

# Młodzi Polacy wobec bieżących kryzysów

Małgorzata Gambin, Anna Wnuk, Tomasz Oleksy, Izabela Lassota, Ewa Pisula, Paweł Holas, Grażyna Kmita, Małgorzata Woźniak-Prus

Wydział Psychologii UW

**Autorzy: Małgorzata Gambin, Anna Wnuk, Tomasz Oleksy,  
Izabela Lassota, Ewa Pisula, Paweł Holas, Grażyna Kmita,  
Małgorzata Woźniak-Prus**

**SOCIAL AND  
CLINICAL  
PSYCHOLOGY  
LAB**

Social and Clinical Psychology Lab

Wydział Psychologii

Uniwersytet Warszawski

Ul. Stawki 5/7

00-183 Warszawa

<https://www.facebook.com/SoCLabUW>

[https://twitter.com/SoCLab\\_UW/](https://twitter.com/SoCLab_UW/)

<http://psych.uw.edu.pl/o-nas/osrodki-badawcze/social-and-clinical-psychology-lab-soclab/>

Sposób cytowania: Gambin, M., Wnuk, A., Oleksy, T., Lassota, I., Pisula, E., Holas, P., Kmita, G.,  
Woźniak – Prus, M. (2023). *Młodzi Polacy wobec bieżących kryzysów*. Social and Clinical  
Psychology Lab UW

# SPIS TREŚCI



1. Główne wyniki.....	4
2. Cel badania.....	5
3. Metodologia badania...	6
4. Wyniki badania.....	10
5. Wnioski.....	29

# GLÓWNE WYNIKI

Badanie obaw młodych Polaków (w wieku 18-29 lat) związanych z bieżącymi kryzysami:

1

Młode kobiety są szczególnie zaniepokojone zagrożeniami dla praw kobiet w Polsce.

2

Zarówno u młodych kobiet, jak i mężczyzn przeważają niepokoje dotyczące pogłębiającego się kryzysu gospodarczego, finansowego oraz obawy dotyczące braku odpowiedniej ochrony zdrowia psychicznego w Polsce.

3

Ok 30% młodych Polaków znajduje się w grupie ryzyka klinicznego nasilenia objawów depresji.

4

Wsparcie społeczne okazuje się być czynnikiem łagodzącym nasilenie związku między obawami dotyczącymi bieżących kryzysów a objawami depresji.





# CEL BADANIA

Badanie miało na celu zrozumienie, jakie zagrożenia i wyzwania związane z bieżącymi kryzysami (m.in. kryzysem gospodarczym, klimatycznym, związanym z pandemią i zagrożeniami dla demokracji w Polsce) najbardziej niepokoją młodych Polaków w wieku 18-29 lat oraz zidentyfikowanie potencjalnych różnic w percepcji tych zagrożeń między młodymi kobietami a mężczyznami. Ponadto, uzyskane dane miały służyć poznaniu związku między nasileniem obaw a objawami depresji z uwzględnieniem roli wsparcia społecznego. Prezentowane analizy są częścią większego projektu badawczego dotyczącego funkcjonowania emocjonalnego i społecznego młodych dorosłych oraz ich postaw i reakcji wobec bieżących kryzysów społecznych.

# METODOLOGIA BADANIA



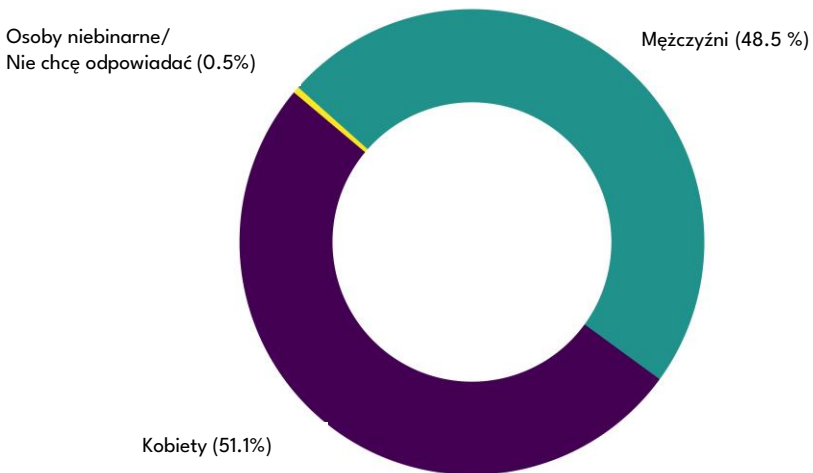
# METODOLOGIA BADANIA

 <p>Metoda</p>	Ogólnopolski panel internetowy Ariadna: kwestionariusze i pytania dotyczące obaw związanych z bieżącymi kryzysami, objawów depresji, wsparcia społecznego
 <p>Grupa docelowa</p>	Reprezentatywna próba osób w wieku 18-29 lat pod względem płci i miejsca zamieszkania (średnia wieku 24,32, odchylenie standardowe 3,74)
 <p>Wielkość próby</p>	1110 osób
 <p>Realizacja badania</p>	Lipiec 2023 roku

