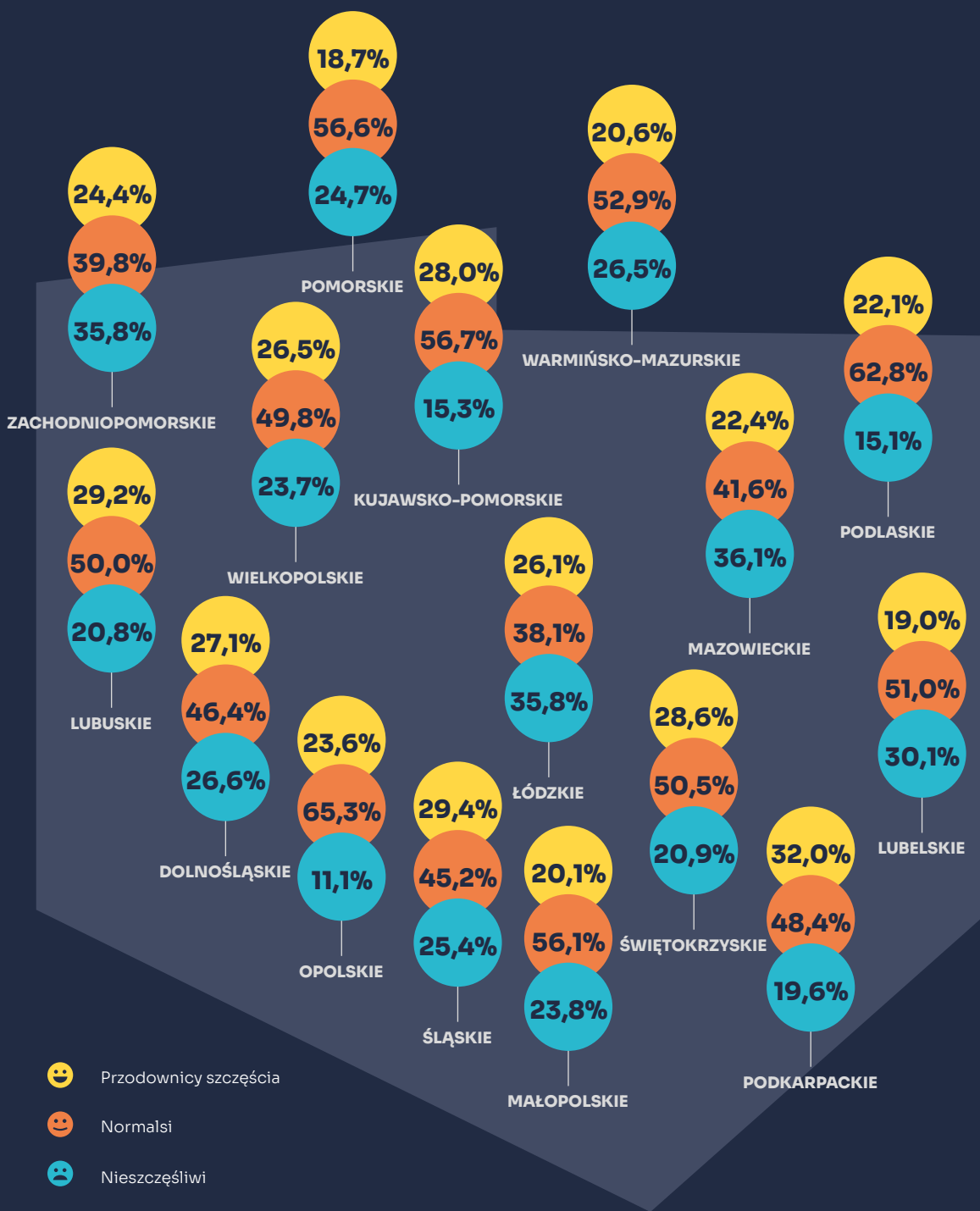
## W jakich województwach dobrostan jest najwyższy




**We wszystkich województwach liczebnie dominowali normalni**, przy czym ich największy udział notowany był w województwach opolskim i podlaskim (ponad 60%), a najniższy w zachodniopomorskim i łódzkim (poniżej 40%). Dlatego przy porównywaniu zależności między położeniem geograficznym na mapie Polski a poziomem dobrostanu dużo ważniejsze jest porównanie odsetków skrajnych grup. I tak, **przodowników szczęścia zdecydowanie najwięcej było w województwach południowych.**

Najwyższy odsetek charakteryzował województwo podkarpackie – co trzeci mieszkaniec tego regionu należał do grupy o najwyższym poziomie dobrostanu. Na drugim miejscu podium znalazło się województwo śląskie (29,4%), a na trzecim położone przy granicy niemieckiej województwo lubuskie (29,2%). Po drugiej stronie skali było województwo pomorskie z jedynie 18,7% przodowników szczęścia oraz województwo lubelskie z 19%.

