

TREND

IMPACT

pollster
TLUMACZYMY ŚWIAT ZAPISANY W DANYCH

MASMI
Fresh thinking. Clear advice.

pbs®

Zymetria

4
For
Change
P

Ipsos

MINDS
& ROSES

KANTAR
K+
GRUPA KOMUNIKACJA +

NIQ
MED / A H U B

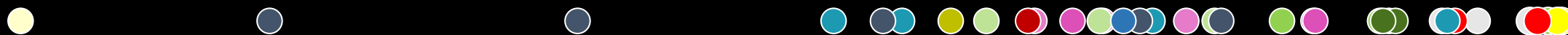
GfK
An NIQ
Company

TREND

IMPACT

Aleksandra Gębarowska, Agnieszka Warzybok, Basia Zajączkowska, Marta Skalmowska, Sylwia Dąbkowska, Marta Grybś-Kabocik, Przemek Huk, Aleksandra Trojanowska, Patrycja Prochera, Kasia Gawlik, Konrad Siwiński, Krzysztof Polak, Aleksandra Osip-Krystek, Tymoteusz Ogłaza, Agnieszka Łebkowska, Joanna Gierasimiuk, Monika Banach, Joanna Kacpura, Tomasz Detlaf, Marlena Bułanow, Alicja Włodarczyk, Marzena Stachura, Daniel Zdrodowski, Magdalena Koprowska, Anna Piasecka, Anna Karczmarczyk, Krzysztof Domeradzki, Damian Borowiec, Ewa Kubica-Ścieszko, Piotr Idzik, Aneta Kowalczyk, Edyta Czarnota, Barbara Woźniakowska, Barbabra Frątczak-Rudnicka, Tomasz Woźniczka, Marta Wojtoń-Piotrowska, Jakub Wittstock, Agnieszka Owsianko, Małgorzata Olszewska, Karolina Flaht-Soroka, Artur Czajka, Ewa Wołczyk, Edyta Kus, Jakub Matuszak, Katarzyna Janik, Filip Oszczyk, Martyna Krakowiak, Weronika Zamojska, Sylwester Sieczkowski, Alicja Czajkowska, Joanna Prokopiuk, Justyna Król, Maria Jaworska, Pola Staniszevska

Co jest dla nas ważne w życiu?





Alternatywne
praktyki
duchowe

Wiara
(przynależność
religijna)



Posiadanie
markowych
rzeczy





Zdrowie
psychiczne



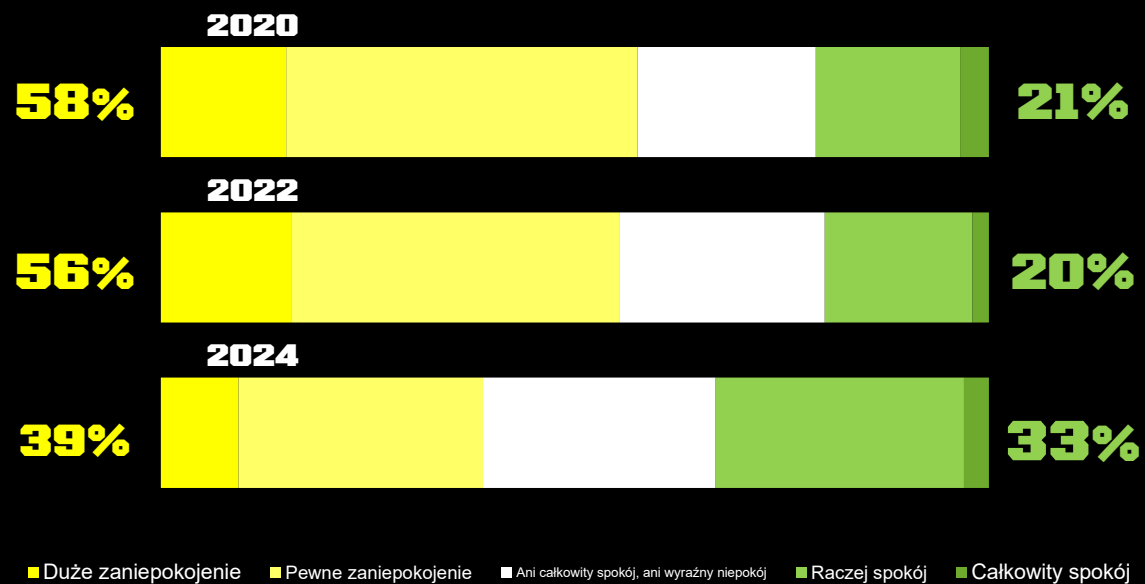


Zdrowie
fizyczne



Zdrowie
psychiczne





Zdrowie fizyczne



Zdrowie psychiczne



35%



42%





Stabilny
dochód

#3



Zdrowie
fizyczne



Zdrowie
psychiczne



Bezpieczeństwo finansowe moje i mojej rodziny



Stabilny
dochód



Zdrowie
fizyczne



Zdrowie
psychiczne



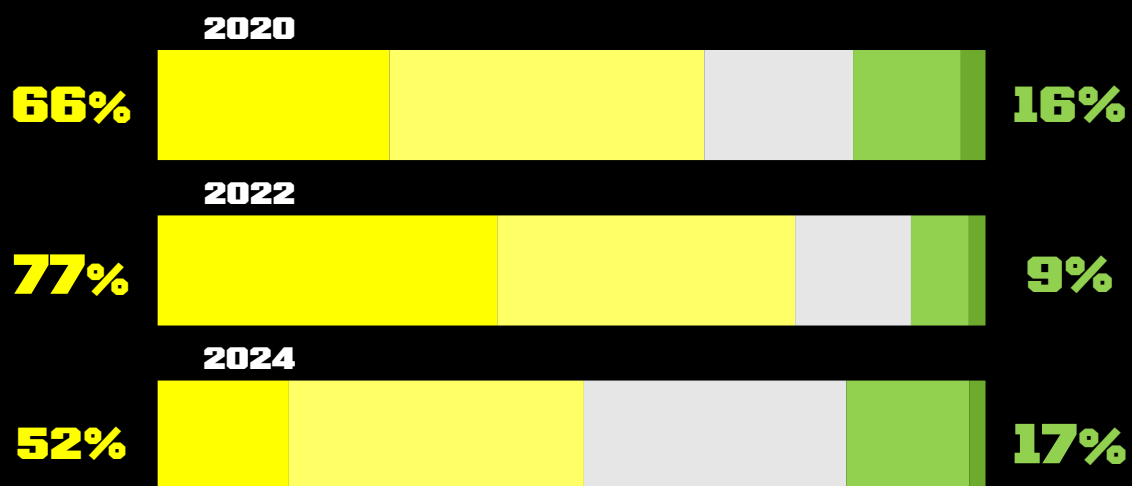
31%



45%



Stabilność systemu finansowego w kraju



■ Duże zaniepokojenie ■ Pewne zaniepokojenie ■ Ani całkowity spokój, ani wyraźny niepokój ■ Raczej spokój ■ Całkowity spokój



Stabilny dochód



Zdrowie fizyczne



Zdrowie psychiczne



47%



56%





Bezpieczeństwo mojego kraju

#4



Stabilny
dochód



Zdrowie
fizyczne



Zdrowie
psychiczne





Bezpieczeństwo
mojego kraju



Stabilny
dochód



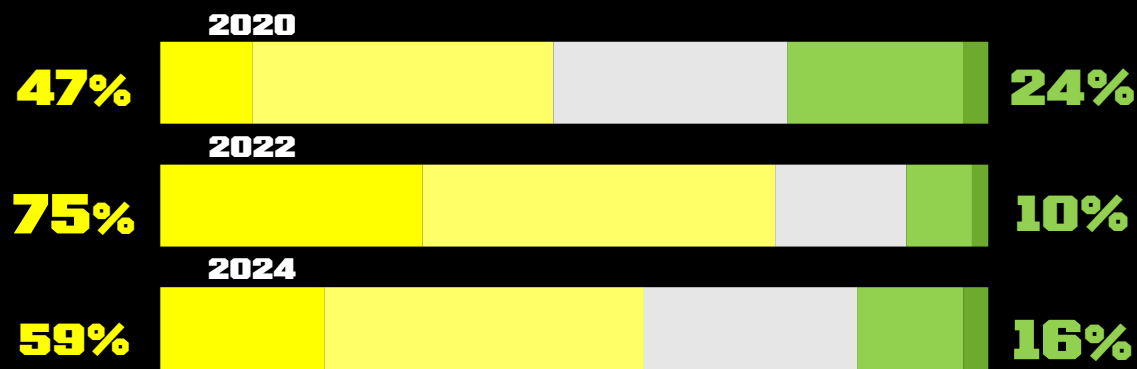
Zdrowie
fizyczne



Zdrowie
psychiczne



**Pokój w naszym
rejonie świata**



56%



61%



■ Duże zaniepokojenie ■ Pewne zaniepokojenie ■ Ani całkowity spokój, ani wyraźny niepokój ■ Raczej spokój ■ Całkowity spokój



Wolność (wyboru)

#5



Bezpieczeństwo
mojego kraju



Stabilny
dochód



Zdrowie
fizyczne



Zdrowie
psychiczne





Wolność
(wyboru)



Bezpieczeństwo
mojego kraju



Stabilny
dochód



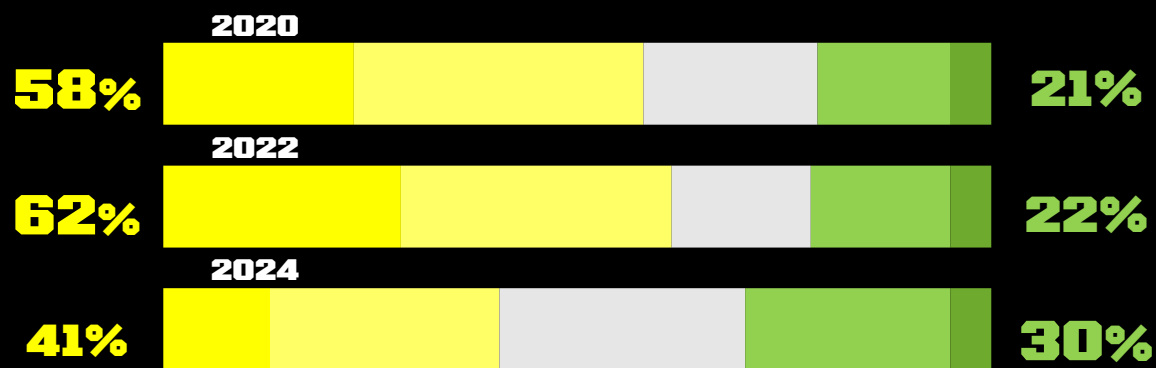
Zdrowie
fizyczne



Zdrowie
psychiczne



**Swobody obywatelskie,
prawa człowieka
w naszym kraju**



■ Duże zaniepokojenie ■ Pewne zaniepokojenie ■ Ani całkowity spokój, ani wyraźny niepokój ■ Raczej spokój ■ Całkowity spokój

