

Szczęśliwy Dom

Rodziny:
współbudowanie szczęścia



otodam



SWPS Innowacje

POLITYKA
INSIGHT

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

**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

 **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

Rodziny: współbudowanie szczęścia 2023

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

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

projekt graficzny:
Jacek Mułak

Warszawa,
wrzesień 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 Jaka jest kondycja polskiej rodziny?
- 8 Podstawowe dane o rodzinach z dziećmi w Polsce
- 10 Co daje poczucie szczęścia rodzinom?
- 12 Poczucie szczęścia a otoczenie społeczne
- 14 Dobrostan a aktywność i zaangażowanie
- 18 Aktywności poza domem
- 20 Dom się liczy
- 24 Zadowolenie z miejsca zamieszkania a poziom dobrostanu
- 32 Zadowolenie z okolicy zamieszkania
- 40 Zmiana miejsca zamieszkania
- 50 Inne istotne wskaźniki dobrostanu
- 54 Co jeszcze może wpływać na dobrostan rodzin z dziećmi?
- 55 Obowiązki rodzinne a dobrostan
- 55 Work-life balance w praktyce
- 56 Przypisy
- 57 Metodologia

Jaka jest kondycja polskiej rodziny?

Czy więcej jest tych zmęczonych, wypalonych, o obniżonym dobrostanie, czy może jednak większość zarządza posiadanymi zasobami materialnymi i osobistymi w sposób, który daje satysfakcję, poczucie spełnienia i szczęście? Wnioski w tym obszarze wyciągać można na podstawie wyników projektu *Szczęśliwy dom*, zrealizowanego przez Otodom i Uniwersytet SWPS wiosną bieżącego roku.



W jego ramach przeprowadzono badania jakościowe i ilościowe na reprezentatywnej próbie Polaków, a głównym celem przedsięwzięcia było **określenie, jak żyje się obecnie Polkom i Polakom w różnym wieku, pochodzącym z różnych obszarów Polski oraz znajdującym się w różnych sytuacjach życiowych w ich domach i w życiu w ogóle – na ile są obecnie szczęśliwi.**

W analizach wyników wyodrębniono trzy segmenty badanych w zależności od fazy życia: młodych dorosłych bez dzieci, rodziny z dziećmi i silversów. Choć intuicyjnie i zdroworozsądkowo można by zakładać, że najszczęśliwsi są młodzi bez zobowiązań, potem rodziny z dziećmi i na końcu osoby najbardziej zaawansowane wiekowo, wyniki badań *Szczęśliwy dom* odsłoniły nieco inny rozkład poczucia szczęścia. **Okazuje się, że najszczęśliwsi są silwersi, potem rodziny z dziećmi, a młodzi dorośli zamykają peleton. Poczucie szczęścia najwidoczniej wzrasta z wiekiem.**

W badaniu wykorzystano Oksfordzki Kwestionariusz Szczęścia, dzięki któremu precyzyjnie zmierzono odczuwanie szczęścia respondentów w różnych wymiarach oraz podzielono badanych w zależności od poziomu odczuwanego szczęścia na:



**przodowników
szczęścia**

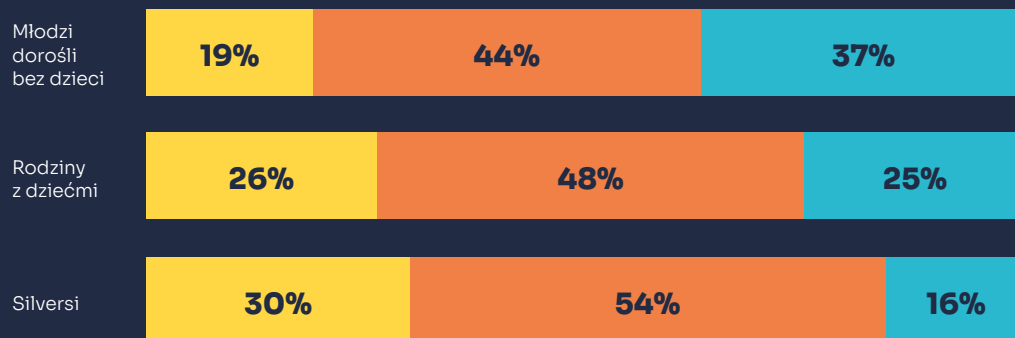


normalsów



**osoby
nieszczęśliwe**

Rozkład poczucia szczęścia w zależności od fazy życia



Niniejszy raport dedykowany jest rodzinom. Jego celem jest pokazanie, czym różnią się od siebie rodziny, które są szczęśliwe, od tych, których poczucie szczęścia jest przeciętne lub wręcz obniżone.

Podstawowe dane o rodzinach z dziećmi w Polsce

Zgodnie z danymi z Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań z 2021 r. w Polsce w badanym okresie mieszkało prawie 7 000 600 dzieci poniżej 18. roku życia (GUS 2022), co stanowiło 18,4% populacji Polski. W 2022 r. w Polsce urodziło się 305 000 dzieci (GUS 2023).

Jak wygląda struktura rodzin mieszkających w Polsce?

Według danych Spisu Powszechnego w Polsce w 2021 było 10 mln 159 tys. rodzin^[1]; liczba ta jest o ponad 800 tys. mniejsza niż w 10 lat wcześniej, w okresie poprzedniego spisu. Liczba rodzin zmniejszyła się w miastach (spadek o ponad 12%), na wsi nieznacznie wzrosła – o 0,3%. Co istotne, w okresie od poprzedniego spisu spadła liczba małżeństw – w 2021 r. odnotowano ich 7 mln 312 tys., natomiast w 2011 r. – 8 mln 153 tys. Obecnie małżeństwa (z dziećmi i bez) stanowią ponad 72% ogółu rodzin. W 2021 r. w Polsce samotnych rodziców z dziećmi było prawie 2,3 mln, w 2021 r. liczba ta była wyższa o ponad 208 tys. Małżeństwa z dziećmi stanowią 42% wszystkich rodzin. Dziesięć lat wcześniej ich liczba była niższa o 1,2 mln. Ponad pół miliona rodzin w Polsce to związki niesformalizowane. Liczba małżeństw bez dzieci w 2021 wyniosła ponad 3 mln. Od 2011 r. obserwujemy zmniejszanie się przeciętnej wielkości gospodarstw domowych – w 2011 przeciętne gospodarstwo domowe liczyło 3,24 osoby, a w 2021 – 2,99. W 2017 r. było w Polsce co

najmniej 391,7 tys. rodzin wielodzietnych, tj. posiadających więcej niż troje dzieci; liczba ta została oszacowana na podstawie liczby wydanych Kart Dużej Rodziny (MRPiPS 2017).

Jak wygląda poziom zaspokojenia potrzeb dzieci w Polsce?

Według danych UNICEF Polska znalazła się w 2020 r. na 31. miejscu na 41 krajów rozwiniętych pod kątem dobrostanu dzieci (UNICEF 2020). 72% 15-latków w Polsce w 2020 deklarowało wysoki poziom satysfakcji ze swojego życia (UNICEF 2020, 12). Jednocześnie współczynnik samobójstw w grupie osób w wieku 15–19 lat wyniósł 8,8 na 100 tys. Ponad połowa Polaków – niezależnie od tego, czy mają oni dzieci, czy nie – deklaruje, że chciałoby, by ich dzieci potrafiły walczyć o swoje sprawy (63%) i posiadały własne zdanie, nie ulegały innym (62%) (CBOS 2022). Podobny odsetek 10-latków (65%) zadeklarował w badaniu z lat 2017–2019, że bierze udział w podejmowaniu decyzji w domu (UNICEF 2020, 27). Około 13% dzieci w Polsce żyło w biedzie (UNICEF 2020, 36).

[1] GUS definiuje rodzinę jako „dwie lub większą liczbę osób, które są związane jako mąż i żona, wspólnie żyjący partnerzy (kohabitanci) – osoby płci przeciwnej lub jako rodzic i dziecko” (<https://stat.gov.pl/metainformacje/slownik-pojec/pojecia-stosowane-w-statystyce-publicznej/438,pojcie.html>, dostęp: 5.10.2023).

Jak mieszkają rodziny z dziećmi w Polsce?

48%

dzieci w wieku do 17 lat mieszka w przeludnionych mieszkaniach (OECD 2017).

63%

dzieci w badaniu prowadzonym w latach 2017–2019 deklarowało, że mieszka w okolicy, w której jest wystarczająco miejsca do zabawy (UNICEF 2020, 33).



Co daje poczucie szczęścia rodzinom?



Na pytanie o to, skąd się bierze szczęście, wcale nie ma łatwej odpowiedzi. Już greccy filozofowie zgłębiali tę kwestię i mieli na ten temat różne zdania. **Niektórzy promowali ideę hedonizmu, czyli osiągnięcia szczęścia poprzez przyjemność.**

Filozofem rozwijającym koncepcję skrajnego hedonizmu był Arystyp z Cyreny (około 435–356 p.n.e.), uczeń Sokratesa, który jednak zasłynął ze znacznego oddalenia się od poglądów swojego mentora. Zgodnie z rozwijaną przez Arystypa ideą hedonizmu głównym motywem działania ludzi jest pragnienie doświadczania przyjemności i rozkoszy zmysłowej. Na tym – zdaniem filozofa – człowiek powinien się skupić i do tego dążyć. Podejście Arystypa spotkało się szybko z krytyką innych myślicieli, np. **Platona, który zwracał uwagę na społecznie niebezpieczne skutki dążenia do przyjemności, takie jak pijaństwo czy wręcz skłonność do przestępstw, i sam rozwijał koncepcję hedonizmu racjonalnego** – biorącego pod uwagę dłuższą perspektywę czasową i konsekwencje działań mających dostarczyć przyjemności.



Współczesnym psychologom bliższa jest perspektywa Platona, w której przyjemność jest ważnym elementem budowania poczucia szczęścia, ale bynajmniej nie jedynym. Martin Seligman, psycholog zajmujący się od wielu dekad badaniem problematyki dobrostanu i poczucia szczęścia, wskazuje na **trzy warstwy, które hierarchicznie budują ogólną kondycję psychofizyczną człowieka** (Schueller i Seligman, 2010). Pierwszą warstwą, najbardziej ulotną i najmniej trwałą, jest przyjemność. **Przyjemność jest ważna, ale nie wystarczy, aby długotrwale czuć się dobrze. Drugą warstwą budującą poczucie szczęścia jest zaangażowanie w działanie – w pracę zawodową, rozwijanie pasji, robienie rzeczy, które wywołują w człowieku pozytywne emocje, takie jak radość czy duma.** Trzecią warstwą jest poczucie sensu – **że moje życie coś znaczy, niesie ze sobą jakiś sens.** To daje ludziom trwałe przekonanie o tym, że warto żyć, wstawać z łóżka każdego dnia i iść do przodu.

Z ideą trzech warstw szczęścia koresponduje inna koncepcja, rozwijana przez psychologa Daniela Gilberta. **Zgodnie z tym modelem wyróżnić możemy**

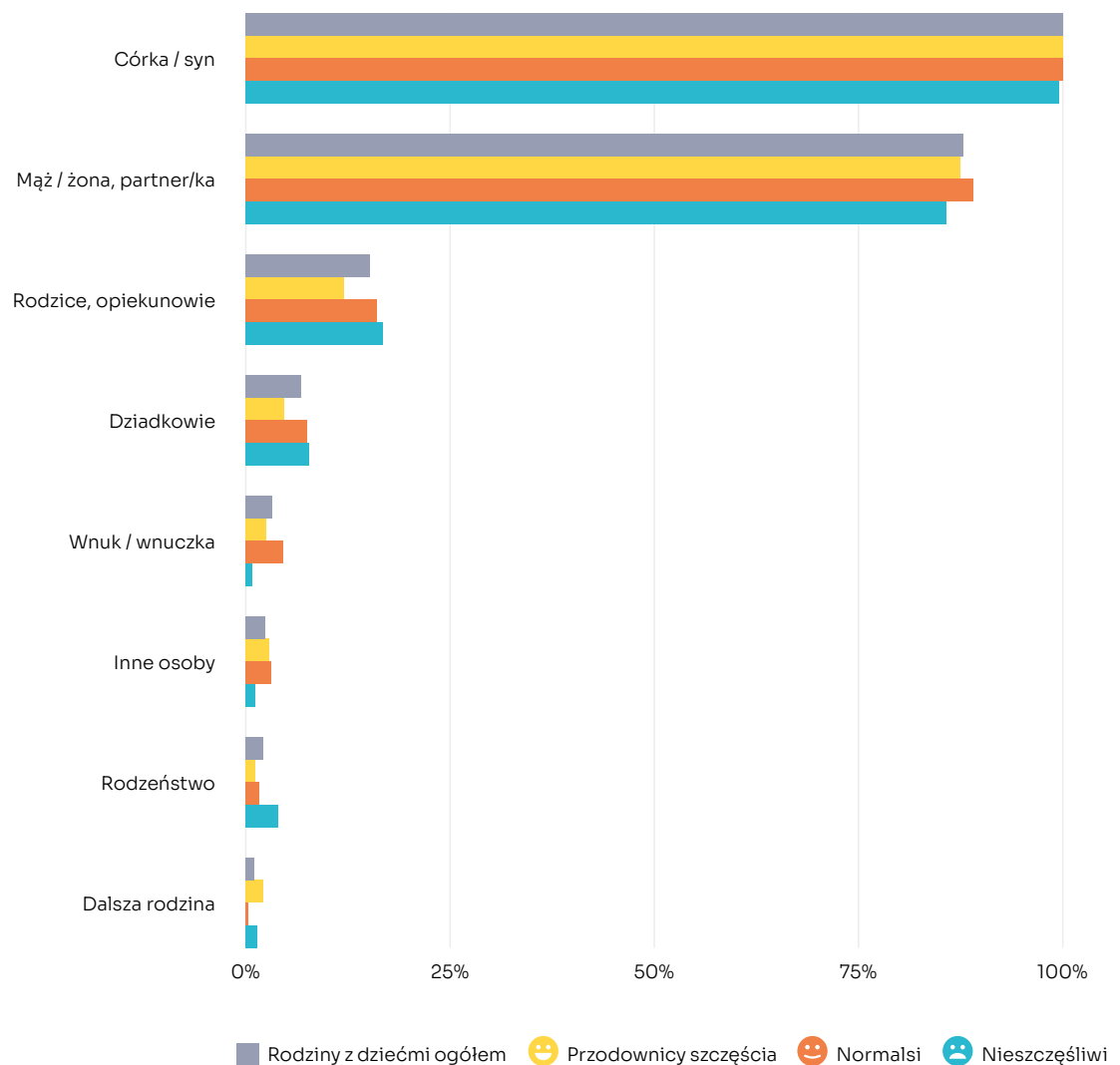
dwa źródła szczęścia – naturalne i syntetyczne.