Segment przodowników szczęścia był zdominowany przez kobiety, co jednak nie przesądza o ich rozkładzie w populacjach poszczególnych województw. W województwie lubuskim kobiety-przodowniczki szczęścia stanowią nieco ponad jedną piątą całej populacji, niewiele niższe wskazania zanotowały województwa kujawsko pomorskie (19%), dolnośląskie (18%) i mazowieckie (17%). Najmniejszy udział kobiet-przodowniczek szczęścia zaobserwowano w województwie pomorskim – 7%. Większość województw kobiety-przodowniczki szczęścia przewyższają liczebnie mężczyzn-przodowników szczęścia. Najwyższe przewagi zanotowały województwa mazowieckie (12 p.p.), lubuskie (11 p.p.) oraz kujawsko-pomorskie (10 p.p.). Przewagę mężczyzn nad kobietami w segmencie przodowników szczęścia zanotowano w czterech województwach; istotnie statystycznie różnice występują w województwach łódzkim i pomorskim (w obu przewaga mężczyzn nad kobietami wyniosła 5 p.p.).

### Udział przodowników szczęścia w populacji poszczególnych województw



-  Przodownicy szczęścia
-  Normalni
-  Nieszczęśliwi



Największe odsetki nieszczęśliwych występowały natomiast w dwóch województwach centralnych, tj. mazowieckim (36,1%) oraz łódzkim (35,8%). Najmniej nieszczęśliwych było ponownie na południu kraju – w opolskim jedynie 11,1% populacji zalicza się do grupy osób o najniższym poczuciu dobrostanu.

Na mapie Polski pozytywnie wyróżnia się też województwo kujawsko-pomorskie.

Chociaż otoczone jest regionami o stosunkowo niskim poziomie dobrobytu, jak Mazowsze czy Pomorze, to ma najbardziej pozytywny bilans odsetka przodowników szczęścia i nieszczęśliwych w całym kraju. Tych pierwszych było, aż o 12,7 p.p. więcej. Z dostępnych danych trudno zatem wyczytać istnienie dominującego czynnika geograficznego, ale **relatywnie wyższy poziom dobrostanu na południu może wskazywać, że liczba godzin o dużym nasłonecznieniu oraz cieplejsze zimy i krótsze zimowe noce mogą poprawiać samopoczucie i polepszać dobrostan.**

Nieco inaczej wygląda obraz dobrostanu mieszkańców Polski, jeżeli spojrzemy na niego z perspektywy miejskiej. W naszym najnowszym badaniu **najwyższy poziom dobrostanu wśród wszystkich miast wojewódzkich wskazywali respondenci z Zielonej Góry** – 4,3 w porównaniu z ogólnokrajową średnią 4,12. To poprawa wyniku w porównaniu z poprzednim badaniem opisanym w raporcie Szczęśliwy Dom. Miasto dobre do życia, w którym zielonogórzanie i zielonogórzanki zajęli trzecie miejsce na podium. W tym roku na trzecim miejscu byli ex aequo mieszkańcy Wrocławia i Krakowa z wynikiem 4,2. Największe zaskoczenie to jednak druga pozycja Kielc, których mieszkańcy jeszcze w poprzednim rankingu byli w piątce najmniej szczęśliwych w Polsce.



## Za wysoką pozycją Kielc w rankingu dobrostanu może stać demografia.

Największy udział w grupie nieszczęśliwych stanowi najmłodszy segment młodych dorosłych, za to silwersi, czyli osoby powyżej 60. roku życia, dominowały procentowo wśród przodowników szczęścia oraz normalsów. A jak przekłada się struktura demograficzna Kielc na te wyniki?

Według najnowszych danych Głównego Urzędu Statystycznego z Narodowego Spisu Powszechnego 2021 30% kielczan ma ponad 60 lat, a ich udział zwiększył się najbardziej spośród wszystkich miast wojewódzkich, bo aż o 7,6 p.p. w porównaniu do 7 p.p. dla drugiego w kolejności Torunia oraz 0,7 p.p. dla ostatniej na liście Warszawy. Z miast wojewódzkich tylko w Łodzi (31,5%) udział silwersów jest wyższy niż w Kielcach.