36%



46%





Poczucie własnej wartości

Pokój na świecie

Odpuzynek

Życie w zgodzie ze sobą

Bezpieczeństwo mojego kraju

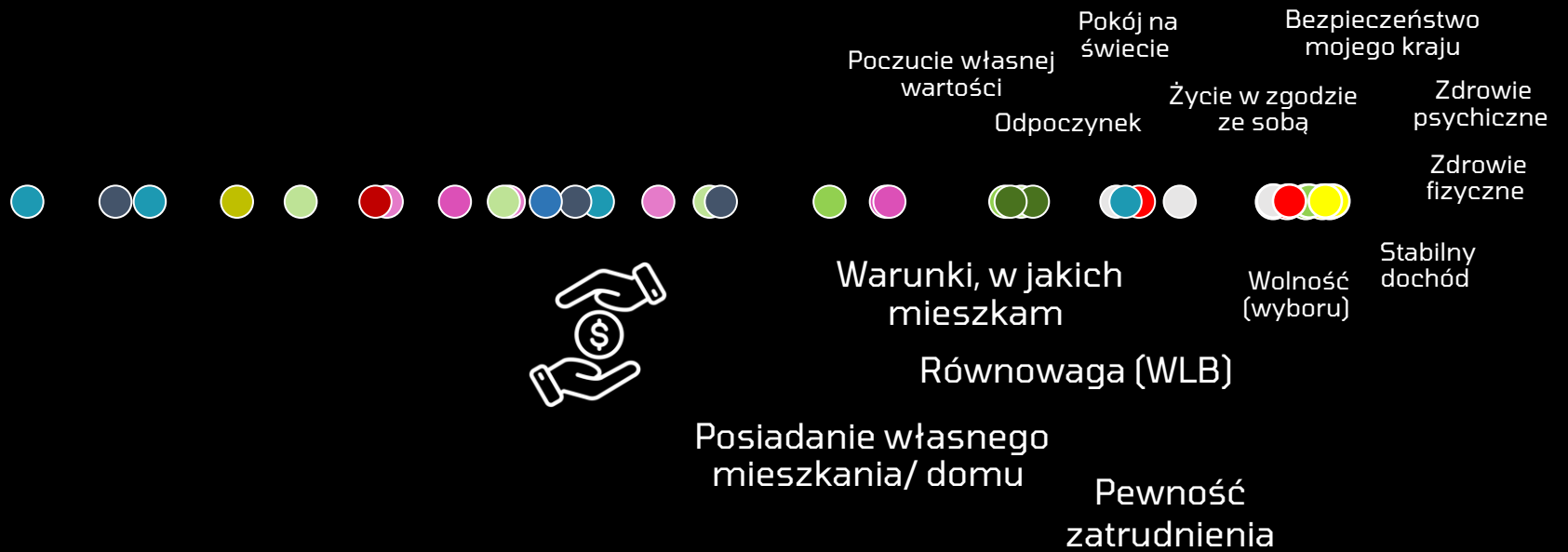
Zdrowie psychiczne

Zdrowie fizyczne

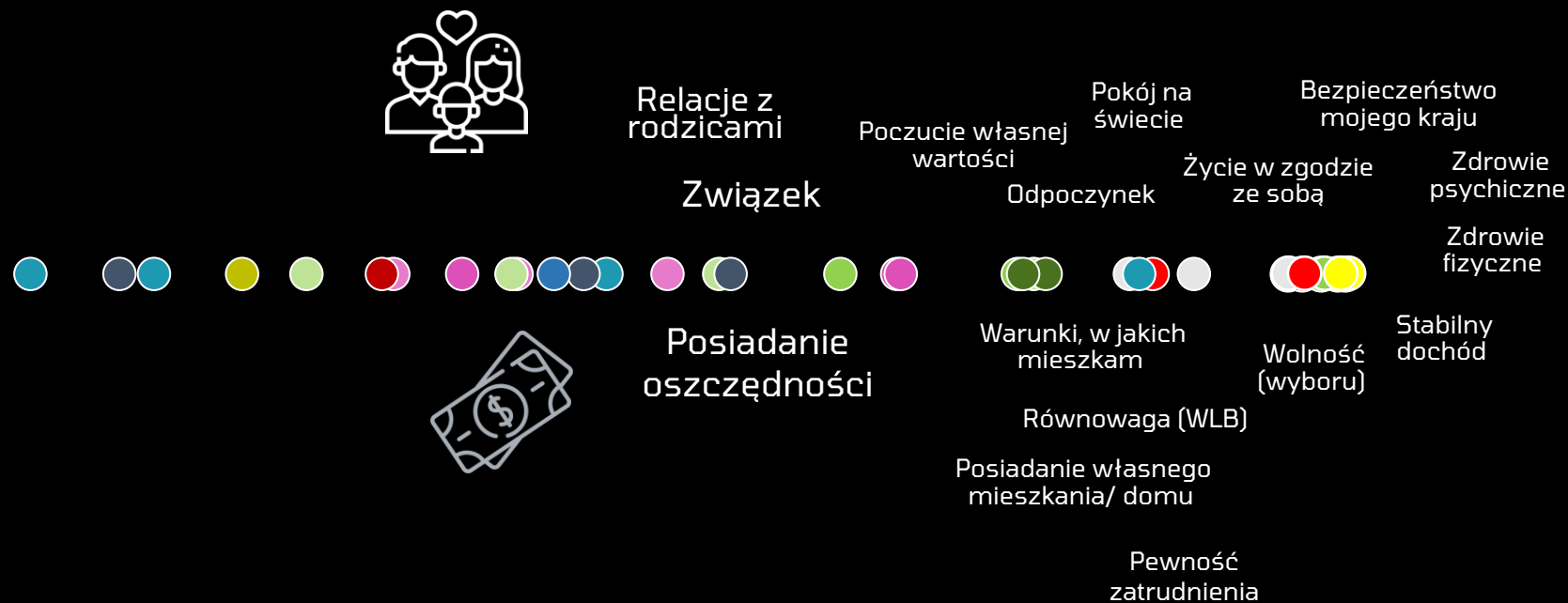
Wolność (wyboru)

Stabilny dochód



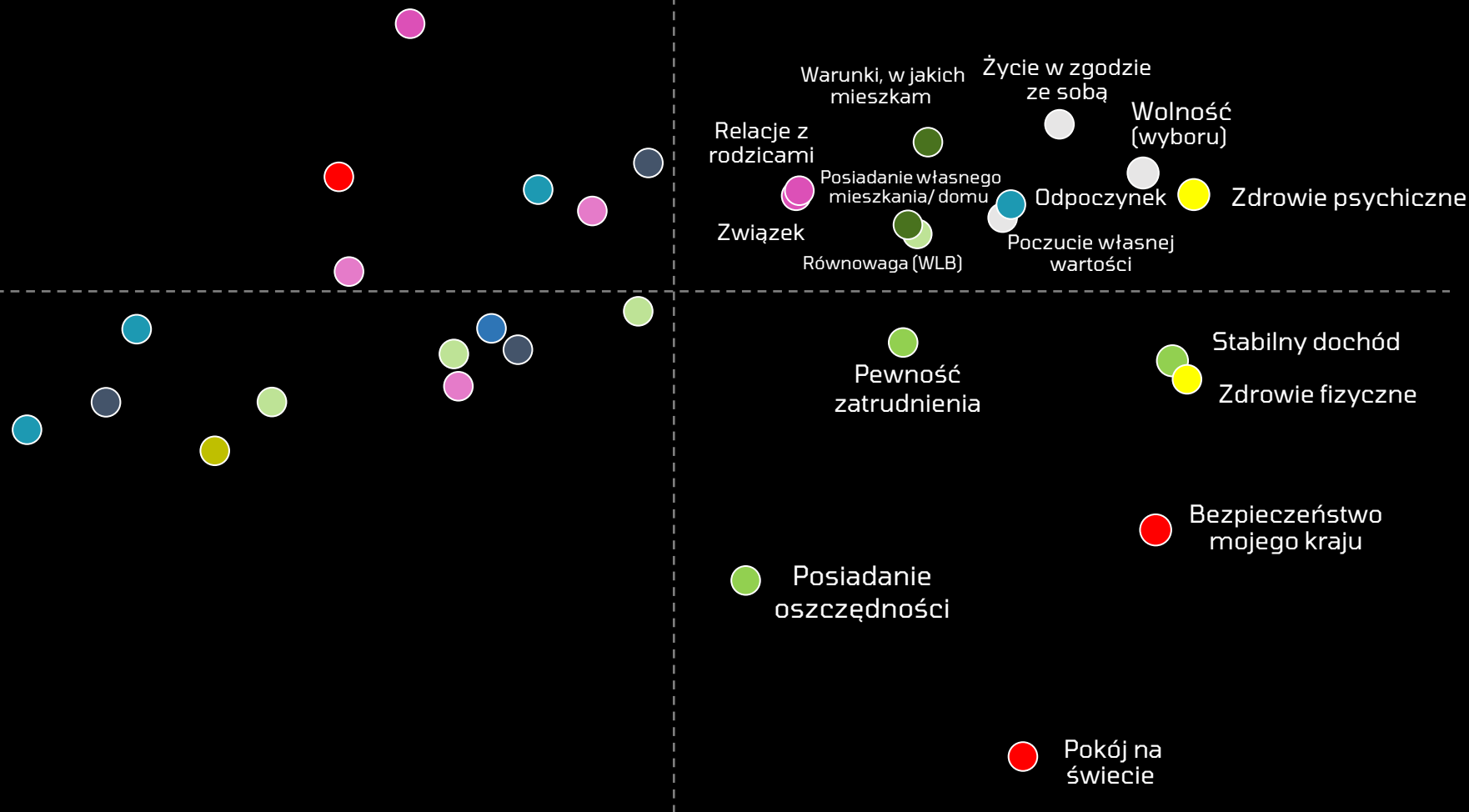


Skoro wiemy, które kwestie są ważne...

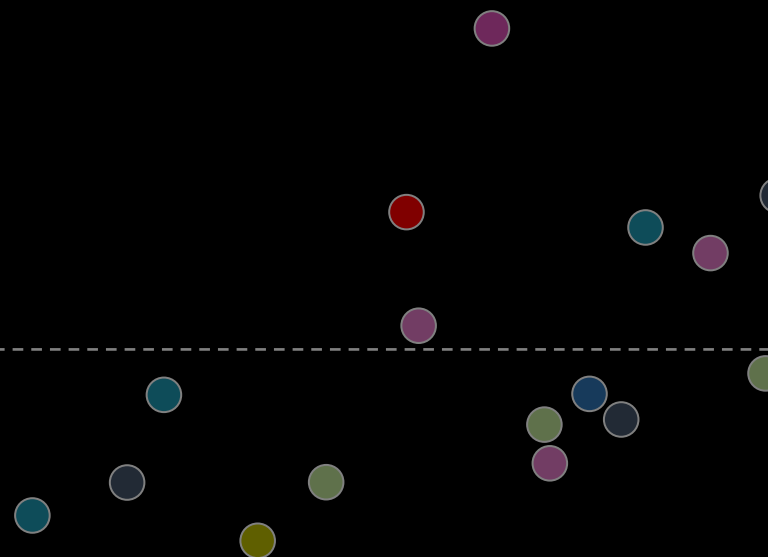


...pytanie jak z nich jesteśmy zadowoleni?

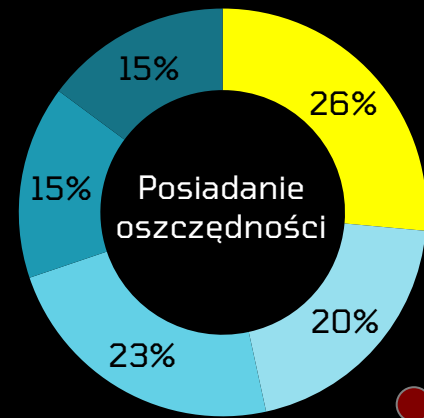
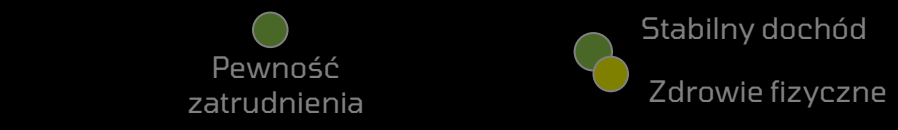
Jesteśmy **mniej zadowoleni** z obszarów związanych z naszym **bezpieczeństwem** – finansowym i terytorialnym



Co czwarty nie ma żadnych oszczędności pozwalających utrzymać siebie/ swoją rodzinę w razie utraty pracy

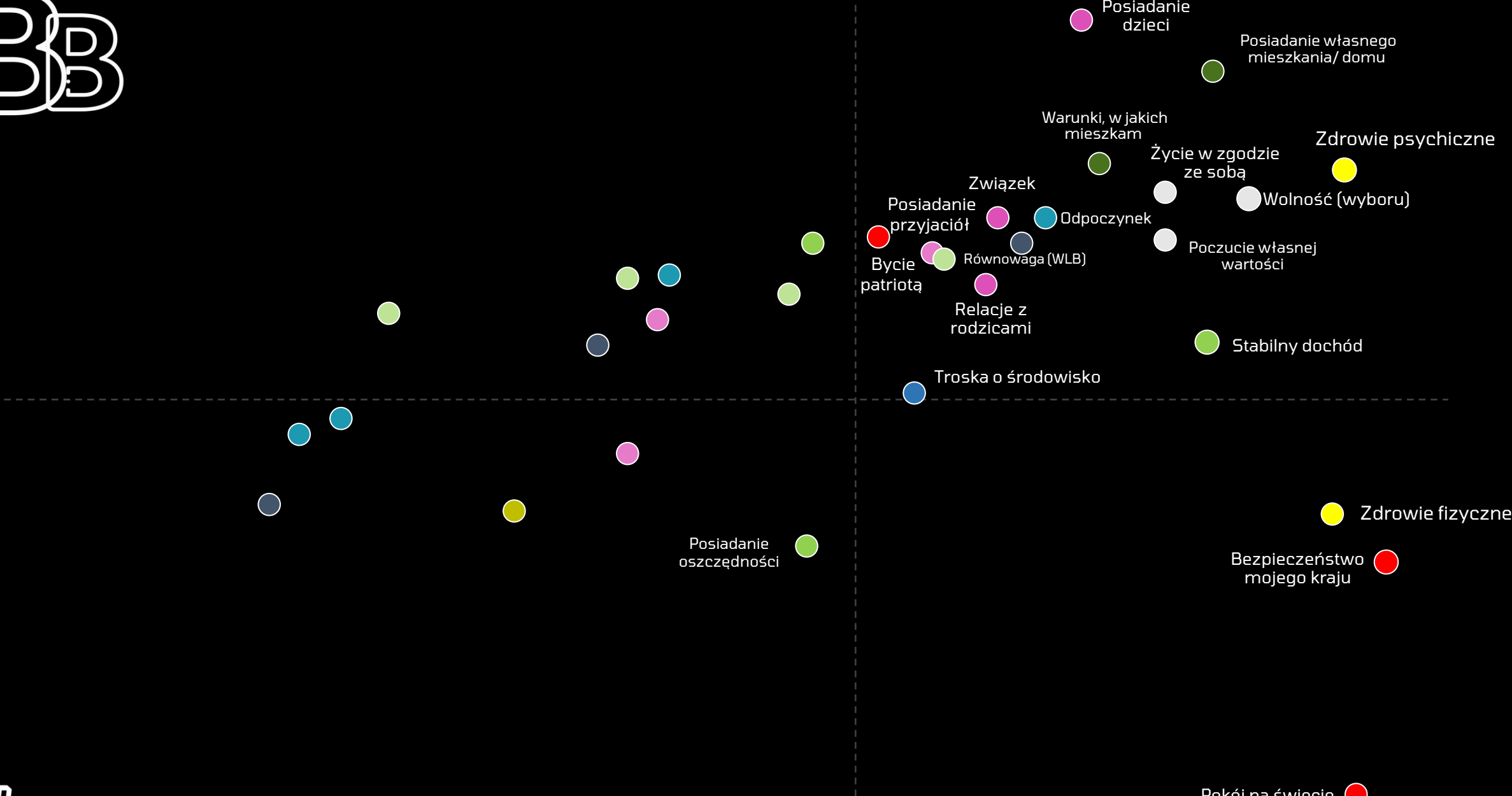


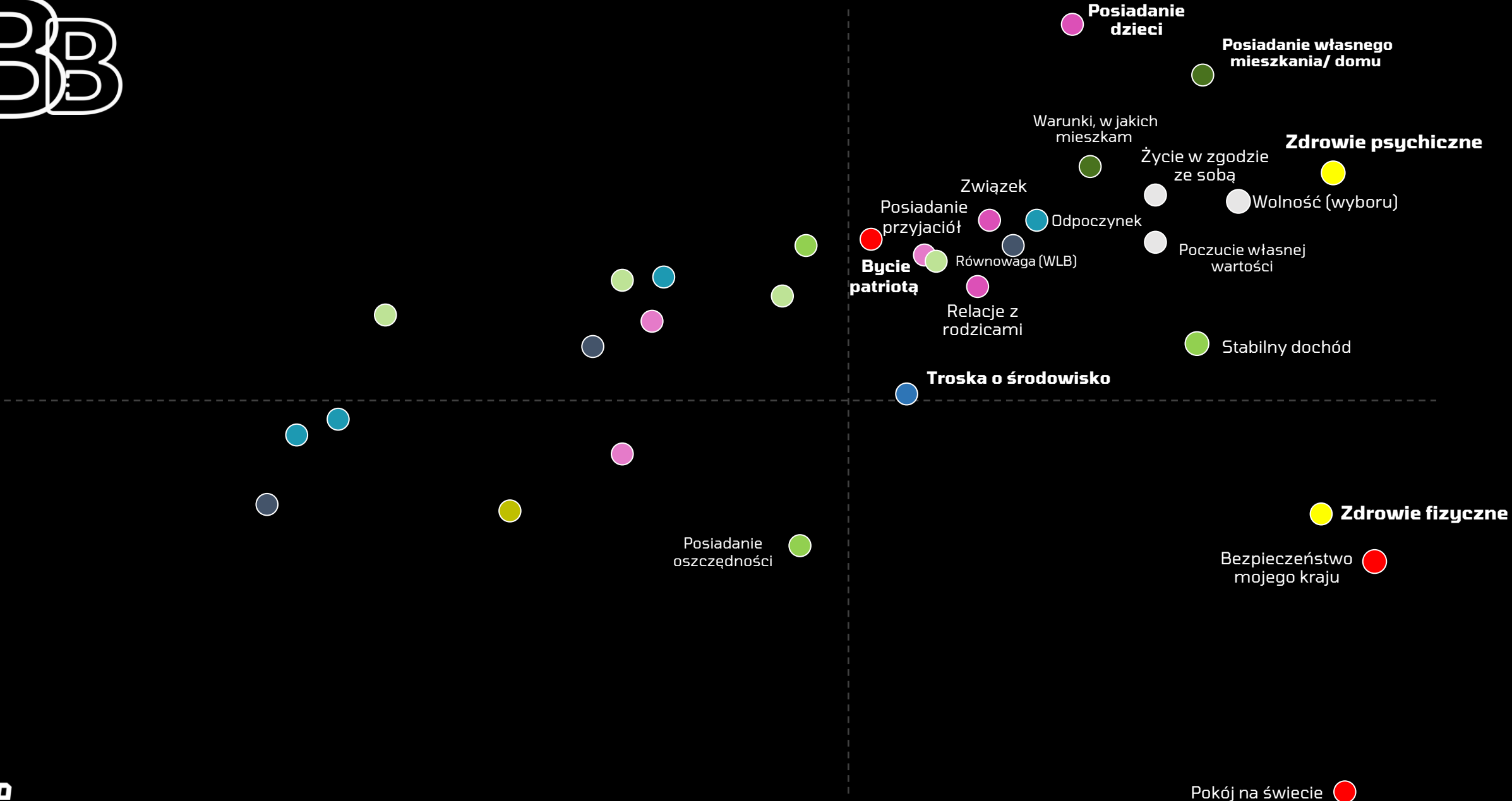
- Nie mam żadnych oszczędności
- Wystarczy na około miesiąc
- Wystarczy na około 2-3 miesiące
- Wystarczy do pół roku
- Wystarczy na dłużej niż pół roku

