

# Polacy w czasie kwwarantanny

Wpływ pandemii na życie Polaków

# Spis treści

Wstęp	str. 3
Najważniejsze wyniki	str. 5
Wyzwania podczas kwarantanny	str. 9
Aktywności w czasie izolacji	str. 13
Co dała nam kwarantanna?	str. 15
Obawy	str. 17
Oczekiwania w stosunku do pracy	str. 22
Zakupy	str. 24
Zmiany na lepsze?	str. 27
Metodologia	str. 28



**Wstep**



# Drodzy Państwo,

Od marca 2020 roku, czyli początku kwarantanny, zrealizowaliśmy w Mobile Institute i opublikowaliśmy wspólnie z partnerami, m.in. Izbą Gospodarki Elektronicznej i eSky, 3 raporty związane z wpływem, jaki COVID-19 i pandemia miały na Polaków. Głównie jednak skupiliśmy się na aspekcie zakupów - najpierw tych związanych z zapasami poczynionymi na czas kwarantanny, dalej zakupami w e-commerce, a następnie pragnieniami i zakupami w obszarze turystyki. Tym razem chcieliśmy przyjrzeć się temu, jak pandemia wpłynęła na samopoczucie i codzienne aktywności Polaków. W końcu musieliśmy wszyscy bardzo szybko przyzwyczaić się do nowych warunków - pracować z domu, unikać kontaktów z innymi ludźmi, samodzielnie uczyć dzieci, stale przebywać w tym samym otoczeniu, często na małej powierzchni, samodzielnie gotować, sprzątać.

Być może najgorsze już za nami. Taką mamy wszyscy nadzieję i chcemy wrócić do naszej „normalności”. Z drugiej strony, liczne rozmowy z przedstawicielami biznesu międzynarodowego przekonują mnie, że liczące się na rynku, duże firmy starają się przygotować na kolejne prawdopodobne nawroty pandemii. Być może nie będzie to COVID-19, ale w czasach globalnej gospodarki ich zdaniem takie zjawiska są nieuniknione. Trudno odmówić im racji. W związku z tym warto poznać wpływ, jaki kwarantanna miała na Polaków, aby lepiej przygotować się na przyszłość. To przygotowanie to zarówno sprawne działanie służby zdrowia, profilaktyka i edukacja odnośnie bezpiecznych zachowań, szybkie i przemyślane decyzje zarządzających państwem, wirtualizacja różnych obszarów gospodarki, jak chociażby edukacja czy praca, ale też psychologiczne aspekty tego, co przeżyliśmy. Z tego, jak czuliśmy się podczas wiosennej kwarantanny i jakie działania podjęliśmy w rodzinnym życiu, powinniśmy wyciągnąć wnioski. Właśnie dlatego zaprosiłam Dorotę Mintę - psycholog kliniczną z wieloletnim stażem, która specjalizuje się w trudnościach psychologicznych dotyczących kryzysów i chorób przewlekłych i m.in. wspólnie z NFZ stworzyła cykl podcastów „Jak poradzić sobie w czasie epidemii koronawirusa?” - do współtworzenia tego badania i skomentowania wyników.

Zapraszam do lektury. Mam nadzieję, że opracowanie zainteresuje Państwa jako menedżerów, przedsiębiorców, decydentów, specjalistów różnych dziedzinach, ale też i ludzi, bo w końcu COVID-19 to było (i nadal jest) nasze wspólne doświadczenie.



**Katarzyna Czuchaj-Łagód**  
Dyrektor zarządzająca  
Mobile Institute



**Najważniejsze  
wyniki**

# Najważniejsze wyniki

1

Największym wyzwaniem podczas kwarantanny było dla Polaków ograniczenie możliwości korzystania z siłowni, kin, restauracji oraz różnorodnych usług, np. fryzjerów i kosmetyczek, a dalej - opanowanie zasad higieny. Dość wysoki wynik uzyskało też powstrzymywanie się od zachowań agresywnych w życiu codziennym i radzenie sobie z sytuacjami konfliktowymi w domu.

2

62% z nas zmieniło przynajmniej niektóre ze swoich codziennych nawyków. Przede wszystkim zaczęliśmy częściej oglądać seriale i filmy (21%), ale też czytać (19%) i gotować (16%).

3

Największym pragnieniem Polaków, gdy tylko skończy się kwarantanna, było spotkanie z rodziną, znajomymi oraz spacer bez maseczek. Jedynie 10% marzyło głównie o zakupach, a 9% o wizycie w kościele.

4

Co 4. internauta odłożył na czas kwarantanny zakupy przyjemnościowe w obawie o dalszy rozwój wydarzeń, ale prawie dwukrotnie więcej internautów pandemia nie zniechęciła do takich zakupów, a jedynie ograniczyła ich realizację do Internetu i e-commerce.

5

47% internautów zadeklarowało pod koniec kwarantanny bardziej ostrożne i racjonalne podejście do zakupów, ale 27% przyznało, że jak tylko będzie taka możliwość, kupią wszystko, co odłożyli ze względu na pandemię.

6

Wpływ pandemii na życie i postawy Polaków nie jest jednoznaczny. Mniej więcej co 4. internauta deklaruje w kontekście zagrożenia koronawirusem podejście „carpe diem” i podobnie - 26% - większą ostrożność i poszanowanie dla zdrowia.

7

Co 5. Polak pod koniec kwarantanny obawiał się o swoją pracę. 1/3 - o oszczędności i podobnie 1/3 - o zdrowie bliskich. Najwięcej, bo prawie co 2. obawiało się o dalsze losy gospodarki.

8

60% osób, które pracowały podczas kwarantanny zdalnie, otwartych jest na taką pracę po zakończeniu pandemii i oczekiwałyby od pracodawców możliwości pracy w większym wymiarze czasu w domu.

9

Polacy pesymistycznie oceniają wpływ pandemii na stosunki międzyludzkie. Zdaniem badanych raczej nie będziemy dla siebie miłsi po tym doświadczeniu.

10

Postawy i reakcje Polaków na COVID-19 i zagrożenie oraz ograniczenia związane z kwarantanną różnią się znacząco w zależności od wieku. Różne pokolenia w inny sposób myślą o pandemii i zachowały się w jej obliczu inaczej.



# Jak to widzi psycholog?

Badanie jasno pokazuje, jak ważne jest dla nas zaspokajanie potrzeb społecznych, to za ludźmi, kontaktami z nimi najbardziej tęskniliśmy, a ich brak był źródłem frustracji. Okazuje się też, że w dużym stopniu nasze funkcjonowanie jest wynikiem rytmu narzuconego nam przez świat zewnętrzny: pracodawcę, zajęcia, dzieci itp. Kiedy mamy sami zadbać o ten rytm, równowagę pomiędzy pracą a życiem prywatnym, czujemy się nieporadni. Warto więc w tym momencie postawić sobie pytanie, czy w toku edukacji nie powinniśmy uczyć się większej samodzielności, planowania czasu i ustalania priorytetów?

Niepokojący jest też wątek agresji, spowodowanej zapewne intensywnością kontaktu z najbliższymi. Obawiam się jednak, że te konflikty rodzinne to nie efekt koronawirusa, a izolacja jedynie ujawniła to, co się tliło w wielu domach od dawna. Zastanawia mnie, czy owe 38%, które nie wybrało żadnej z aktywności wykonywanej w efekcie pandemii i kwarantanny częściej nie chciało nam czegoś o sobie opowiedzieć, czy też jest jakiś nieodkryty obszar ich działań. Bardzo optymistycznie wygląda czytelnictwo, o którego upadku słyszeliśmy od lat. Z kolei to smutne, że tak mało osób deklaruje, że poświęca czas na budowanie lepszych kontaktów z bliskimi, potwierdza to niestety informacje z pierwszego pytania, gdzie tak dużo osób informowało o problemach z agresją i konfliktami w rodzinie.

Cieszy mnie, że blisko 70% respondentów pandemia stymuluje do pozytywnej zmiany. Z odpowiedzi badanych wynika, że nauczyliśmy się dystansu do życia, zajęliśmy się własnym rozwojem. Natomiast 28% osób, które odczuły poczucie utraty sensu, to zdecydowanie osoby, które powinny otrzymać wsparcie psychologiczne. Ale wiem też, że wielu pracodawców zadbało o takie działania wobec swoich pracowników, ułatwiając im kontakt z psychologami. Dane dotyczące odsetka obawiających się o różne sprawy pokazuje, że jesteśmy mega optymistami! W dość małym stopniu obawiamy się o swoją pracę, czy bezpieczeństwo finansowe. Zastanawia mnie to zjawisko. Może trochę jest to myślenie życzeniowe? Nadmierny lęk paraliżuje, ale też hura-optymizm nie powoduje mobilizacji, modyfikacji planów i budowania poduszki bezpieczeństwa. Ten optymizm widać również w zakupach przyjemnościowych. Lubimy sprawiać sobie przyjemności, aż 70% tak robi. Zdecydowanie mniej osób uznało, że należy zachować umiar i oszczędzać, racjonalizować zakupy. To potwierdza nasze opinie o zagrożeniu kryzysem gospodarczym. Gospodarka, praca, finanse, to obszary w których jesteśmy optymistami. Zdecydowanie gorzej oceniamy nas jako ludzi. Uważamy, że kwarantanna niczego nas nie nauczyła, a izolacja nie spowodowała, że będziemy wyżej cenić ludzi i będziemy bardziej otwarci, pomocni i empatyczni.



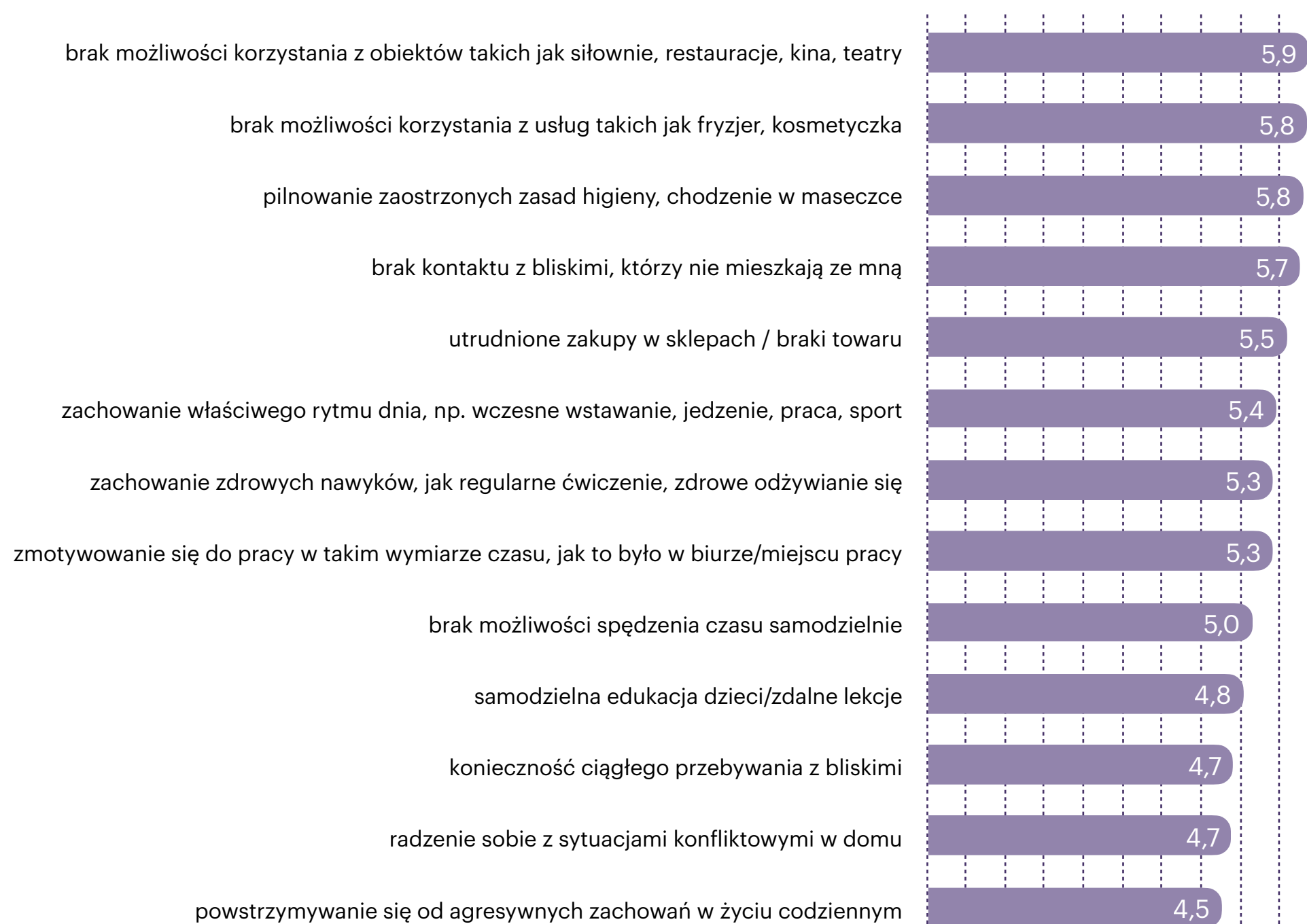
**Dorota Minta**  
Psycholog i psychoterapeuta  
Prezes Fundacji STOMAlife