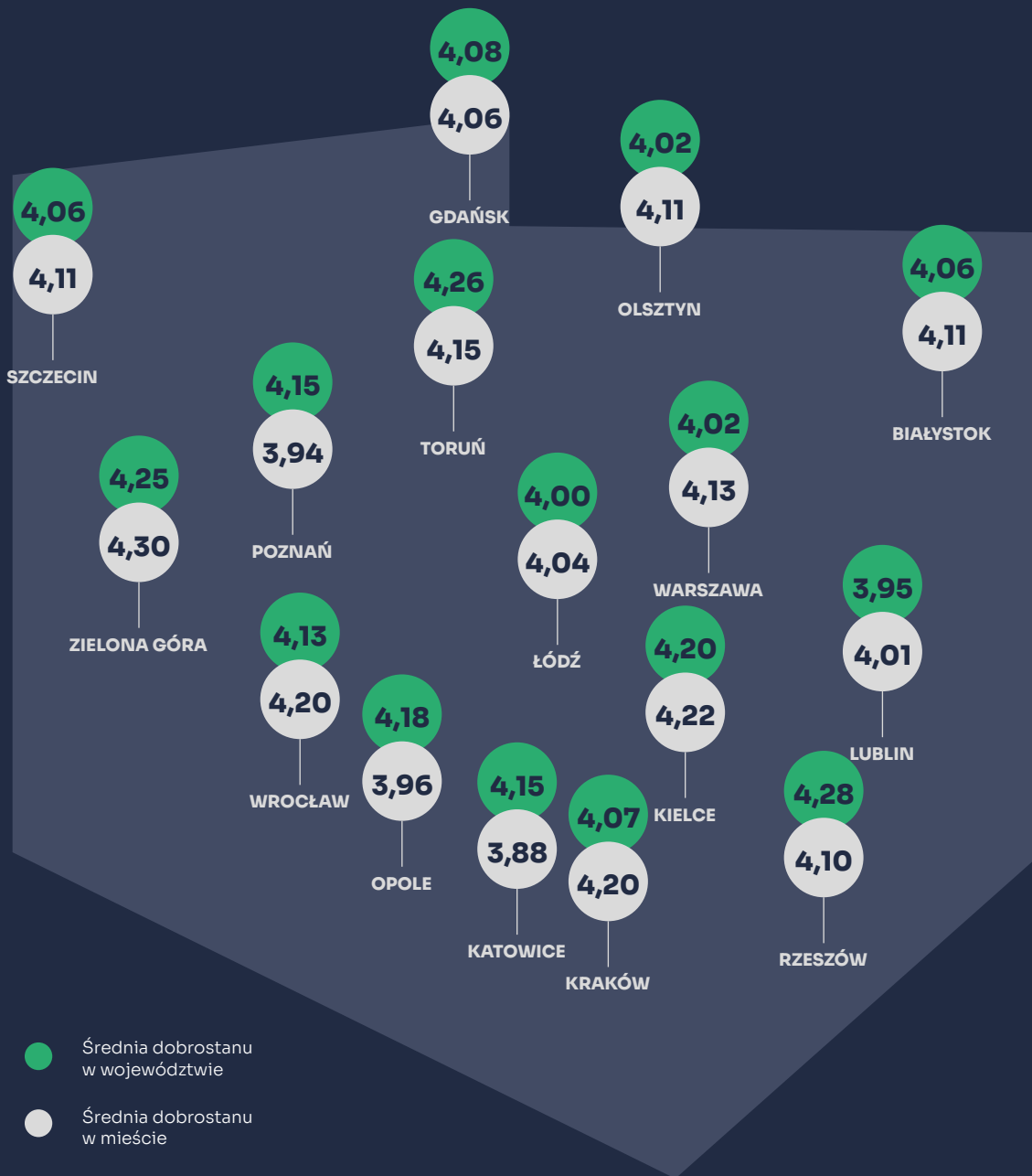
Jednocześnie z samych Kielc w ciągu 10 lat ubyło 7,6% mieszkańców, plasując je na trzecim miejscu najszybciej wyludniających się miast wojewódzkich, tuż za Łodzią i Katowicami. Jednakże w ujęciu wojewódzkim świętokrzyskie jest najszybciej wyludniającym się regionem w Polsce (-6,6%), wyprzedzając województwo opolskie (-6,1%).

Wysoki i umacniający się udział zadowolonych ze swojego dobrostanu silwersów podciąga średni wynik dla Kielc do góry. Bo chociaż jako największe wady Kielc wymienia się brak perspektyw rozwoju i przedsiębiorstw oferujących dobrze płatne miejsca pracy, to dla osób po 60 roku życia te aspekty miasta mogą wydawać się mniej ważne, a bardziej docenią jego malownicze położenie w bliskiej okolicy Gór Świętokrzyskich.