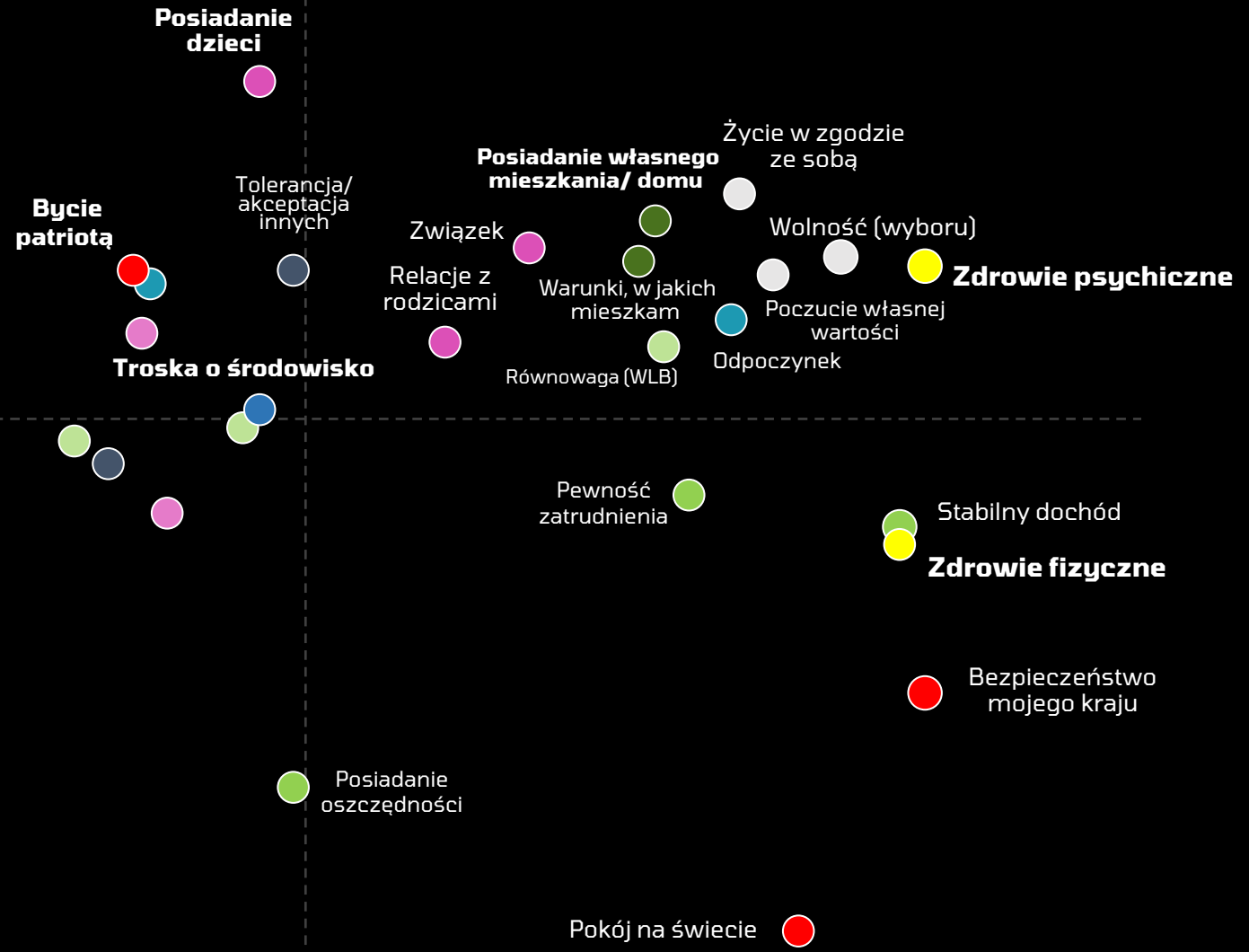


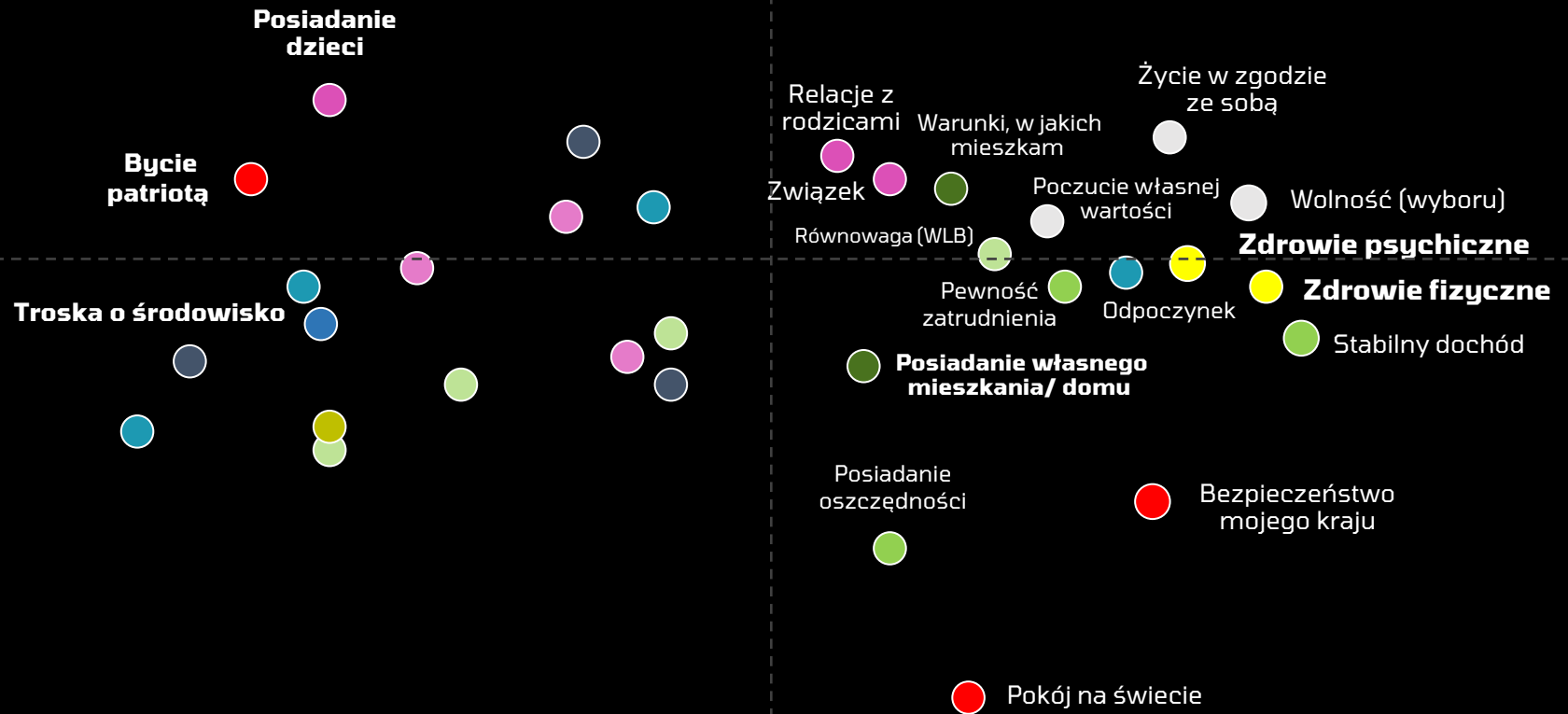
- Bezpieczeństwo mojego kraju
- Pokój na świecie

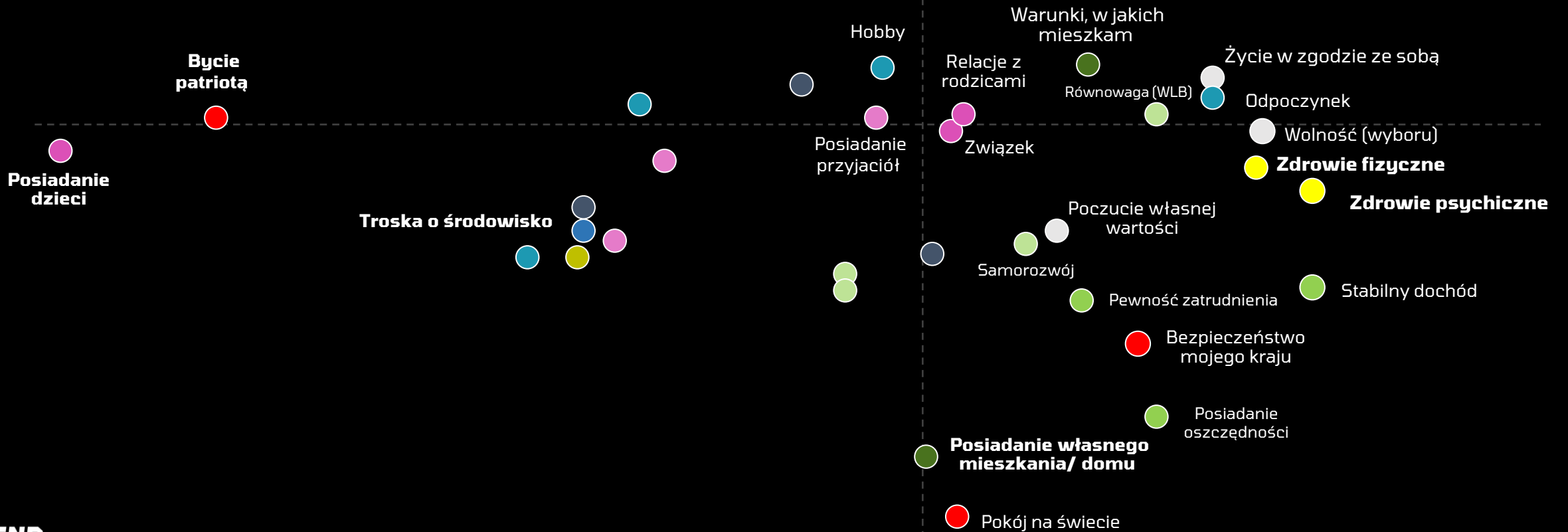
Czy każde pokolenie ma te same wartości i troski?



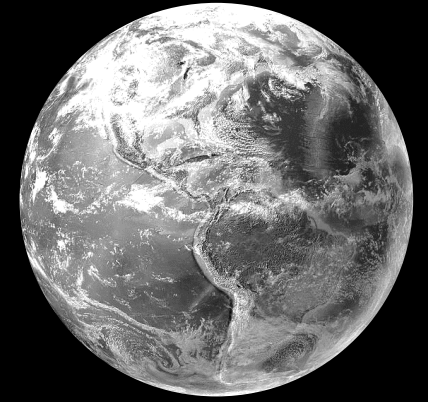




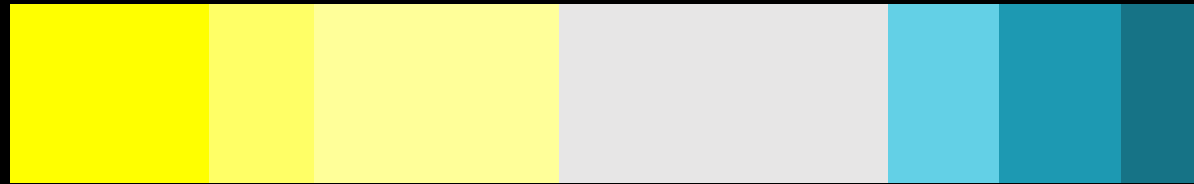




SELF-FOCUS



46%



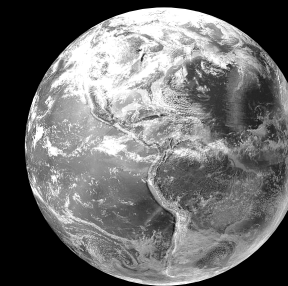
27%

Potrzebuję dużo
przestrzeni i czasu
dla siebie

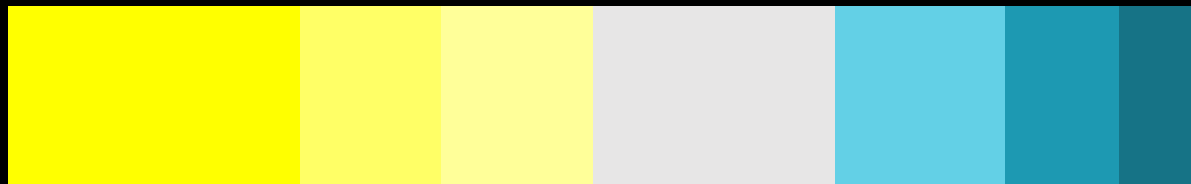
Preferuję spędzanie
większości wolnego
czasu **z bliskimi**