Szczęście pochodzenia naturalnego oznacza to, co zazwyczaj ludzie rozumieją pod pojęciem szczęścia – **sytuacje, w których przydarza im się coś miłego, szczególnie z zaskoczenia.** Wygrywają los na loterii czy dostają podwyżkę, choć nawet o nią nie prosili – to przykłady takich właśnie sytuacji. Jednak szczęście spada z nieba dość rzadko i gdyby czekać wyłącznie na te momenty – jakkolwiek przyjemne by nie były – można by przeżyć znaczną część życia bez poczucia szczęścia. Gilbert wprowadza zatem pojęcie **szczęścia syntetyzowanego, czyli wyprodukowanego przez człowieka** (2004). **Proces syntetyzowania szczęścia oznacza świadomy wybór – decyzję danej osoby, że chce być szczęśliwa i organizuje sobie życie w taki sposób, aby dokładnie tak się czuć.** Zgodnie z powyższymi założeniami to, w jaki sposób zarządzamy swoim czasem i energią na co dzień, przekłada się na nasze poczucie szczęścia. Organizacja przestrzeni życiowej, aktywności osobistych, rodzinnych i zawodowych oraz czasu wolnego wydają się kluczowymi elementami składającymi się na poczucie szczęścia, zarówno na poziomie jednostkowym, jak i rodziny.

Poczucie szczęścia a otoczenie społeczne

Segment rodzin z dziećmi jest homogeniczny pod względem struktury gospodarstwa domowego. Respondenci należący do tej kategorii mieszkają ze swoimi dziećmi i przeważnie ze swoimi partnerami/partnerkami.

Z kim mieszkają przedstawiciele i przedstawicielki rodzin z dziećmi?



5%

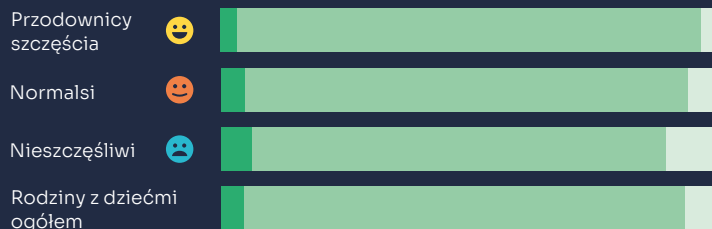
rodzin z dziećmi tworzonych jest przez singli lub singielki.

7%

osób z segmentu rodzin z dziećmi doświadczyło straty związanej ze związkiem (rozvodu, separacji, śmierci partnera/partnerki).

Samotność może mieć negatywny wpływ na poczucie szczęścia. Jednak w badanej próbie rodzin z dziećmi to doświadczenie straty (rozwód, separacja, śmierć partnera/partnerki) bardziej obniża poziom dobrostanu niż fakt bycia singlem/singielką.

Sytuacja osobista a poziom dobrostanu rodzin z dziećmi



■ Singiel/ka ■ W związku ■ Separacja, rozwód, śmierć partnera/partnerki



Dobrostan a aktywność i zaangażowanie

Wielu respondentów badania jakościowego wskazało, że miejsce zamieszkania bywa centrum rozwoju ich pasji.



Jedna z respondentek odkryła – zupełnie przypadkiem – radość z szycia na maszynie. Kiedy jej córka poprosiła o zakup spódniczki tiulowej, która sporo kosztowała, kobieta postanowiła uszyć ją sama. Idea zrobienia czegoś z niczego, co będzie oryginalne i niepowtarzalne, spodobała się jej na tyle, że pożyczyła od swojej mamy maszynę i zapisała się na kurs szycia. Obecnie respondentka szyje aktówki dla nauczycieli z klas córek oraz znajomych z pracy i zaraża swoją pasją koleżanki:

”

Jest to jakaś frajda. Nawet mam takie koleżanki, które nie szyją, mówią – nie, ja bym nie umiała zszyć niczego. Ja mówię – dasz radę, przyjdiesz, zszyjesz najprostszą rzecz, jakąś siatkę, podkładkę pod kubek, tak proste, że naprawdę każdy to zszyje. Jedną udało się zarazić, kolejną...

Uzyskane w badaniu jakościowym wyniki potwierdzają się także w badaniu ilościowym: **rodziny będące przodownikami szczęścia wykonują w swoich miejscach zamieszkania dużo więcej działań i angażują się w więcej aktywności niż rodziny, których poziom poczucia szczęścia jest niski.**

Jedynymi czynnościami, które nieszczęśliwi lubią robić w swoich domach częściej niż przodownicy szczęścia, są oglądanie telewizji i wyglądanie przez okno. Nie dziwią zatem różnice, które obserwuje się także w obszarze emocji odczuwanych przez respondentów w ich miejscach zamieszkania.

Przodownicy szczęścia częściej niż nieszczęśliwi odczuwają w swoich domach takie emocje jak: radość (10 p.p.), przyjemność (9 p.p.), relaks (8 p.p.), sympatię (6 p.p.), dumę (5 p.p.).

Co ciekawe, normalni częściej niż przodownicy szczęścia kojarzą swoje mieszkania z takimi doświadczeniami jak przyjemność, relaks, sympatia czy radość. Na podstawie tego wyniku można postawić dwa ważne wnioski:




bycie normalsem

wiąże się z bardzo pozytywnymi emocjami i dobrym, satysfakcjonującym życiem,




bycie przodownikiem szczęścia

wykracza poza odczucia przyjemności, relaksu czy radości, a koncentruje się - zgodnie z psychologicznymi modelami szczęścia - na zaangażowaniu w działanie i poczuciu sensu w odniesieniu do swojego życia i sytuacji, których doświadczamy (nawet jeśli nie zawsze są przyjemne i radosne).

Z jakimi odczuciami kojarzy Pan/i swoje codzienne miejsce zamieszkania?




	Rodziny z dziećmi ogółem			
Przyjemność	56%	39%	56%	72%
Relaks	51%	38%	51%	65%
Radość	43%	27%	41%	62%
Sympatia	34%	23%	33%	45%
Miłość	31%	26%	27%	42%
Przynależność	23%	16%	22%	30%
Duma	20%	12%	17%	32%
Nadzieja	19%	17%	16%	27%
Nuda	12%	17%	13%	4%
Obojętność	8%	11%	11%	1%
Niepokój	5%	8%	6%	1%
Trudno powiedzieć	5%	9%	4%	3%
Złość	4%	11%	3%	1%
Smutek	4%	13%	1%	0%
Z żadnymi odczuciami	4%	7%	2%	4%
Niechęć	4%	6%	4%	1%
Strach	3%	6%	4%	0%
Wstyd	3%	3%	4%	1%
Zażenowanie	3%	4%	3%	0%
Gniew	2%	5%	1%	0%
Wstręt	1%	2%	2%	0%

Aktywności, które rodziny z dziećmi lubią podejmować w domu

	Rodziny z dziećmi ogółem			
Odпочыwać	68%	61%	66%	80%
Oglądać filmy	60%	59%	57%	66%
Spać	56%	52%	55%	61%
Oglądać telewizję	55%	58%	54%	52%
Słuchać muzyki	51%	51%	46%	59%
Rozmawiać z domownikami	51%	45%	49%	60%
Gotować	49%	39%	51%	57%
Bawić się z dzieckiem / dziećmi	44%	39%	44%	50%
Spotykać się z rodziną	41%	27%	35%	66%
Uprawiać seks	40%	31%	40%	49%
Czytać książki, prasę	40%	35%	35%	53%
Opiekować się dziećmi	38%	34%	38%	42%
Sprzątać	34%	28%	35%	37%
Spotykać się ze znajomymi	31%	19%	31%	43%

Aktywności, które rodziny z dziećmi lubią podejmować w domu

c.d.

	Rodziny z dziećmi ogółem			
Opiekować się roślinami (przesadzać, podlewać itp.)	30%	26%	28%	37%
Zajmować się moim hobby	30%	25%	25%	42%
Dbać o swój wygląd	29%	21%	31%	32%
Wyglądać / patrzeć przez okno	25%	32%	20%	27%
Grać na komputerze / konsoli / telefonie / tablecie	24%	29%	21%	27%
Rozmawiać ze znajomymi, rodziną na czatach, komunikatorach	22%	25%	20%	23%
Grać w gry planszowe, karciane	22%	23%	19%	25%
Pracować	21%	16%	21%	26%
Ćwiczyć (gimnastyka, sport „domowy”)	18%	15%	15%	26%
Uczyć się	12%	11%	10%	17%
Prasować	11%	11%	8%	17%
Trudno powiedzieć	2%	1%	2%	0%
Nie ma czynności, które lubię wykonywać w moim mieszkaniu / domu	1%	1%	1%	0%
Coś innego	0%	0%	0%	0%



Aktywności poza domem

Szczęśliwe rodziny poza tym, że organizują swój dom tak, aby dawał poczucie odskoczni, bezpieczeństwa i komfortu wszystkim członkom, świadomie poszukują i podejmują różne aktywności poza domem, takie jak uczestnictwo w festynach, wystawach czy koncertach. Dzięki temu tworzą wspomnienia, które dostarczają im pozytywnych emocji i konsolidują relacje pomiędzy wszystkimi członkami rodziny.

To, co daje poczucie szczęścia wielu rodzinom, to testowanie różnych możliwości spędzania czasu, otwieranie się na nieznaną, nowe, różnorodne. Nie zawsze wszyscy członkowie rodzin – szczególnie dzieci – są na początku zadowoleni, że przychodzi weekend i znowu „trzeba coś robić”. Jednak po doświadczeniu nowych aktywności czy atrakcji oceniają je zazwyczaj pozytywnie. Jedna z respondentek tak podsumowuje rolę podejmowania nowych aktywności w budowaniu szczęścia rodzinnego:

”

Co prawda, dzieciaki mówią, że one potrzebują czasami weekendu, żeby siedzieć i nic nie robić, a ja ciągle je gdzieś wyciągam. Mam nadzieję, że kiedyś to docenią, że docenią, że nie przelatywały im te dni, tylko coś zobaczyły, coś poznały, doświadczyły. Ja sama też, patrząc na przeszłość, nie mam emocji związanych z tym, że obejrzałam jakiś tam film, to nie zostaje w pamięci, ale zostaje w pamięci jazda konna. Syn do tej pory pamięta, że strzelał. Na żaglówce, co prawda młoda wymiotowała, ale pamięta, spróbowała. I też ostatnio gdzieś oglądałam taką prelekcję psychologa, który tak to podsumował – w naszej pamięci zapisują się tylko takie rzeczy, które wywołują silne emocje; nie zapisują się błaha, takie, które «no tak, dobrze», tylko to, co nami pozytywnie lub negatywnie wstrząsnęło. **Chciałabym, żebym ja i moja rodzina miała jak najwięcej takich pozytywnych, mocnych wspomnień. I to mi daje frajdę, właśnie patrzeć, jak oni są zadowoleni i potem to wspominają, że jak mówię: «A pamiętacie, jak byliśmy w Karlskronie i tam coś widzieliśmy albo jedliśmy» – i to jest właśnie to.**

Inna rodzina biorąca udział w badaniu etnograficznym także akcentuje rolę podejmowania różnorodnych aktywności w budowaniu szczęśliwej rodziny. Respondenci mieszkający w 25-tysięcznym mieście chwalą dostęp do licznych tras rowerowych, spacerowych, a także miejsc do spływów kajakowych znajdujących się w okolicy. Rodzina często korzysta z tych możliwości i wskazuje, że przekładają się one na niższy poziom stresu, lepsze samopoczucie i ogólny dobrostan.

W historiach tej i innych szczęśliwych rodzin pojawia się także **narracja dotycząca ważnej roli bliskości natury – lasów i pól – w budowaniu komfortu psychicznego, a w konsekwencji szczęścia**. Nawet aktywność typu jazda na rowerze wraz z dziećmi daje rodzicom więcej poczucia bezpieczeństwa, gdy mogą jeździć w lesie czy po polach niż po ulicach w centrum miasta:

”

Tu [w lesie] dzieci mogą jeździć na rowerze, na hulajnogach, bo tu nie ma żadnych samochodów, żadnych motorów i dzieci mogą się tu czuć bezpiecznie.

”

Ale pod kątem spacerów, czy jazdy na rowerach nad rzeką, bo ścieżek rowerowych w Łowiczu nie ma za dużo, a bezpieczniej dla mnie jest jeździć gdzieś na drogach polnych, gdzie oni mogą też wyszaleć się. Mamy tu bliźutko zjazd.