**Karolina Klimaszewska**  
Otodom

Poziom dobrostanu w miastach wojewódzkich i województwach



Widać bardzo niską korelację pomiędzy deklarowanym dobrostanem w mieście wojewódzkim a średnią dla całego województwa.

4,12

ogólnokrajowa  
średnia  
dobrostanu

Dobrostan w mieście wojewódzkim jest słabo skorelowany ze średnią dla całego województwa. Jedynie Zielona Góra, Łódź, Białystok, Gdańsk, Kielce i Szczecin mają różnice nieprzekraczające błędu statystycznego.

### **Najbardziej jaskrawym przykładem rozbieżności są Katowice, które z wynikiem 3,88 zamykają listę miast wojewódzkich pod względem poziomu dobrostanu, mimo że samo województwo śląskie zalicza się do czołówki najszcześniejszych regionów w Polsce.**

Podobna rozbieżność występuje w Toruniu, Opolu, Rzeszowie i Poznaniu. Z kolei w Lublinie, Krakowie, Warszawie i Olsztynie średnia dobrostanu jest wyższa niż w całym województwie. Może to wynikać z tego, że wskazane duże miasta oferują znacznie lepsze warunki życia (więcej lepiej płatnych miejsc pracy, szerszy dostęp do usług publicznych itd.) niż inne miasta i wsie w danym województwie. Mieszkańcy mniejszych miejscowości mogą doświadczać braku istotnych usług, a także niżej oceniać swój dobrostan właśnie poprzez porównanie do jakości życia mieszkańców lokalnej metropolii. Prawdopodobnie w największym stopniu przesądziło to o relatywnie wysokiej pozycji Krakowa i Warszawy, których mieszkańcy oceniali swój dobrostan zdecydowanie wyżej niż pozostałe osoby w województwie.

Istotnym wymiarem charakterystyki miast pod kątem dobrostanu ich mieszkańców są relacje zachodzące między udziałem procentowym nieszczęśliwych, normalsów i przodowników szczęścia.

### **Do miast najbardziej zbalansowanych, jeśli chodzi o dobrostan, należą Lublin, Białystok, Olsztyn i Wrocław.**

W tych miastach grupa normalsów to połowa lub więcej populacji miasta, a różnica między odsetkami przodowników szczęścia i nieszczęśliwych wynosiła nie więcej niż 2 p.p. Interesującym przykładem jest Gdańsk, w którym różnica między nieszczęśliwymi i przodownikami szczęścia wynosi 2,5 p.p., ale rozkład segmentów jest niemal równy: wśród mieszkańców Gdańska jest 33,3% nieszczęśliwych, 35,9% normalsów i 30,8% przodowników szczęścia. W rezultacie Gdańsk zajął drugie miejsce pod względem procentowego udziału przodowników szczęścia w swojej populacji, ale jednocześnie osiągnął jedną z najniższych średnich dobrostanu (3,94). To skutek najmniejszego na tle pozostałych miast wojewódzkich odsetka normalsów.

### **Mamy zatem do czynienia z bardzo zróżnicowaną populacją pod kątem dobrostanu, nastawienia do możliwości zmiany swojego życia i poczucia sprawstwa.**

Co więcej, polaryzacja ta uległa prawdopodobnie nasileniu w ostatnich latach. Jeszcze w badaniu z 2022 r. opisanym w raporcie Szczęśliwy Dom. Miasto dobre do życia mieszkańcy Gdańska byli drugimi za Gdynianami i Gdyniankami pod względem poziomu deklarowanego poziomu szczęścia.







# Miejsce zamieszkania a dobrostan

**W sensie geograficznym miejsce zamieszkania w Polsce znacząco nie wpływa na poczucie dobrostanu.** We wszystkich omawianych grupach największą część stanowiły osoby mieszkające na wsi (35–40%). Jedynie wśród przodowników szczęścia była równie liczna jak mieszkańców wsi grupa osób z mniejszych miast (do 100 tys. mieszkańców). Co więcej, to właśnie osoby mieszkające w mniejszych miastach deklarowały najwyższy poziom ogólnego dobrostanu. Potwierdza to tezę, że **łatwy dostęp do usług, placówek edukacyjnych, przeciętnie wyższe zarobki czy bogata oferta kulturalna same z siebie nie podnoszą poczucia szczęścia.**