# Wyzwania podczas kwarantanny

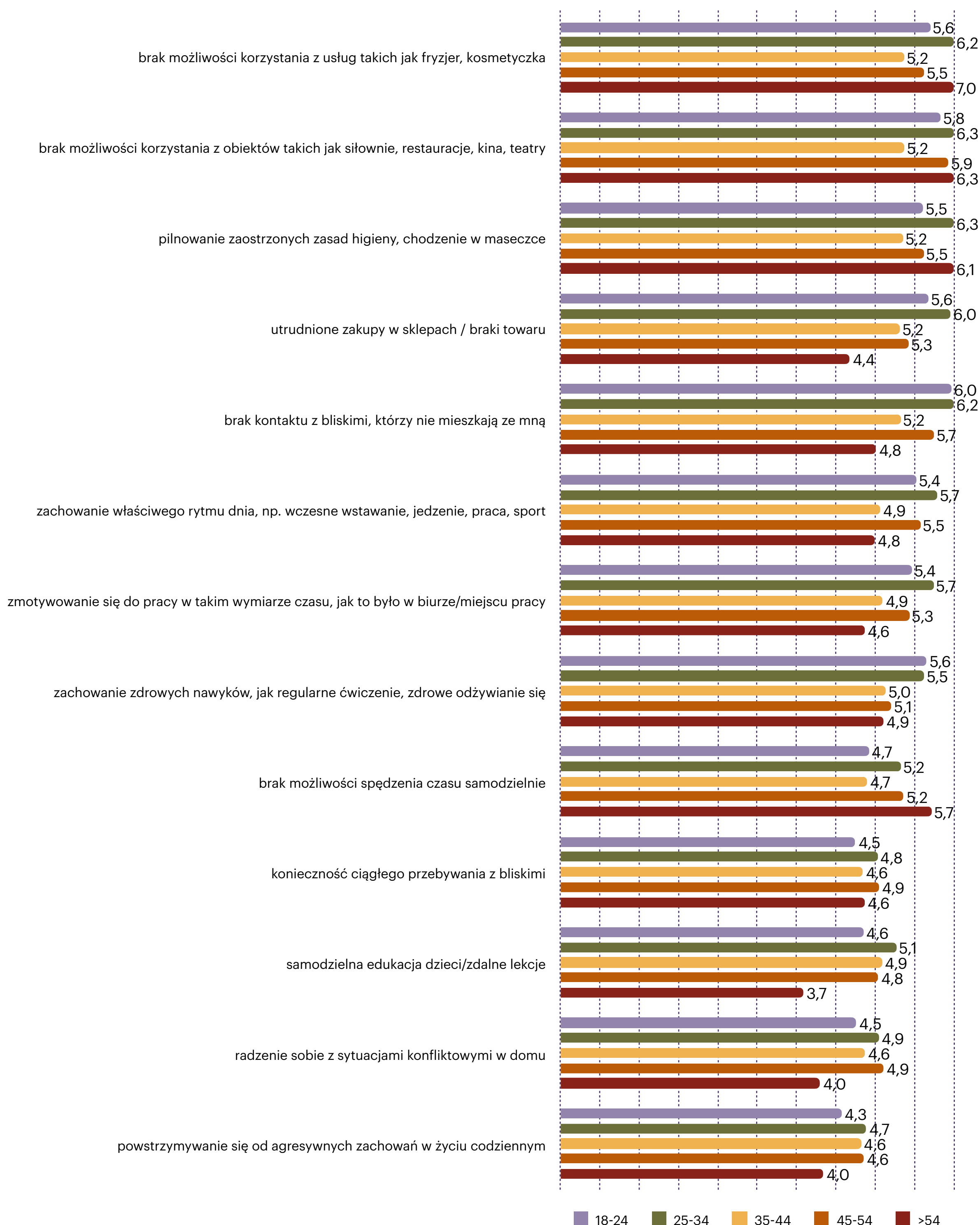
Kwarantanna oznaczała dla Polaków wiele wyzwań. W zasadzie każdy z elementów, o jakie zapytaliśmy podczas badania, zyskał ocenę przynajmniej 4,5 w skali 0-10. Najmocniej podczas kwarantanny Polakom doskwierał brak możliwości korzystania z obiektów takich jak siłownie, kina czy teatry (5,9 w skali 0-10), ale również niemożność skorzystania z usług kosmetyczki bądź fryzjera (5,8). Wyzwaniem było także pilnowanie zasad higieny (np. chodzenie w maseczce) oraz kwestie kontaktów międzyludzkich - brak kontaktu z bliskimi, z którymi nie mieszkamy. Polacy potwierdzili też, że wyzwaniem było dla nich zachowanie właściwego rytmu dnia i zdrowych nawyków, które wcześniej praktykowali, jak wczesne wstawanie, ćwiczenia, zdrowe odżywianie. Odczucia kobiet i mężczyzn są generalnie w tym zakresie bardzo podobne, aczkolwiek Polki zwróciły częściej uwagę na uciążliwość odsunięcia i niemożności spotkania się z bliskimi. Bardziej odczuły też zamknięcie punktów usługowych jak fryzjer czy kosmetyczka.

Wykres 1 - Co jest dla Ciebie najtrudniejsze podczas kwarantanny?  
[skala 0-10]  
Raport Polacy w czasie kwarantanny,  
N=1230, internauci



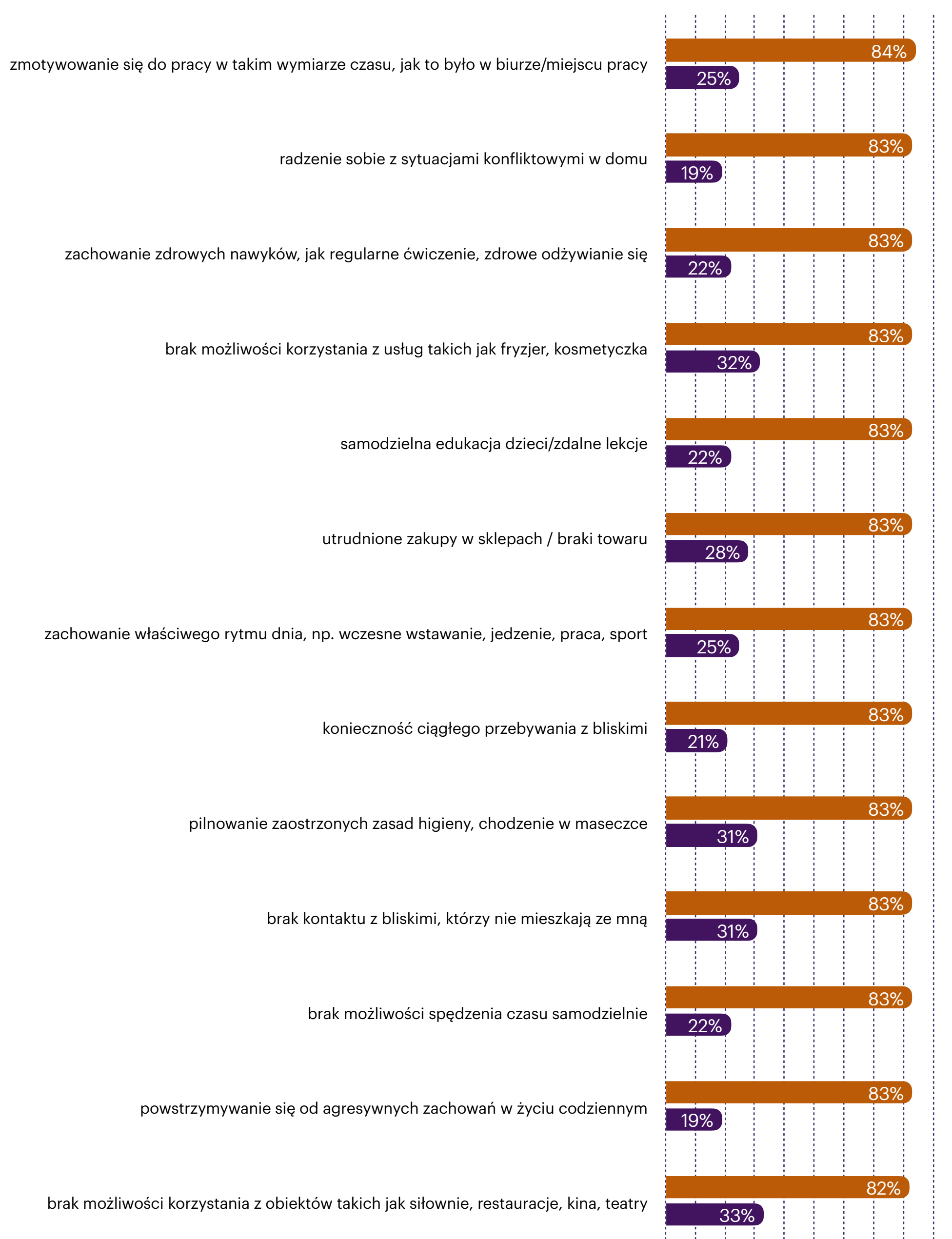
Warto zwrócić uwagę natomiast na różnice w odczuciach przedstawicieli różnych pokoleń związanych z kwarantanną. Okazuje się, że elementy związane z koniecznością przebywania w domu z rodziną, jak stałe przebywanie z bliskimi, konieczność rozwiązywania konfliktów rodzinnych, a także zdalne lekcje, najbardziej wpłynęły na najmłodsze osoby. Z kolei brak możliwości spędzenia czasu samodzielnie doskwierał najbardziej osobom starszym - im starszy badany, tym odczucia negatywne związane z tym aspektem były silniejsze. Generalnie natomiast najbardziej dotknięte kwarantanną wydają się być osoby w wieku 25-34 lata.

Wykres 2 - Co jest dla Ciebie najtrudniejsze podczas kwarantanny? [skala 1-6]  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



Każdy z badanych aspektów, które mogły utrudniać życie i funkcjonowanie w czasie kwarantanny, odczuło przynajmniej 80% badanych. Za bardzo trudne (ocena przynajmniej 7 w skali 0-10) najwięcej osób (1/3) uznało brak kontaktu z bliskim oraz możliwości skorzystania z usług i rozrywek, do których zwykle dostęp był nieograniczony. Co 4. internauta jako bardzo trudne ocenił zmotywowanie się do pracy w domu. Niepokojące są wskazania dotyczące agresji i spędzania czasu z najbliższymi - co 5. osoba uznała powstrzymywanie się od agresji i konieczność spędzania czasu non-stop z bliskimi za bardzo trudne.

Wykres 3 - Co jest dla Ciebie najtrudniejsze podczas kwarantanny?  
[skala 0-10]  
Raport Polacy w czasie kwarantanny,  
N=1230, internauci



# Za czym tęskniliśmy?

W czasie kwarantanny Polacy najczęściej tęsknili za możliwością spotkania się z rodziną, z którą nie mieszkają oraz spotkaniami ze znajomymi. Doskwierał nam też przymus wychodzenia w maseczkach. 15% brakowało opcji wyjazdu na wakacje i podobnie - 14% - tęskniła za możliwością pogrillowania. Swobodne zakupy znalazły się stosunkowo nisko w rankingu - po wyjściu do kina, teatru oraz na imprezę, ale przed pójściem do kościoła.

Co masz największą ochotę zrobić,  
gdy skończy się kwarantanna?