Opisane powyżej historie ilustrują, w jaki sposób działa na człowieka praktykowanie uważności społeczno-poznawczej. Autorką koncepcji uważności społeczno-poznawczej jest profesor Uniwersytetu Harvarda – Ellen Langer. Zdaniem badaczki przez większość czasu ludzie są bezrefleksyjni, rozproszeni i jakby wyłączeni ze świadomego bycia. Przez to popełniają różne błędy, gubią rzeczy, są niezorientowani i nieprzygotowani na różne sytuacje. W konsekwencji doświadczają wielu negatywnych emocji i stają się nieszczęśliwi. Przeciwnością stanu bezrefleksyjności jest właśnie stan refleksyjności, który Langer nazywa uważnością społeczno-poznawczą (np. Lange i Moldoveanu, 2000; Pirson i in., 2015).



W jaki sposób człowiek może przejść ze stanu bezrefleksyjności do uważności? Jak pokazują liczne badania – poprzez otwartość na nowość, inność i różnorodność, a mówiąc ogólnie – poprzez uczenie się przez doświadczanie.

Dom się liczy

Szczęśliwe rodziny są otwarte na zmianę swojego miejsca zamieszkania, jeśli nie odpowiada ono ich potrzebom.



Przykładem może być historia rodziny opowiedziana przez 42-letnią respondentkę, mężatkę z 2 dziećmi, mieszkającą w Gdyni. **Rodzina niedawno się przeprowadziła do nowego lokum, głównie dlatego, by być bliżej mamy respondentki, jednak zmiana przyniosła także wiele innych korzyści.** Niedaleko nowego mieszkania znajduje się wiele miejsc, które sprzyjają aktywności i działaniom. Bliskość lasu zachęca do spacerów, basen z sauną do pływania i relaksu.

Respondentka korzysta także z zajęć aqua aerobiku, na które uczęszcza z córką. Obecność ośrodka wodnego w sąsiedztwie znacząco zmieniła życie rodziny. Jak wskazała sama respondentka:

”

No i odkryłyśmy, że tam jest ten aqua aerobik i są seanse saunowe. Tam dodają tych zapachów, mentol, który nam oczyszcza te zatoki. Okazało się, że moja córka też bardzo lubi saunować, a jest taka malutka. **To tak nam dodaje energii i po prostu to jest taka rzecz, która mi sprawia megafrajdę.** Naprawdę nie zdawałam sobie sprawy, że człowiek po takim seansie odżywa... Jeden raz w tygodniu tak naprawdę, a ciężko mi jest ten czas wygospodarować.

Nie tylko własna historia przeprowadzki utwierdza respondentkę w przekonaniu o tym, jak ważne i warte wysiłku są zmiany. Opowiedziała także historię rodziny swojej siostry, która przeprowadziła się jakiś czas temu do dużego domu poza miasto. Rodzina zyskała nie tylko więcej przestrzeni, ciszy i spokoju, ale zmiana środowiska przyczyniła się do rozkwitu szkolnych sukcesów dzieci. Wszyscy członkowie rodziny odżyli i stali się bardziej spokojni, zrelaksowani:

”

Całkowicie odżyła. Siostra skorzystała przy okazji, zyskując miejsce na swoją pasję – szydełkowanie. Szwagier jest spokojniejszy, bardziej zrelaksowany. **Jest im tam tak dobrze, że ciężko ich wyciągnąć do miasta. Mają świeże powietrze i spokój. To ich uszczęśliwia.**



Jak ważna jest własna przestrzeń i w jak ogromnym stopniu może wpływać na poczucie szczęścia, przekonał się także inny uczestnik badania etnograficznego – 34-letni mąż i ojciec dwóch synów – który wraz z rodziną przeprowadził się niedawno do wybudowanego przez siebie domu. Rodzina opuściła 38-metrową kawalerkę i zamieszkała w domu z podwórką o powierzchni 2000 metrów kwadratowych. Choć obejście domu nie jest jeszcze w pełni wykończone – i przysparza kłopotów, szczególnie gdy pogoda nie dopisuje – to jednak członkowie rodziny w ogromnym stopniu odczuli przeprowadzkę na plus. **Więcej przestrzeni przełożyło się na mniej konfliktów, więcej swobody dla każdego członka rodziny, a także mniej wysiłku i rygoru, by utrzymać porządek i czystość. Istotne znaczenie ma też duże podwórkę, będące ogródkiem z bramką do grania w piłkę nożną, domkiem, hamakiem, latem z basenem.**

Dzięki większej przestrzeni w domu i w ogrodzie w życiu rodziny nastąpił rozkwit relacji towarzyskich. Synowie zapraszają znajomych, zawierają nowe przyjaźnie. Podobnie rodzice – dom jest otwarty, odbywają się w nim liczne imprezy i spotkania, co pozwala odbudować lub zacieśnić przyjaźnie nadszarpnięte podczas covidowego lockdownu. Dom dał też większe poczucie swobody –

zarówno jeśli chodzi o funkcjonowanie członków rodziny pod jednym dachem, jak i w stosunku do sąsiadów – są na tyle daleko, że rodzina nie ma poczucia przeszkadzania innym w trakcie spotkań towarzyskich.

Ogród nie tylko daje możliwości spędzania czasu ze znajomymi, np. podczas grillowania, ale także jest źródłem innych uszczęśliwiających doświadczeń. Dbanie o rośliny, koszenie trawy, uprawianie warzyw, a także obserwowanie, jak dzięki własnemu wysiłkowi ogród się staje piękniejszy – jest ogromnym źródłem radości, satysfakcji i poczucia spełnienia:



Na przykład grillowanie. W bloku na balkonie [nie ma] za bardzo jak pogrillować, pochillować. Tu jest hamak, można sobie na hamaku poleżeć i to też jest jakaś aktywność chociaż leżąca, ale nogą trzeba się bujnąć. To koszenie trawy – fizycznie się człowiek zmęczy, ale też jest satysfakcja, że rośnie, te rośliny się rozwijają, ładnie to wygląda. Chłopaki mogą sobie tutaj pograć w piłkę i to jest taka aktywność wiodąca ta pielęgnacja zieleni, gdzie najwięcej czasu na to poświęcamy.

Podział oferty domów ze względu na powierzchnię działki

Karolina Klimaszewska
starsza analityczka Otodom

W sierpniu 2023 r. na portalu Otodom najliczniejszą grupę ofert stanowiły domy na sprzedaż na działce do 500 mkw. (36,7%), kolejne 40% z nich jest usytuowanych na terenie od 500 do 1500 mkw., a dopiero prawie co dziesiąte ogłoszenie (8,9%) oferuje większą powierzchnię do 2,5 tys. mkw.

Wśród wszystkich województw oferty domów z mniejszymi działkami, tj. do 500 mkw. najczęściej można było spotkać w woj. wielkopolskim, mazowieckim, pomorskim oraz dołnośląskim.

Za to domy na działkach w przedziale 1,5-2,5 tys. mkw. stanowią dużą część oferty w województwie kujawsko-pomorskim, lubuskim i warmińsko-mazurskim.

	dołnośląskie	kujawsko-pomorskie	lubelskie	lubuskie	łódzkie	małopolskie	mazowieckie
<300 m	27%	12%	12%	8%	8%	16%	22%
301-500 m	17%	14%	16%	18%	16%	19%	19%
501-750 m	13%	15%	15%	14%	18%	15%	15%
751-1000 m	11%	17%	15%	10%	14%	14%	13%
1001-1500 m	13%	17%	14%	12%	17%	13%	13%
1501-2500 m	8%	10%	11%	13%	11%	9%	8%
2501-5000 m	6%	8%	10%	13%	9%	7%	5%
>5000 m	5%	6%	7%	11%	7%	5%	4%



opolskie	podkarpackie	podlaskie	pomorskie	śląskie	świętokrzyskie	warmińsko-mazurskie	wielkopolskie	zachodniopomorskie
12%	20%	15%	20%	15%	5%	9%	27%	16%
13%	12%	16%	21%	17%	11%	12%	25%	18%
16%	13%	15%	17%	18%	13%	12%	14%	16%
17%	15%	11%	14%	16%	16%	12%	12%	13%
14%	14%	11%	13%	14%	15%	16%	9%	14%
13%	11%	10%	7%	10%	11%	13%	5%	9%
9%	9%	10%	5%	5%	12%	12%	4%	7%
7%	6%	11%	3%	4%	17%	14%	4%	7%

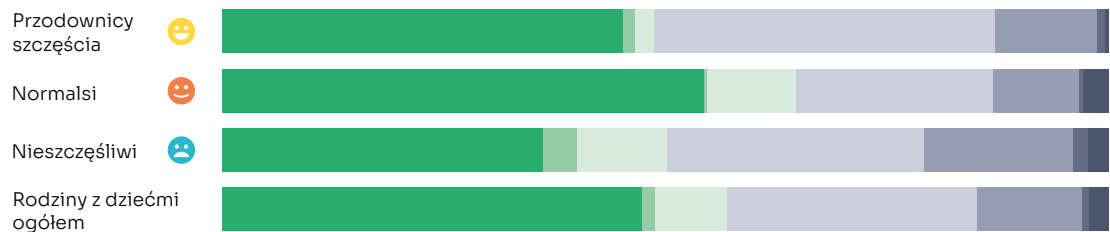
Zadowolenie z miejsca zamieszkania a poziom dobrostanu

Tytuł prawny do zajmowanego mieszkania

Trzy czwarte przedstawicieli rodzin z dziećmi mieszka w mieszkaniu lub domu, który jest ich własnością. Jedynie nieco ponad 13% wynajmuje mieszkanie lub dom. Bycie właścicielem domu lub mieszkania, które zajmuje się wraz z rodziną, pozytywnie wpływa na dobrostan. Znaczącą różnicę obserwujemy wśród osób, które mieszkają u kogoś

gościnnie, nie pokrywając kosztów swojego pobytu. Różnica między przodownikami szczęścia a nieszczęśliwymi w tym aspekcie wynosi prawie 8 p.p. (na rzecz tych ostatnich). Brak konieczności płacenia za mieszkanie dla rodzin z dziećmi, jak w przypadku rodzin mieszkających u kogoś bezpłatnie, wcale nie jest źródłem dobrostanu. Można założyć, że sytuacje te wynikają raczej z konieczności, głównie ekonomicznej, a nie z wyboru rodziców i dzieci.

Sytuacja mieszkaniowa a poziom dobrostanu rodzin z dziećmi



- Jestem właścicielem / właścicielką / współwłaścicielem / współwłaścicielką domu / części domu
- Wynajmuję dom / część domu
- Mieszkam bezpłatnie (gościnnie) w domu / części domu
- Jestem właścicielem / właścicielką / współwłaścicielem / współwłaścicielką mieszkania
- Wynajmuję mieszkanie / część mieszkania
- Mieszkam bezpłatnie (gościnnie) w mieszkaniu / części mieszkania
- Inna sytuacja

Metraż mieszkania

Rodziny, które mają obniżony poziom poczucia szczęścia, mieszkają w średnio najmniejszych lokalach, jednak normalni zamieszkują większe powierzchnie niż przodownicy szczęścia, a ich poczucie szczęścia jest niższe. Większy metraż może zatem działać podobnie jak w przypadku dochodów. Jeśli jest za mały – przekłada się na dyskomfort i odbiera szczęście, jednak po osiągnięciu pewnego poziomu metrażu, dającego komfort mieszkańcom, już nie metraż, a inne czynniki dokładają kolejne cegiełki do poczucia szczęścia.

Dokładny rozkład metrażu mieszkania respondentów reprezentujących różne poziomy poczucia szczęścia prezentowany jest na wykresie.

Średnia powierzchnia mieszkaniowa respondentów reprezentujących poszczególne poziomy poczucia szczęścia (mkw.)



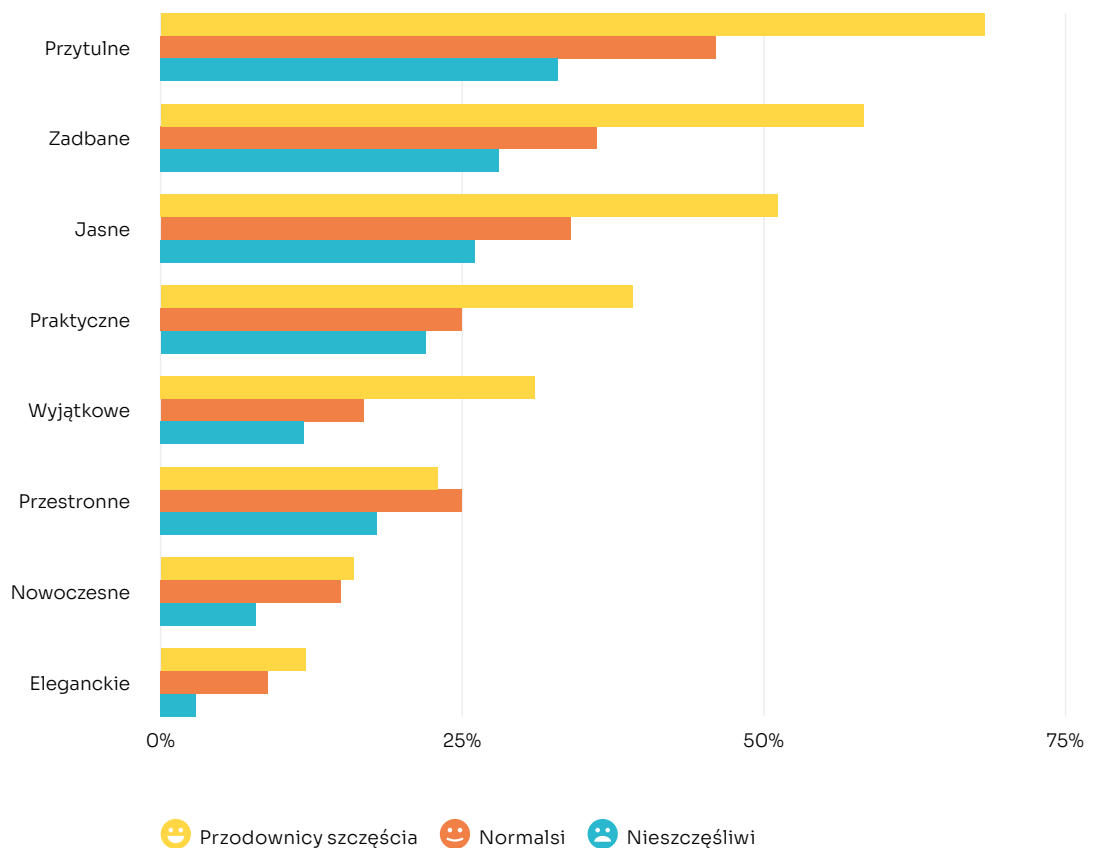
Zadowolenie z miejsca zamieszkania

To, co zdaje się znacząco przekładać na poczucie szczęścia, to dbanie o to, co się ma – o swój dom. Rodziny reprezentujące najwyższy poziom szczęścia istotnie częściej niż rodziny nieszczęśliwe angażują się w czynności, których celem jest zadbanie o swoje miejsca zamieszkania. Dla przykładu w okresie od stycznia 2022 r. **aż 65% przodowników szczęścia dokonała zmiany lub uzupełnienia mebli w swoich domach – dla porównania – tylko 45% nieszczęśliwych podjęła się takiego działania. Podobnie jeśli chodzi o uzupełnienie elementów dekoracji wnętrz – aż 74% przodowników szczęścia dokonała takich zmian, wśród rodzin nieszczęśliwych tylko 47%.**