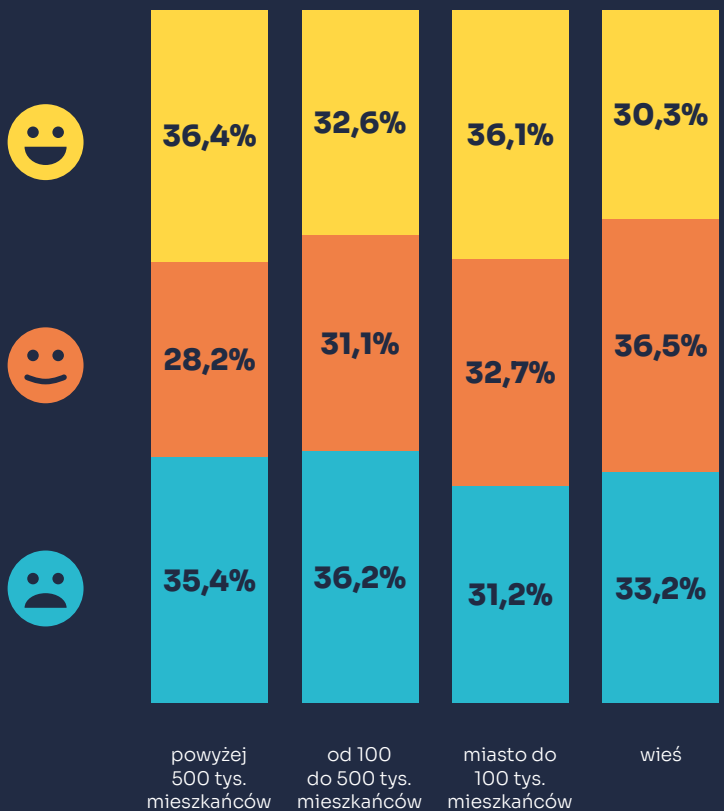


**Ludzie mieszkający w mniejszych miejscowościach mogą budować swoje szczęście w oparciu o relatywną bliskość znajomych i rodziny czy znacznie szerszy dostęp do terenów zielonych.**

Podobne wyniki pokazało badanie Otodom przeprowadzone w 2022 r. (Szczęśliwy dom. Miasto dobre do życia), z którego również wynikało, że najwyższy poziom szczęścia mają mieszkańcy Polski żyjący poza największymi miastami.

Na uwagę zasługuje też stosunkowo wysoka polaryzacja dobrostanu w największych aglomeracjach (liczących więcej niż 500 tys. mieszkańców). Mimo że miejscowości te nie wykazują się wyjątkowym na tle pozostałych grup poziomem dobrostanu ludności, to żyje tam najmniejszy odsetek normalsów ze wszystkich wyróżnionych klas miejscowości. Oznacza to, że **w największych polskich miastach żyje bardzo wiele osób, które potrafią korzystać z dobrodziejstw aglomeracji i czerpią z tego wysokie poczucie szczęścia, ale równocześnie obok nich żyje też bardzo wielu nieszczęśliwych, dla których wielkomiejskie życie stanowi źródło frustracji** – z braku kontaktu z naturą, poczucia ciągłego konsumpcjonistycznego niedosytu, samotności w tłumie i zbyt szybkiego tempa życia.

**Klasa wielkości miejscowości, w których mieszkają przodownicy szczęścia, normalsi i nieszczęśliwi**



😊 przodownicy szczęścia    😊 normalsi    ☹️ nieszczęśliwi



## Z dobrostanem silnie skorelowany jest status własności użytkowanego mieszkania.



**Przodownicy szczęścia** w zdecydowanej większości (80,3%) mieszkają we własnych mieszkaniach lub domach, 13% najmuje swoje lokum, a tylko niecałe 7% mieszka u kogoś gościnnie, nie uiszczając za to żadnych opłat. W rezultacie przodownicy szczęścia mają też najlepsze samopoczucie w swoim domu lub mieszkaniu. 61% zadeklarowało, że ma wysokie samopoczucie w domu, przeciętne – 32%, a niskie – jedynie nieco ponad 7%.



Najwięcej **normalsów** mieszka we własnych mieszkaniach (75%), pozostali natomiast niemal równie często w wynajmowanych mieszkaniach i u kogoś, gościnnie, nieodpłatnie.



**Nieszczęśliwi** w najmniejszym stopniu są posiadaczami mieszkań lub domów, w których mieszkają. Nieco ponad 21% tej grupy mieszka w wynajętym lokum, co piąty korzysta zaś z możliwości bezpłatnego mieszkania u kogoś. Prawdopodobnie wynika to z tego, że polski rynek najmu jest silnie rozproszony.