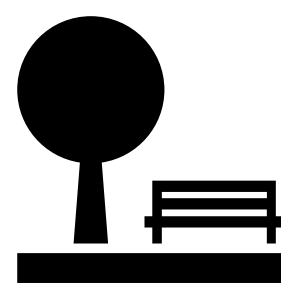
spotkać się  
z rodziną

21%



spotkać się  
ze znajomymi

18%



wyść na spacer  
bez maseczki

16%



wyjechać  
na wakacje

15%



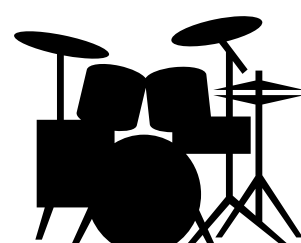
swobodnie  
pospacerować  
po mieście

14%



pogrillować

14%



pójść  
na koncert

12%



zorganizować  
imprezę

12%



wybrać się  
na zakupy

10%



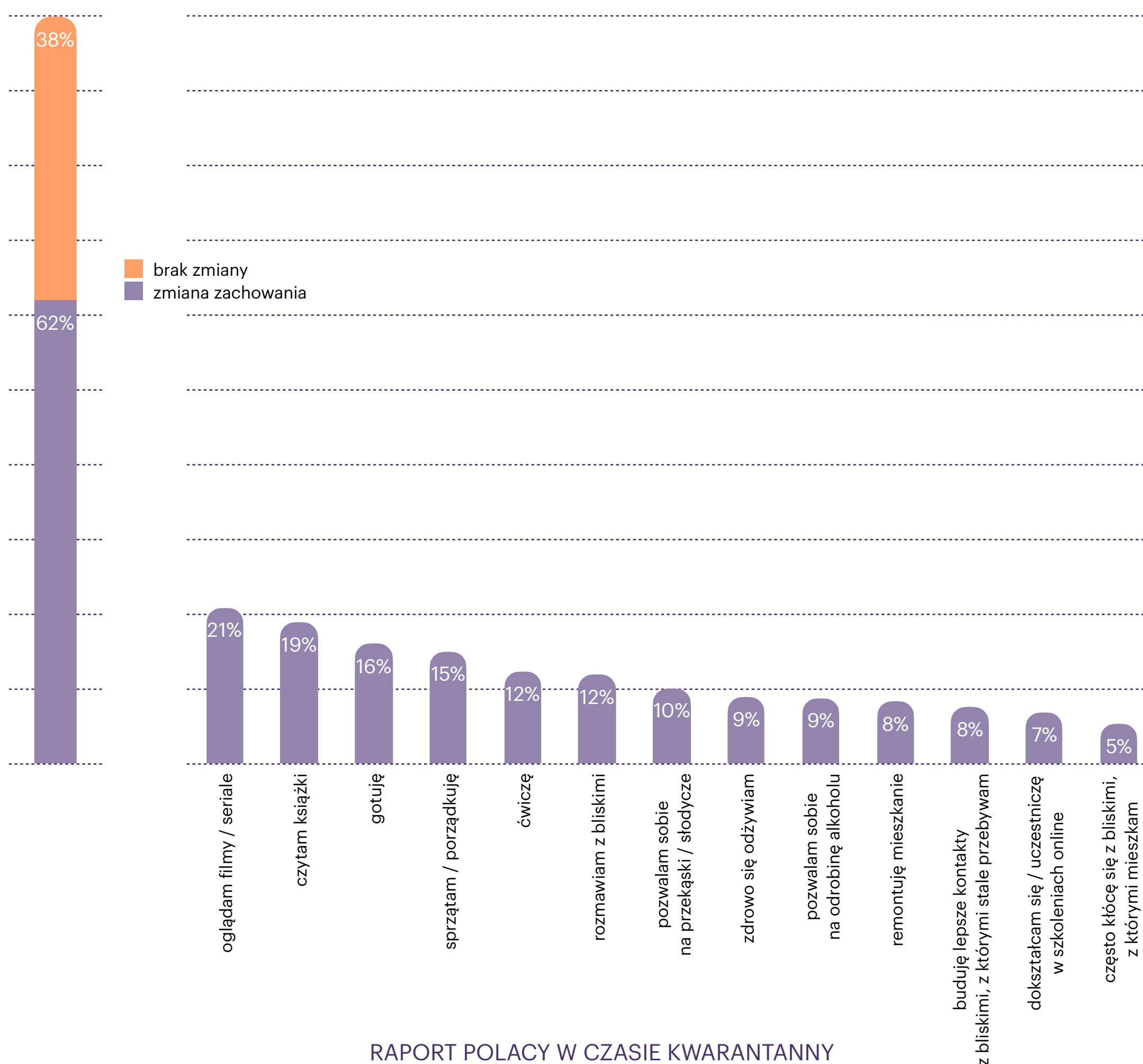
pójść  
do kościoła

9%

# Aktywności w czasie izolacji

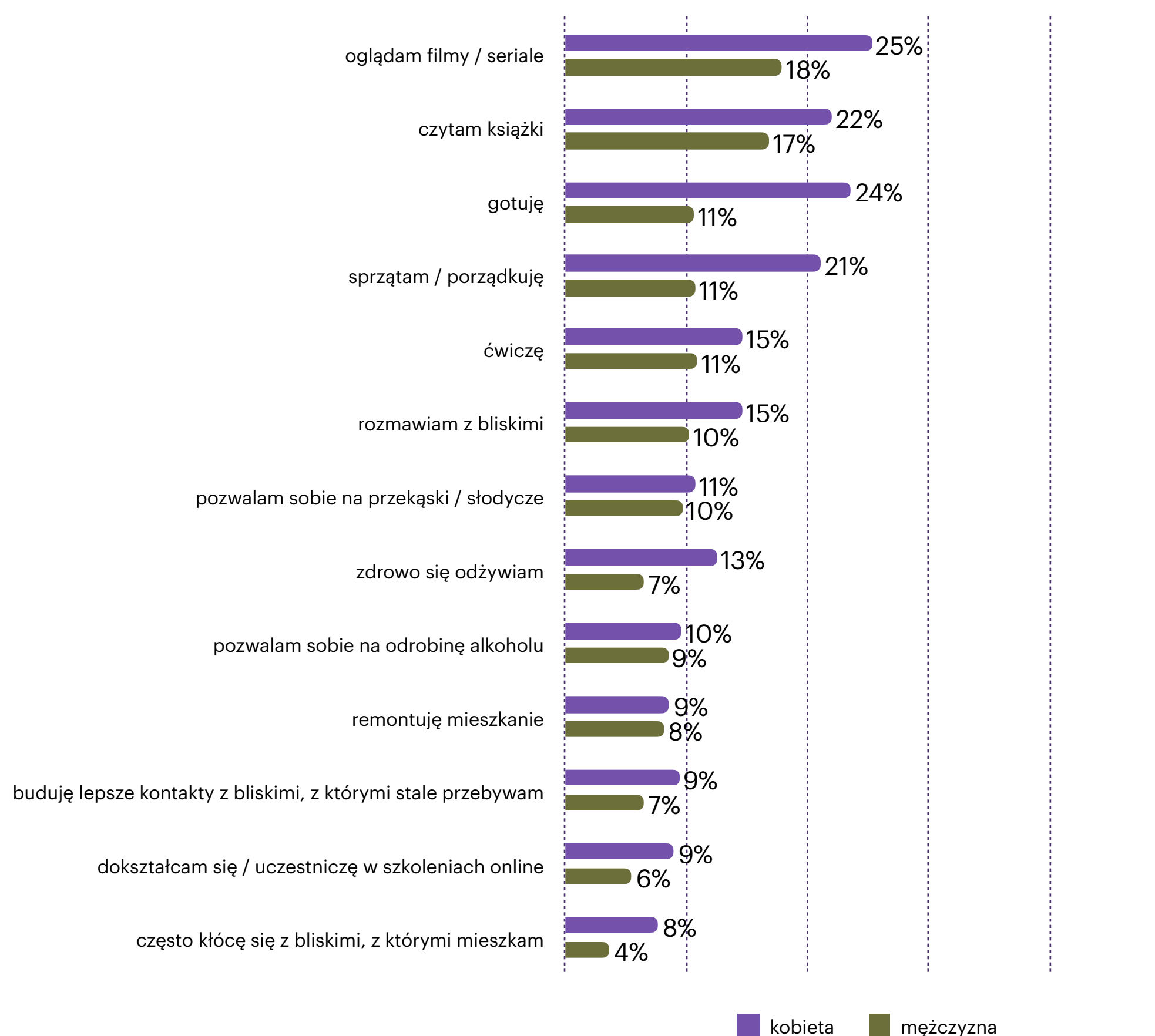
Izolacja wpłynęła na nawyki i codzienne aktywności Polaków. 62% wskazuje, że przynajmniej jedną z zaproponowanych w badaniu 13 aktywności zaczęli wykonywać częściej. W trakcie kwarantanny ponad jedna piąta Polaków ogląda częściej filmy i seriale (aż 44% w przypadku osób powyżej 54. roku życia). Niewiele mniej, bo 19% deklaruje, że czyta książki, a 16% gotuje (24% kobiet). Zdecydowanie więcej aktywności dotyczy kobiet, 21% z nich zaczęło też częściej zajmować się też porządkami i ogólnie sprzątaniami, ale też częściej zaczęły ćwiczyć (25%), rozmawiać z bliskimi i zdrowo się odżywiać (13% w porównaniu do 7% mężczyzn).

Wykres 4 - Podczas kwarantanny częściej...  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



Kobiety w większym stopniu zmieniły swoje nawyki podczas kwarantanny. Częściej niż mężczyźni zaczęły oglądać filmy i seriale (25%, +7.p.p. w stosunku do mężczyzn). Częściej też czytały (22%, +5p.p.), gotowały (24%, +13p.p.) i sprzątały (21%, +10p.p.).

Wykres 5 - Podczas kwarantanny częściej...  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



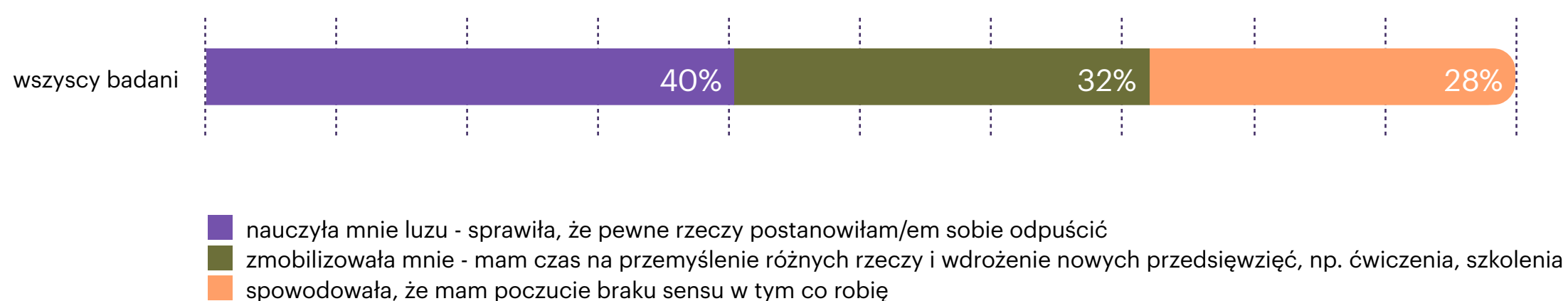
Patrząc na wiek Polaków, filmy zaczęli oglądać najmłodszy i najstarsi, a po książki sięgnęli częściej dojrzały konsumenci (45+ lat). Ćwiczyć zaczęły osoby w dwóch grupach wiekowych - 25-34 lata i 45-54 lata. Poniżej 5 najpopularniejszych aktywności wraz ze wskazaniem, której grupie dotyczą w największym stopniu.

Kto najczęściej?	15-18 lat 55+ lat	45+ lat	25-34 lata	15-18 lat	25-34 lata 45-54 lata
<b>Aktywność</b>	<b>Oglądanie</b>	<b>Czytanie</b>	<b>Gotowanie</b>	<b>Sprzątanie</b>	<b>Ćwiczenie</b>
					

# Co dała nam kwarantanna?

Wpływ pandemii i kwarantanny widoczny jest też w podejściu Polaków do życia. Jakkolwiek nie wiadomo, czy zmiany będą trwałe, ale aż 40% Polaków jest zdania, że sytuacja z koronawirusem i kwarantanną nauczyła ich luzu. Najczęściej odczucia takie mają kobiety i osoby dojrzałe (odpowiednio 46% i 55%). 32% Polaków natomiast czuje się zmobilizowanych do wdrożenia nowych przedsięwzięć w życie, np. ćwiczeń bądź szkoleń. Tu wskazania kobiet i mężczyzn są bardzo podobne. W przypadku mężczyzn z kolei aż 32% deklaruje, że w związku z zaistniałą sytuacją ma poczucie braku jakiegokolwiek sensu w tym, co robią (+10p.p. przewagi w tym kontekście nad kobietami). Patrząc na ten element można stwierdzić, że kwarantanna na mężczyzn miała bardziej negatywny wpływ niż na kobiety.

Wykres 6 - Sytuacja z koronawirusem i kwarantanną...  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci

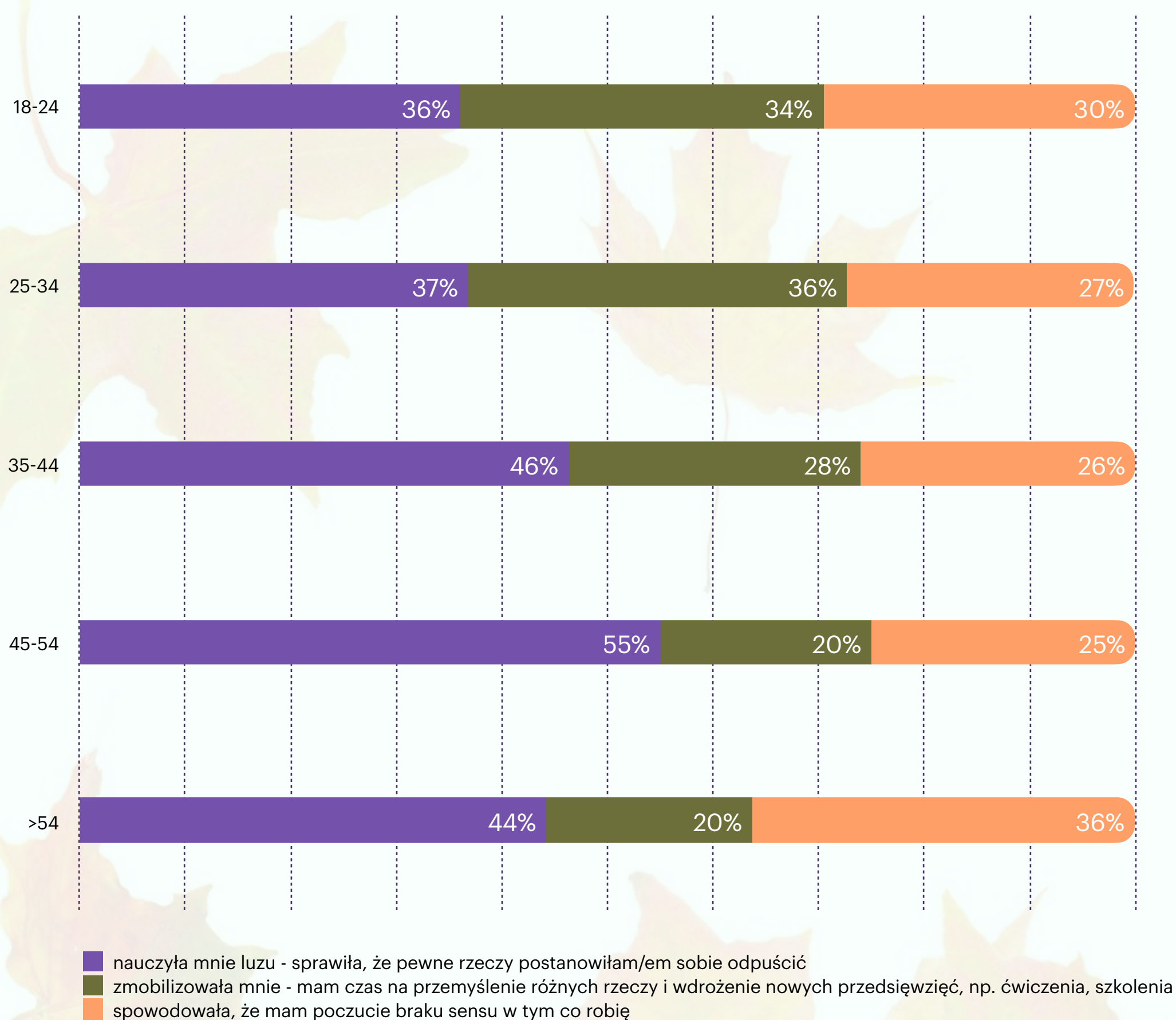


Wykres 7 - Sytuacja z koronawirusem i kwarantanną...  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



Patrząc na różne pokolenia Polaków, można zauważyć, że najczęściej poczucie bezsensu kwarantanna wywołała u osób najstarszych, wskazywanych przez specjalistów jako osoby najbardziej pandemią zagrożone. Wspomniane osoby w wieku 55+ lat oraz nieco młodsza grupa (45-54 lata), rzadziej też wskazały, że kwarantanna zmobilizowała ich do przemyślenia różnych tematów, czy wdrożenia nowych przedsięwzięć. Te z kolei najczęściej wdrożyli Polacy w wieku 18-34 lata. Dystansu do życia kwarantanna nauczyła częściej osoby najmłodsze i dojrzałe - w wieku 45-54 lata. Najrzadziej poczucie luzu dotyczyło natomiast osób w wieku 18-44 lata, które to pandemia i kwarantanna zmobilizowała przede wszystkim do podjęcia różnych nowych działań.