RELACJE



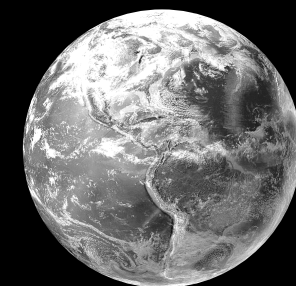
49%



31%

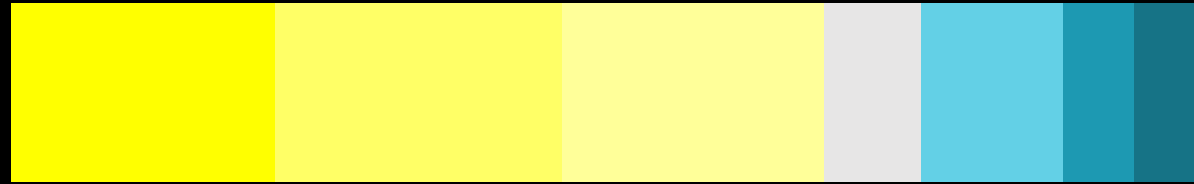
*Wielokulturowość jest
dla Polski i Polaków
niebezpieczna*

*Wielokulturowość jest
dla Polski i Polaków
szansą na rozwój*



TOŻSAMOŚĆ

68%



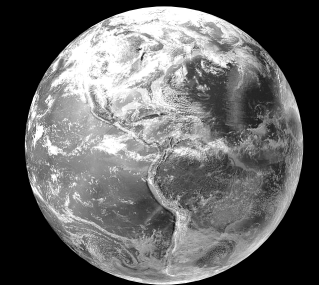
24%

Wolę **spokojną**,
bezsstresową **pracę**

Wolę ciężko pracować,
żeby osiągnąć **sukces**
zawodowy



PRACA



Mam dość **przerzucania**
odpowiedzialności za
ekologię na zwykłych ludzi

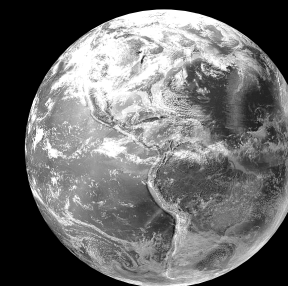


57%

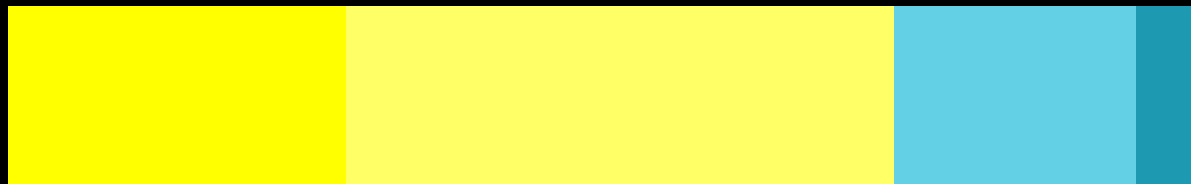
T2B



ZAKUPY



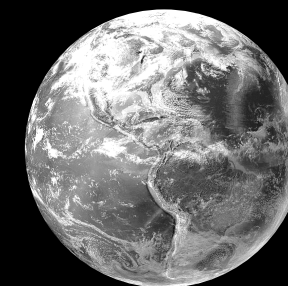
74%



26%

Praktyki religijne /
duchowe są dla mnie
bardziej **indywidualne**

Praktyki religijne /
duchowe są dla mnie
bardziej **wspólnotowe**



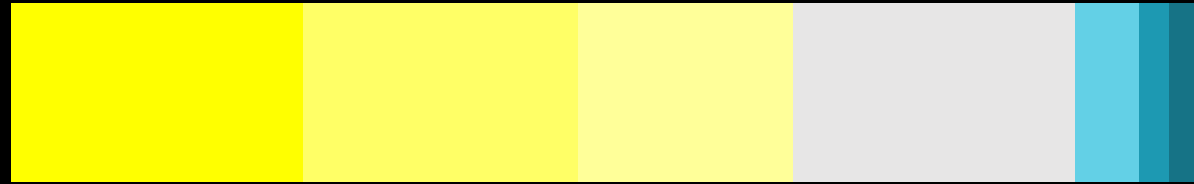
DUCHOWOŚĆ

Jak większość trzydziestolatków jakich znam, **obecnie skupiam się na sobie i na tym na swoim życiu i swoim rozwoju**. Po prostu widzę w tym sens. Mam dużo różnych hobby i **naprawdę mam się czym zająć**. Mam dużo znajomych, przyjaciół, więc jestem w stanie sobie zorganizować tak czas że, nie zauważam nawet braku relacji na co dzień.

Piotr, 33l



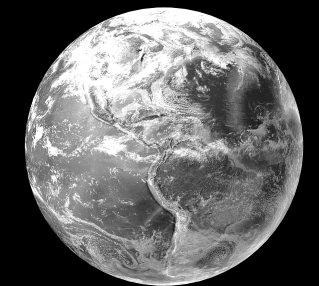
65%



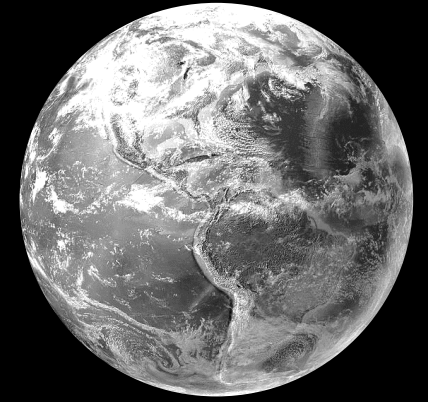
11%

Skupiam się głównie na potrzebach,
marzeniach i osiągnięciach
- **moich i moich najbliższych**

Skupiam się na potrzebach
innych ludzi i angażuję się
w różne działania



SELF-FOCUS



A man and a woman are sitting on a wooden bench, looking out over a city skyline. The man is wearing a grey shirt and a dark cap, and the woman is wearing a pink shirt. The city skyline is visible in the background, with palm trees in the foreground. The sky is clear and blue.

TREND

IMPACT

***Od B jak Benching do Z jak Zombieing
– nowy relacyjny alfabet***

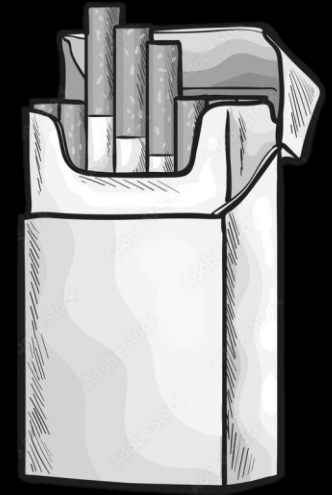
Marta Grybś-Kabocik, *Uniwersytet Ekonomiczny*
Sylwia Dąbkowska, *Ipsos*

Samotność to choroba cywilizacyjna?

**1 DZIEŃ
SAMOTNOŚCI**

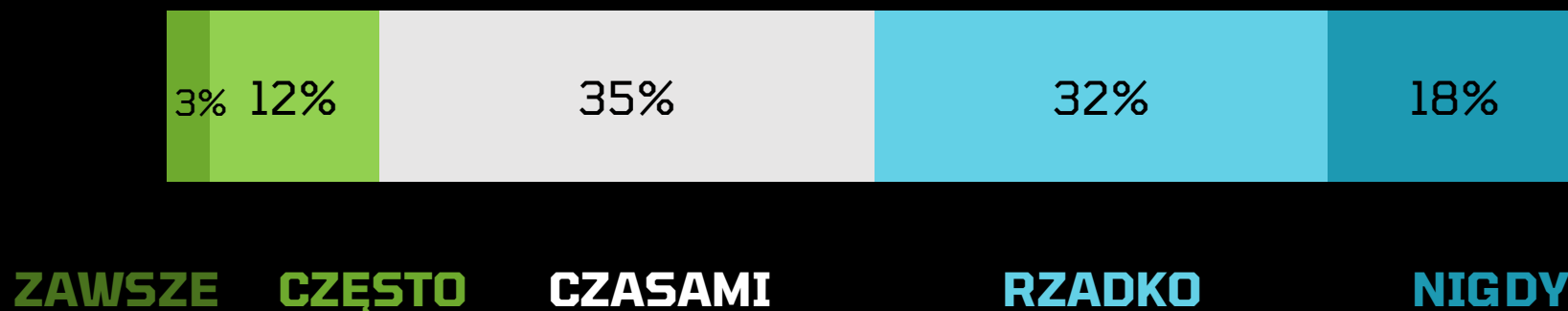
=

**15 PAPIEROSÓW
DZIENNIE**

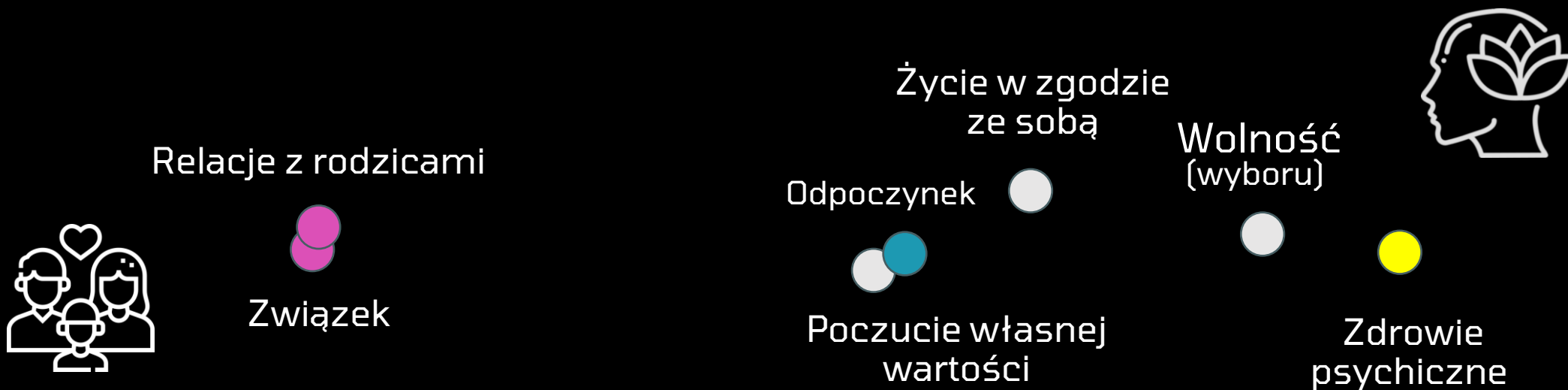


Samotność to choroba cywilizacyjna?

Jak często czujesz się samotny/a?



SELF-FOCUS - czyli moje potrzeby przed „innymi”



Na ile ważna jest dla Ciebie dana kwestia?

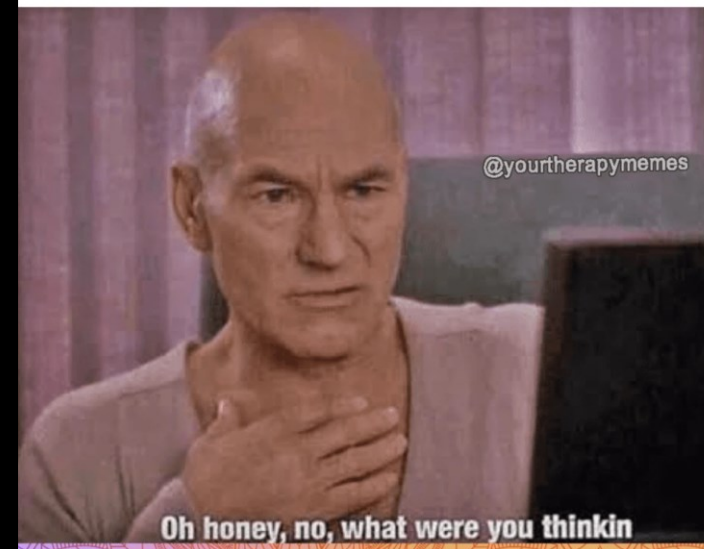
Zanim o relacjach z innymi, to kilka słów o relacji z samym sobą



**15 tys.
psychoterapeutów**



When I start to analyze my past behaviors
in therapy



Nie trzeba być w terapii, aby "być w terapii"

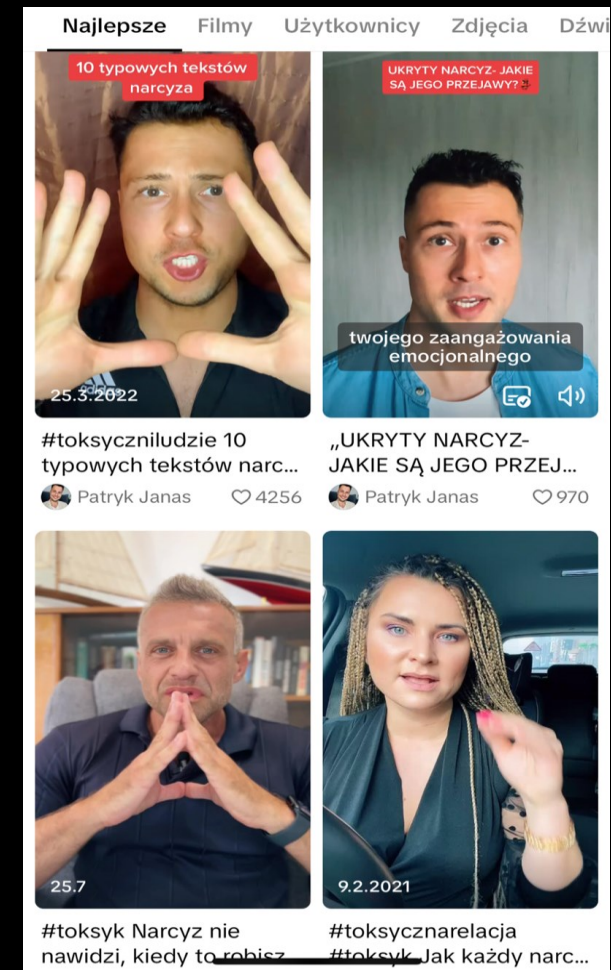
19%

Szukało porad dotyczących relacji z innymi ludźmi poprzez podcasty, blogi lub fora internetowe

15%

Rozważa korzystanie z tych źródeł

**Nie musisz szukać intencjonalnie,
kultura terapeutyczna Cię znajdzie!**



Wpływ kultury terapeutycznej na relacje

1

Jesteśmy czujni
i umiemy rozpoznać
zachowania, które nam nie służą

63%

Czuję, że jestem bardziej **świadomy**
manipulacyjnych **zachowań**
w relacjach niż kiedyś

2

Podchodzimy do relacji bardziej
pragmatycznie – wybieramy te
opcje, które nam służą

39%

Kiedyś bardziej skupiałem/am się na
potrzebach innych, teraz **myślę**
bardziej o sobie

Mów do mnie po terapeutycznym

Wyczuwam narcyza. RED FLAG jak nic.