Zgodnie z powiedzeniem „Jak się dba, tak się ma”, działania te realnie przekładają się potem na wygląd wnętrz i ich ocenę ze strony mieszkańców. Przodownicy szczęścia oceniają swoje miejsca zamieszkania istotnie lepiej niż nieszczęśliwi. Zdaniem przodowników szczęścia ich mieszkania są: zadbane, przytulne, jasne, wyjątkowe i praktyczne.

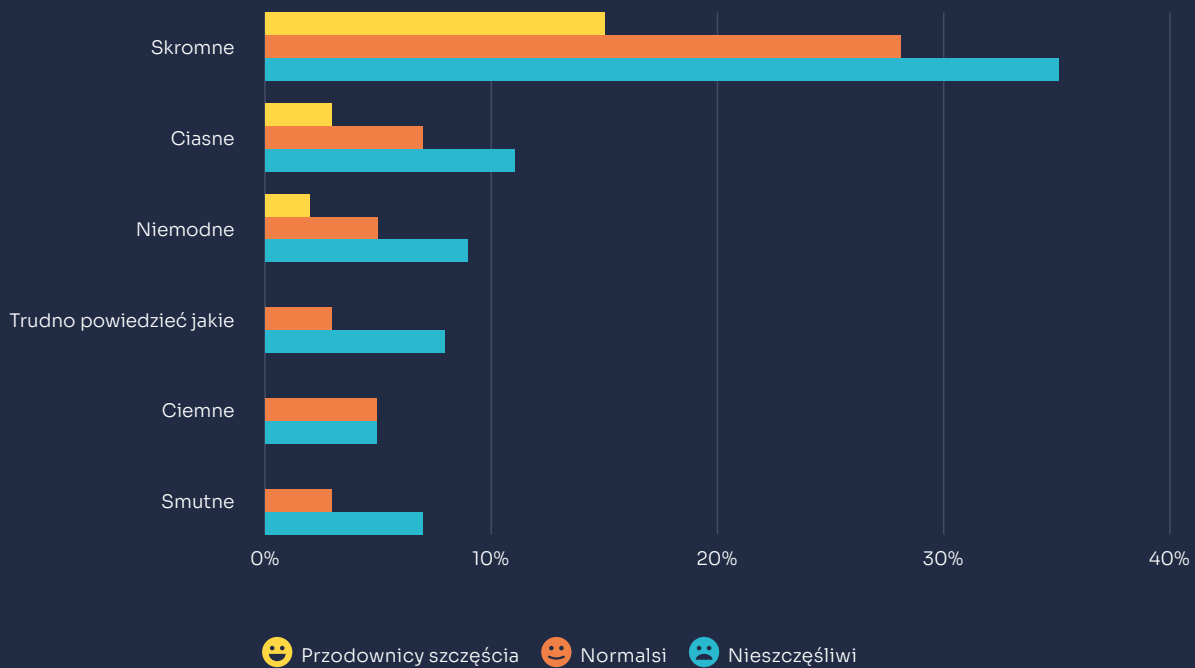
Tymczasem osoby nieszczęśliwe częściej niż przodownicy szczęścia oceniają swoje miejsca zamieszkania negatywnie. Znacznie częściej niż badani mający wysoki poziom poczucia szczęścia wskazywali takie cechy swoich mieszkań, jak: skromne, ciasne, niemodne, trudno powiedzieć jakie, ciemne i smutne.

Atrybuty miejsca zamieszkania wskazywane częściej przez przodowników szczęścia niż nieszczęśliwych





Atrybuty mieszkania wskazywane częściej przez nieszczęśliwych niż przodowników szczęścia



Rodziny z dziećmi osiągają nieco lepsze wyniki na skali psychologicznej oceny miejsca zamieszkania niż samodzielni młodzi dorośli, ale gorsze niż silwersi.

Psychologiczna ocena miejsca zamieszkania w podziale na segmenty wyróżnione ze względu na fazę życia



Psychologiczną ocenę miejsca zamieszkania mierzyliśmy, korzystając z 5-punktowej skali, w której wartości 1 odpowiadała odpowiedź „Zdecydowanie się nie zgadzam”, a wartości 5 odpowiedź – „Zdecydowanie się zgadzam”.



■ Młodzi dorośli samodzielni ■ Rodziny z dziećmi ■ Silwersi

Czego brakuje rodzinom z dziećmi w ich mieszkaniach

Ponad połowa respondentów deklaruje, że nie brakuje im niczego, przy czym im wyższy poziom dobrostanu wśród rodzin z dziećmi, tym większa skłonność do udzielania takiej

odpowiedzi. Aspektem, na który zwraca uwagę reszta badanych, jest potrzeba większej przestrzeni w mieszkaniu. Niesatysfakcjonująca wielkość mieszkań to problem, z jakim zmagają się Polacy od lat. W Polsce na jedną osobę przypada średnio 1,1 izby, podczas gdy średnia europejska to 1,6 (Eurostat 2022).

Czy czegoś panu/i brakuje w pana/i codziennym miejscu zamieszkania?

	Rodziny z dziećmi ogółem			
Niczego	57%	49%	58%	63%
Potrzeba przestrzeni/przestronności	19%	25%	16%	19%
Potrzeba elementów wyposażenia mieszkania/domu	7%	10%	9%	3%
Potrzeba dodatkowych pomieszczeń	7%	4%	8%	8%
Potrzeba remontu/odświeżenia/tuningu	3%	6%	2%	3%
Potrzeba lepszej funkcjonalności	2%	1%	4%	1%
Potrzeba dodatkowych funkcji mieszkania (bezpieczeństwo, intymność)	2%	2%	2%	2%
Potrzeba lepszej infrastruktury w okolicy	1%	2%	1%	0%
Potrzeba doświetlenia	1%	1%	0%	1%

Dostępność mieszkań na sprzedaż i wynajem według liczby pokoi i metrażu

Karolina Klimaszewska

starsza analityczka Otodom

Zgodnie z europejskimi standardami*, każde gospodarstwo domowe powinno mieć przynajmniej jeden wspólny pokój dla wszystkich członków rodziny oraz:

- pokój dla każdej pary,
- pokój dla każdego członka powyżej 18 r.ż.,
- pokój dla dwójki dzieci tej samej płci w wieku od 12 do 17 lat,
- pokój dla dziecka w wieku od 12 do 17 lat (jeśli nie została uwzględniona w powyżej),
- pokój dla dwójki dzieci poniżej 12 roku życia.

Oferta w podziale na pokoje	Najem	Sprzedaż
1	19,0%	9,5%
2	49,7%	38,2%
3	24,7%	36,5%
4	5,2%	13,1%
5	1,0%	1,9%
6	0,3%	0,7%

Oferta w podziale na metraż (mkw.)	Najem	Sprzedaż
0-20	2,8%	0,5%
21-30	10,0%	5,4%
31-40	22,5%	16,0%
41-50	24,8%	22,4%
51-60	16,4%	20,5%
61-70	9,2%	14,9%
71-80	4,8%	8,0%
>80	9,4%	12,1%

* https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Glossary:Overcrowding_rate



Skoro przeciętna liczba osób w gospodarstwie domowym to 3 osoby (2+1), to powinny one zamieszkiwać 3-pokojową nieruchomość.

Według danych Otodom w sierpniu 2023 r. tego typu lokale na sprzedaż stanowiły 36,5% całej oferty. Prawie 70% z nich stanowiły mieszkania o metrażu 50-70 mkw. W przypadku najmu, gdzie mieszkania 3-pokojowe to niecałe 25% oferty, tylko 55% lokali miało taką powierzchnię.

Oznacza to, że aby żyć komfortowo w odpowiedniej wielkości pokojach, rodziny z dziećmi poprzez niewystarczającą ofertę większych mieszkań na wynajem mogą być wypychane z rynku najmu do własnych nieruchomości.

Oferowane mieszkania na wynajem są mniejsze niż te na sprzedaż.

22,5% ofert najmu to lokale o powierzchni 31-40 mkw. Wśród ogłoszeń na sprzedaż stanowią one 16% wszystkich dostępnych.

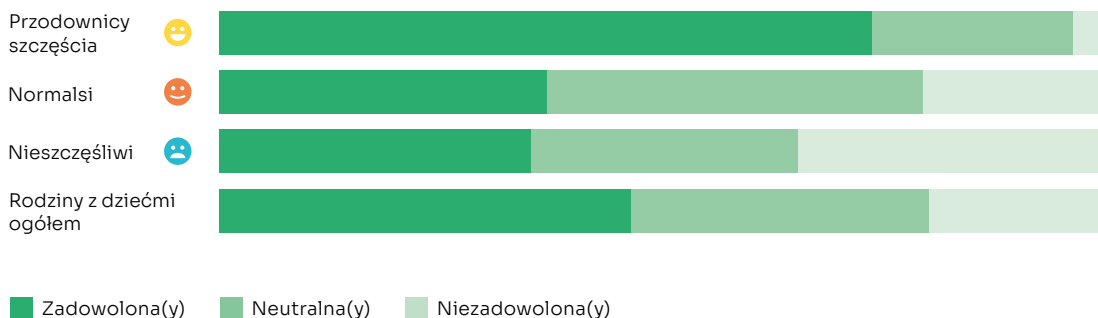
3- pokojowe mieszkania od 41 do 50 mkw. to ok. jedna czwarta wszystkich dostępnych ofert zarówno w przypadku sprzedaży, jak i najmu. Za to większe metraże lokali „od 51 do 60 mkw.” stanowią 20,5% ofert sprzedaży, a najmu – 16,5%.

Metraże 3-pokojowych mieszkań	Najem	Sprzedaż
0-20	0,2%	0,0%
21-30	0,0%	0,0%
31-40	0,5%	0,5%
41-50	12,3%	11,4%
51-60	28,9%	37,8%
61-70	27,5%	31,0%
71-80	14,1%	11,1%
>80	16,6%	8,2%




Zadowolenie z okolicy zamieszkania

Tak samo jak w przypadku silversów i młodych dorosłych dostrzegamy korelację między zadowoleniem z okolicy zamieszkania a poziomem dobrostanu rodzin z dziećmi. Wśród przodowników szczęścia jest ponad dwa razy więcej osób zadowolonych z okolicy zamieszkania niż wśród nieszczęśliwych, niezadowolonych jest natomiast aż 8 razy więcej wśród nieszczęśliwych w porównaniu do przodowników szczęścia.