Wykres 8 - Sytuacja z koronawirusem i kwarantanną...  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci





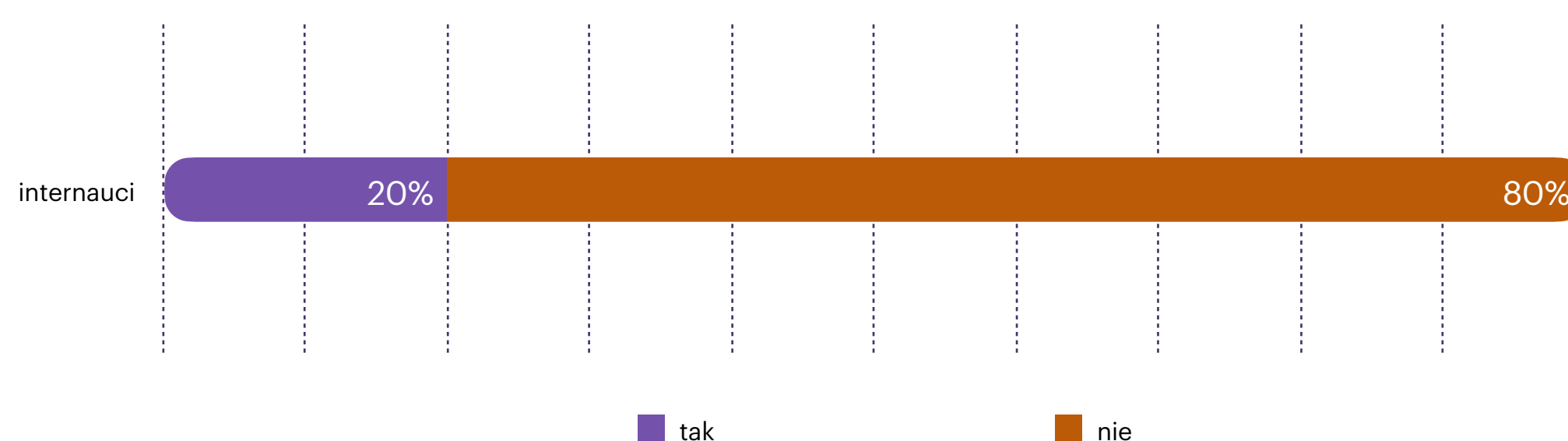


# Obawy

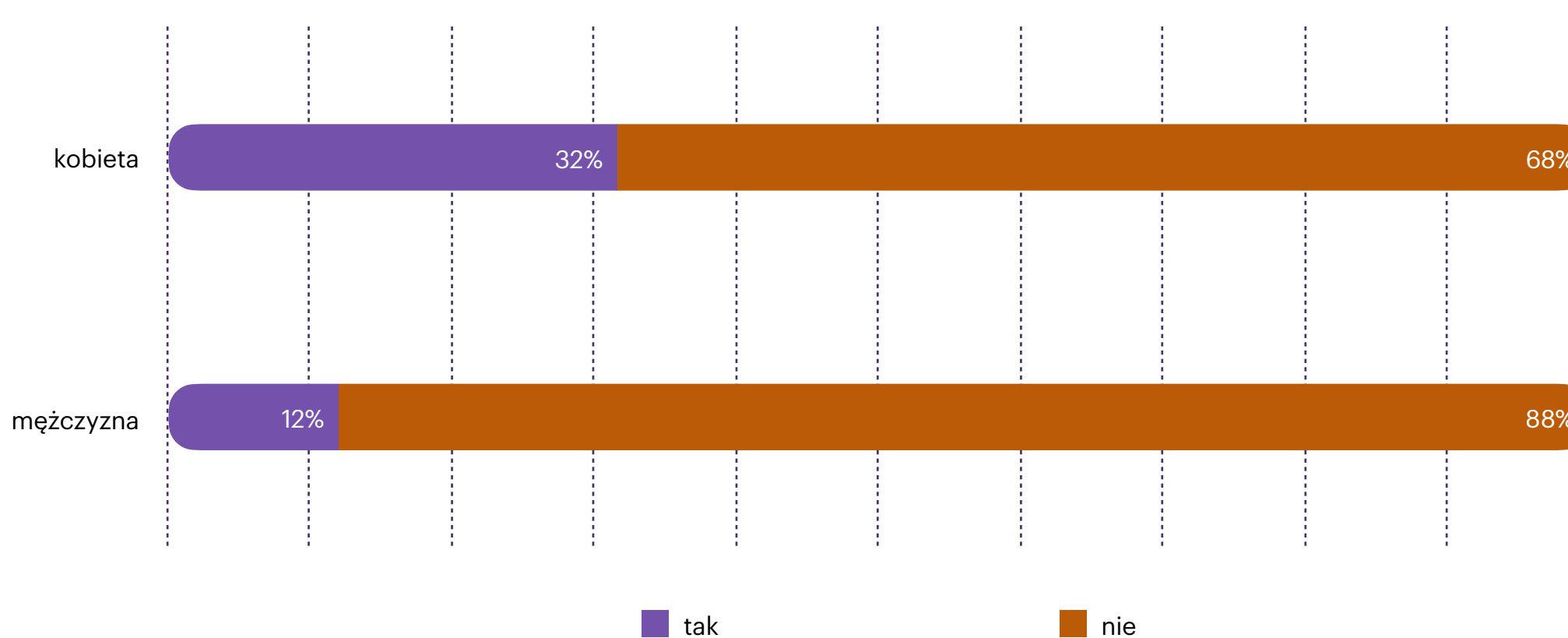
## Praca

Pandemia, jako zjawisko niespodziewane i zagrażające naszemu zdrowiu i życiu, a dalej kwarantanna - jako zjawisko ograniczające naszą swobodę, ale i gospodarkę, wywołała też obawy. W czasie kwarantanny już jedna piąta Polaków obawiała się o swoje miejsce pracy. Najwyższe wskazania dotyczyły osób w wieku 35-44 lata (27%) i kobiet (32%). Biorąc pod uwagę miejsce zamieszkania widzimy, że najczęściej - 32% - badanych, którzy bali się o swoje zatrudnienie, pochodziło z niewielkich miast, 20-50 tys. mieszkańców. Dane z badania „Kobiety - silna płęć” zrealizowanego w sierpniu 2020, pokazują, że faktycznie pracę straciło około 14% badanych zatrudnionych na warunkach umowy o pracę. W gorszej sytuacji znalazły się osoby pracujące na podstawie umów zleceń oraz o dzieło.

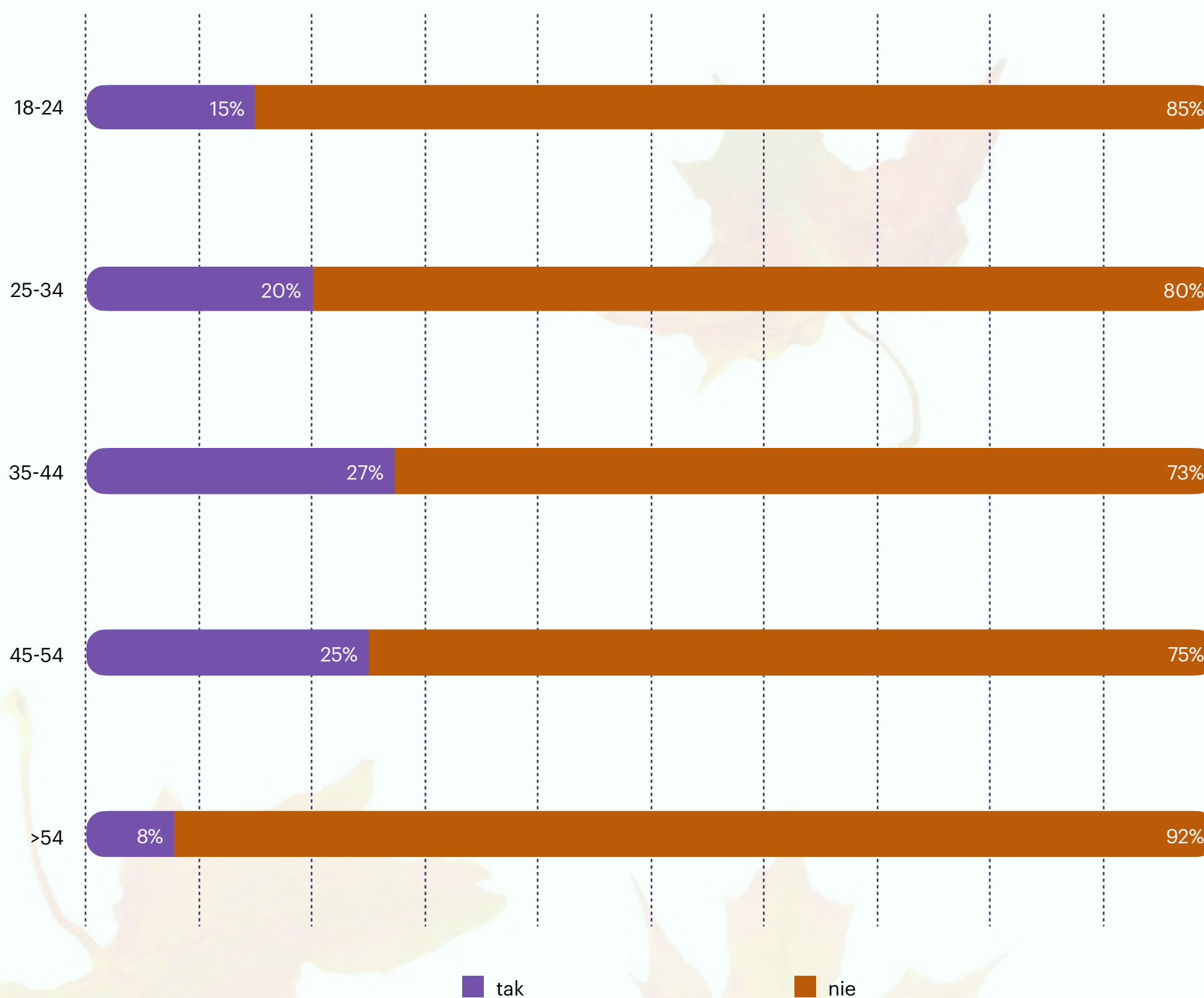
Wykres 9 - Czy w związku z koronawirusem obawiasz się o swoją pracę?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



Wykres 10 - Czy w związku z koronawirusem obawiasz się o swoją pracę?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



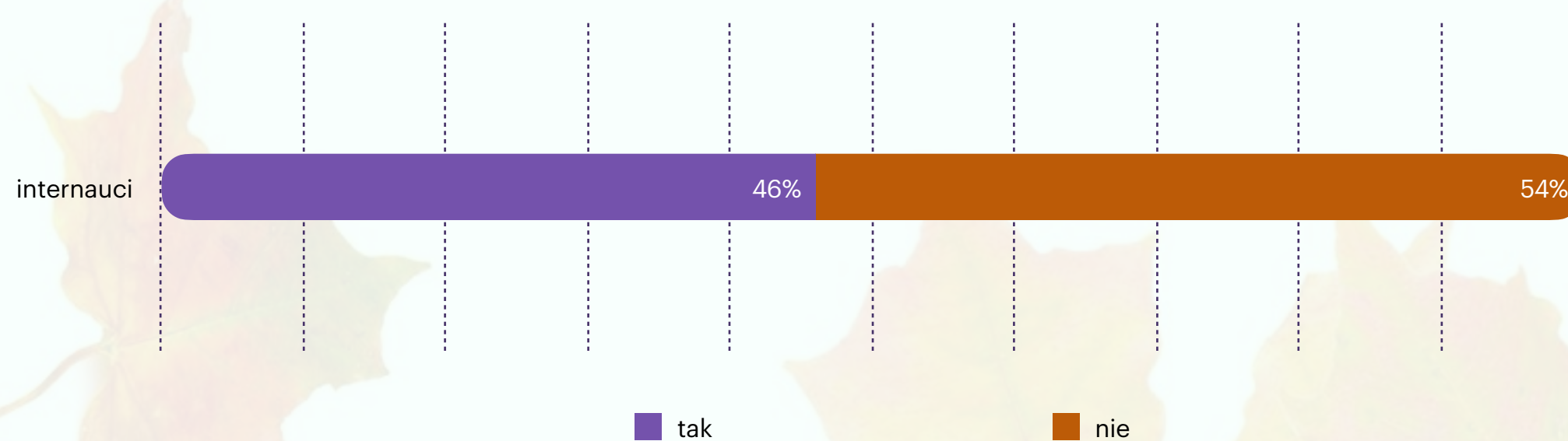
Wykres 11 - Czy w związku z koronawirusem obawiasz się o swoją pracę?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