Z badania przeprowadzonego przez Politykę Insight i Otodom („Kwartalnik Mieszkaniowy”, Sytuacja na rynku mieszkaniowym w IV kwartale 2021 r.) wiemy zaś, że praktycznie wszystkie wynajmowane mieszkania to mieszkania wynajmowane przez osoby prywatne (99%), przy czym aż 86% wynajmujących oferuje na wynajem tylko jedno mieszkanie. To oznacza, że rynek jest jeszcze bardzo mało profesjonalizowany, a najemcy muszą liczyć się z koniecznością wyprowadzki z miesiąca na miesiąc oraz mają bardzo małe możliwości dostosowania pod siebie użytkowanego mieszkania. W efekcie spada w tej grupie społecznej możliwość budowania własnego poczucia szczęścia poprzez aranżację wnętrza czy współdzielenia życia z domowym zwierzęciem (wielu wynajmujących zabrania posiadania psów czy kotów).





## Czy można zbudować przestrzeń dobrostanu w domu?

Amerykański psycholog Martin Seligman zajmujący się badaniem ludzkiego dobrostanu i szczęścia wyróżnił pięć podstawowych czynników budujących poczucie szczęścia (model PERMA). To pozytywne emocje (ang. positive emotions), zaangażowanie w działanie (ang. engagement), relacje z ludźmi (ang. relations), poczucie sensu i znaczenia (ang. meaning) oraz osiągnięcia (ang. achievements).

**W naszym mniemaniu dom lub mieszkanie mogą być miejscem, w którym realizujemy każdy ze składowych szczęścia.** Możemy odczuwać pozytywne emocje, uprawiając seks czy odpoczywając, możemy angażować się w działania takie jak dbanie o rośliny czy hobby, możemy budować relacje poprzez spotkania ze znajomymi czy rozmawianie z nimi przez komunikatory, możemy mieć poczucie sensu dzięki spędzaniu czasu z dziećmi, czytaniu lub oglądaniu filmów, które nas uwrażliwiają i rozwijają, oraz możemy dbać o swoje osiągnięcia, realizując zadania związane z pracą. Nasze badanie to potwierdza – ludzie, którzy angażują się w różne działania i je lubią, są szczęśliwsi.

Uzyskane w bieżącym badaniu Szczęśliwy Dom wyniki wpisują się także w koncepcję szczęścia rozwijaną przez Dana Gilberta (2007, 2012), zwaną syntetyzowaniem szczęścia. Według tej teorii istnieją dwa rodzaje szczęścia: naturalne i syntetyczne. Najczęściej ludzie pod pojęciem szczęścia rozumieją, że jest naturalne: coś dobrego lub przyjemnego „samo się dzieje” w życiu, np. wygrywamy na loterii dużą sumę pieniędzy albo poznajemy przypadkiem wymarzonego partnera. Szczęście syntetyczne to zaś takie, które człowiek tworzy, wypracowuje poprzez codzienne działania, nawyki i rytuały. Dzięki zdolności myślenia, planowaniu działania i skutecznej realizacji intencji człowiek organizuje życie w taki sposób, aby mieć więcej satysfakcji, radości – i w konsekwencji... szczęścia. Choć zdawać się może, że szczęście syntetyczne ma mniejszą wartość niż naturalne, wyniki badań psychologicznych wskazują, że może istnieć nawet odwrotna zależność. Szczęście naturalne zwykle bardzo szybko się wysyca i przemija, bywa bardzo kruche.

**Szczęście syntetyczne, o które świadomie i uważnie dbamy każdego dnia, jest trwalsze i mniej zależne od sprzyjających czy niesprzyjających okoliczności.**





## Jak mieszkańcy Polski syntetyzują szczęście w domu?

**Może się to odbywać poprzez czynności zarówno związane ze zmianami wprowadzanymi w swoim miejscu zamieszkania, jak i poprzez różnorakie aktywności realizowane w mieszkaniu lub domu, ale niemające bezpośredniego związku z „ulepszaniem” przestrzeni.**