#psychobabble

#therapy speak

#diagnoza z Instagrama

Relacyjny słowniczek się wydłuża...

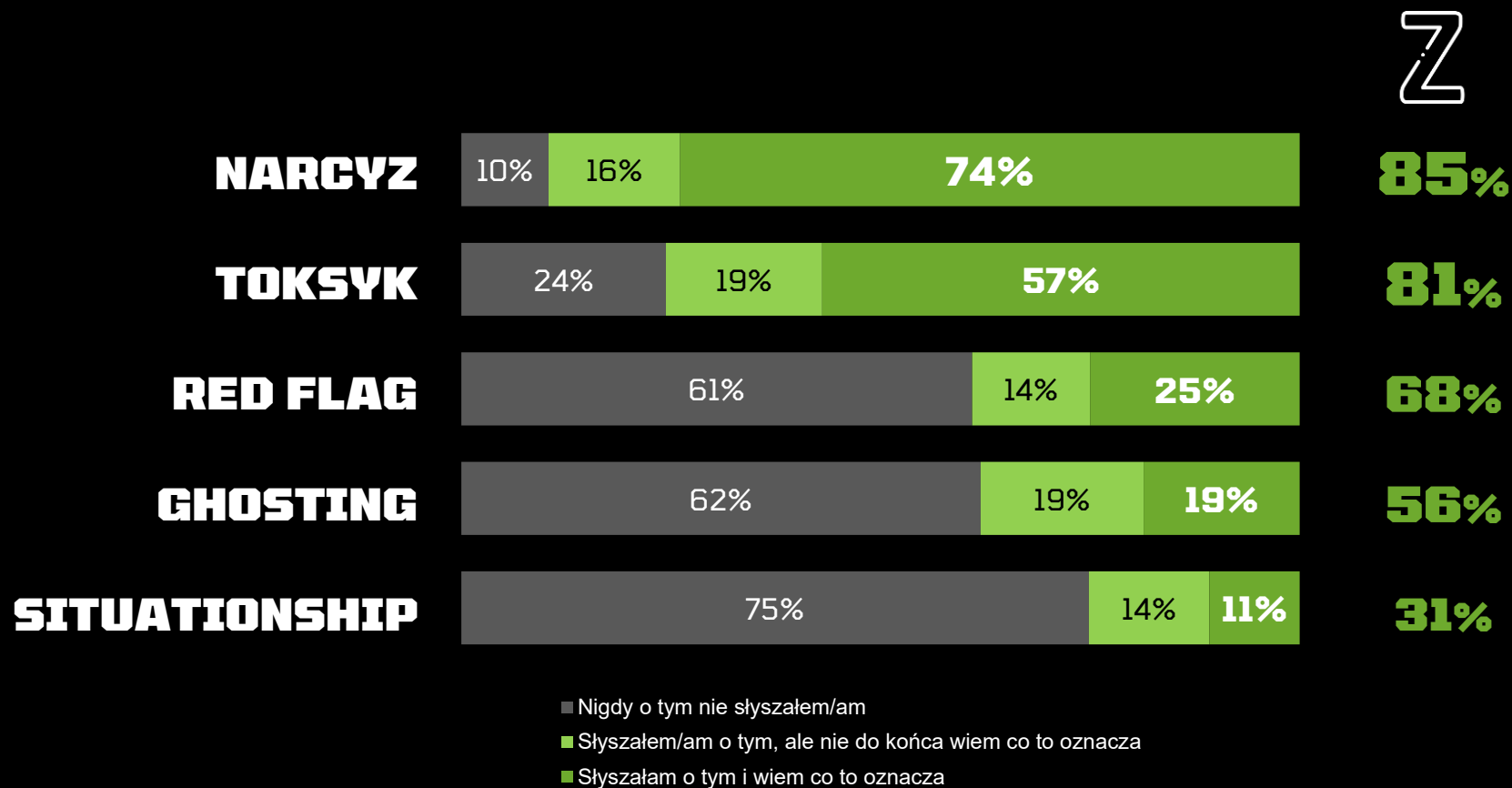
”

Negging jest wszędzie.
Ghosting to standard,
zombieing, benching,
gaslighting, love
bombing też.

Post na zamkniętej grupie FB dla kobiet



Część liter w nowym alfabetcie relacji już dobrze znamy



Z



Relacyjny alfabet

- nowe, a może jednak nie tak nowe zjawiska

RELACJA Z NARCYZEM	60%	Relacja z osobą egoistyczną , oczekującą uwagi i spełniania swoich potrzeb, nie zważając na Twoje potrzeby
ZOMBIEING	60%	Ponowne nawiązanie kontaktu po dłuższym czasie milczenia, jak gdyby nigdy nic
GHOSTING	57%	Nagłe zerwanie kontaktu /zniknięcie bez wyjaśnienia
CUSHIONING	55%	Traktowanie Cię jako opcję rezerwową (w związku, w przyjaźni)
GASLIGHTING	51%	Manipulowanie w celu wzbudzenia Twojego braku pewności siebie
BREADCRUMBING	48%	Niejasne i niejednoznaczne nawiązywanie kontaktu po zakończeniu relacji

Ja umiejąca stawiać granice, skupiona na moich potrzebach i umiejąca rozpoznać red flags

vs.

Inni ludzie (z którymi próbuję wchodzić i utrzymać relacje)

BE SELECTIVE ABOUT WHO HAS
ACCESS TO YOUR ENERGY



@WICKANDWATER

Jak to wpływa na nasze relacje

**RELACJE
RODZINNE**



**RELACJE
ROMANTYCZNE**



**RELACJE
PRZYJACIELSKIE**



RELACJE RODZINNE



Z jednej strony jesteśmy zadowoleni z relacji z naszymi rodzicami...

Z biegiem lat **relacje z rodzicami** stają się coraz **swobodniejsze i satysfakcjonujące**

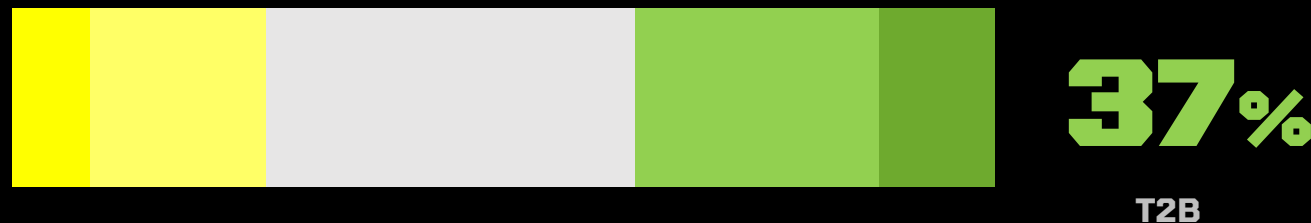


53%

T2B

...z drugiej nie wszystko mamy dobrze poukładane...

W dorosłym życiu **pojawia się wątpliwość**, kto powinien dbać o podtrzymywanie relacji – rodzice czy dorosłe dziecko



41%



33%



...bo nikt nam nie powiedział JAK

”

Wystarczy wspomnieć, o tym, że w roku 1900 spodziewana długość życia wynosiła 47 lat, dzieci umierały niezmiernie często pozbawione odpowiedniej opieki medycznej i ledwie 40% kobiet miało szansę przejść przez wszystkie stadia życia: dorastanie, małżeństwo, posiadanie dzieci i dożycie z mężem do 50. roku życia. Dzisiaj ludzie żyją przeciętnie 70-80 lat (...). **W efekcie tej rewolucji mamy sytuację, w której przeciętny człowiek spędza z małymi dziećmi zaledwie 18% swojego dorosłego życia, podczas gdy sto lat temu spędzał ponad połowę.**

„Socjologia rodziny”, Szlendak 2015

#RELACJE ZMARTWIENIA
#RELACJE MIĘDZYPOKOLENIOWEJ AMBIWALENCJI

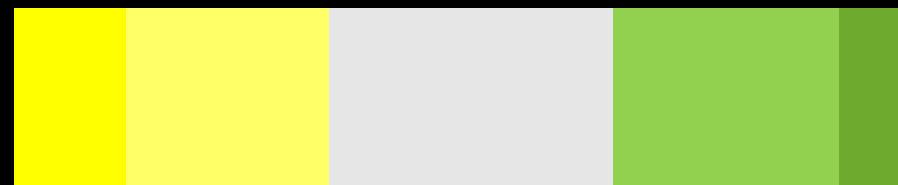


Przyszłość budzi niepokój i wątpliwości

Zastanawianie się nad opieką nad sędziwymi rodzicami/ teściami wywołuje u mnie niepokój i pytania dotyczące mojej gotowości na tę rolę

35%

B2B



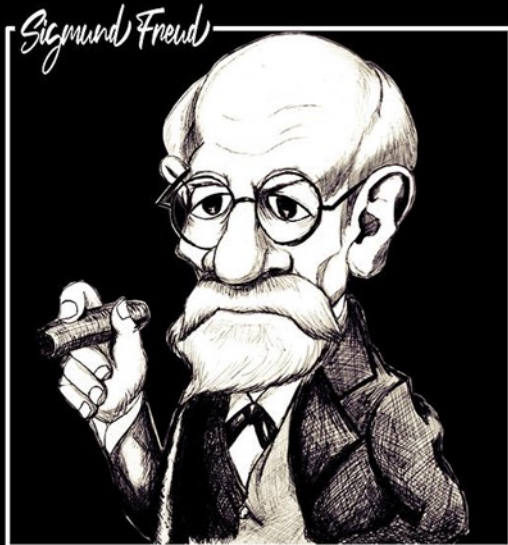
33%

T2B

” Codziennie u niej jestem, robię wszystko, co mogę, ale pracuję, a pracę mam odpowiedzialną i cały czas żyje w nerwach, na skraju depresji. Kiedyś też myślałam, że nie oddałabym mamy **do domu opieki**, ale **teraz coraz bardziej o tym myślę**, choć nie umiem tego pierwsza zaproponować.

Beata, 58l

Mamy przyzwolenie na analizowanie swoich rodziców...



YOUR MOM.

” Teraz jak mam z moją mamą inaczej. Kiedyś bym się zamknęła w sobie, albo krzyczała bez sensu. **Teraz mówię asertywnie, że nie ma we mnie zgody na jej komentarze co do moich metod wychowawczych.**

Moja przyjaciółka była na terapii i przerabiała relację z matką no i mnie nauczyła trochę paru technik.

Agata, 45l

Mamy przyzwolenie na analizowanie swoich rodziców...

8 TYPÓW TOKSYCZNYCH MATEK



1. OSKARŻYCIELKA



2. WIECZNY KRYTYK



3. MĘCZENICA



4. GWIAZDA



5. NADOPIEKUŃCZA



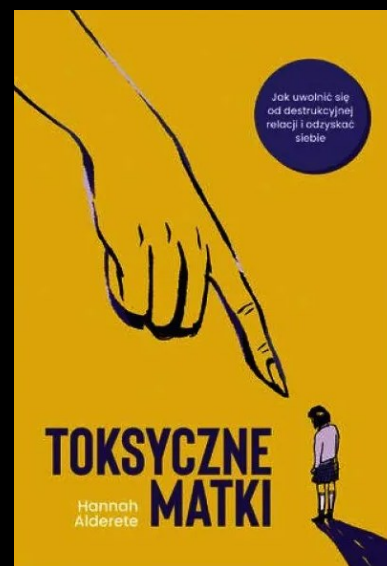
6. WSZECHWIEDZĄCA



7. UZALEŻNIONA



8. WSPÓLUZALEŻNIONA



...jest w nas zgoda na ograniczenie/ zakończenie relacji z rodzicem

Należy **kończyć**
toksyczne relacje, nawet
te z najbliższą **rodziną**

72%



...jest w nas zgoda na ograniczenie/ zakończenie relacji z rodzicem

Czy byłbyś skłonny skończyć/ograniczyć relację, jeśli
szkodziłoby Twojemu samopoczuciu i zdrowiu psychicznemu?



Z MATKĄ

37%

Z 47% **BB 26%**

Z OJCEM

45%

Z 54% **BB 35%**

RELACJE ROMANTYCZNE

a może pozostanie singlem?



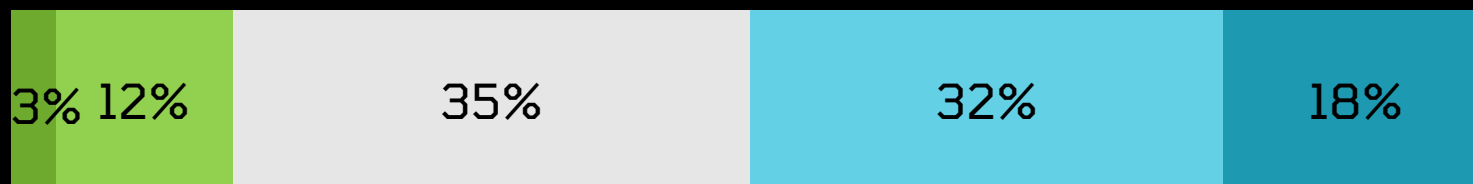
Single a samotność

Jak często czujesz się samotny/a?



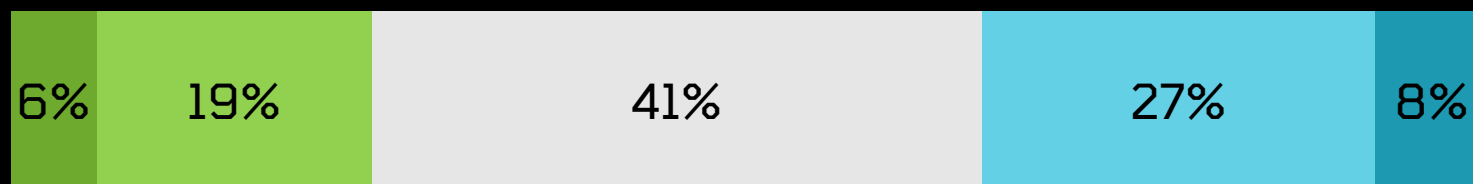
TOTAL PL
N=1004

50%



SINGLE PL
N=414

66%



ZAWSZE

CZĘSTO

CZASAMI

RZADKO

NIGDY

Bez presji?