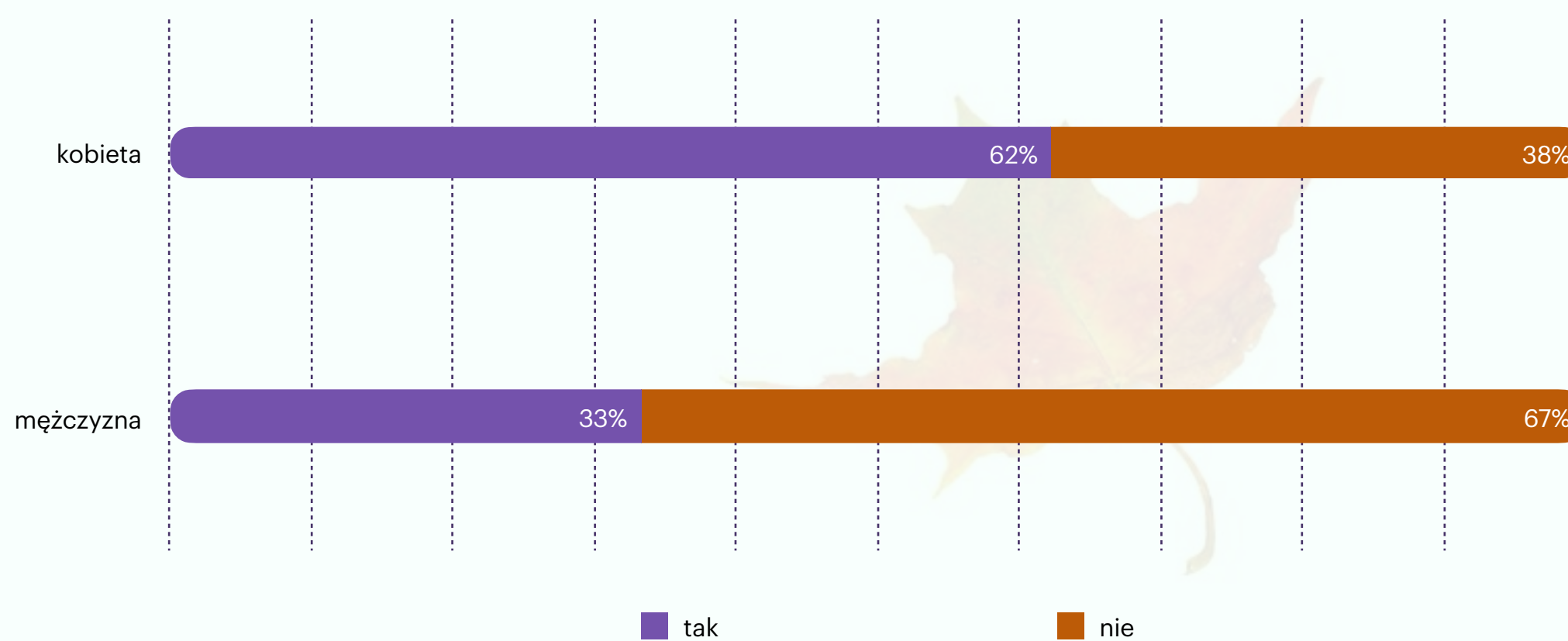
## Gospodarka

Znacznie więcej, bo aż 46% badanych obawia się natomiast o polską oraz światową gospodarkę (w tym 62% kobiet i 80% osób w wieku 45-54 lata). Generalnie widać, że im starszy badany, tym obawy o polską i światową gospodarkę w kontekście COVID-19 są większe.

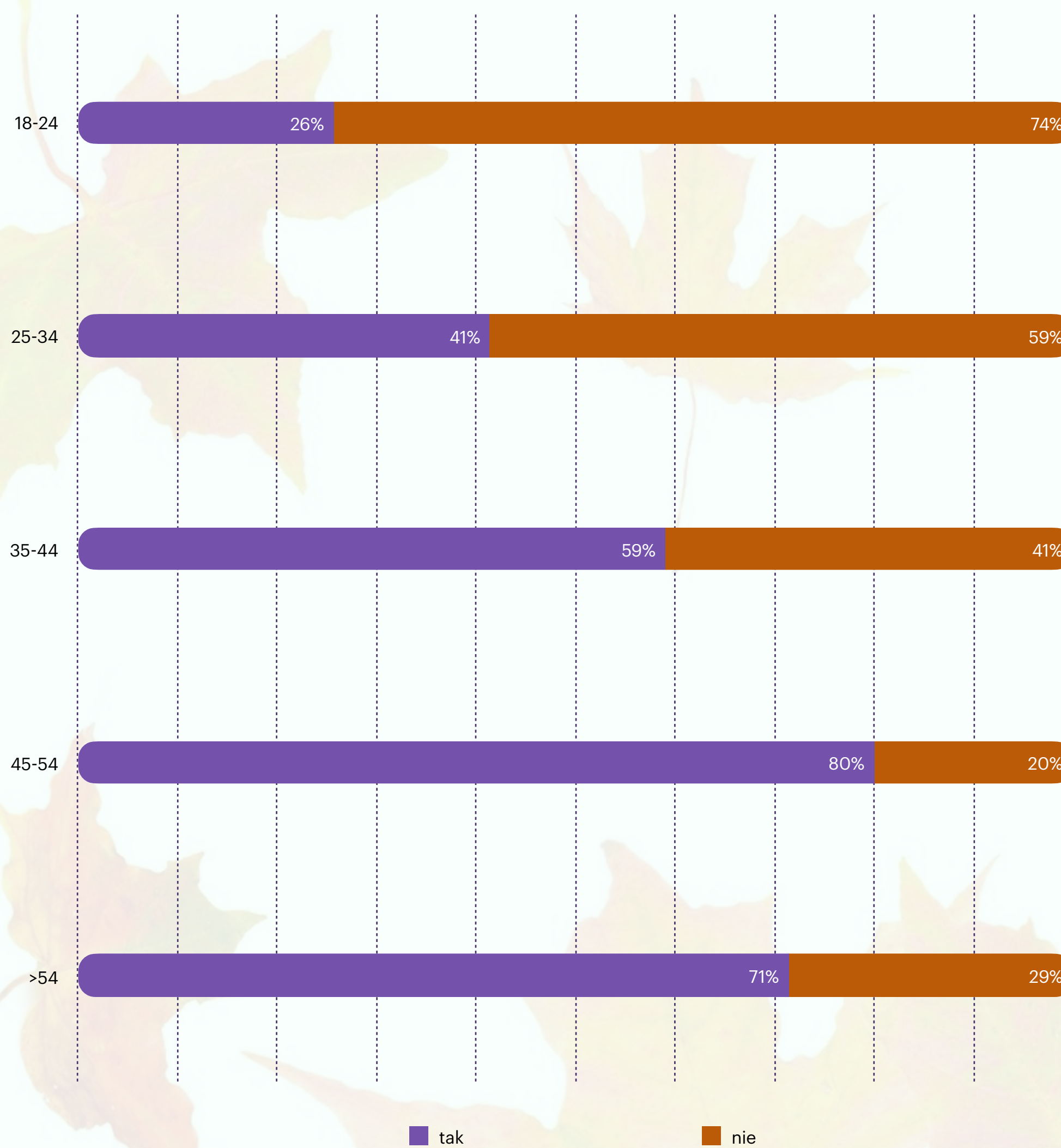
Wykres 12 - Czy w związku z koronawirusem obawiasz się o polską i światową gospodarkę?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



Wykres 13 - Czy w związku z koronawirusem obawiasz się o polską i światową gospodarkę?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



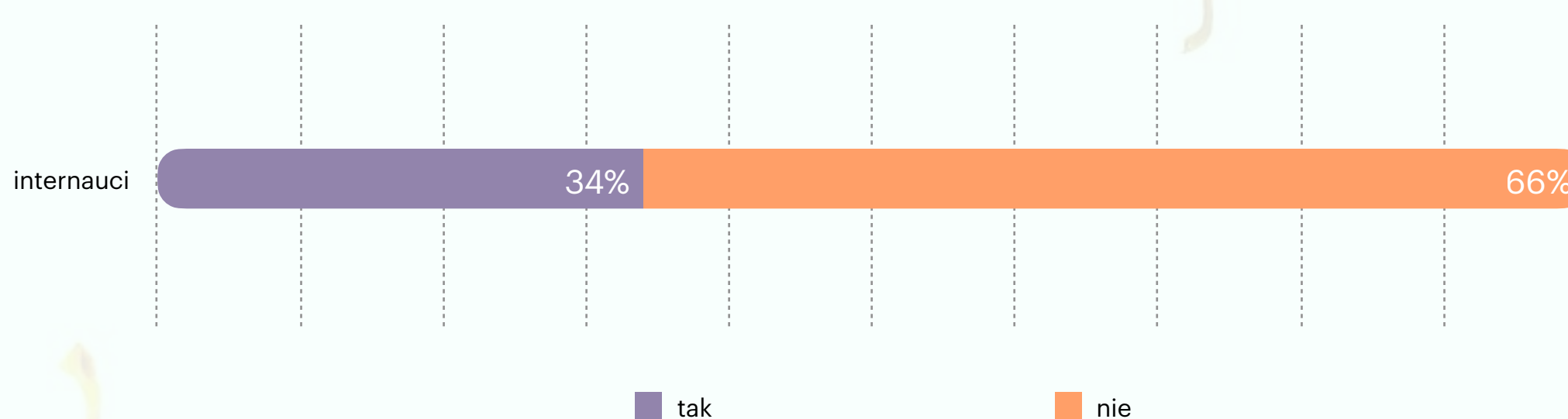
Wykres 14 - Czy w związku z koronawirusem obawiasz się o polską i światową gospodarkę?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



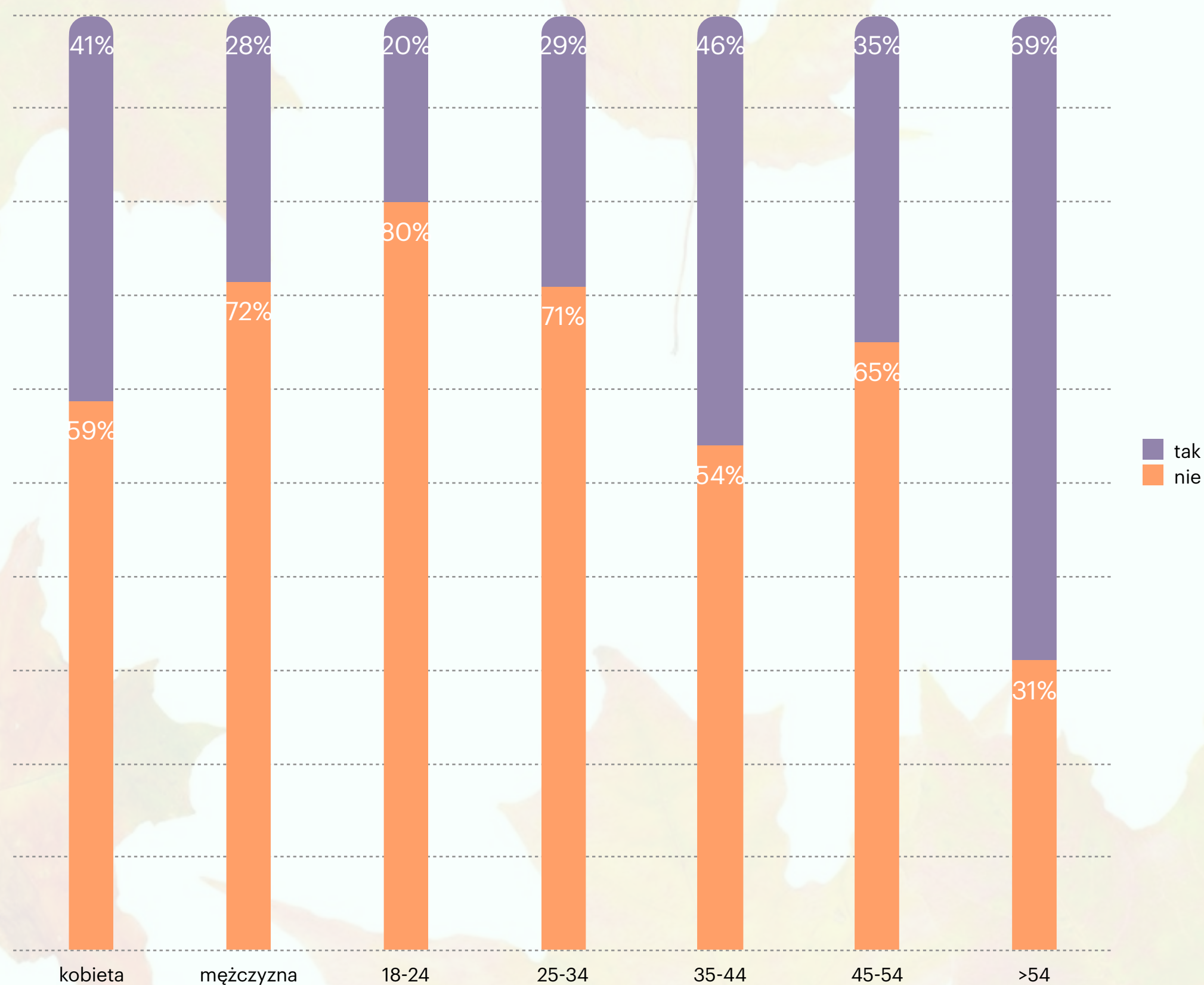
## Pieniądze

34% badanych obawia się także o swoje oszczędności i inwestycje. Znow częściej dotyczy to kobiet (41%). O swoje oszczędności obawia się także prawie połowa (46%) Polaków w wieku 35-44 lata oraz 2/3 osób w wieku 55+ lat.