Zadowolenie z okolicy miejsca zamieszkania a poziom dobrostanu rodzin z dziećmi



Czynniki wpływające pozytywnie na poczucie szczęścia rodzin z dziećmi w okolicy miejsca zamieszkania

	Rodziny z dziećmi ogółem			
Ekologia (tereny zielone, hałas, czystość powietrza)	42%	39%	43%	44%
Bezpieczeństwo	39%	34%	40%	43%
Dostępność sklepów	28%	29%	26%	29%
Infrastruktura dla dzieci (szkoły, przedszkola, żłobki, place zabaw)	27%	25%	27%	30%
Relacje sąsiedzkie / wspólnota	25%	24%	21%	33%
Komunikacja miejska i dojazd	21%	26%	14%	28%
Koszty życia	21%	19%	23%	17%
Zadbanie i czystość	17%	15%	16%	21%
Dostęp do miejsc, gdzie można spędzić czas na uprawianiu sportu	14%	6%	16%	17%
Dostęp do służby zdrowia	14%	15%	13%	13%
Infrastruktura dla zwierząt	8%	6%	9%	8%
Żadne aspekty	6%	9%	8%	0%
Dostęp do rozrywki i atrakcji kulturalnych	4%	6%	4%	4%
Inne	2%	1%	2%	3%



Czynniki wpływające pozytywnie na poczucie szczęścia rodzin z dziećmi w okolicy miejsca zamieszkania w poszczególnych województwach

	dolnośląskie	kujaawsko-pomorskie	lubelskie	lubuskie	łódzkie	małopolskie	mazowieckie
Bezpieczeństwo	40%	40%	43%	41%	47%	45%	41%
Relacje sąsiedzkie / wspólnota	36%	21%	10%	30%	28%	28%	29%
Ekologia (tereny zielone, hałas, czystość powietrza)	36%	43%	57%	50%	43%	34%	44%
Zadbanie i czystość	28%	20%	10%	17%	25%	7%	15%
Komunikacja miejska i dojazd	30%	13%	14%	14%	23%	18%	12%
Dostępność sklepów	36%	21%	25%	36%	32%	26%	21%
Koszty życia	13%	24%	33%	14%	15%	24%	31%
Infrastruktura dla dzieci (szkoły, przedszkola, żłobki, place zabaw)	23%	23%	20%	18%	25%	22%	12%
Infrastruktura dla zwierząt	6%	11%	6%	13%	6%	8%	9%
Dostęp do miejsc, gdzie można spędzić czas na uprawianiu sportu	9%	19%	18%	18%	11%	14%	11%
Dostęp do służby zdrowia	9%	12%	20%	18%	17%	10%	18%
Dostęp do rozrywki i atrakcji kulturalnych	4%	1%	2%	13%	8%	5%	3%
Inne	0%	0%	0%	0%	6%	4%	3%
Żadne aspekty	4%	15%	6%	0%	2%	8%	8%

opolskie	podkarpackie	podlaskie	pomorskie	śląskie	świętokrzyskie	warmińsko-mazurskie	wielkopolskie	zachodniopomorskie
38%	46%	23%	35%	48%	27%	16%	37%	21%
30%	27%	35%	9%	26%	28%	7%	28%	25%
50%	45%	31%	39%	46%	50%	36%	38%	45%
24%	12%	19%	9%	20%	31%	23%	20%	7%
20%	19%	19%	29%	23%	30%	26%	22%	32%
15%	29%	19%	25%	23%	31%	50%	28%	46%
20%	20%	12%	29%	12%	13%	10%	15%	31%
43%	46%	27%	35%	33%	48%	58%	21%	25%
10%	14%	0%	13%	2%	0%	10%	11%	4%
10%	11%	4%	19%	14%	10%	16%	21%	4%
5%	15%	12%	15%	13%	17%	23%	11%	4%
0%	5%	4%	4%	3%	0%	10%	7%	0%
0%	0%	0%	4%	3%	0%	0%	4%	0%
0%	0%	15%	7%	6%	0%	0%	7%	7%



Czynniki wpływające negatywnie na poczucie szczęścia rodzin z dziećmi w okolicy miejsca zamieszkania

	Rodziny z dziećmi ogółem			
Komunikacja miejska i dojazd	27%	29%	31%	19%
Dostęp do rozrywki i atrakcji kulturalnych	25%	27%	29%	16%
Żadne aspekty	24%	22%	18%	37%
Koszty życia	21%	24%	19%	23%
Dostęp do służby zdrowia	19%	21%	20%	14%
Dostępność sklepów	17%	17%	22%	9%
Relacje sąsiedzkie / wspólnota	16%	23%	15%	8%
Zadbanie i czystość	13%	9%	13%	17%
Bezpieczeństwo	11%	9%	13%	10%
Dostęp do miejsc, gdzie można spędzić czas na uprawianiu sportu	11%	8%	13%	9%
Ekologia (tereny zielone, hałas, czystość powietrza)	10%	12%	11%	7%
Infrastruktura dla zwierząt	9%	8%	8%	10%
Infrastruktura dla dzieci (szkoły, przedszkola, żłobki, place zabaw)	8%	8%	10%	6%
Inne	1%	1%	1%	1%

Czynniki wpływające negatywnie na poczucie szczęścia rodzin z dziećmi w okolicy miejsca zamieszkania w poszczególnych województwach

	dolnośląskie	kujawsko-pomorskie	lubelskie	lubuskie	łódzkie	małopolskie	mazowieckie
Bezpieczeństwo	13%	17%	10%	9%	11%	8%	3%
Relacje sąsiedzkie / wspólnota	13%	23%	14%	17%	21%	26%	18%
Ekologia (tereny zielone, hałas, czystość powietrza)	15%	5%	8%	18%	13%	10%	8%
Zadbanie i czystość	9%	17%	14%	14%	8%	5%	11%
Komunikacja miejska i dojazd	38%	32%	27%	17%	34%	37%	29%
Dostępność sklepów	30%	13%	18%	0%	9%	31%	25%
Koszty życia	26%	23%	16%	23%	36%	23%	11%
Infrastruktura dla dzieci (szkoły, przedszkola, żłobki, place zabaw)	2%	4%	12%	4%	13%	5%	12%
Infrastruktura dla zwierząt	8%	17%	8%	9%	13%	5%	2%
Dostęp do miejsc, gdzie można spędzić czas na uprawianiu sportu	9%	16%	14%	4%	2%	15%	8%
Dostęp do służby zdrowia	23%	20%	10%	18%	23%	26%	25%
Dostęp do rozrywki i atrakcji kulturalnych	17%	28%	25%	17%	30%	31%	29%
Inne	0%	3%	0%	0%	0%	1%	1%
Żadne aspekty	23%	20%	22%	27%	15%	11%	24%

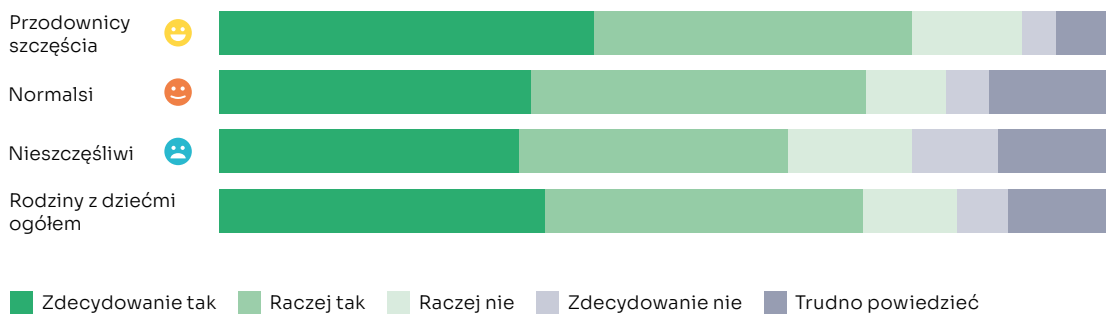
opolskie	podkarpackie	podlaskie	pomorskie	śląskie	świętokrzyskie	warmińsko-mazurskie	wielkopolskie	zachodniopomorskie
5%	9%	11%	16%	5%	7%	10%	21%	21%
14%	11%	8%	15%	15%	7%	10%	10%	21%
10%	19%	8%	10%	14%	7%	10%	6%	4%
19%	8%	8%	24%	7%	7%	19%	21%	25%
30%	29%	15%	23%	23%	3%	36%	24%	14%
30%	18%	15%	12%	13%	17%	19%	9%	4%
33%	38%	15%	22%	11%	27%	16%	21%	21%
15%	8%	19%	7%	7%	10%	19%	4%	0%
5%	6%	4%	20%	1%	7%	7%	10%	25%
0%	15%	12%	17%	10%	7%	3%	10%	7%
20%	19%	4%	22%	13%	28%	19%	14%	7%
20%	29%	23%	28%	20%	31%	23%	19%	18%
0%	0%	8%	0%	0%	0%	10%	0%	0%
5%	17%	35%	20%	39%	31%	23%	30%	29%

Zmiana miejsca zamieszkania

Dla niemal trzech czwartych rodzin z dziećmi obecne miejsce zamieszkania jest tym docelowym. Widać jednak różnicę w opiniach na ten temat wśród rodzin z dziećmi o zróżnicowanym dobrostanie.

Przodownicy szczęścia najczęściej deklarują, że obecny dom jest ich miejscem docelowym, wynik normalistów jest niższy o 5 p.p., natomiast różnica między nieszczęśliwymi a przodownikami szczęścia wynosi aż 14,1 p.p. Normalisi i nieszczęśliwi częściej też niż przodownicy szczęścia wybierali odpowiedź „trudno powiedzieć”, co sugeruje, że mogą doświadczać niepewności związanej z domem, czyli przestrzenią mającą zaspokajać podstawowe potrzeby ludzi, takie jak choćby potrzeba schronienia czy niezakłóconego odpoczynku.

Czy obecne mieszkanie/obecny dom jest dla Pana/Pani miejscem docelowym?

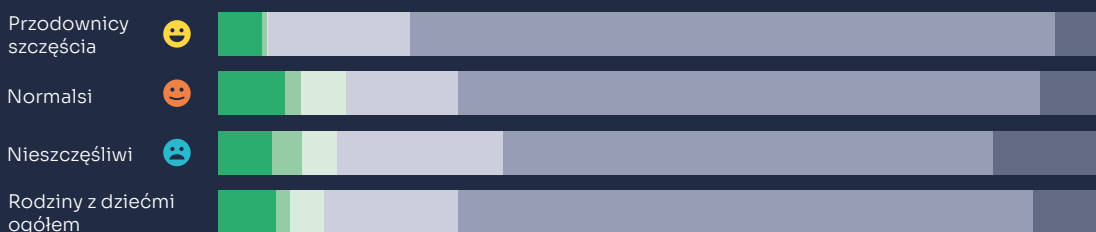


Większość rodzin z dziećmi nie zmieniła od początku 2022 r. swojego miejsca zamieszkania i nie zamierza go zmieniać. Przodownicy szczęścia w badanej próbie nie mają konkretnych planów przeprowadzki,

inaczej niż normalisi i nieszczęśliwi – wśród tych dwóch grup odpowiednio 6,9% oraz 6,4% przeprowadzi się do końca 2023 (wie już, gdzie będą mieszkać) lub aktywnie szuka nowego lokum.






Doświadczenia i plany związane ze zmianą miejsca zamieszkania a poziom dobrostanu rodzin z dziećmi






- Tak, zmieniłem / zmieniłam
- Nie, ale przeprowadzę się do końca 2023 roku i wiem, gdzie będę mieszkał / mieszkała
- Nie, ale aktywnie szukam
- Nie, ale myślę o zmianie w ciągu najbliższych 2 lat
- Nie i nie zamierzam zmieniać
- Żadne z powyższych

Jakie aspekty okolicy brane są pod uwagę przez rodziny z dziećmi przy wyborze nowego mieszkania? Na co zwracaliby uwagę, mając szansę wybrać swoje mieszkanie na nowo? Rodziny z dziećmi przywiązują wagę do tych aspektów okolicy, które będą ułatwiać im codzienne życie wraz z dziećmi, a także zapewniają zdrowie i bezpieczeństwo mieszkańcom. Nie dziwi zatem, że najwyższe odsetki wskazań uzyskały tutaj takie odpowiedzi jak bezpieczeństwo okolicy (42,1%), odległość od miejsca pracy (38,8%), tereny zielone (38,3%), ogród (37,7%), jakość powietrza (33,8%), balkon (29,5%) i drogi dojazdowe (29%).




Aspekty brane pod uwagę przy poszukiwaniu nowego miejsca zamieszkania (1/3)

	Rodziny z dziećmi ogółem			
Bezpieczeństwo okolicy	42%	37%	43%	46%
Odległość do miejsca pracy	39%	32%	37%	49%
Tereny zielone (skwery, parki, lasy)	38%	38%	35%	44%
Ogród	38%	29%	40%	42%
Jakość powietrza	34%	22%	36%	41%
Widok z okna	30%	27%	29%	34%
Balkon	30%	29%	31%	28%
Drogi dojazdowe	29%	30%	28%	30%
Nasłonecznienie mieszkania	29%	18%	29%	38%
Miejsce parkingowe / garaż	28%	27%	26%	33%
Porządek i zadbanie otoczenia	28%	21%	29%	32%
Poziom głośności w okolicy	25%	22%	24%	30%
Odległość od centrum	24%	22%	24%	27%
Osoby mieszkające w sąsiedztwie	23%	23%	22%	26%

Aspekty brane pod uwagę przy poszukiwaniu nowego miejsca zamieszkania (2/3)

	Rodziny z dziećmi ogółem			
Możliwość załatwienia bieżących spraw lokalnie (np. zakupy, sprawy urzędowe)	23%	28%	20%	26%
Placówki zdrowotne	23%	24%	22%	24%
Place zabaw	23%	22%	20%	28%
Taras	22%	24%	20%	26%
Rodzaj zabudowy	21%	19%	19%	29%
Skomunikowanie transportem publicznym (pociągi, autobusy, tramwaje)	21%	23%	20%	23%
Placówki edukacyjne	18%	18%	17%	21%
Warunki do spacerów z psem lub kotem	16%	14%	16%	16%
Lokalne usługi (np.: sklepy, szewc, fryzjer, kosmetyczka, krawcowa)	14%	17%	11%	18%
Bazary ze świeżymi produktami	14%	10%	17%	12%
Ścieżki dla pieszych	14%	14%	15%	10%
Izolacja akustyczna mieszkania	11%	11%	13%	8%
Dostęp do rozrywki i kultury (restauracje, bary, kina, teatry)	10%	10%	9%	11%
Pomieszczenie użytkowe (schowek)	10%	11%	9%	10%

Aspekty brane pod uwagę przy poszukiwaniu nowego miejsca zamieszkania (3/3)