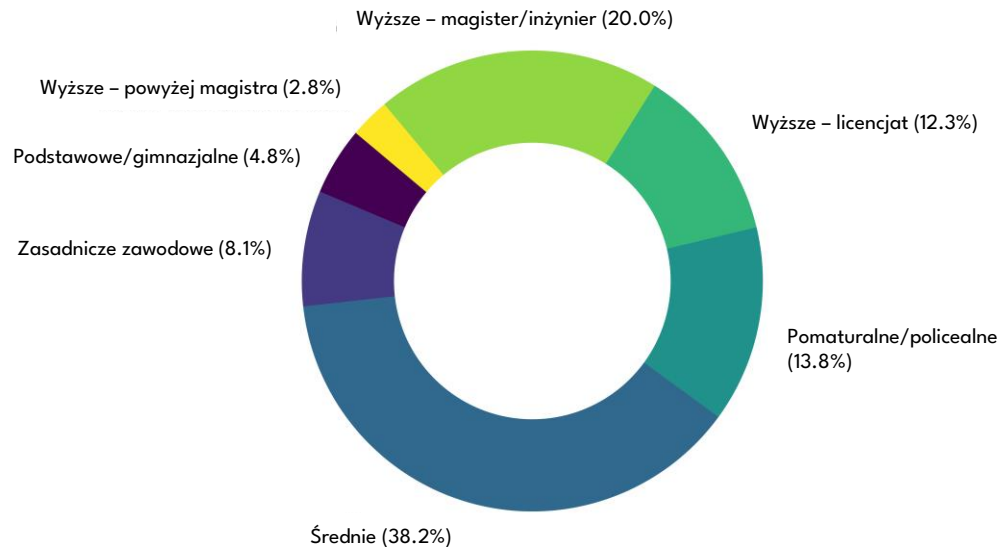
# CHARAKTERYSTYKA BADANEJ PRÓBY



## Płeć



## Wykształcenie





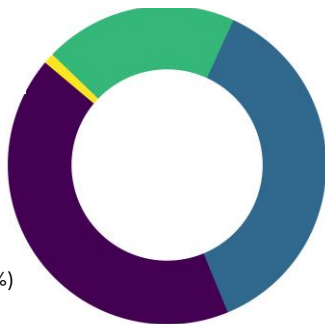
# CHARAKTERYSTYKA BADANEJ PRÓBY



## Sytuacja osobista

W związku małżeńskim (19.6%)

Wdowiec/rozwidziony/  
w separacji (1.1%)



Wolny (singiel) (42.3%)

W związku nieformalnym (36.9%)



## Posiadanie dzieci

Co najmniej jedno dziecko (21.0%)



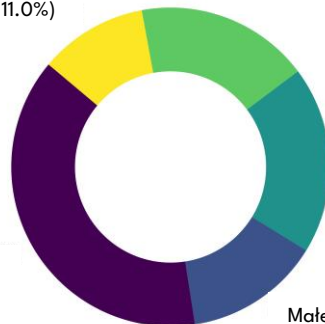
Nie ma dzieci (79.0%)



## Miejsce zamieszkania

Wielkie miasta (> 500 tys. mieszkańców) (11.0%)

Duże miasta (100 - 500 tys. mieszkańców) (17.7%)



Miasta średniej wielkości (20 - 99 tys. mieszkańców) (19.0%)

Wieś (38.6%)

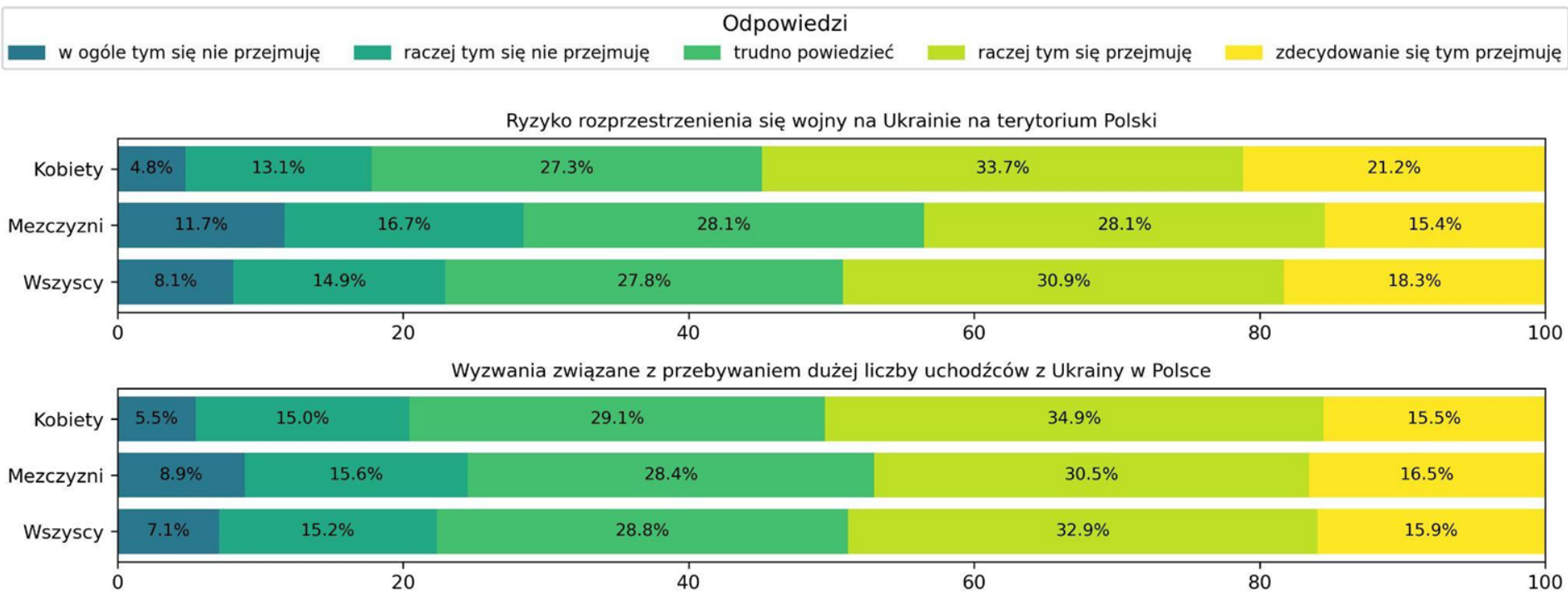
Małe miasta (>20 tys. mieszkańców) (13.8%)

# WYNIKI BADANIA



# Obawy dotyczące bieżących kryzysów

Zapytaliśmy respondentów w jakim stopniu niepokoją się różnymi zagrożeniami i wyzwaniem związanymi z bieżącymi kryzysami. Osoby badane ustosunkowywały się do poszczególnych pozycji na skali 5-stopniowej. Dodatkowo pytania pogrupowano w cztery wiązki bazując na analizie czynnikowej.