Wykres 15 - Czy w związku z koronawirusem obawiasz się o swoje inwestycje lub oszczędności?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci

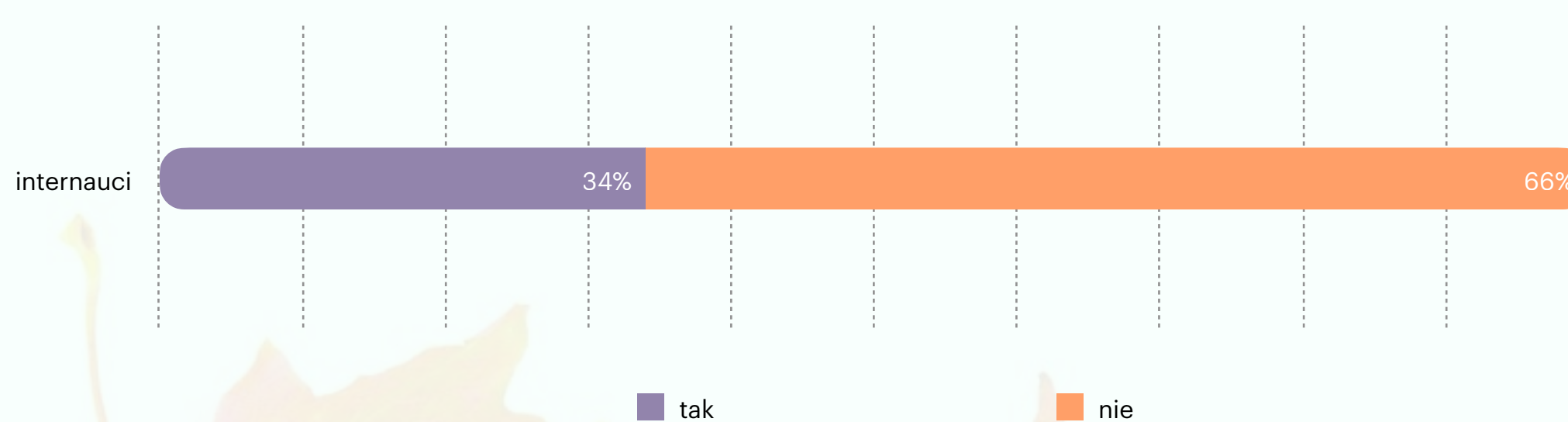


Wykres 16 - Czy w związku z koronawirusem obawiasz się o swoje inwestycje lub oszczędności?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci

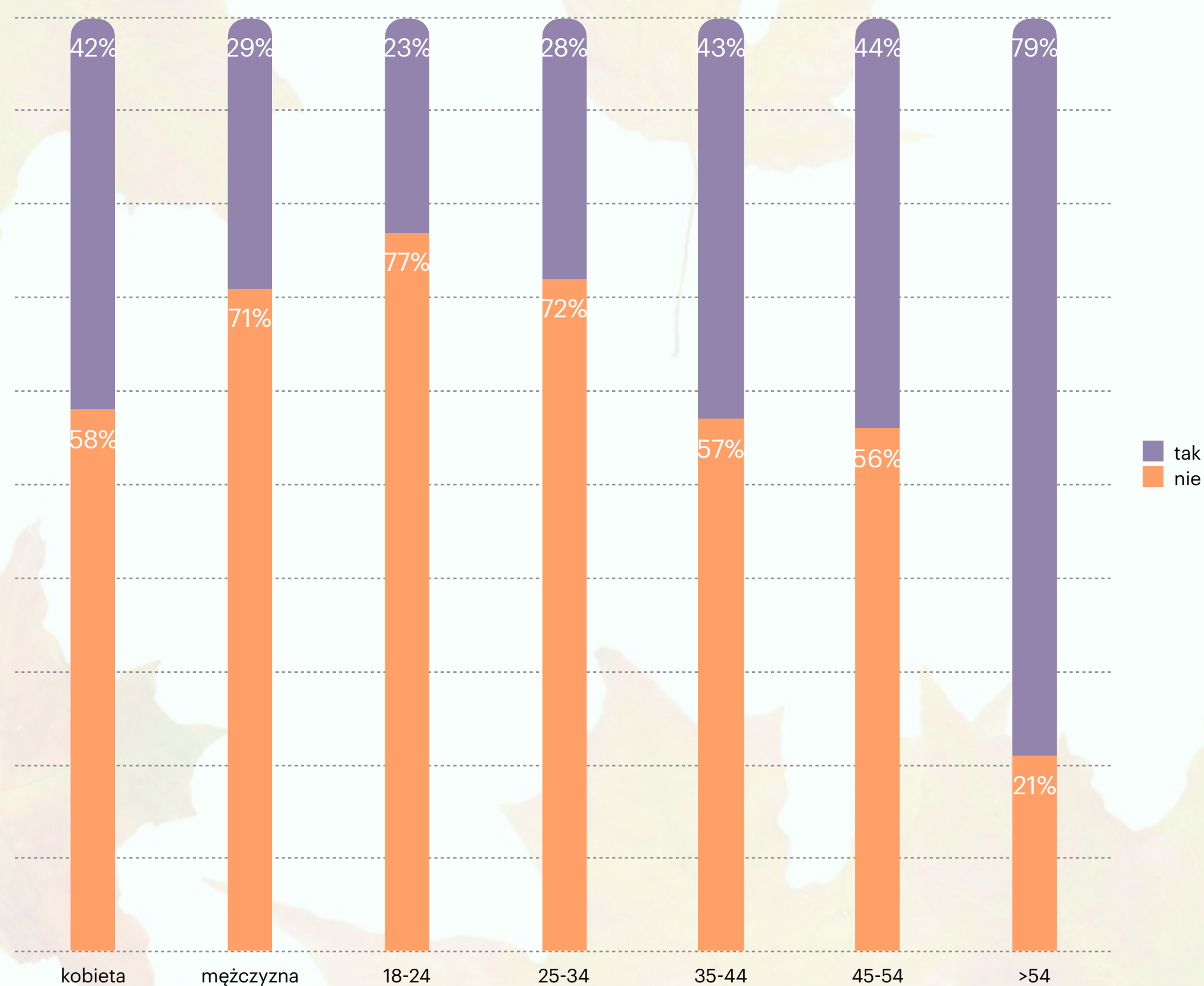


Dokładnie tyle samo, czyli 34% badanych obawia się również o swoje bezpieczeństwo lub bezpieczeństwo swoich bliskich. W większym stopniu dotyczy kobiet - 42%. Na poczucie zagrożenia zdrowia także wpływ ma wiek badanych. Generalnie im strasza osoba, tym bardziej się o zdrowie w związku z COVID-19 obawia. Osób zatroskanych o zdrowie jest wśród najmłodszych jedynie 28% w porównaniu do 79% w grupie 55+ lat.

Wykres 17 - Czy w związku z koronawirusem obawiasz się o bezpieczeństwo swoje i swoich bliskich?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



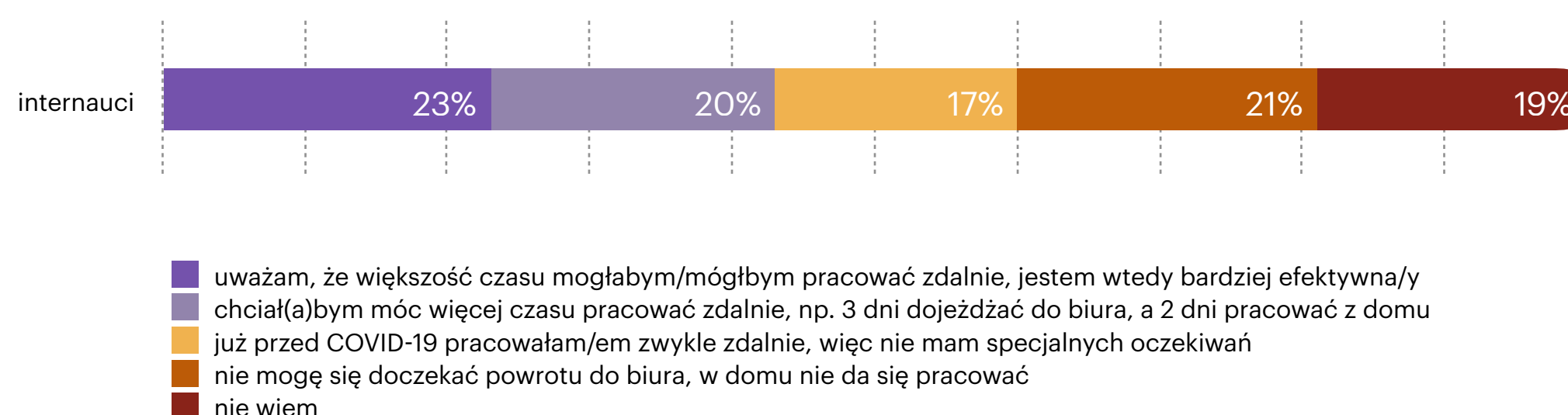
Wykres 18 - Czy w związku z koronawirusem obawiasz się o bezpieczeństwo swoje i swoich bliskich?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



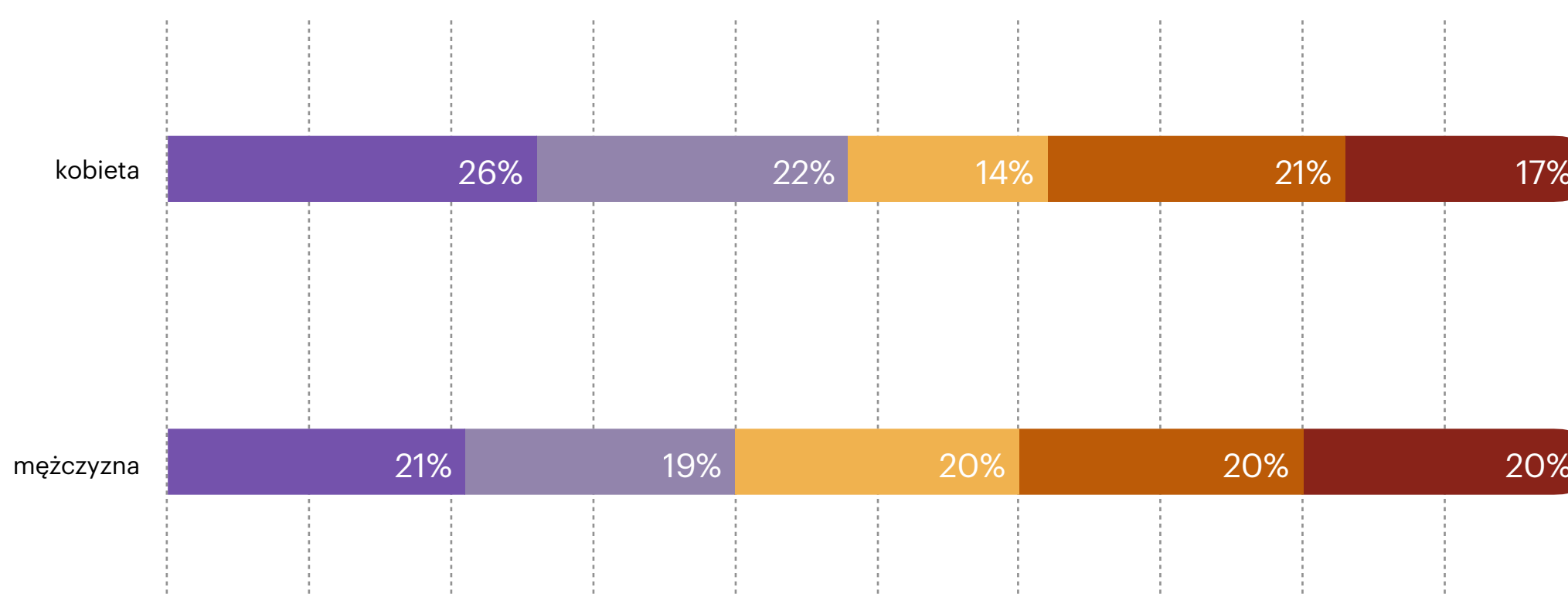
# Oczekiwania w stosunku do pracy

Ciekawe jest spojrzenie na to, jak COVID-19 i kwarantanna zmieniły opinie i oczekiwania Polaków wobec miejsca pracy. Okazuje się, że prawie 1/4 badanych, którzy pracowali podczas kwarantanny zdalnie, jest zdania, że mogliby kontynuować zarobkowanie w tym modelu, bo są efektywniejsi. Dodatkowo, co 5. pracownik chciałby nieco zwiększyć liczbę dni w tygodniu, kiedy może pracować z domu. Z kolei 17% pracowników już przed kwarantanną pracowało czasem zdalnie, więc nie widzą problemu w kontynuacji takiego modelu. Oznacza to, że 60% pracowników otwartych jest na pracę w modelu zdalnym, a 43% oczekiwałoby zmiany w tym kierunku od pracodawcy.