Boję się, że **nie znajdę nikogo**, z kim mógłbym/mogłabym stworzyć relację

56%



60%



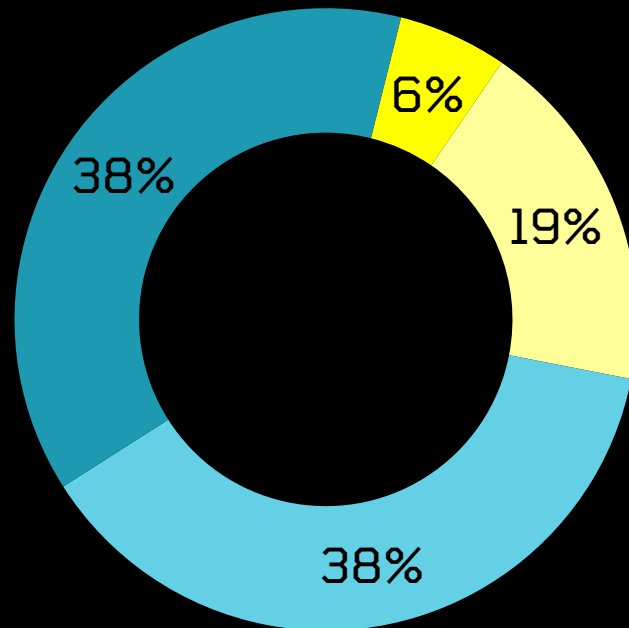
53%



Single czują się samotnie, a jednak nie szukają aktywnie...

Aktywnie poszukuję

Nie szukam, ale jeśli przypadkiem poznam kogoś interesującego, jestem otwarty/a na związek



Okazjonalnie szukam, ale nie jest to dla mnie priorytetem

Jestem otwarty/a na nowe związki,
ale **nie szukam aktywnie**

***Trzeba
wysyłać
energię
obfitości a
nie braku!***

**I don't
chase,
I attract**

...i nie chcą być w relacji za wszelką cenę

Lepiej **być samemu** niż
w związku/relacji, która **nie**
satysfakcjonuje w 100%



80%



63%

73%

”

Nie godzę się na
bylejakość.

”

Sylwia, 45l



Źródło: Badanie Trend Impact 2024, **PBS**, N=414 (single)

...a do tego jest wygodne i pozwala stawiać siebie w centrum



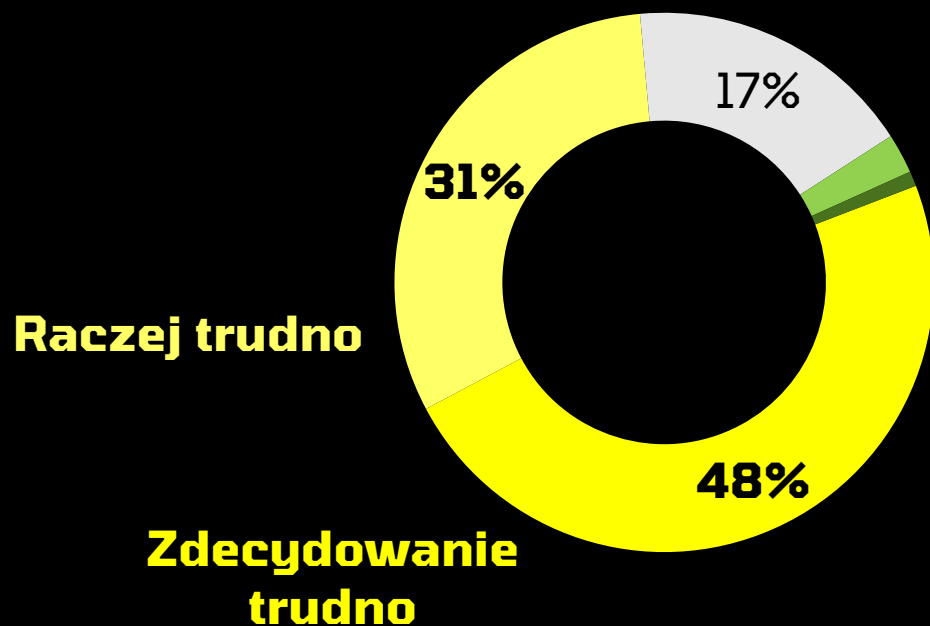
Więc też oczekiwania rosną a kryteria się zmieniają

Jak już wejdiesz na duży etap samoświadomości i przepracowania, i zrozumienia jakiś mechanizmów to tym **trudniej akceptujesz tych którzy sobie tego nie przepracowali**, albo boisz się wchodzenia w taką relację niezależnie jakiego typu.

Natalia, 35l

Szukanie jest też po prostu trudne, kosztowne, męczące i wymagające

Na ile, łatwo bądź trudno jest znaleźć w dzisiejszych czasach dobrego partnera / partnerkę?



Nie chce mi się, serio. Setny raz pisać, że lubię sport, szukam takiej a takiej dziewczyny, prezentować się od najlepszej strony.

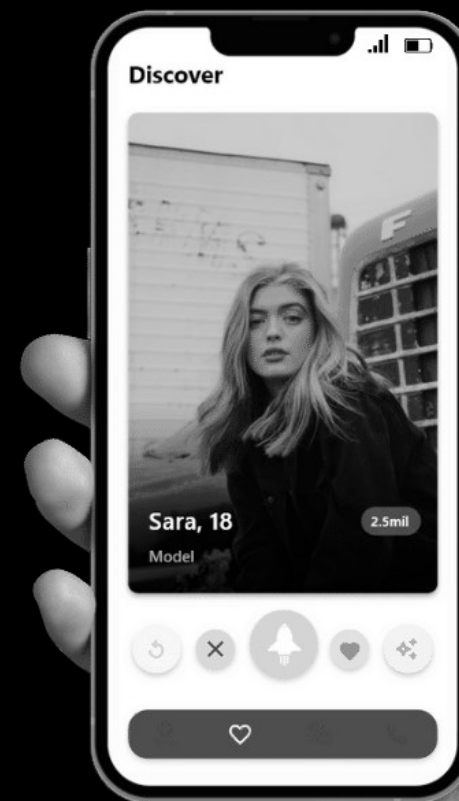
Sylwek, 27l



Narzędzia online mają pomóc, ale często rozczarowują

” Generalnie na co dzień mam odinstalowany [Tinder], bo bym non-stop siedział i z nudów nawet przewijał. **Instaluję, jak czuję się samotny lub znudzony albo mam ochotę na seks.**

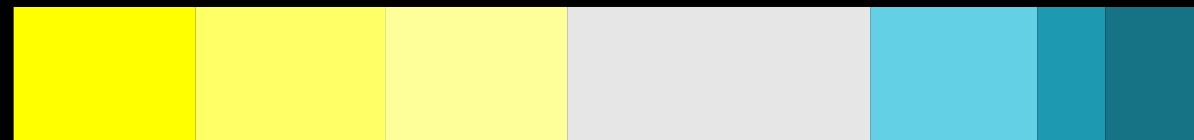
Sylwek, 27l



Kobiety i mężczyźni czasem mają inne oczekiwania



46%



28%



64%



24%

Oczekuję **zaangażowania i stabilności**

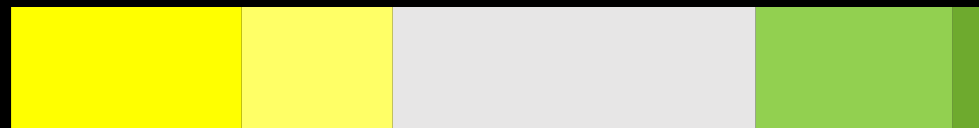
Unikam poważnych zobowiązań i **cieszę się chwilą**

Kobiety i mężczyźni czasem mają inne oczekiwania

Nie widzę problemu
w spotykaniu się
z kilkoma osobami
w tym samym czasie



39%



24%



63%



21%

”
To, co zauważyłem, to, że dziewczyny chcą dużo pisać, poznawać się, zwlekają ze spotkaniem oko w oko. Ja nie chce pisać, **chcę się spotykać od razu**. Pisanie nie ma sensu.

Sylwek, 27l

Jednak, jeśli chodzi o rodzaj relacji, są dość spójni



Fajnie by było mieć guzik ON/OFF w relacji

” Bardzo ważny jest dla mnie seks, plus **wspólne wyjazdy, spędzanie czasu**. No, ale **mam życie zbyt poukładane**, żeby nagle mi się pojawił partner i wszedł w każdą przestrzeń.

Martyna, 35l

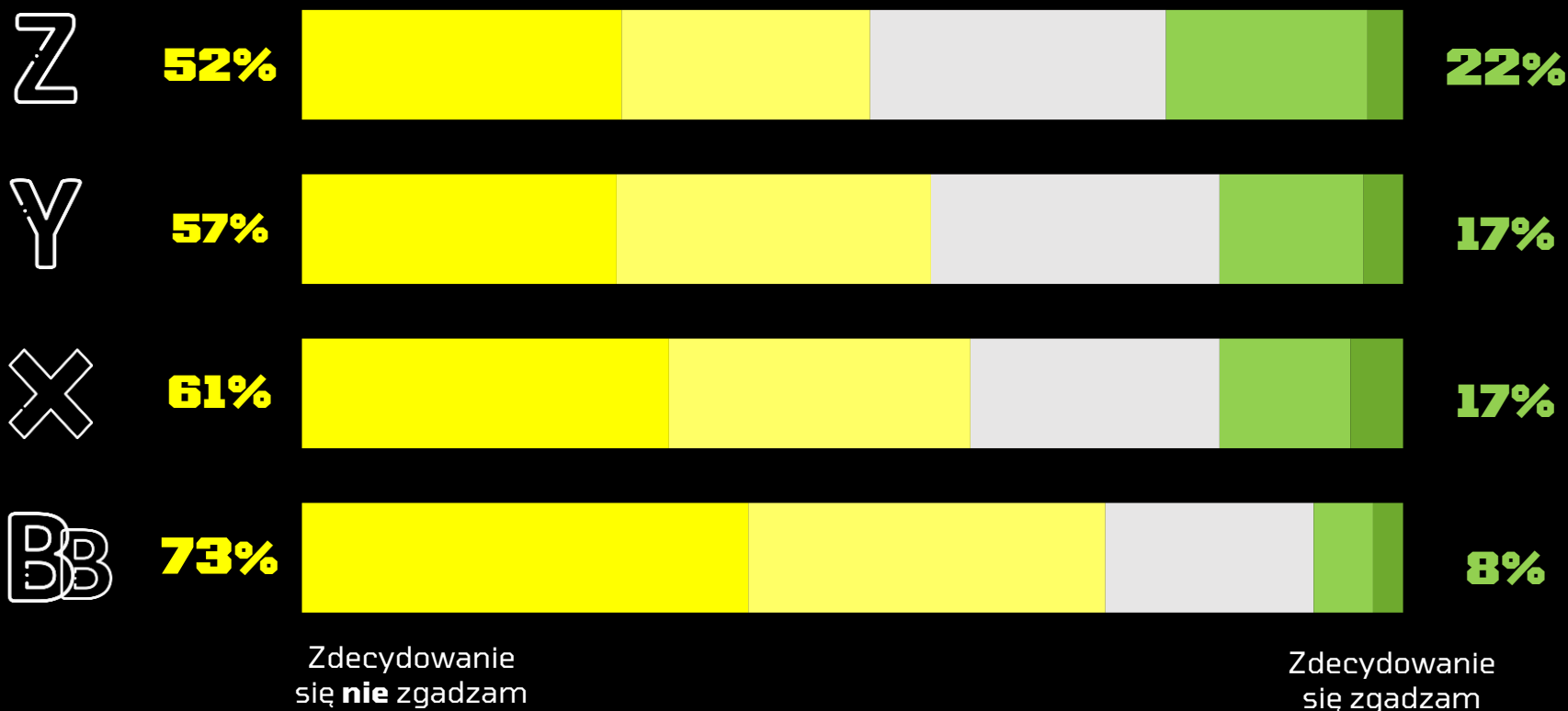
” Ja **nie szukam męża**, miałam już kogoś tak bliskiego. Dziś chcę się **wieczorem do kogoś przytulić i wyjechać na wakacje**. Spotykać się, ale nie mieszkać razem, nie mieć razem gospodarstwa, nie wchodzić na ten etap.

Ewelina, 45l



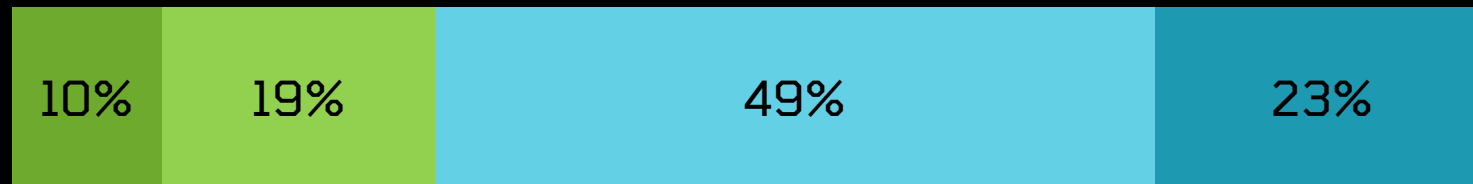
Nie każde relacje romantyczne traktujemy z podobną dbałością

Zdarza mi się zachowywać **nie w porządku** wobec ludzi, z którymi randkuję.



Skoro nie zawsze jesteśmy w porządku, to wchodzi ghosting, zombieing, benching na całego!

Czy zdarzyło Ci się kiedykolwiek „zghostować” kogoś?



Tak, zdarzyło mi się to kilka razy

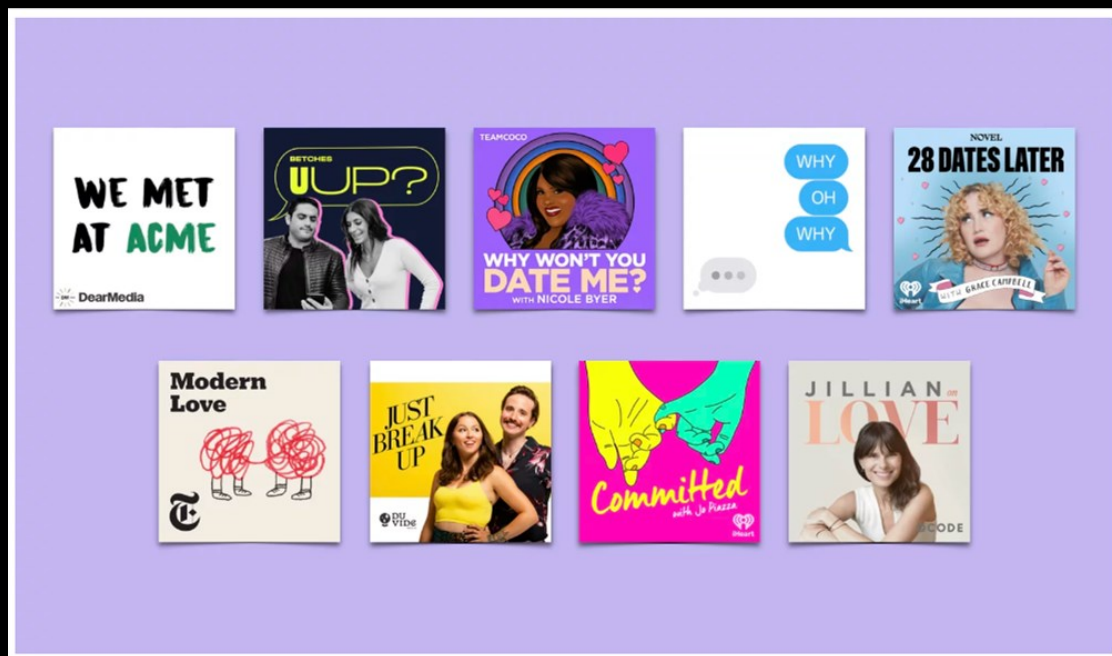
Tak, zdarzyło mi się to raz

Nie, nigdy tego nie robiłem/am

Nie jestem pewien, czy to można uznać za „ghostowanie”



Jak radzimy sobie z problemami, trudnościami, porażkami?