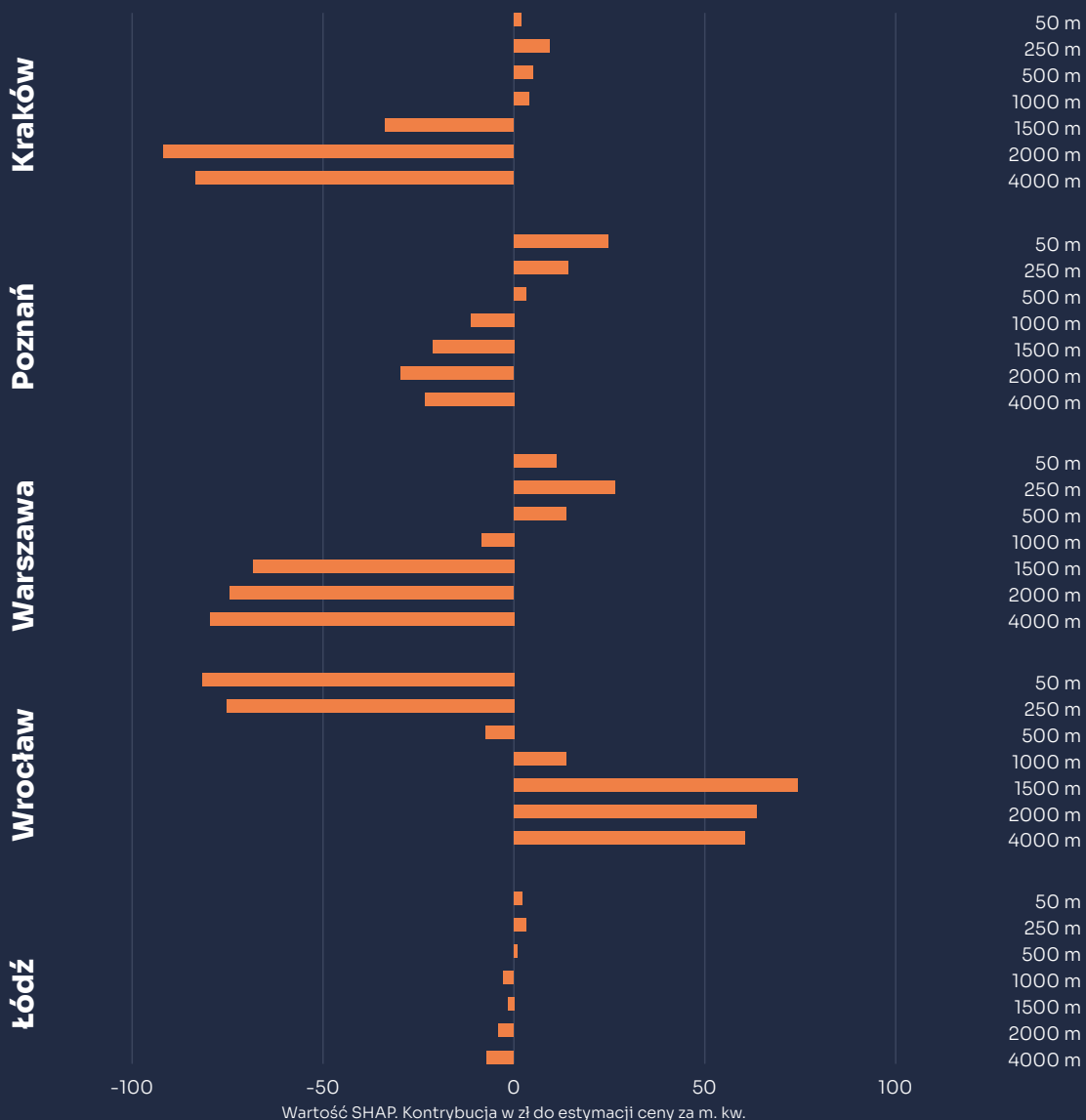
	Rodziny z dziećmi ogółem			
Trasy rowerowe	10%	8%	12%	7%
Ekologiczne rozwiązania (np. panele słoneczne, pompa ciepła)	9%	7%	11%	8%
Wygląd okolicznych budynków	9%	12%	8%	8%
Przestrzeń wspólna, która sprzyja budowaniu relacji sąsiedzkich (ławki, stoliki, patio)	9%	12%	6%	10%
Komórka lokatorska / piwnica	9%	10%	9%	7%
Winda	8%	6%	7%	9%
Ochrona budynku (monitoring, osiedle ogrodzone, ochrona)	8%	11%	6%	7%
Klimatyzacja	7%	8%	8%	6%
Nowoczesne technologie (smart home)	6%	4%	6%	8%
Dostęp do miejsc sportu i rekreacji (np. kluby fitness, ścianki wspinaczkowe)	6%	4%	6%	7%
Miejsca samorozwoju (np. świetlica, warsztaty, zajęcia pozalekcyjne, biblioteka)	6%	4%	7%	5%
Udogodnienia dla osób z niepełnosprawnościami	5%	8%	3%	7%
Sklepy ze zdrową żywnością	4%	6%	4%	4%
Inne	2%	4%	1%	0%



Bliskość parków, obiektów sportowych i placówek edukacyjnych wpływa na wycenę wartości nieruchomości

Karolina Klimaszewska
starsza analityczka Otodom

Wpływ odległości parków na kwotę zakupu mieszkania (w zł/mkw.)



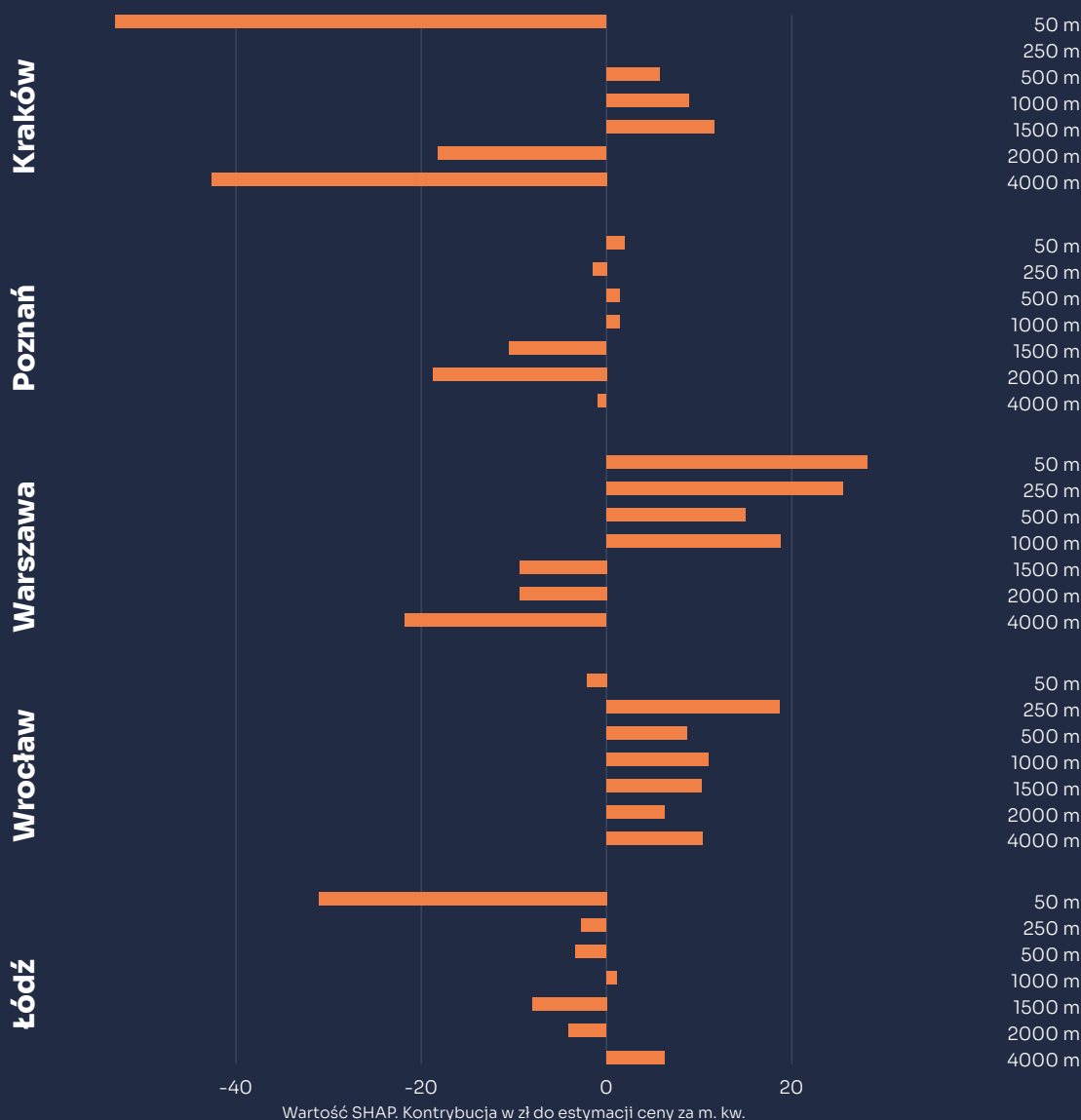
Możliwość wypoczynku wśród zieleni – czy to aktywnego, czy regeneracyjnego – jest czynnikiem wpływającym pozytywnie na dobrostan w miejscu zamieszkania. Co ciekawe, nie w każdym mieście ten aspekt z taką samą siłą oddziałuje na ceny nieruchomości.

Krakowianie, poznaniacy i warszawianie muszą cenić bliską odległość terenów zielonych, gdyż lokalizacja 2 km od najbliższego parku wpływa negatywnie na wycenę wartości mieszkania nawet o odpowiednio 92 zł/mkw., 30 zł/mkw. i 75 zł/mkw. Inaczej jest we Wrocławiu, gdzie to właśnie taka odległość wiąże się z wyższą estymacją ceny za metr kwadratowy o ok. 75 zł/mkw.

W przypadku odpoczynku aktywnego, bliska odległość od różnych obiektów sportowych wpłynie pozytywnie na wycenę wartości mieszkania, ale za bliska – już niekoniecznie. W Krakowie i Łodzi lokalizacja przy samych tego typu budynkach zmniejsza cenę nieruchomości o odpowiednio 50 i 30 zł/mkw. W Warszawie zarówno najbliższa jak i bliska lokalizacja wpływa pozytywnie, podobnie jak w Krakowie i Wrocławiu.

W stolicy Małopolski różnica w wycenie 50 metrowego mieszkania w odległości ok 50 m i 1,5 km od obiektu sportowego może sięgnąć 3,5 tys. zł.

Wpływ odległości infrastruktury sportowej na kwotę zakupu mieszkania (w zł/mkw.)

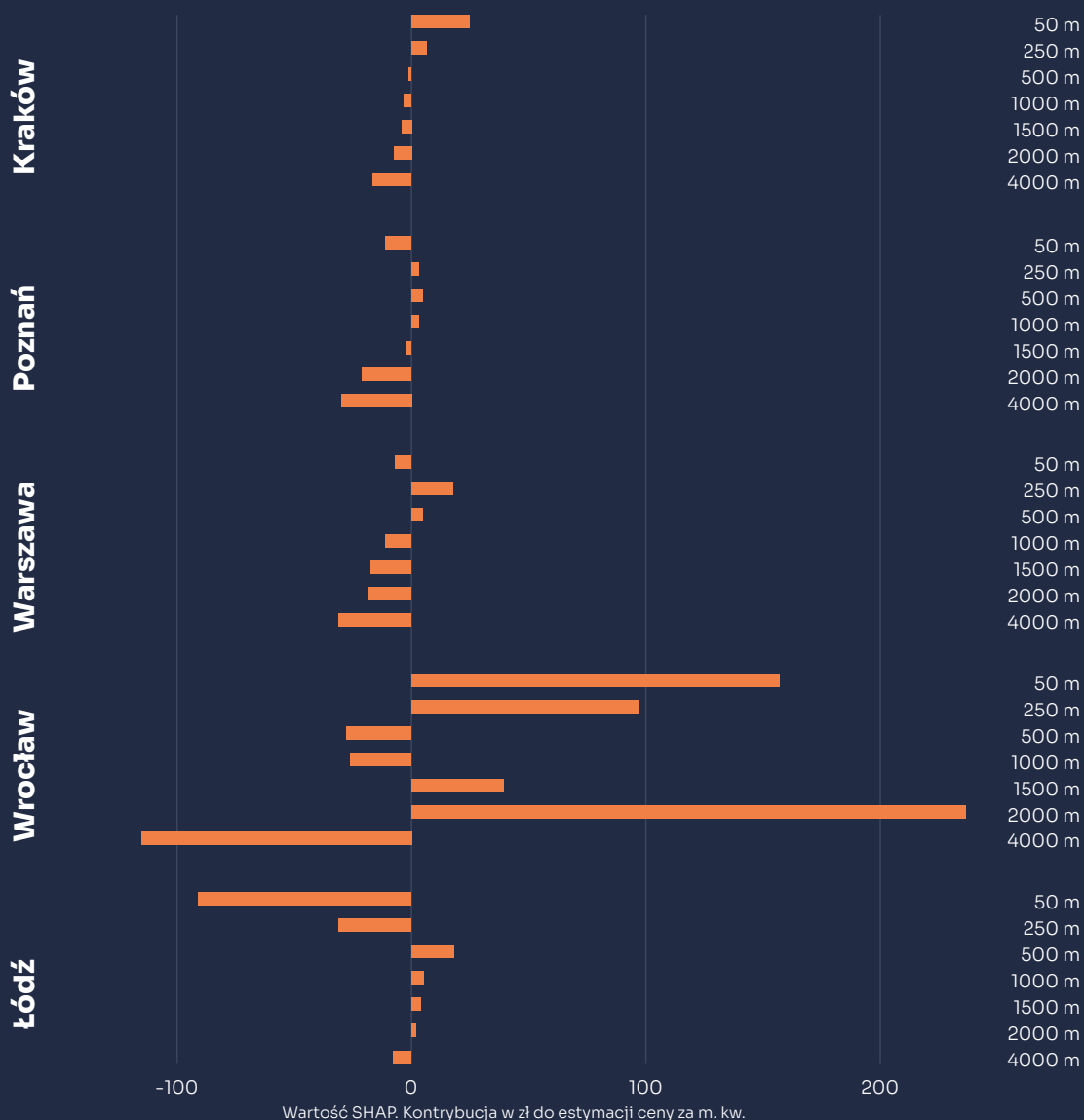


Bliska, ale nie za bliska odległość od placu zabaw jest związana z wyższą wyceną ceny za metr kwadratowy. Wśród największych miast jest to najbardziej istotny czynnik w Krakowie, gdzie mieszkania zlokalizowane w spacerowej odległości 250-599 mkw. od placu zabaw mają estymowaną cenę wyższą o 160 zł/mkw. od przeciętnej, a w porównaniu do placu „pod oknami” różnica sięga 330 zł/mkw., co w przypadku 50 metrowego mieszkania przekłada się na 16,5 tys. zł. Podobnie przedstawia się sprawa we Wrocławiu, gdzie różnica sięga ok. 95 zł/mkw.