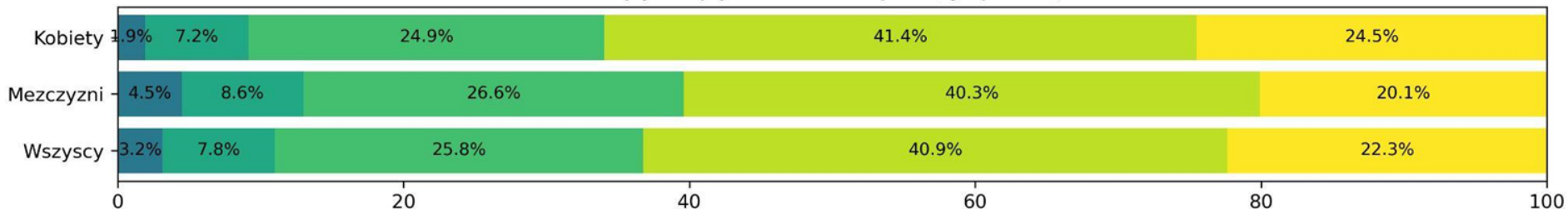


# Obawy dotyczące bieżących kryzysów

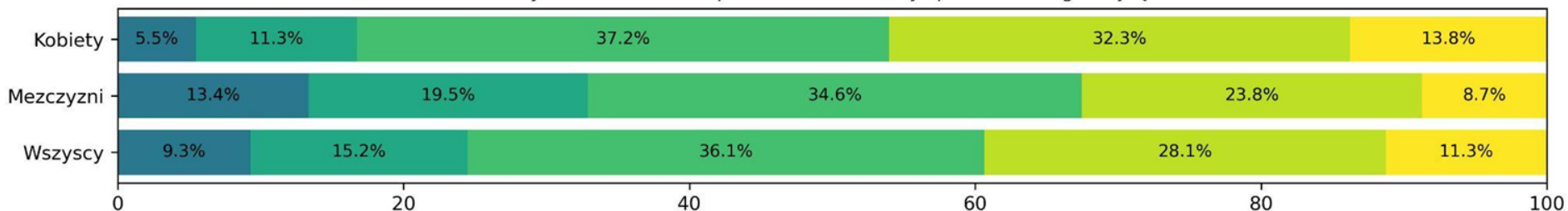
## Odpowiedzi

w ogóle tym się nie przejmuję   raczej tym się nie przejmuję   trudno powiedzieć   raczej tym się przejmuję   zdecydowanie się tym przejmuję

### Wpływ wojny na Ukrainie na polską gospodarkę



### Bycie świadkiem cierpienia osób z Ukrainy spowodowanego wojną



# Obawy dotyczące bieżących kryzysów

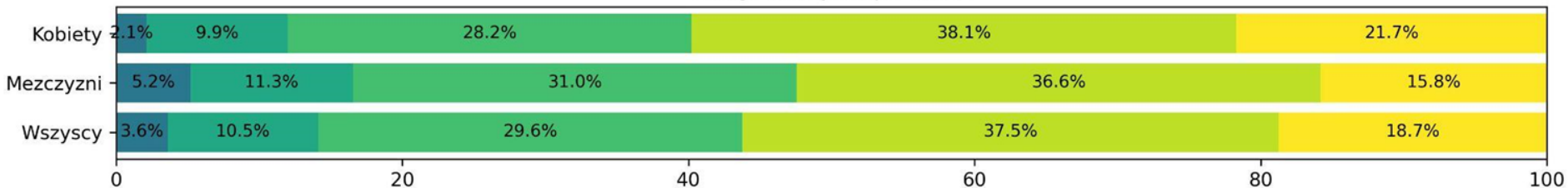
## Odpowiedzi

w ogóle tym się nie przejmuję   raczej tym się nie przejmuję   trudno powiedzieć   raczej tym się przejmuję   zdecydowanie się tym przejmuję

### Ryzyko pogłębiającego się kryzysu gospodarczego i finansowego w Polsce i na świecie



### Ryzyko pogłębiającego się kryzysu energetycznego m.in. ograniczenia ciągłości w dostawach gazu lub energii elektrycznej w Polsce



# Obawy dotyczące bieżących kryzysów

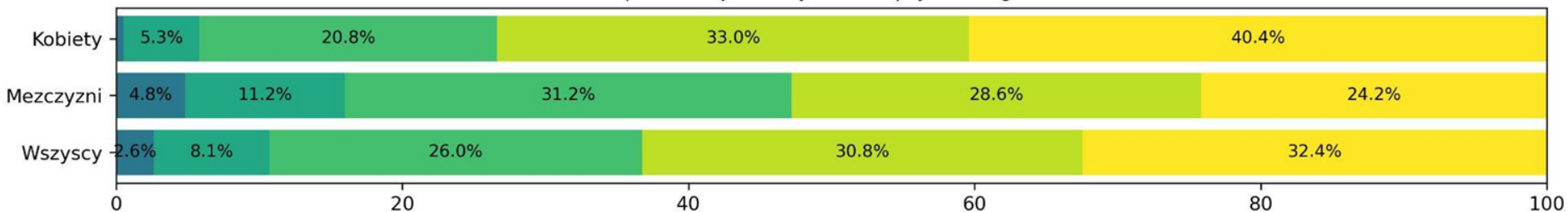
## Odpowiedzi

w ogóle tym się nie przejmuję   raczej tym się nie przejmuję   trudno powiedzieć   raczej tym się przejmuję   zdecydowanie się tym przejmuję