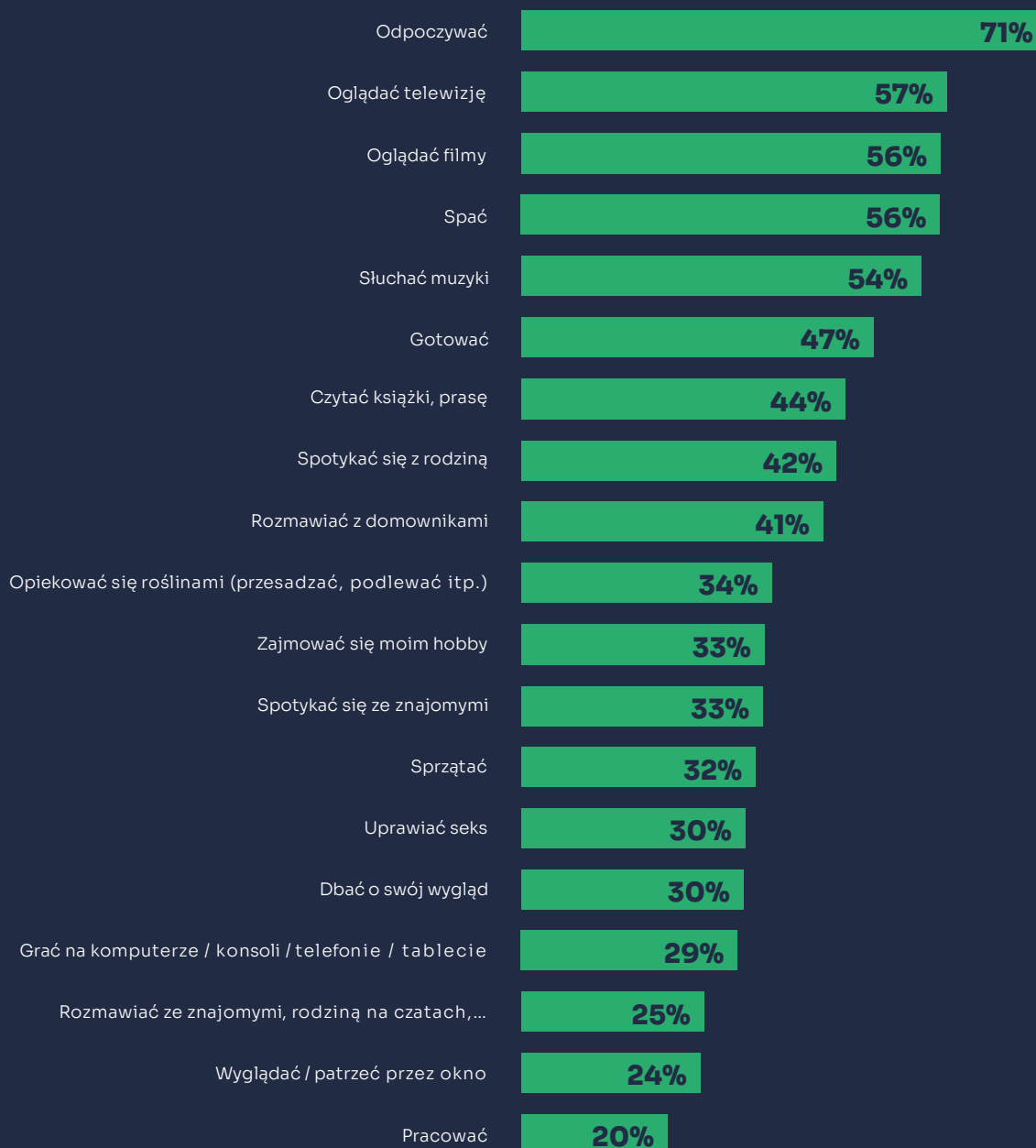
Badanie Szczęśliwy Dom pokazało, że takie czynniki jak: świadoma organizacja przestrzeni w taki sposób, by spełniała potrzeby domowników, zmiana drobnych rzeczy w wystroju wnętrza, porządek oraz „zalesianie” domu, czyli dbanie o obecność roślin, wiążą się z istotnie wyższym poziomem szczęścia. Są to zatem działania, które nie wymagają wielkiego nakładu wysiłku, a jedynie pewnej świadomości i regularności w działaniu (np. utrzymanie porządku i czystości).

Jeśli zaś chodzi o aktywności związane z czasem wolnym, a nie bezpośrednio z upiększaniem czy doskonaleniem funkcjonalności przestrzeni, tylko czasem wolnym, najwięcej Polaków (71%) lubi w swoich miejscach zamieszkania zwyczajnie odpoczywać, np. oglądając telewizję lub filmy. Inne czynności, które preferowane są przez większość respondentów, to spanie i słuchanie muzyki. Znaczny odsetek respondentów lubi także gotować, czytać, spotykać się z rodziną czy rozmawiać z domownikami. Co ciekawe, aż jedna czwarta badanych wskazała, że lubi wyglądać przez okno, a co piąty respondent, że lubi w domu pracować.

## Czy wszystkie te czynności, których wykonywanie preferują w domach mieszkańcy Polski, wiążą się z poczuciem szczęścia?