Im dzieci są mniejsze, tym bardziej istotna jest odległość odpowiedniej placówki edukacyjnej.

Bliska lokalizacja względem przedszkola jest związana z wyższą wyceną metra kwadratowego przede wszystkim we Wrocławiu - do 50 m jest to przeciętnie 155 zł/mkw. W pozostałych największych miastach najwyższe wyceny przyjmują różne odległości, ale nie dalsze niż do 0,5 km.

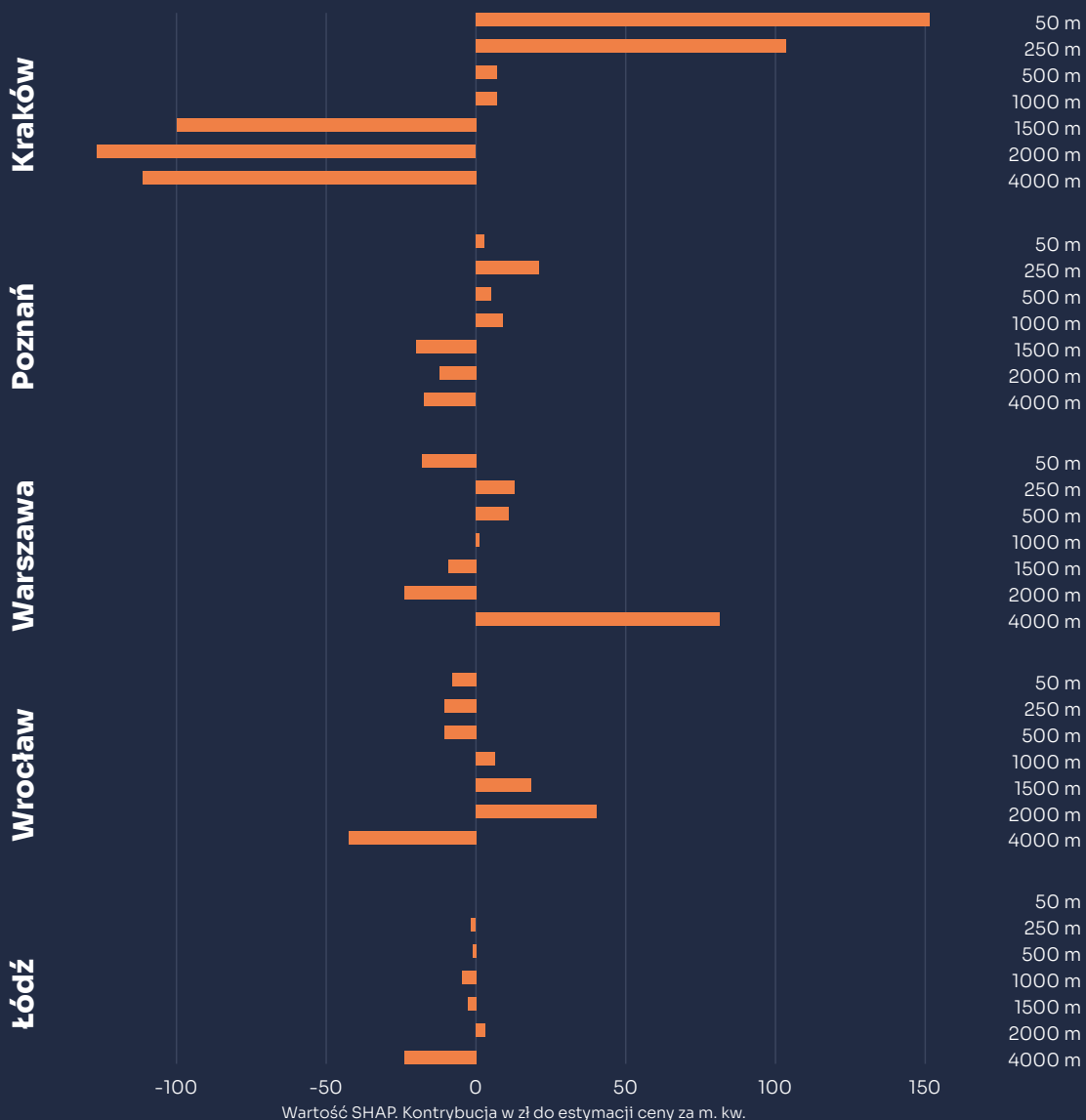
Wpływ odległości przedszkola na kwotę zakupu mieszkania (w zł/mkw.)



Pobliska szkoła podstawowa pełni ważną funkcję przede wszystkim w Krakowie, a odległość do 50 m jest związana z wyceną wyższą o 151 zł/mkw. Różnica między najbliższą a daleką lokalizacją od takiej placówki w przypadku 50-metrowego mieszkania może przełożyć się na prawie 14 tys. zł.



Wpływ odległości szkół podstawowych na kwotę zakupu mieszkania (w zł/mkw.)

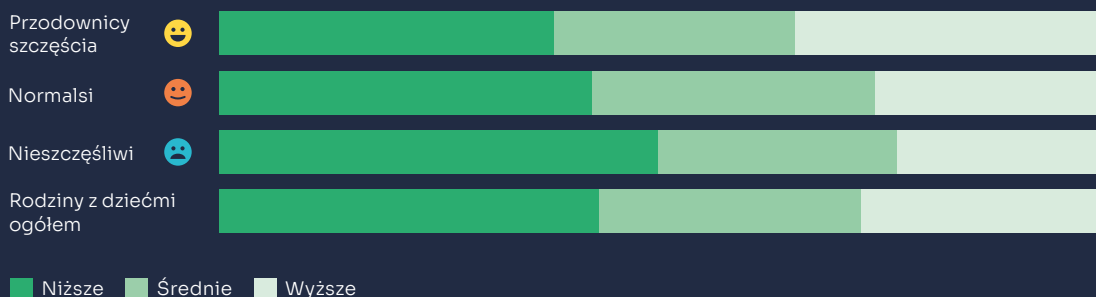


Inne istotne wskaźniki dobrostanu

Prawie połowa nieszczęśliwych ma wykształcenie podstawowe lub gimnazjalne (lub równorzędne). Nieco ponad jedna czwarta nieszczęśliwych ma wykształcenie średnie, pozostała część – wykształcenie wyższe. Normalisi częściej niż nieszczęśliwi mają maturę – różnica wynosi tutaj 5,3 p.p. W grupie przodowników szczęścia udział osób ze średnim wykształceniem jest niemal taki sam jak w przypadku nieszczęśliwych, przy czym osób z wyższym wykształceniem jest znacznie więcej niż w pozostałych dwóch segmentach – o 9,3 p.p. niż wśród normalsów i o 11,4 p.p. niż wśród nieszczęśliwych.



Wykształcenie a poziom dobrostanu rodzin z dziećmi

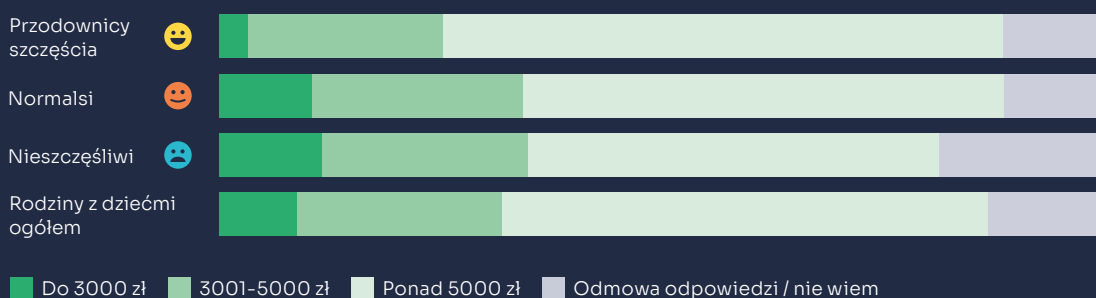


Przodownicy szczęścia wśród rodzin z dziećmi zarabiają najwięcej

Zwrócić należy jednak uwagę na stosunkowo wysoki odsetek odmowy odpowiedzi na pytanie o dochody gospodarstwa domowego i deklaracje braku wiedzy na ten temat. Takiej odpowiedzi udzieliła prawie jedna piąta nieszczęśliwych i po 12% normalsów i przodowników szczęścia. Najwyższy próg

dochodowy, o który pytaliśmy w ankiecie, czyli powyżej 5000 zł, osiąga ponad 60% przodowników szczęścia i jest to wynik wyższy o 12 p.p. od normalsów i aż o 16,5 p.p. od nieszczęśliwych. Nieszczęśliwi natomiast znacznie częściej uzyskują dochody niższe niż 3000 zł – 11,5% tej grupy; dla porównania: dochody jedynie 3% przodowników szczęścia plasują się poniżej tej kwoty.

Dochody gospodarstw domowych a poziom dobrostanu rodzin z dziećmi



Zazwyczaj pierwszą myślą, która przychodzi nam do głowy, kiedy myślimy o szczęśliwych ludziach, jest to, że **mają dużo pieniędzy**. Liczne badania pokazują, że brak pieniędzy jest ogromnym stresorem dla dzieci i znacząco ogranicza możliwości realizacji ich pełnego potencjału w różnych obszarach, np. edukacji czy zdrowia (np. Francis i in., 2018). Jak to zatem jest z tymi pieniędzmi?

Analizy naukowe wskazują, że faktycznie bieda jest silnie związana z poczuciem nieszczęścia, zmiana sytuacji finansowej na lepszą wiąże się ze wzrostem poczucia szczęścia, jednak po osiągnięciu progu dochodów dających możliwości godnego życia, wzrost ilości pieniędzy nie pociąga za sobą znacznego wzrostu poczucia szczęścia (Csíkszentmihályi, 2004).



Jak swoją sytuację finansową oceniają rodziny z dziećmi, które w badaniu *Szczęśliwy dom* okazały się bardzo szczęśliwe, szczęśliwe na poziomie przeciętnym oraz nieszczęśliwe?

Po pierwsze, aż 82% przedstawicieli 837 przebadanych rodzin oceniło swoją sytuację finansową jako dobrą.

Po drugie, rzeczywiście w grupie osób maksymalnie szczęśliwych – przodowników szczęścia – jest najwięcej osób zadowolonych ze swojej sytuacji finansowej – aż 89%. Jednak 70% rodzin nieszczęśliwych także ocenia swoją sytuację finansową jako dobrą. Można zatem postawić wniosek, że te rodziny nie mają znaczących problemów finansowych, a i tak nie są szczęśliwe. Co ciekawe, 11% rodzin z segmentu bardzo szczęśliwych, ocenia swoją sytuację finansową jako złą. Nie zaburza im to jednak – najwyraźniej – dobrostanu. Dokładny rozkład osób oceniających swoją sytuację finansową jako dobrą lub złą, w zależności od poziomu odczuwanego szczęścia, prezentowany jest na wykresie.

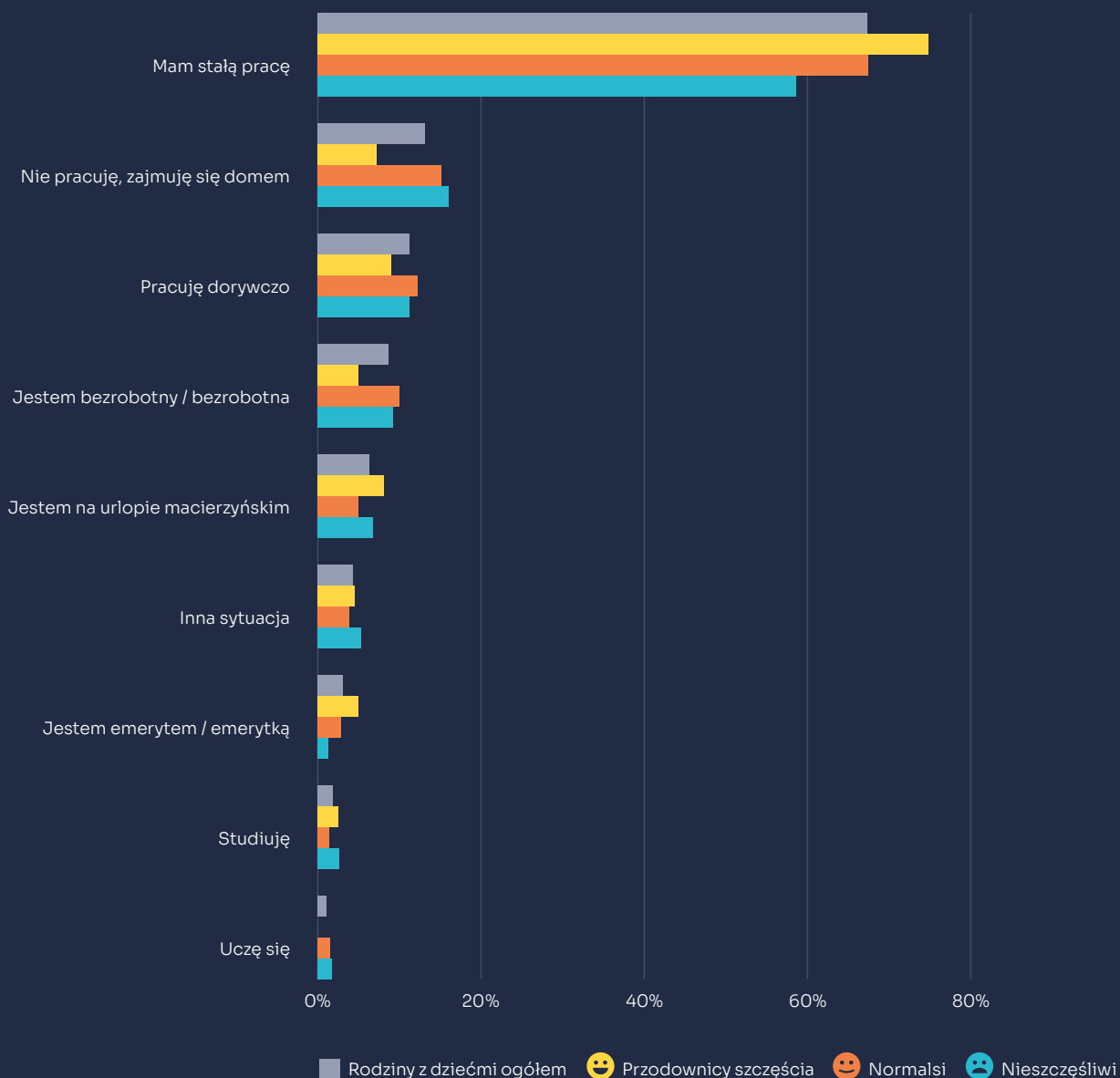
Ocena sytuacji finansowej u rodzin z dziećmi reprezentujących różne poziomy poczucia szczęścia



Jak wygląda sytuacja zawodowa osób zaliczonych przez nas do segmentu rodzin z dziećmi?