Wykres 19 - Jakie masz oczekiwania w kontekście powrotu do pracy w biurze/miejscu pracy po kwarantannie?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=603, internauci, którzy pracowali zdalnie podczas kwarantanny

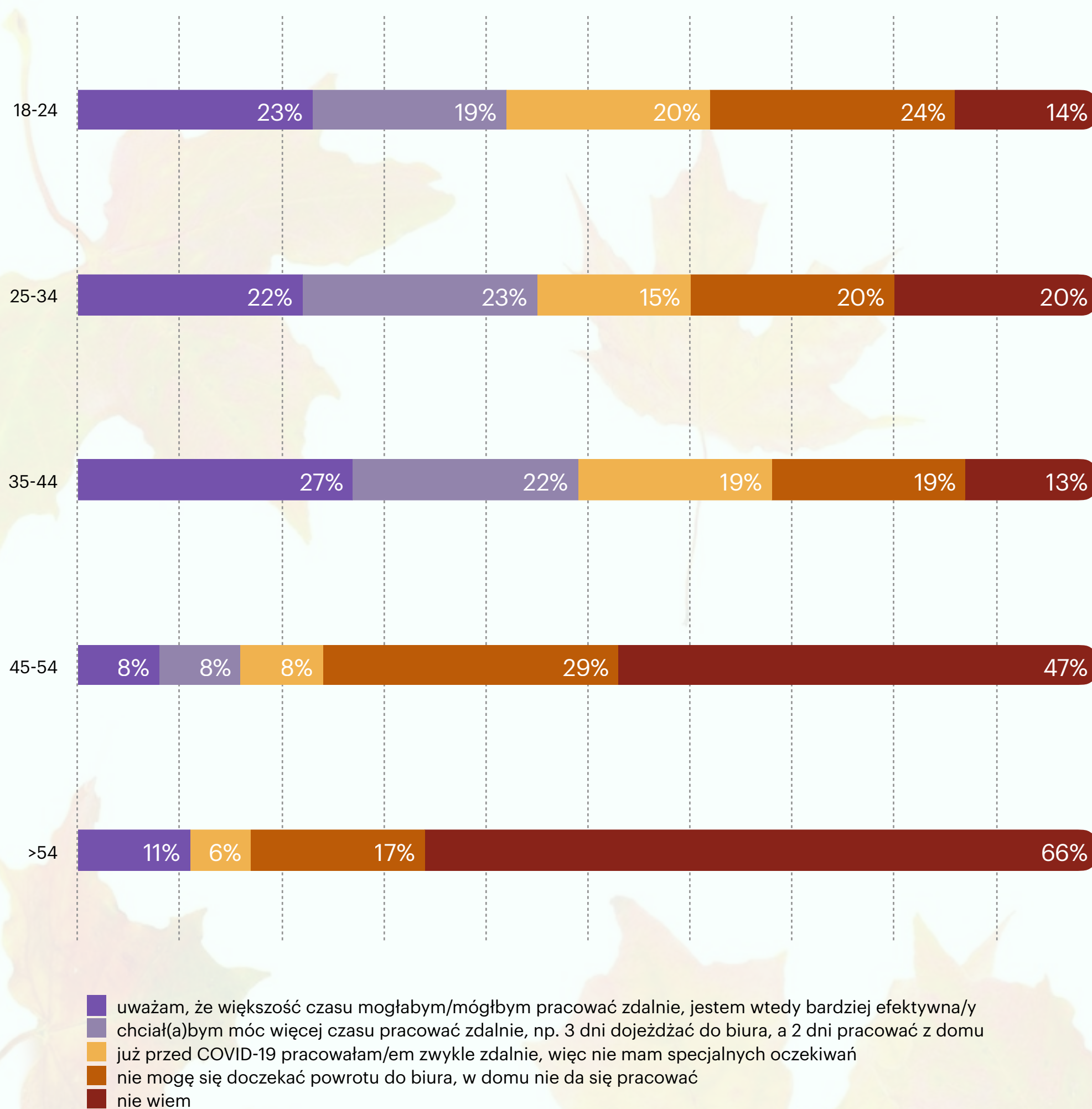


Wykres 20 - Jakie masz oczekiwania w kontekście powrotu do pracy w biurze/miejscu pracy po kwarantannie?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=603, internauci, którzy pracowali zdalnie podczas kwarantanny



Patrząc na wiek pracowników można zauważyć, że pracą zdalną zainteresowane są zdecydowanie najczęściej osoby młodsze - poniżej 45 lat. Wśród nich jedynie między 12% a 20% nie mogło się doczekać powrotu do biura po kwarantannie. Wydaje się, że najmniej zdecydowani co do oczekiwań pod kątem pracodawców są pracownicy z grupy najstarszej - w wieku 55+ lat - wśród których 66% nie opowiedziało się za żadnym z zaproponowanych stwierdzeń.

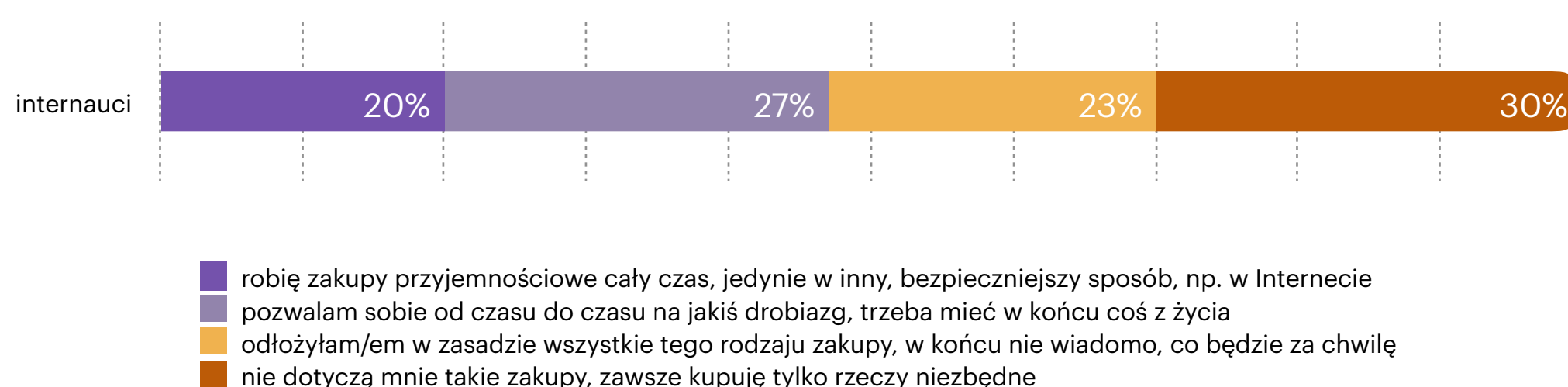
Wykres 21 - Jakie masz oczekiwania w kontekście powrotu do pracy w biurze/miejsu pracy po kwarantannie?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=603, internauci, którzy pracowali zdalnie podczas kwarantanny



# Zakupy

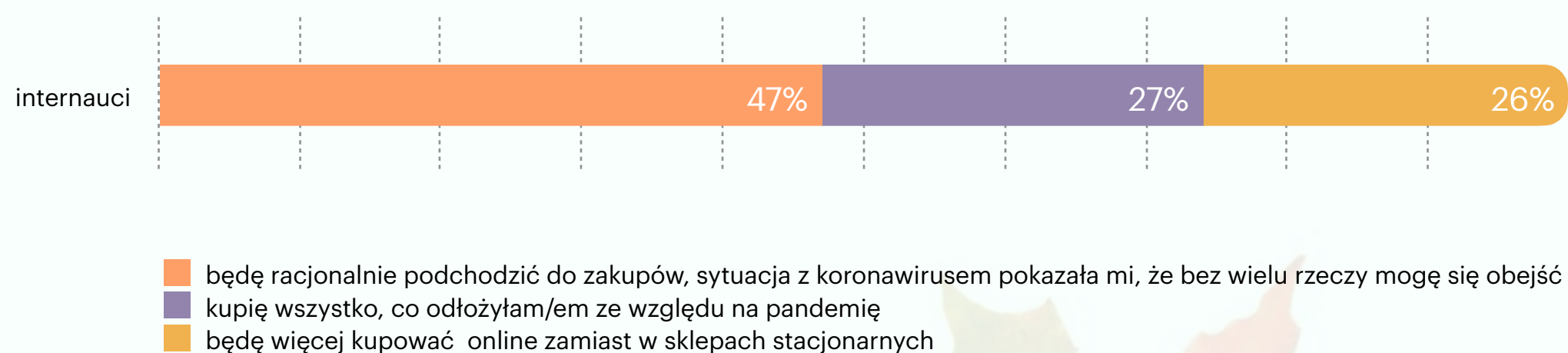
Kwarantanna i ograniczenia z nią związane zmieniły także zachowania zakupowe Polaków. Już w marcu 38% internautów zapasy z myślą o kwarantannie zrobiła głównie w Internecie. Wyniki badania „Omni-commerce. Kupuje wygodnie 2020” z maja tego roku pokazały, że liczba kupujących w sieci w różnych kategoriach wzrosła w stosunku do maja 2019 roku o +15p.p. i obecnie odsetek e-kupujących wśród internautów wynosi 72%. Czy zmieniło się jednak coś w kontekście tego, co kupujemy, a w szczególności czy kupujemy rzeczy wyłącznie podstawowe, czy także pomimo pandemii robimy zakupy przyjemnościowe? Okazuje się, że w czasie kwarantanny zakupy przyjemnościowe odłożyło w obawie o przyszłość 23% badanych internautów. Prawie połowa badanych realizowała natomiast takie zakupy, jedynie ew. zmieniając kanał zakupowy - na wspomniany wcześniej Internet. Co ciekawe, aż 1/3 Polaków deklaruje, że zakupy przyjemnościowe w ogóle ich nie dotyczą. 47% postanowiło natomiast, że będą bardziej racjonalnie podchodzić do zakupów. Efektem tego może być zwiększona wrażliwość cenowa, a także zmiana preferencji zakupowych w kategoriach.

Wykres 22 - Jak wyglądają Twoje zakupy przyjemnościowe w czasie kwarantanny / pandemii?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci





Wykres 23 - Co zrobisz, gdy skończy się kwarantanna? Która postawa jest Ci bliższa?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci

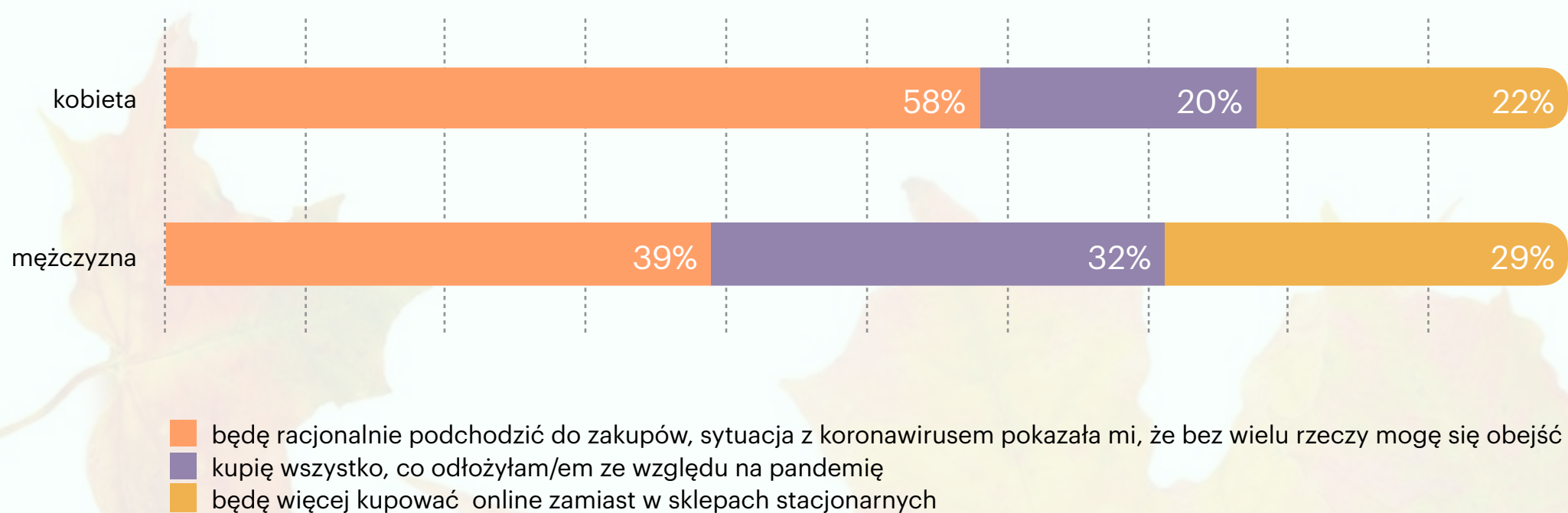


Jeśli chodzi o zakupy przyjemnościowe, postawy kobiet i mężczyzn są dość podobne, chociaż to panie nieco częściej zadeklarowały, że w ogóle takich zakupów nie robią (33%, +5p.p. w stosunku do mężczyzn). Polki też znacznie częściej planują po kwarantannie bardziej racjonalnie podchodzić do swoich zakupów (58%, +19p.p. w stosunku do mężczyzn).