### Ryzyko kolejnych epidemii



### Brak odpowiedniej ochrony zdrowia psychicznego w Polsce

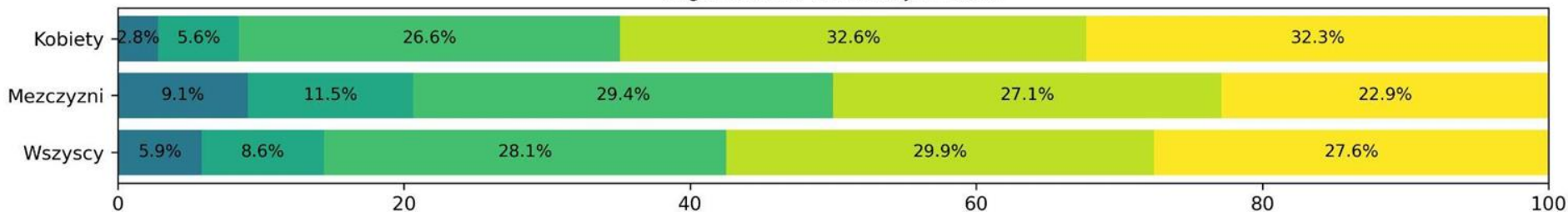


# Obawy dotyczące bieżących kryzysów

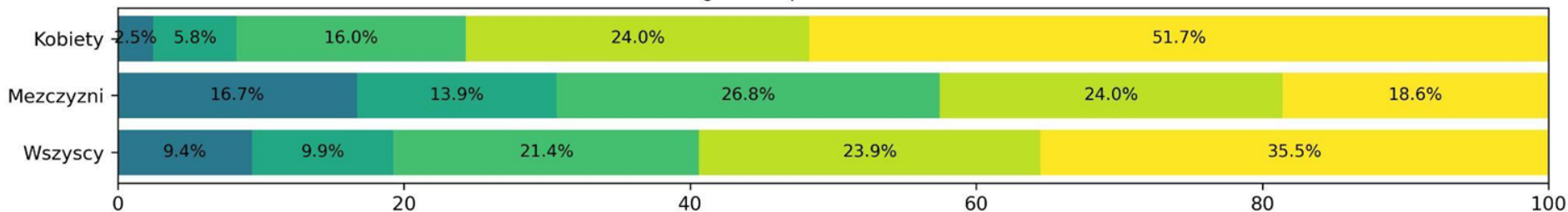
## Odpowiedzi

w ogóle tym się nie przejmuję   raczej tym się nie przejmuję   trudno powiedzieć   raczej tym się przejmuję   zdecydowanie się tym przejmuję

### Zagrożenia dla demokracji w Polsce



### Zagrożenia praw kobiet w Polsce

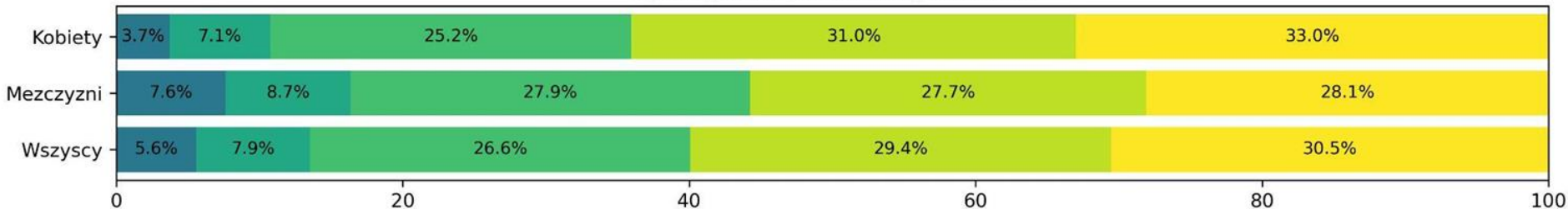


# Obawy dotyczące bieżących kryzysów

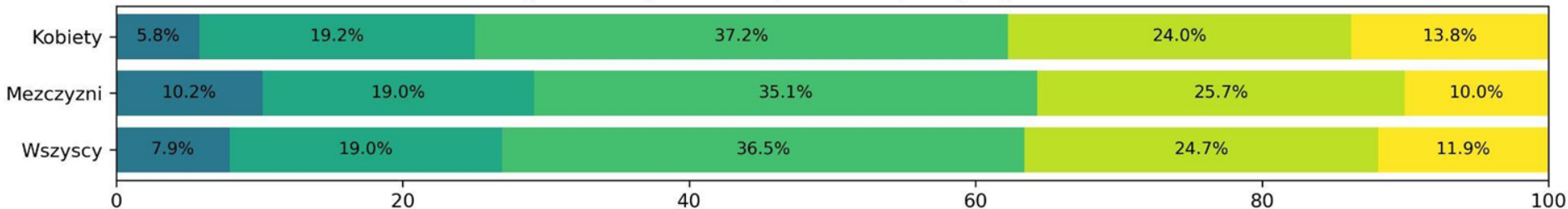
## Odpowiedzi

w ogóle tym się nie przejmuję   raczej tym się nie przejmuję   trudno powiedzieć   raczej tym się przejmuję   zdecydowanie się tym przejmuję