Badanie pokazało, że tak nie jest. Czynniki najsilniej wiążącymi się ze szczęściem są spotkania towarzyskie – na pierwszym miejscu te z rodziną, a na drugim, z przyjaciółmi i znajomymi. Z wyższym poczuciem szczęścia wiążą się także zwykłe, codzienne rozmowy z domownikami. Okazało się także, że choć lubimy oglądać telewizję, czynność ta mniej wiąże się z poczuciem szczęścia niż sprzątanie czy pracowanie! Swój istotny wkład w poczucie szczęścia mają także gotowanie, dbanie o wygląd, dbanie o rośliny i uprawianie seksu.

## Aktywności, jakie lubią wykonywać Polacy w swoich domach



**Bierna forma odpoczynku – czytanie książek – przekłada się na wyższe poczucie szczęścia bardziej niż np. granie na komputerze lub konsoli czy słuchanie muzyki.**

**Literatura cytowana:**

Bojć, T., Chimczak-Bratkowski P., & Różewicz, D. (2022).  
Szczęśliwy dom. Miasto dobre do życia.  
Warszawa: Otodom, Think.Co.

Czerniak, A. (2022).  
Raport o sytuacji na rynku mieszkań w IV kwartale 2021 roku. „Kwartalnik Mieszkaniowy”. Warszawa: Otodom,  
Polityka Insight.

Czerniak, A., Lewicki M. (2023).  
Raport o sytuacji na rynku mieszkań w IV kwartale 2022 roku. „Kwartalnik Mieszkaniowy”. Warszawa: Otodom,  
Polityka Insight.

Kuhl, J. (1981).  
Motivational and functional helplessness: The moderating effect of state versus action orientation.  
„Journal of Personality and Social Psychology”, 40(1), 155–170.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.40.1.155>

Maier, S., Seligman, M. (2016).  
Learned Helplessness at Fifty: Insights from Neuroscience.  
„Psychol Rev.”, 123(4): 349–367. doi: 10.1037/rev0000033.

Seligman, M.E., & Maier, S.F. (1967).  
Failure to escape traumatic shock.  
„Journal of Experimental Psychology”, 74(1), 1–9.  
<https://doi.org/10.1037/h0024514>

## Metodologia Badania Ilościowego

### Metoda

- CAWI
- Ankiety online realizowane na panelu Opinie.pl
- Zdjęcia swoich domów / mieszkań wykonywane przez respondentów.

### Respondenci

- Polacy 18+

### Długość ankiety

- LoI=20 min

### Próba

- Próba główna: N=1145 (reprezentatywna)
- Boost: mieszkańcy miast wojewódzkich, N=100 per województwo
- Łącznie: N=2745

Uwaga: do analiz na ogóle Polaków uwzględniono wyniki z próby głównej oraz z Boosta, a następnie przeważono je wagą analityczną

### Termin realizacji

- Marzec-kwiecień 2023

## Wyniki badania prezentujemy według przekrojów poniższych zmiennych społeczno-demograficznych

### Płeć

- Kobiety, n=1495\*
- Mężczyźni, n=1250

### Wykształcenie

- Wyższe, n=1156
- Średnie, n=1037
- Niższe, n=552

### Faza życia

- Młodzi dorośli (do 39 lat, niemieszkający z rodziną), n=522
- Rodziny z dziećmi (do 59 lat, mieszkający z dziećmi lub wnukami), n=967
- Silvers (60 lat i więcej), n=580

### Region

- Północno-Zachodni (lubuskie, wielkopolskie, zachodnio-pomorskie), n=480
- Północno-Wschodni (kujawsko-pomorskie, podlaskie, pomorskie, warmińsko-mazurskie), n=480
- Centralny (łódzkie, mazowieckie), n=427
- Śląski (dolnośląskie, opolskie, śląskie), n=542
- Południowo-Wschodni (lubelskie, małopolskie, podkarpackie, świętokrzyskie), n=671

## Badanie zrealizowane przez IQS.

IQS to polska firma res-techowa (research technology), bazująca na własnych technologiach badawczych, która oferuje bogate portfolio produktów badawczych oraz metod i narzędzi do realizacji badań zarówno jakościowych, jak i ilościowych. IQS posiada własny internetowy panel badawczy Opinie.pl (120 000 aktywnych uczestników), platformę Omnisurv by IQS (badania ilościowe do-it-yourself) oraz Real Voice (customizowana platforma CX). Firma angażuje się w tworzenie autorskich raportów i diagnoz (targety i trendy), ostatnie to Kids Power, Świat Młodych, Video Love Story, Game Story, Adults Power.

IQS jest częścią grupy MEDIACAP, która koncentruje się na projektach o wysokim potencjale na rynku mediów, marketingu, e-commerce i technologii.