Wykres 24 - Jak wyglądają Twoje zakupy przyjemnościowe w czasie kwarantanny / pandemii?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci

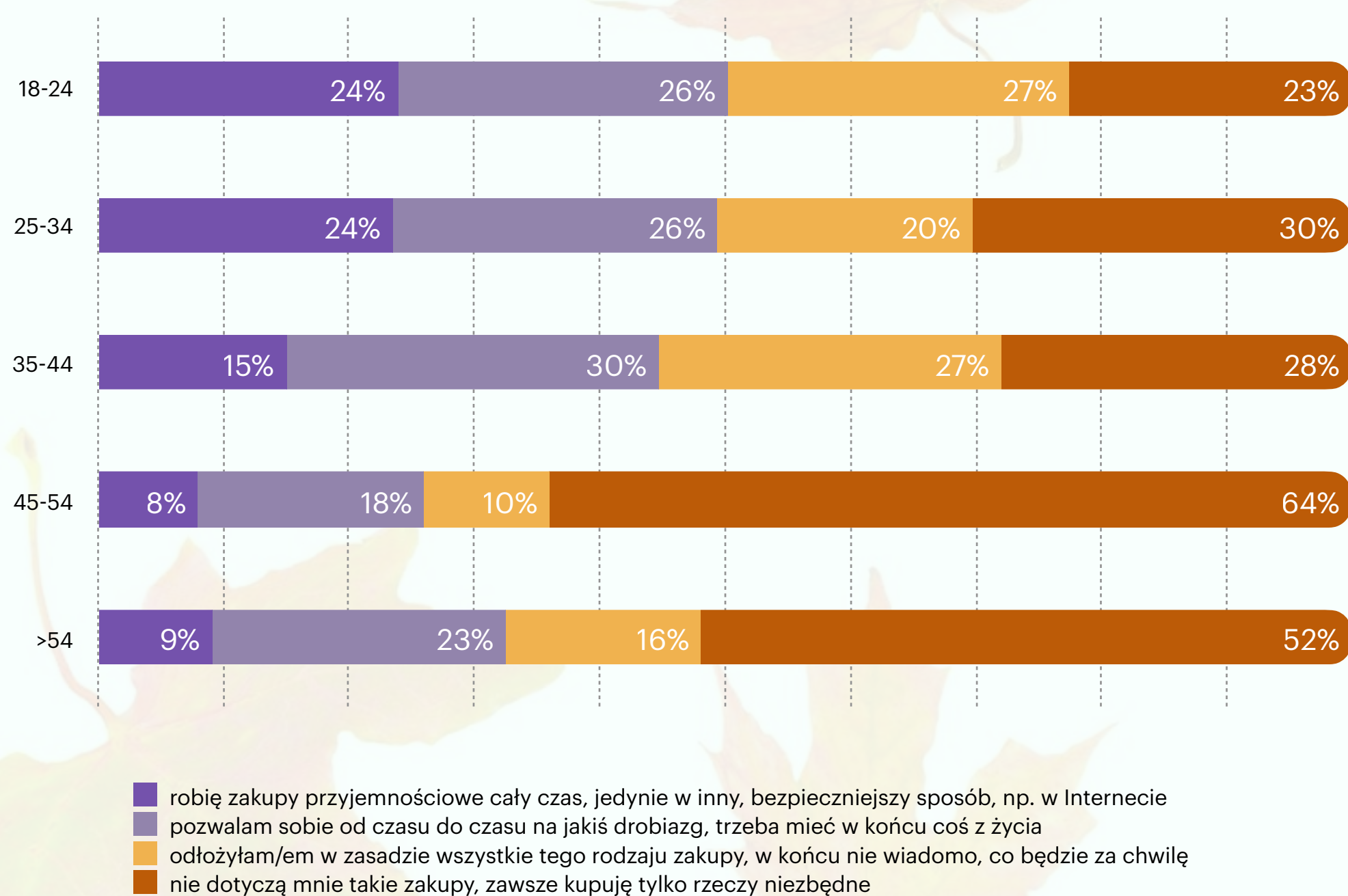


Wykres 25 - Co zrobisz, gdy skończy się kwarantanna? Która postawa jest Ci bliższa?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci

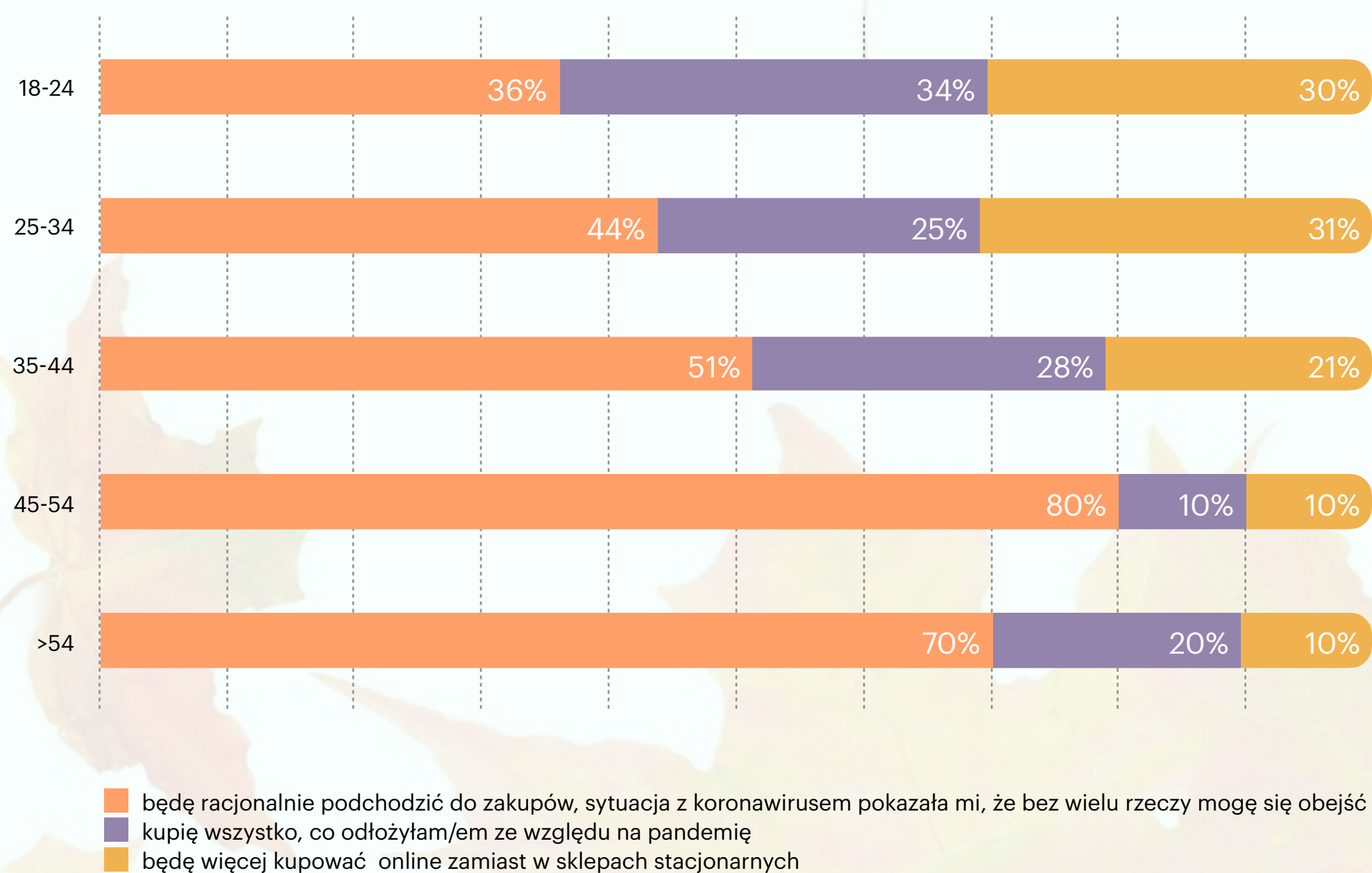


Zakupy przyjemnościowe częściej dotyczą konsumentów młodszych, w grupach wiekowych 18-44 lata. Najbardziej jakichkolwiek zakupów przyjemnościowych dokonują osoby w wieku 45-54 lata. Ta grupa także, najczęściej twierdzi, że po kwarantannie, będzie kupować jeszcze rozsądniej. Generalnie im starszy badany, tym częściej deklaruje chęć dokonywania bardziej racjonalnych zakupów, a rzadziej z kolei popiera postawę „nadrobienia” zakupów niedokonanych w czasie kwarantanny.

Wykres 26 - Jak wyglądają Twoje zakupy przyjemnościowe w czasie kwarantanny / pandemii?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



Wykres 27 - Co zrobisz, gdy skończy się kwarantanna? Która postawa jest Ci bliższa?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



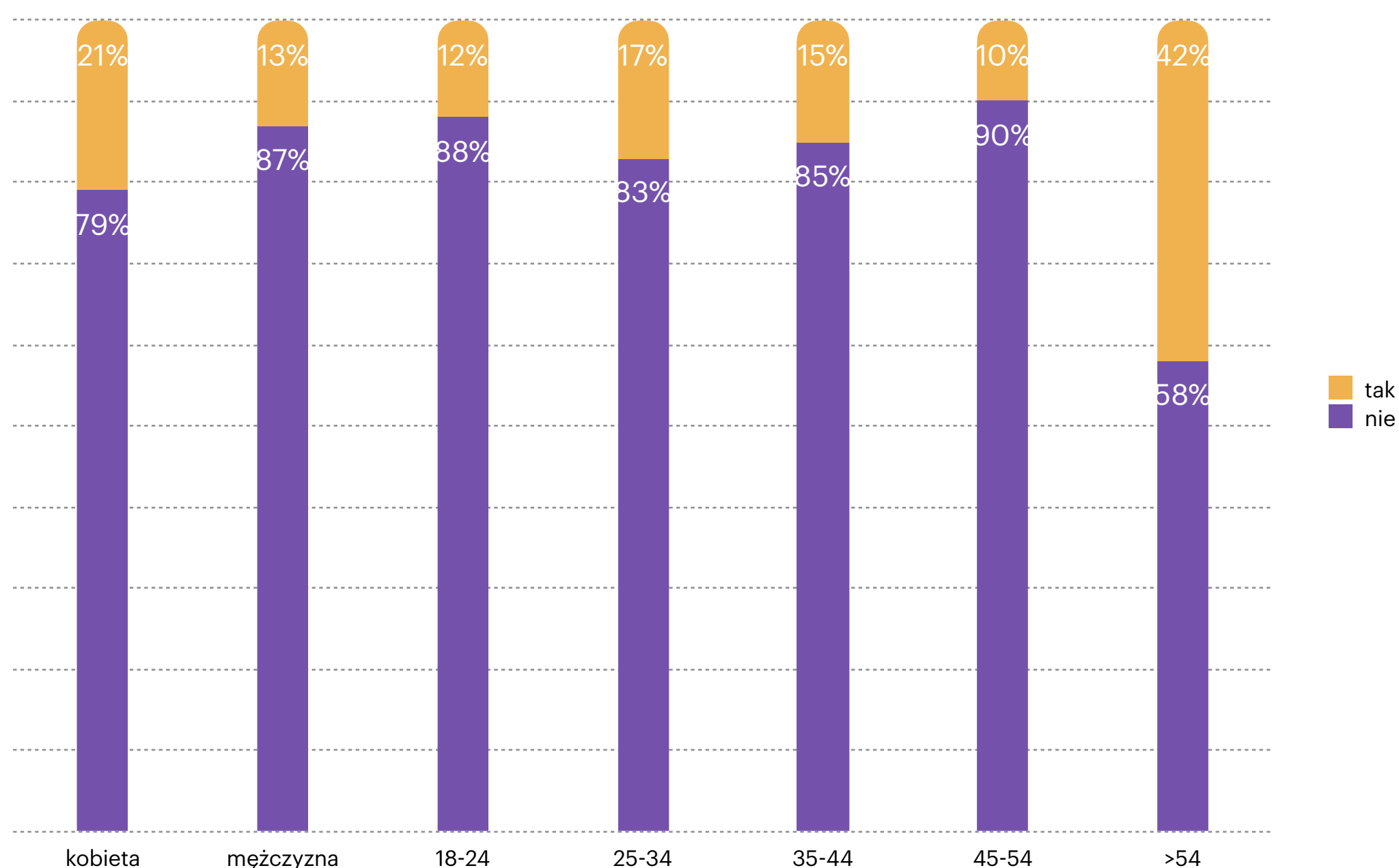
# Zmiany na lepsze?

Pandemia zmieniła wiele nawyków Polaków. Jednocześnie, raczej nie wierzymy, że zmieniła nas na lepsze w kontekście tworzenia wspólnoty i bycia miłszymi dla siebie wzajemnie. Tylko 16% polskich internautów jest zdania, że gdy minie zagrożenie związane z koronawirusem, ludzie będą dla siebie bliżsi i bardziej pomocni. Nieco bardziej optymistyczne w tym względzie są kobiety, gdzie wskaźnik wynosi 21%. Na taką przyszłość w szczególności liczą też badani z najstarszej grupy wiekowej (42%).

Wykres 28 - Czy uważasz, że gdy minie już zagrożenie koronawirusem, ludzie będą dla siebie miłsi, bardziej pomocni?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci



Wykres 29 - Czy uważasz, że gdy minie już zagrożenie koronawirusem, ludzie będą dla siebie miłsi, bardziej pomocni?  
Raport Polacy w czasie kwarantanny, N=1230, internauci





**Metodologia**

# Metoda badawcza

- Badanie zostało zrealizowane na przełomie maja i czerwca 2020 roku przez Mobile Institute.
- Do współtworzenia badania i skomentowania jego wyników zaprosiliśmy Dorotę Mintę - psycholog kliniczną, psychoterapeutkę z wieloletnim stażem i jednocześnie szefową fundacji STOMAlife, która specjalizuje się w trudnościach psychologicznych dotyczących kryzysów i chorób przewlekłych. Wspólnie z NFZ stworzyła cykl podcastów „Jak poradzić sobie w czasie epidemii koronawirusa?”. Na co dzień pomaga radzić sobie z trudnościami pojawiającymi się w życiu w obliczu kryzysu związanego np. z przewlekłą chorobą, utratą pracy, rozpadem związku, czy żałobą. Zajmuje się również psychologicznymi aspektami odżywiania chorych między innymi w chorobach nowotworowych. Prowadzi terapię dzieci, młodzieży, dorosłych oraz terapię par.
- Do realizacji badania ilościowego wykorzystane zostały responsywne ankiety CAWI (Computer-Assisted Web Interview) w systemie opinie.mobi.
- Zebrano opinie 1230 internautów.
- Struktura próby internautów została skorygowana przy użyciu wagi analitycznej i odpowiada strukturze polskich internautów w wieku 18 i więcej lat pod względem płci, wieku i wielkości miejsca zamieszkania.
- W analizie wzięliśmy pod uwagę tylko kompletne ankiety.



## Mobile Institute

mobileinstitute.eu  
biuro@mobileinstitute.eu  
Al. Solidarności 117/207  
00-140 Warszawa

Autorzy:

Katarzyna Czuchaj-Łagód  
Dyrektor zarządzająca  
Mobile Institute  
kasia@mobileinstitute.eu

Aneta Dzięciołowska  
Menedżer ds. badań rynkowych  
Mobile Institute  
aneta@mobileinstitute.eu