We wszystkich grupach wyróżnionych ze względu na dobrostan większość osób ma stałą pracę; w takiej sytuacji jest aż trzy czwarte przodowników szczęścia.

Sytuacja zawodowa przedstawicieli i przedstawicielek rodzin z dziećmi



Co jeszcze może wpływać na dobrostan rodzin z dziećmi?

Istotą związku partnerskiego jest równe traktowanie się wzajemne przez osoby pozostające w interakcji oraz poszukiwanie rozwiązań i podejmowanie decyzji optymalnych dla obu stron. W praktyce partnerstwo w związku, rodzinie, oznacza brak uprzywilejowania którejkolwiek ze stron, wzajemne wspieranie się w zadaniach i obowiązkach, bliskość między partnerami oraz wspólny rozwój umożliwiający osiągnięcie kolejnych celów^[2].

Po co nam partnerstwo w związkach? Wyniki analizy przeprowadzonej przez brytyjskich badaczy Willitts, Benzeval i Stansfeld (2004) pokazują, że **pozostawanie w związku partnerskim wiąże się z lepszym zdrowiem psychicznym**. To, w jaki sposób miłość, poczucie bezpieczeństwa i wsparcie płynące z bycia w intymnej relacji czy małej społeczności, jaką jest rodzina, wpływa na nasze życie, od dawna jest przedmiotem zainteresowania badaczy. Jednym z naukowców zajmujących się problematyką wpływu stresu na zdrowie psychiczne i fizyczne oraz buforującej roli relacji intymnych i wsparcia społecznego jest Sheldon Cohen, założyciel instytutu Laboratory for Stress, Immunity, and Disease

w Pittsburghu w Stanach Zjednoczonych. Od ponad 40 lat Cohen i jego zespół badają negatywne skutki oddziaływania stresu na zdrowie człowieka. Badania te pokazują, że **choć stres odciska swoje piętno na zdrowiu, obniżając funkcjonowanie układu odpornościowego, bliska, dobra relacja intymna może ten efekt zatrzymać, a nawet odwrócić** (Cohen, 1988, 1992, 2005). Dzieje się tak dlatego, że emocje takie jak miłość czy poczucie bezpieczeństwa przywracają optymalny poziom różnych neuroprzekaźników i hormonów – np. obniżają poziom kortyzolu – jednego z hormonów stresu i przez to, na poziomie biologicznym pozytywnie wpływają na zdrowie.

[2] Mathews A. (18 listopada 2022), What a Healthy Partnership Looks Like, Psychology Today <https://www.psychologytoday.com/us/blog/traversing-the-inner-terrain/202211/what-healthy-partnership-looks> [dostęp: 03.09.2023].

Obowiązki rodzinne a dobrostan

Czy jednak życie rodzinne zawsze wiąże się z lepszą kondycją zdrowia fizycznego i psychicznego? Badania psychologiczne pokazują, że temat jest wielowątkowy i niejednoznaczny.

Od kilku lat coraz częściej mówi się o tzw. **wypaleniu rodzinnym lub rodzicielskim, bo zazwyczaj dotyczy osób posiadających dzieci** (np. Abramson, 2021). Bardzo często duża liczba obowiązków związanych z dbaniem o dom i dzieci sprawia, że rodzicom trudno jest znaleźć czas dla siebie – na odpoczynek, hobby, regenerację zasobów. Gdy przez dłuższy czas inwestujemy nakłady energetyczne w zadania, obowiązki i sprawunki, bez świadomego dbania o własne zasoby i ich odbudowę, moment wypalenia staje się nieuchronny. Wówczas może pojawić się poczucie nieradzenia sobie z życiem, a wraz z nim obniżony dobrostan, spadek przekonania o swojej skuteczności jako rodzica, partnera czy człowieka w ogóle, a nawet depresja. **Kluczowe wydaje się zatem ustalenie czynników, które sprawiają, że czasem życie rodzinne jest źródłem wzrostu, rozwoju i dobrego funkcjonowania, a czasem wyczerpania zasobów i spadku kondycji psychofizycznej.**

Work-life balance w praktyce

Na wypalenie rodzinne częściej narażone są kobiety niż mężczyźni. Choć – jak pokazało badanie CBOS z 2020 r., większość Polaków, a dokładnie 58%, preferuje partnerski model rodziny – w 2021 r. z urlopu macierzyńskiego skorzystało 99% kobiet i tylko 1% mężczyzn^[3].

Aby wspomóc model partnerski w praktyce, Unia Europejska wydała dyrektywę Work-life balance, której zapisy zaczęły obowiązywać w Polsce 26 kwietnia 2023 r. Nowe przepisy mają na celu wspomóc rodziny w procesie godzenia obowiązków zawodowych z rodzinnymi, ułatwić kobietom powrót na rynek pracy po okresie zajmowania się dzieckiem oraz promować współuczestnictwo ojców w procesie wychowywania dzieci.

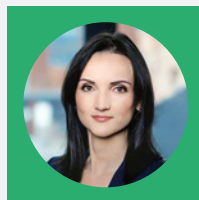
Ważną konsekwencją zmian w kodeksie pracy jest to, że każdemu z rodziców przysługuje wyłączne prawo do 9 tygodni urlopu rodzicielskiego, których nie można przenieść na drugiego rodzica. Zatem jeśli tata nie skorzysta z urlopu, to on zwyczajnie przepadnie. W sumie, bez utraty wynagrodzenia ojciec ma w tej chwili możliwość spędzić z dzieckiem aż 11 tygodni – dwa tygodnie urlopu ojcowskiego oraz 9 tygodni urlopu rodzicielskiego. Jakie korzyści mogą mieć ojcowie i ich rodziny z aktywnego uczestnictwa ojców w wychowaniu? Bardzo wiele, poczynając od wzrostu satysfakcji z życia samych zainteresowanych – którzy czują, że dzięki urlopowi ich więzi z dzieckiem i całą rodziną są lepsze (np. Kramer i in., 2019), poprzez ogromne korzyści rozwojowe dla dziecka – badania pokazują, że kangurowanie wcześniaków przez ojców równie skutecznie pomaga im dojrzewać, jak w przypadku kangurowania przez matki (Vogl i in., 2021), **po lepszą, indywidualną i niezapśredniczoną przez mamę, relację między ojcem a dzieckiem.**

[3] Dyrektywa work-life balance wchodzi w życie! Czy to szansa dla przepracowanych polskich rodziców? (26 kwietnia 2023), INFOR <https://kadry.infor.pl/kodeks-pracy/czas-pracy/5731196,dyrektywa-worklife-balance.html> [dostęp: 03.09.2023].

Literatura cytowana:

1. Abramson A. (2021). The impact of parental burnout. What psychological research suggests about how to recognize and overcome it. *American Psychological Association* Vol. 52. No. 7.
2. CBOS (2022). Polacy o wychowaniu dzieci. Komunikat z badań nr 125.
3. Cohen S. (1988). Psychosocial models of the role of social support in the etiology of physical disease. *Health Psychology* Vol. 7(3), pp. 269–297.
4. Cohen S. (1992). Stress, social support, and disorder. In H. O. F. Veiel & U. Baumann (Eds.), *The meaning and measurement of social support*, pp. 109–124.
5. Cohen S. (2005). Keynote presentation at the eight international congress of behavioral medicine. Mainz, Germany August 25–28, 2004.
6. Eurostat (2022). Size of housing. <https://ec.europa.eu/eurostat/cache/digpub/housing/bloc-1b.html?lang=en> [dostęp: 28.08.2023].
7. GUS (2022). Narodowy Spis Powszechny Ludności i Mieszkań 2021. Raport z wstępnych wyników.
8. GUS (2023). Ludność. Stan i struktura oraz ruch naturalny w przekroju terytorialnym w 2022 r. Stan w dniu 31 grudnia.
9. Kramer K., Bae H., Huh Ch., Pak S. (2019). The positive spillover and crossover of paternity leave use: A dyadic longitudinal analysis. *Journal of Vocational Behavior* Vol. 115.
10. MRPiPS (2017). Warto dołączyć do Karty Dużej Rodziny. <https://www.gov.pl/web/rodzina/warto-dolaczyc-do-karty-duzej-rodziny> [dostęp: 28.08.2023].
11. OECD Family Database (2017). Children in overcrowded households, 2017.
12. UNICEF (2020). Worlds of Influence: Understanding What Shapes Child Well-being in Rich Countries, Innocenti Report Card 16.
13. Willitts M., Benzeval M., Stansfeld S. (2004). Partnership history and mental health over time, *J Epidemiol Community Health* Vol. 58, pp. 53–58.
14. Gilbert D., *The surprising science of happiness* (2004), TED https://www.ted.com/talks/dan_gilbert_the_surprising_science_of_happiness [dostęp: 03.09.2023].
15. Csikszentmihalyi M. (2004), *O stanie przepływu*, TED https://www.ted.com/talks/mihaly_csikszentmihalyi_flow_the_secret_to_happiness?language=pl [dostęp: 03.09.2023].

Masz pytania? Napisz lub zadzwoń.



Ewa Tęczak

PR Lead

M: +48 664 088 220

E: ewa.teczak@olx.pl

Grupa OLX Sp. z o.o.

ul. Plac Konesera 9 (budynek O)

03-736 Warszawa

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 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 Omniscure 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.

Metodologia Badania jakościowego

Metoda

- 15 IDI (indywidualne wywiady pogłębione) trwające do 2,5 godzin z pracą domową
- O charakterze etnograficznym ETNO IDI
- 4 lokalizacje: Łowicz, Gdynia, Lublin oraz miejscowości pod Warszawą
- **Spotkanie** - Spotkanie trwające ok. 2h w domu respondenta
- **Spacer po okolicy** - Jeśli to było możliwe respondent oprowadzał po okolicy pokazując istotne dla jego poczucia szczęścia miejsca
- **Praca domowa** - Respondenci zostali poproszeni o historie rodziny, znajomych o tym jak przeprowadzka może wpłynąć na życie, na poczucie szczęścia

Cel

Szukaliśmy historii, które pokazują, jak ludzie sami szukają swojego szczęścia w miejscu zamieszkania, niezależnie od fizycznych, obiektywnych cech swoich domów / mieszkań.

Co robią, żeby być szczęśliwi? Główne powody, dla których ich zdaniem ludzie mogą być szczęśliwi w swoich domach? Czy to można zmienić? Jak mieszkanie, okolica przekłada się na ich ogólny poziom szczęścia, zadowolenia, z relacji intymnej, z pracy, z relacji z dziećmi/przyjaciółmi, sąsiadami? Czy ich zdaniem szczęście to coś, co "spada na człowieka" czy można je sobie wypracować? Jak to robić w praktyce? Jak oni to robią? Jak zmiana przeprowadzki wpłynęła na ich poczucie szczęścia?

Kryteria rekrutacyjne i liczba wywiadów

		Młodzi dorośli, bez dzieci, do 39 lat	Rodziny, do 59 mieszkający z dziećmi	Silwersi 60+ (dzieci się wyprowadziły)
nie zmienili/ nie planują zmiany mieszkania/ domu w ciągu następnych 3 lat	Wysokie*	1 Etno IDI (własność)	1 Etno IDI (własność)	
	Niskie *	2 Etno IDI (własność/ najem)	1 Etno IDI (własność) 1 IDI Persona B (rodzicie)	1 Etno IDI (własność)
zmienili mieszkanie/ dom w ciągu ostatnich/ następnych 2 lat		3 Etno IDI (własność) 1 IDI persona A (młoda dziewczyna)	3 Etno IDI (własność/ najem) 1 IDI Persona B (rodzicie)	3 Etno IDI (własność/ najem) 1 IDI persona C (wdowa, rozwódka)
*Samopoczucie w miejscu, w którym mieszkam (5 statementów) + 4 statementy dobrostanowe		Mieszkania (większość) i domy (mniejszość)		