### Wynik wyborów parlamentarnych w Polsce



### Wyzwania związane z rozwojem sztucznej inteligencji m.in. ChatGPT



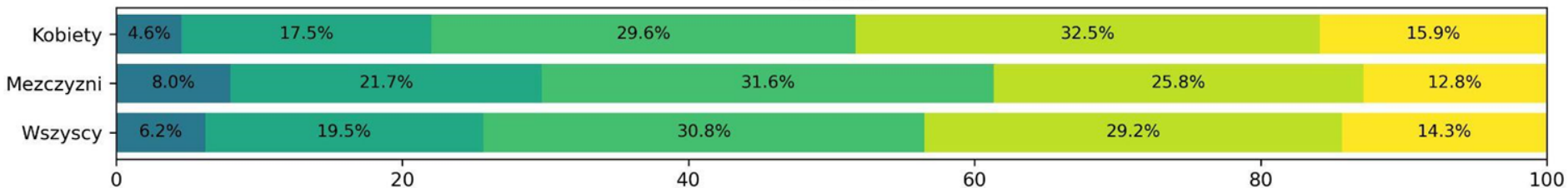


# Obawy dotyczące bieżących kryzysów

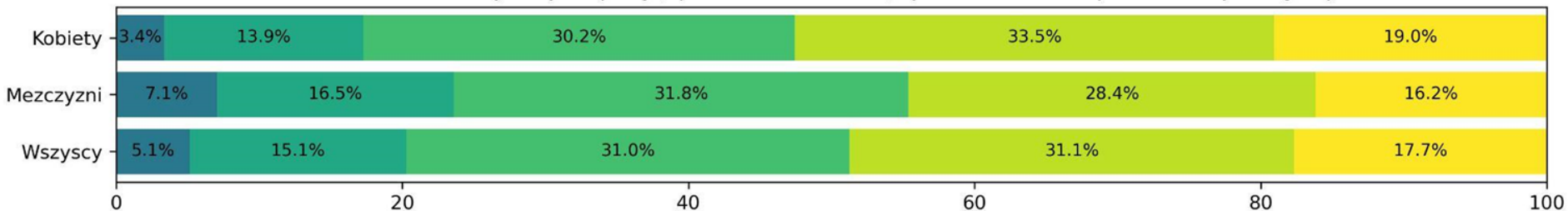
## Odpowiedzi

w ogóle tym się nie przejmuję   raczej tym się nie przejmuję   trudno powiedzieć   raczej tym się przejmuję   zdecydowanie się tym przejmuję

### Wyzwania związane z przenoszeniem coraz większej liczby aktywności do światów wirtualnych i internetu



### Gwałtowne zmiany na rynku pracy (np. masowe zwolnienia) spowodowane rozwojem sztucznej inteligencji

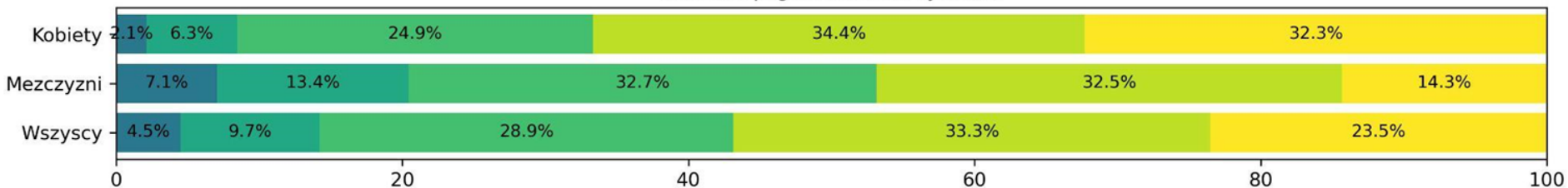


# Obawy dotyczące bieżących kryzysów

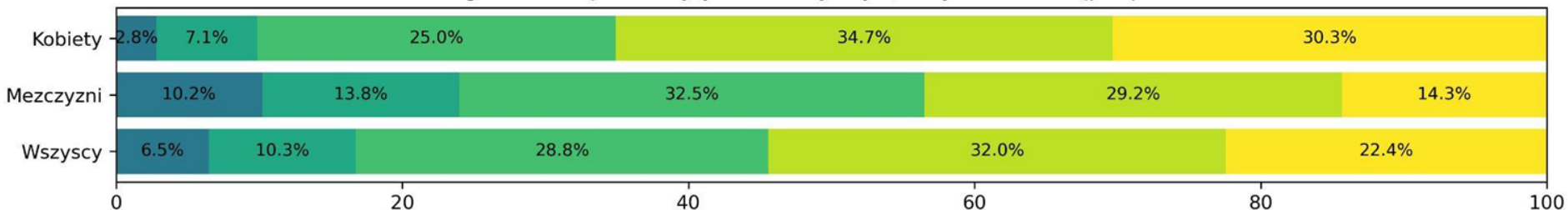
## Odpowiedzi

w ogóle tym się nie przejmuję   raczej tym się nie przejmuję   trudno powiedzieć   raczej tym się przejmuję   zdecydowanie się tym przejmuję

Bieżące konsekwencje kryzysu klimatycznego np. wzrost liczby gwałtownych burz, wyższe temperatury, anomalie pogodowe, braki żywności



Zagrożenia związane z kryzysem klimatycznym, który dotknie następne pokolenia



# Czego kobiety obawiają się najbardziej?

Największy odsetek młodych kobiet deklaruje, że przejmują się i niepokoi (wybrało odpowiedź "raczej się tym przejmuję" lub "zdecydowanie się tym przejmuję") następującymi kwestiami:

- Zagrożeniami praw kobiet w Polsce (75,7%)
- Ryzykiem pogłębiającego się kryzysu gospodarczego i finansowego w Polsce i na świecie (74,6%)
- Brakiem odpowiedniej ochrony zdrowia psychicznego w Polsce (73,4%)
- Bieżącymi konsekwencjami kryzysu klimatycznego, takimi jak wzrost liczby gwałtownych burz, wyższe temperatury, anomalie pogodowe, braki żywności (66,7%)
- Wpływem wojny na Ukrainie na polską gospodarkę (65,9%).