RELACJE PRZYJACIELSKIE



Przyjaźń jest ważna

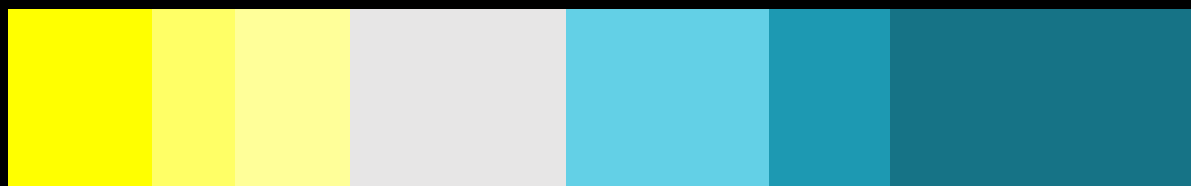
Dobre przyjaźnie są
równie **ważne** jak bliskie
relacje rodzinne

82%



Powinna być dla nas naturalna...

29%



53%

Przyjaźń z drugim człowiekiem
jest pracą, czasem trzeba się
wysilić, żeby ją utrzymać

Przyjaźń z drugim człowiekiem
powinna **przychodzić**
naturalnie, bez trudu

Z 40%

...ale trudno nam ją znaleźć

”

Gdy ma się taką dojrzałość, ułożone życie. I nagle pewne przyjaźnie się zakończyły z różnych powodów i **chciałabym poznać nowe osoby**, przyjaciela na te inne lata - to **nie mam gdzie go poznać**. Jest dużo grup nastawionych na zabawę, na krótkoterminowość

Marzena, 50l

”

Brakuje alternatywy co do miejsc poznawania się. Speed dating dedykowane są szukaniu partnera.

Justyna, 30l

Szukam przyjaciela – w Polsce lub nie



KONCERTY



PLANSZÓWKI



PODRÓŻE

W efekcie zdajemy się mieć coraz mniej relacji...

W ciągu ostatnich 5 lat **liczba osób**, z którymi **utrzymujesz bliskie relacje/przyjaźnie**:



W ciągu ostatnich 5 lat liczba **spotkań towarzyskich**, w których bierzesz udział:



Znacząco urosła

Nieznacznie urosła

Pozostaje bez zmian

Nieznacznie zmalała

Znacząco zmalała

...mamy je na telefon

Jakie formy spędzania czasu z bliskimi znajomymi lub przyjaciółmi uważasz za najatrakcyjniejsze?



on facetime with your best friend like



Przyjaźń istnieje ale **jest o nią ciężko** moim zdaniem ponieważ **o przyjaźń trzeba dbać** i nie chodzi o spotkanie się co dzień ...chodzi o drobne gesty o **napisanie co słycać**... jak się czujesz co u Ciebie. Mam jedną przyjaciółkę niestety dzieli nas ogromna odległość ale staramy się raz w tygodniu popisać lub porozmawiać bardzo doceniam jej obecność.

Klaudia, 40l

Źródło: Badanie Trend Impact 2024, PBS, N=1004

Przyjaźń się przydaje



Mam wrażenie, że ludzie dzisiaj **szukają przez pryzmat swoich potrzeb** i tego czy relacja się opłaca, co się w niej zyskuje.

Te wszystkie teorie psycho mówiące **o dbaniu o swój dobrostan**, a nie **”**widziałam żadnej by dbać o ludzi wokół**”**.

Sandra, 29l

Cześć Katożanki 😊
Szukam koleżanki, która ma podobny do mojego tryb pracy i boryka się z podobnymi „problemami” 😊
Otóż takiej, która też prowadzi swoją działalność, ma nienormowany czas pracy, czasem brakuje jej samodyscypliny, motywacji i leniuchuje albo idzie zjeść coś dobrego do knajpy lub napić się kawki w fajnej kawiarni 😊 Jak macie takie stany to będę dobrą kompanią 😊
Chciałabym właśnie tak 1:1 lub w małym gronie się spotkać, podzielić swoimi sukcesami, a czasem smutami, bo wszyscy moi bliscy i znajomi mają super etatowe prace i często nie rozumieją o czym ja gadam 😊

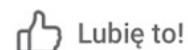
#Katowice

Cześć dziewczyny. Na co dzień nie mam jakoś wybitnie dużo czasu, więc nie szukam rzeszy koleżanek, a kogoś od serca. Zależy mi na poznaniu dziewczyny, która również ma stresującą pracę, żebyśmy miały na co narzekać i jak się motywować. Jestem bezdzietną lambadziarą i niedługo stuknie mi 31. Mam faceta, ale w Warszawie, z której się niedawno przeprowadziłam. Mam 2 świnki morskie. Nie jestem zbyt aktywną osobą, ale marzy mi się rozpoczęcie przygody z amatorską jazdą konną. Jeśli czujesz, że możemy odbierać na podobnych falach, napisz na priv ❤️



17

Komentarze: 13



Lubię to!



Dodaj komentarz



Wyślij

Pojawiają się znane schematy...



”

Uczę się tego, że **każda relacja ma swoją datę ważności**. I jednego dnia... koleżanka nazwała mnie przyjaciółką, po czym dwa dni później mnie "zghostingowała". Co to znaczy? To znaczy, że przestała odbierać ode mnie telefony, odpisywać. Przestała się do mnie odzywać. To było dwa lata temu. **Ona sobie znalazła inną koleżankę**. Ale pół roku później ona wróciła, jakby nic się nie stało, a ja pół roku myślałam co złego zrobiłam.

Klaudia, 40l

...i kończymy nasze relacje

Z kim **zdarzyło** Ci się **zakończyć /ograniczyć** relację?



***Przyjaciel jest must
– ale może nie ten
sam przez całe
życie?***



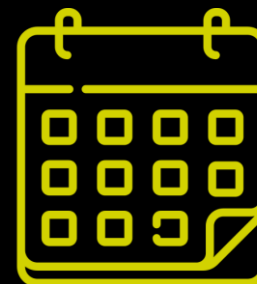
Z czym Was zostawiamy?



**NOWY JĘZYK
TERAPEUTYZACJA**



**SELF-FOCUS
I PRAGMATYZACJA**



**DATA
PRZYDATNOŚCI**



TREND
IMPACT

***Rzecz niepospolita –
o synkrytyzmie tożsamości narodowej***

Agnieszka Warzybok, *Decode*
Aleksandra Trojanowska, *ING Bank Śląski*



**POLARYZACJA
SPOŁECZNA**



**SYTUACJA POLITYCZNA
W POLSCE**



**STARZEJĄCE SIĘ
SPOŁECZEŃSTWO**



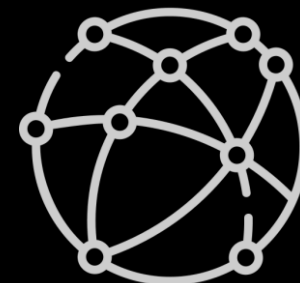
**KRYZYS
KLIMATYCZNY**



**KRYZYS
EKONOMICZNY**



WOJNA



GLOBALIZACJA

Makro → Mikro

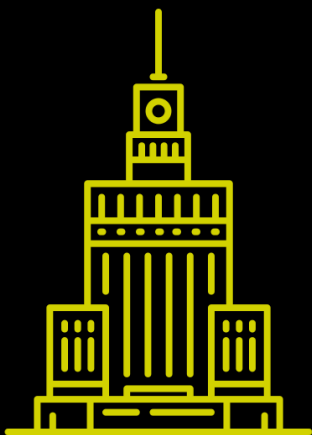
W 2022 roku na 100 osób w wieku produkcyjnym przypadało **27** osób w wieku 65+,
w 2060 roku będzie to **67** osób.

Czuję się **zmęczony**
nieustającą wojną
polsko-polską
i tworzeniem podziałów
między Polakami w
debacie publicznej

79%

Mam **dość**
przerzucania
odpowiedzialności
za ekologię na
zwykłych ludzi

57%



PATRIOTYZM I POLSKOŚĆ

Ja



MIGRANCI W POLSCE

Inni, obcy



POLSKA I POLACY OCZAMI MIGRANTÓW

Obcy o mnie/nas

Bycie patriotą ma coraz mniejsze znaczenie

34%
●
Z

48%
●
Y

58%
●
X

67%
●
BB



Mityczna *POLSKOŚĆ*

***Chwała bohaterom
Bóg, honor, ojczyzna
Polska Chrystusem narodów
Gość w dom, Bóg w dom
Za wolność naszą i waszą
Nie ma wolności bez solidarności
Za Boga, za ojczyznę
Biało-czerwone to barwy niezwyciężone
Ku chwale ojczyzny
Gloria Victis
Pamiętamy***



I tak się postrzegamy, chociaż na co dzień bywa różnie...

Pracowity

Religijny

Gościnnie

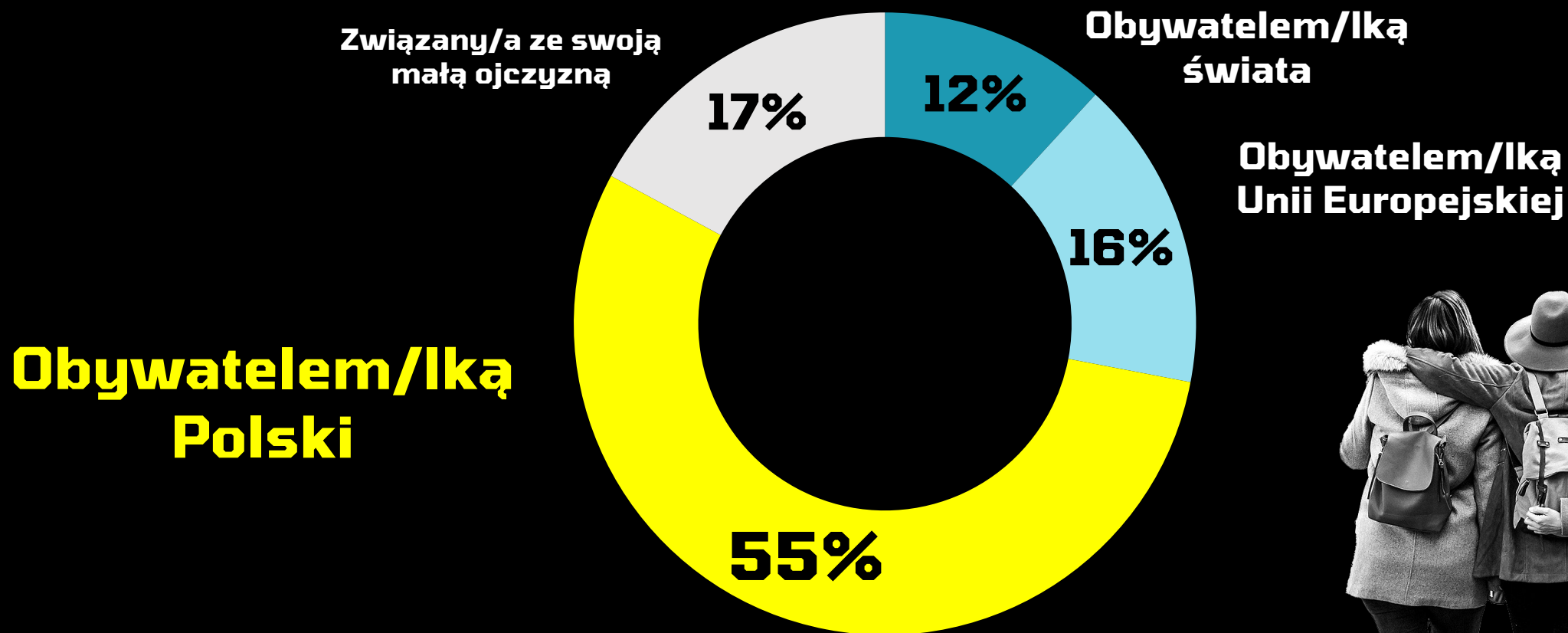
Patriota

Pomagający innym

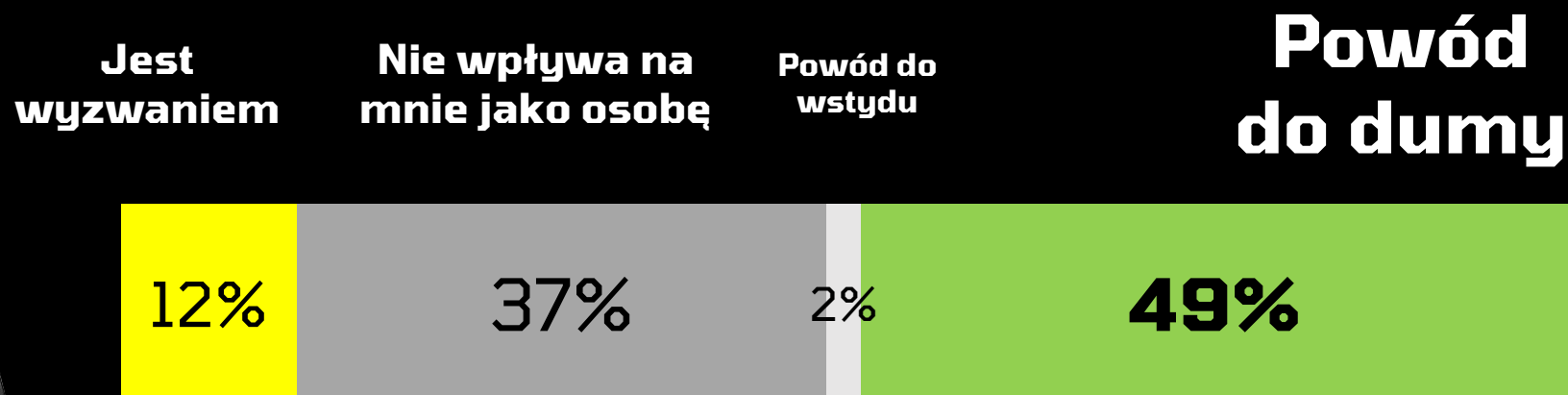
Dumni z kraju



Obywatel/ka, niekoniecznie Polski



Obywatel/ka, niekoniecznie Polski



Patriotyzm

Szacunek dla **symboli narodowych**:
dla flagi i godła, hymnu



Wspieranie i solidarność z Polakami,
wzajemna życzliwość, dążenie do wspólnego dobra



Miłość do Ojczyzny: oddanie swojemu krajowi,
duma z narodowej historii, kultury, tradycji i symboli



Gotowość do obrony ojczyzny
w sytuacji zagrożenie zewnętrznego i wewnętrznego



Z **63%**

BB **90%**

Patriotyzm

Szacunek dla **symboli narodowych**:
dla flagi i godła, hymnu



Wspieranie i solidarność z Polakami,
wzajemna życzliwość, dążenie do wspólnego dobra



Miłość do Ojczyzny: oddanie swojemu krajowi,
duma z narodowej historii, kultury, tradycji i symboli



Gotowość do obrony ojczyzny
w sytuacji zagrożenie zewnętrznego i wewnętrznego



Płacenie podatków w kraju



Z **50%** BB **85%**

Kupowanie polskich produktów, wspieranie
lokalnych przedsiębiorców



Aktywny **udział w życiu politycznym**, społecznym
(np. wolontariaty), gospodarczym i kulturalnym



Otwartość na inne kultury i narodowości



Bycie wierzącym



To się nie może udać!