# Czego mężczyźni obawiają się najbardziej?

Największy odsetek młodych mężczyzn przejmują się (wybrało odpowiedź "raczej się tym przejmuję" lub "zdecydowanie się tym przejmuję") natomiast poniższymi kwestiami:

- Ryzykiem pogłębiającego się kryzysu gospodarczego i finansowego w Polsce i na świecie (63,4%)
- Wpływem wojny na Ukrainie na polską gospodarkę (60,4%)
- Wynikiem wyborów parlamentarnych w Polsce (55,8%)
- Brakiem odpowiedniej ochrony zdrowia psychicznego w Polsce (52,8%)
- Ryzykiem pogłębiającego się kryzysu energetycznego, m.in. ograniczeniem ciągłości w dostawach gazu lub energii elektrycznej w Polsce (52,4%).

# Czego kobiety obawiają się najmniej?

Kwestie, którymi znaczny odsetek młodych kobiet nie przejmuje się lub przejmuje się w mniejszym stopniu (odpowiedź "w ogóle tym się nie przejmuję" lub "raczej tym się nie przejmuję"):

- Ryzyko kolejnych epidemii: 29,3%
- Wyzwania związane z rozwojem sztucznej inteligencji, m.in. ChatGPT (25%)
- Wyzwania związane z przenoszeniem coraz większej liczby aktywności do światów wirtualnych i internetu (22,1%).

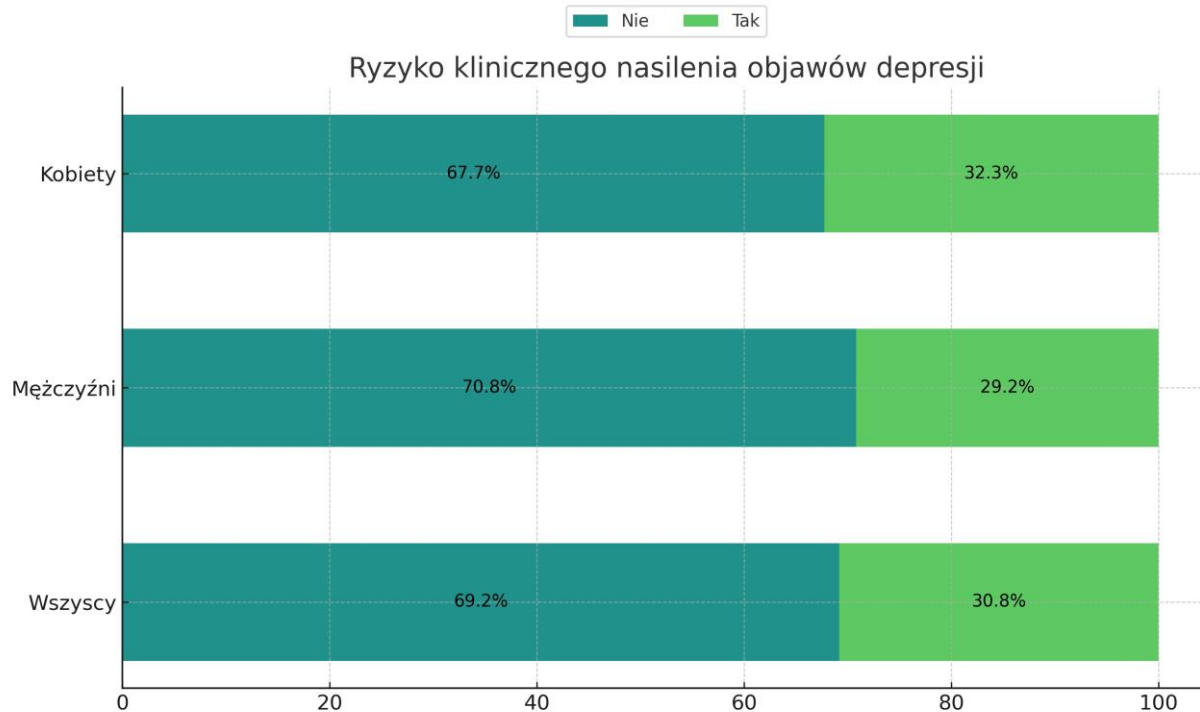
## Czego mężczyźni obawiają się najmniej?

Poniższymi kwestiami znaczny odsetek młodych mężczyzn nie przejmują się lub przejmują się w mniejszym stopniu (odpowiedź "w ogóle tym się nie przejmuję" lub "raczej tym się nie przejmuję"):

- Ryzyko kolejnych epidemii: 40,7%
- Bycie świadkiem cierpienia osób z Ukrainy spowodowanego wojną (32,9%).
- Zagrożenia praw kobiet w Polsce (30,6%).

Dla wszystkich pytań poza "Wyzwaniami związanymi z przebywaniem dużej liczby uchodźców z Ukrainy w Polsce" wykazano istotne różnice (test Chi-kwadrat,  $p < 0,05$ ) w obawach przejawianych przez kobiety i mężczyzn. **Więcej kobiet niż mężczyzn wyraziło zaniepokojenie uwzględnionymi w badaniu zagrożeniami i wyzwaniami.**

# Poziom objawów depresji



Objawy depresji wśród młodych osób zbadaliśmy **Kwestionariuszem Zdrowia Pacjenta PHQ-9** (Kroenke i in., 2001). Narzędzie składa się z 9 pytań. Dotyczą one częstości występowania w ostatnich dwóch tygodniach objawów depresji. Osoba badana udziela odpowiedzi na skali: od 0 = "wcale nie dokuczały" do 3 = "niemal codziennie".

# Kliniczne ryzyko depresji



32,3% kobiet i 29,2% mężczyzn w naszym badaniu znalazło się w grupie ryzyka klinicznego nasilenia objawów depresji\*. Do tych objawów zaliczamy:

- obniżenie nastroju - doświadczanie smutku, przygnębienia,
- utrata zainteresowania aktywnościami, które wcześniej sprawiały przyjemność,
- niska samoocena, poczucie winy,
- mała wiara we własne możliwości,
- spowolnienie psychoruchowe,
- uczucie zmęczenia lub braku energii,
- bezsenna lub nadmierna senność,
- trudności w koncentracji,
- zmniejszenie apetytu lub przejadanie się,
- myśli, że lepiej byłoby umrzeć albo chęć zrobienia sobie krzywdy.

\* Jako punkt odcięcia klinicznie istotnego nasilenia objawów depresji przyjęto wynik w kwestionariuszu PHQ-9 powyżej 12 punktów, kierując się polskimi wynikami badań (Kokoszka i in., 2016). Ten wynik wskazuje jedynie na zwiększone ryzyko występowania zaburzeń depresyjnych, jednak nie stanowi diagnozy klinicznej.



# Obawy dotyczące bieżących kryzysów a objawy depresji

Występują słabe, istotne korelacje między większością zagrożeń a objawami depresji u młodych dorosłych w całej próbie osób badanych

	Objawy depresji
Brak odpowiedniej ochrony zdrowia psychicznego w Polsce	0,21**
Gwałtowne zmiany na rynku pracy (np. masowe zwolnienia) spowodowane rozwojem sztucznej inteligencji	0,17**
Ryzyko pogłębiającego się kryzysu energetycznego min. ograniczenia ciągłości w dostawach gazu lub energii elektrycznej w Polsce	0,17**
Bieżące konsekwencje kryzysu klimatycznego np. wzrost liczby gwałtownych burz, wyższe temperatury, anomalie pogodowe, brak żywności	0,16**
Zagrożenia związane w kryzysem klimatycznym, który dotknie kolejne pokolenia	0,16**
Zagrożenia praw kobiet w Polsce	0,14**
Ryzyko kolejnych epidemii	0,14**
Zagrożenia dla demokracji w Polsce	0,14**
Ryzyko pogłębiającego się kryzysu gospodarczego i finansowego w Polsce i na świecie	0,13**
Wynik wyborów parlamentarnych w Polsce	0,11**
Ryzyko rozprzestrzeniania się wojny w Ukrainie na terytorium Polski	0,11**
Wyzwania związane z przebywaniem dużej liczby uchodźców z Ukrainy w Polsce	0,10**
Wyzwania związane z przenoszeniem coraz większej liczby aktywności do światów wirtualnych i Internetu	0,08**
Wyzwania związane z rozwojem sztucznej inteligencji min. ChatGPT	0,07*
Wpływ wojny na Ukrainie na Polską gospodarkę	0,04
Bycie świadkiem cierpienia osób z Ukrainy spowodowanego wojną	0,03

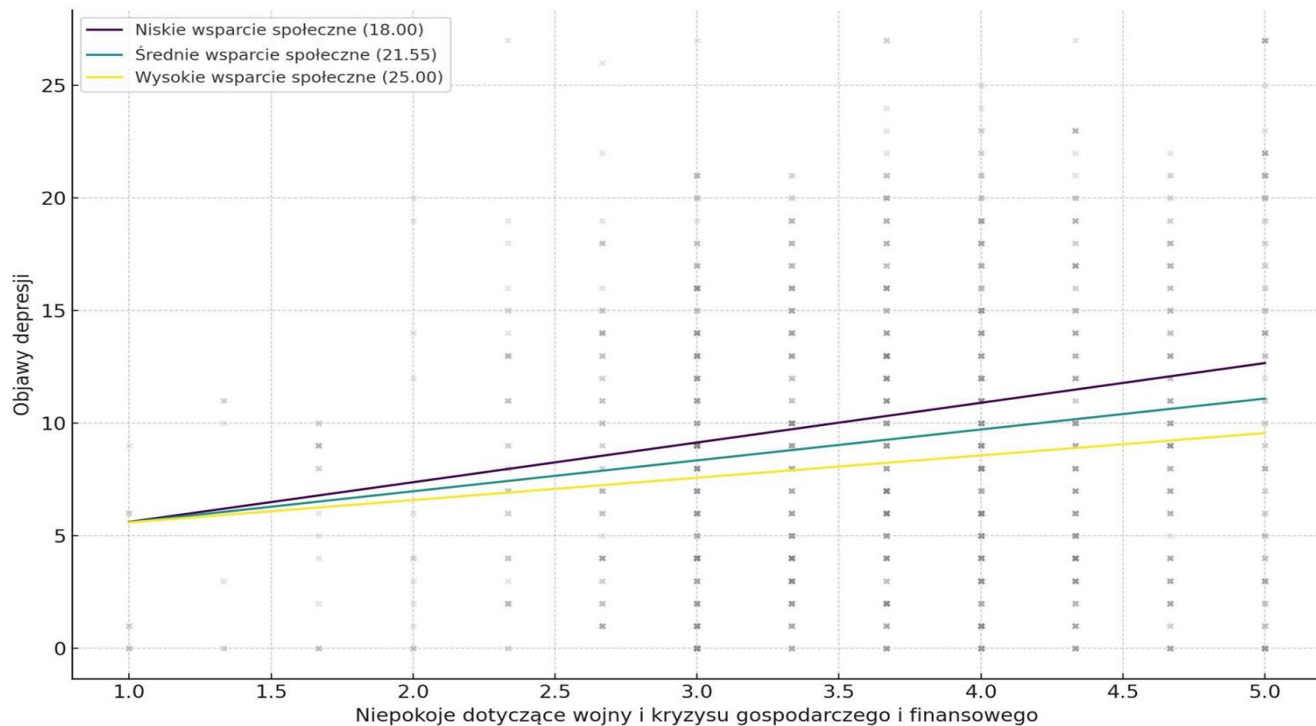
# Wsparcie społeczne a objawy depresji

Zbadaliśmy również, czy doświadczenie wsparcia ze strony innych osób może spowodować, że obawy dotyczące kryzysów będą **w mniejszym stopniu** przekładać się na objawy depresji.

Użyliśmy **Skali Wsparcia Społecznego** (MOS-SSS-6): 6 pytań dotyczących wsparcia emocjonalnego, informacyjnego, instrumentalnego oraz pozytywnych interakcji społecznych. Poszczególne pozycje są oceniane przez badanych na skali 5-stopniowej, gdzie 1 oznacza „nigdy” [nie jest dostępne], a 5 „zawsze” [jest dostępne].

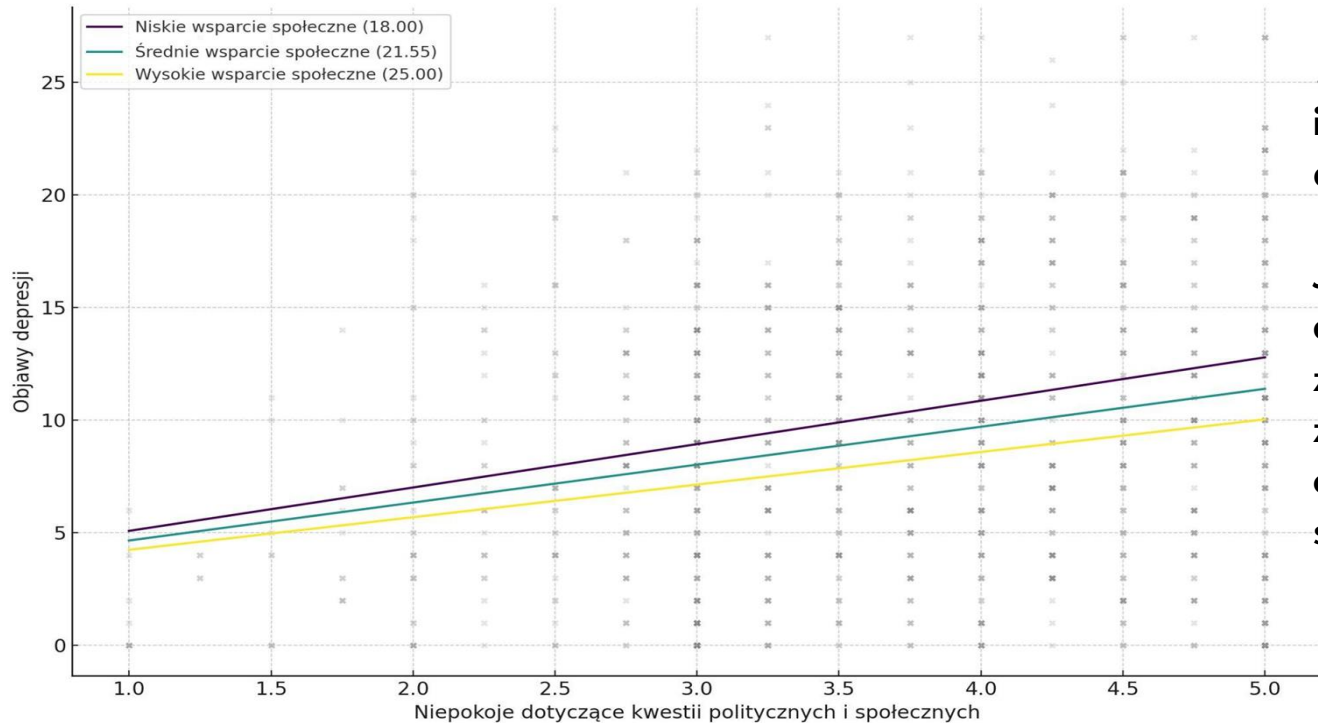


# Wsparcie społeczne łagodzi nasilenie związku między niektórymi obawami dotyczącymi bieżących kryzysów a objawami depresji (1)



Wsparcie społeczne łagodzi związki między obawami dotyczącymi kryzysu gospodarczego i wojny....

# Wsparcie społeczne łagodzi nasilenie związku między niektórymi obawami dotyczącymi bieżących kryzysów a objawami depresji (2)



**...oraz kwestii politycznych i społecznych a objawami depresji.**

**Jednak, nie występuje taki efekt dla obaw dotyczących zagadnień środowiskowych, zdrowotnych, jak również obaw związanych z rozwojem sztucznej inteligencji.**

# Wnioski

Z przeprowadzonego przez nas badania wynika, że wiele młodych kobiet jest głęboko zaniepokojonych zagrożeniami dla praw kobiet, sytuacją gospodarczą oraz niedostateczną ochroną zdrowia psychicznego w Polsce. Z kolei wśród młodych mężczyzn dominują obawy związane z kryzysem gospodarczym, wpływem wojny na Ukrainie na naszą gospodarkę oraz potencjalnymi skutkami wyborów parlamentarnych. Większy odsetek kobiet niż mężczyzn wyrażał zaniepokojenie uwzględnionymi w badaniu zagadnieniami. Z naszych badań wynika, że wsparcie społeczne może łagodzić związek między obawami a nasileniem objawów depresji.

Nasze wyniki wskazują na potrzebę uwzględnienia kwestii, które niepokoją młodych dorosłych w polityce społecznej i gospodarczej kraju. Wyniki badania zwracają także uwagę na znaczenie budowania sieci wsparcia społecznego, które mogą służyć jako czynnik ochronny w obliczu tych wyzwań.

Więcej informacji o wynikach naszych badań znaleźć można na stronach SoCLabu:

<https://www.facebook.com/SoCLabUW/>

[https://twitter.com/SoCLab\\_UW/](https://twitter.com/SoCLab_UW/)

<http://psych.uw.edu.pl/o-nas/osrodki-badawcze/social-and-clinical-psychology-lab-soclab/>