Być Polakiem, czyli...



Szanować flagę, hymn i godło



92%

Czuć się Polakiem/Polką



91%

Być **gotowym do obrony kraju**
za wszelką cenę



67%

Być Polakiem, czyli...

Szanować flagę, hymn i godło 92%

Czuć się Polakiem/Polką 91%

Być **gotowym do obrony kraju**
za wszelką cenę 67%

Mieć **polskich przodków** (dziadków, rodziców) 61% **23%**

Mieszkać w Polsce 58% **21%**

Kupować polskie produkty
i wspierać polską gospodarkę 55% **30%**

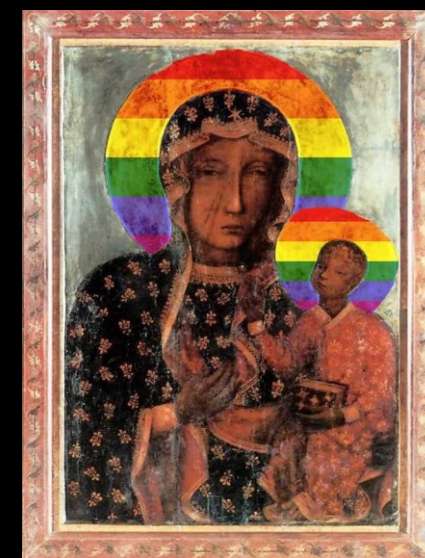
Urodzić się w Polsce 53% **26%**

Mieć **biały kolor** skóry 32% **30%**

Ani tak, ani nie



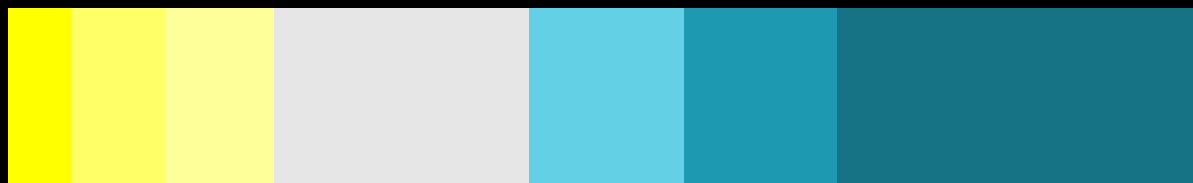
Jesteśmy w momencie zmiany



***Być może nie rodzimy sobie z odpowiedzią na pytanie,
czym jest współczesny patriotyzm, polskość?***

Migranci bardziej zagrożeniem

22%

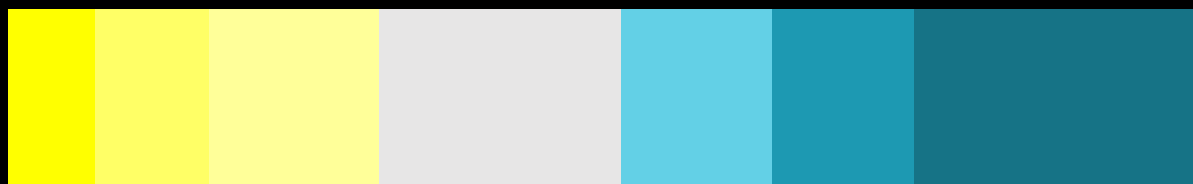


56%

Migranci są dla Polski i Polaków **szansą** społeczną i ekonomiczną

Migranci stanowią dla Polski i Polaków **zagrożenie** społeczne i ekonomiczne

31%



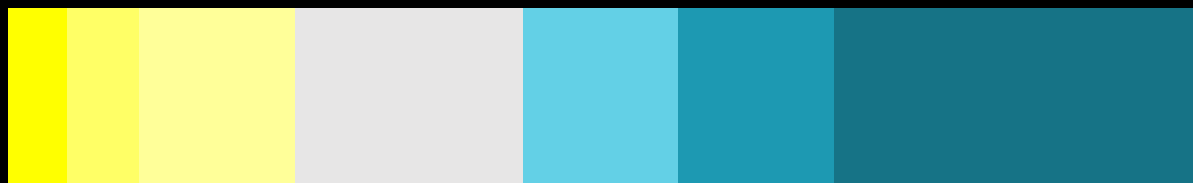
49%

Wielokulturowość jest dla Polski i Polaków **szansą na rozwój**

Wielokulturowość jest dla Polski i Polaków **niebezpieczna**

Polska dla Polaków

24%

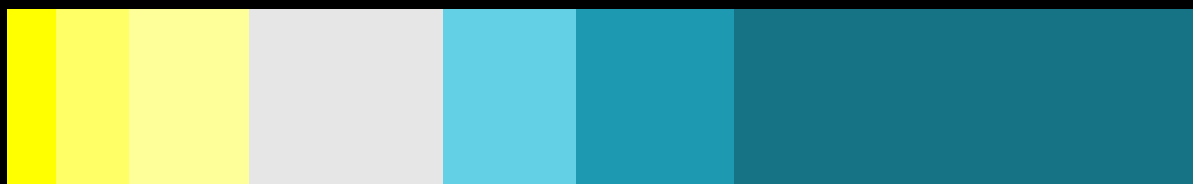


57%

Chcę aby do Polski **przyjeżdżały osoby** innych narodowości i osiadały na stałe

Wolę aby w Polsce **mieszkali Polacy**

21%



63%

Polska powinna być **bardziej otwarta** na migrację i migrantów, wspierać tworzenie specjalnych ośrodków i programów dla migrantów

Należy **zaostrzać politykę** migracyjną, **deportować** nielegalnych imigrantów i uszczelniać granicę

W skali makro niechętni, a w skali mikro...

Pokolenie Baby Boomers
zdecydowanie najbardziej **otwarte**
na migrantów, widząc ich **wartość**
dla Polski

BB : **34%**

Z **18%**

Y **15%**

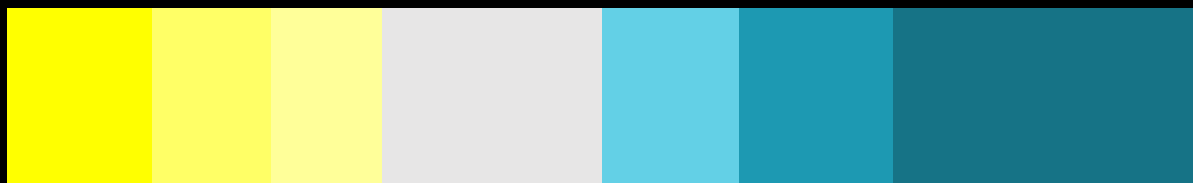
X **13%**

Z :  **26%**  **13%**

Mężczyźni z pokolenia Z najbardziej
otwarceni na migrantów definiowanych jako:
szansa na rozwój ekonomiczny i
społeczny Polski

Ewentualnie tylko niektórzy...

31%

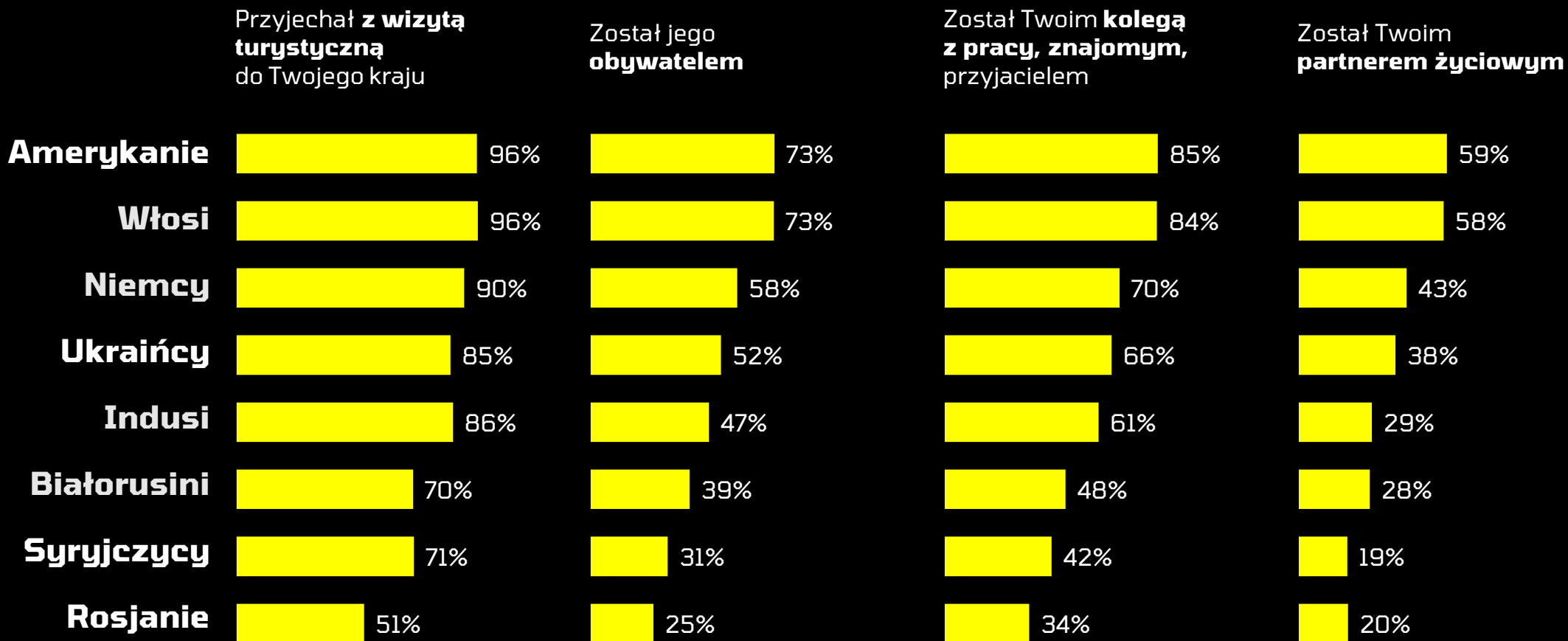


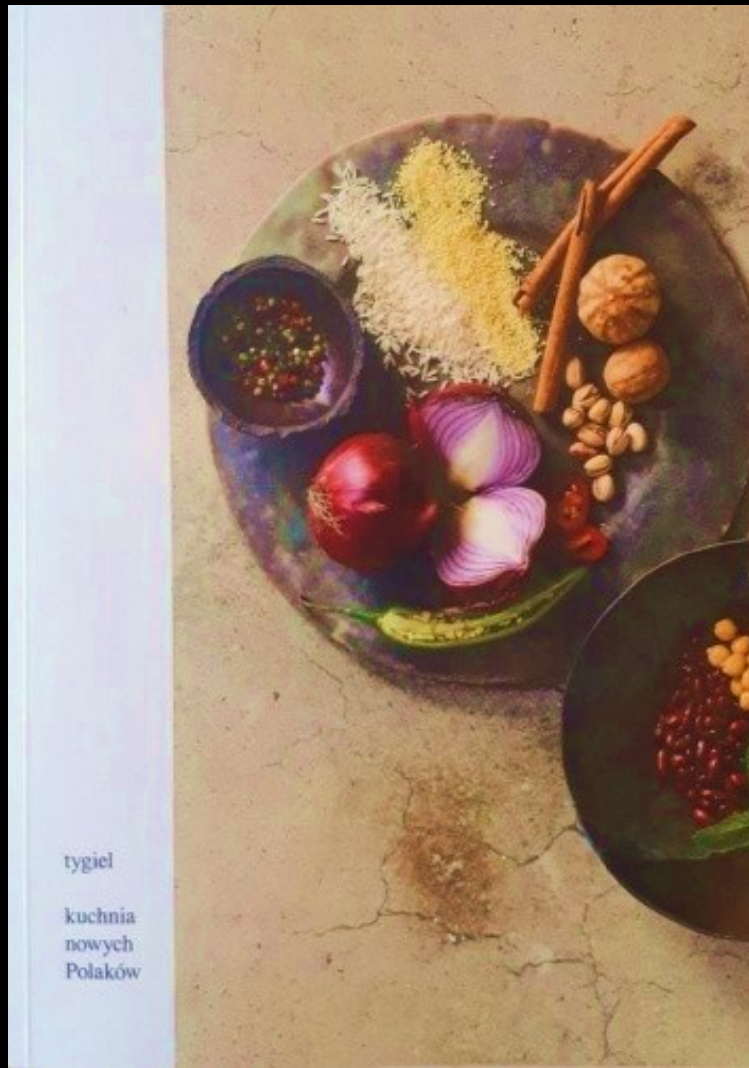
50%

Wszyscy** migranci są równi, powinni być **równo traktowani

*Migranci dzielą się na lepszych i gorszych, **nie wszyscy** powinni być traktowani w ten sam sposób*

Z kim nam bardziej po drodze?





...Książka jest **zaproszeniem do wspólnego stołu**, przy którym ludzie o różnych korzeniach i życiowych historiach nie tylko jedzą, **ale i rozmawiają.** ”

”

Fundacja Ocalenie



Niewidzialni migranci



Białorusini w Polsce



Właściciel kawiarni Kakao Jewhen



Jan Pomedor, założyciel największej białoruskiej grupy na FB, pracownik kawiarni



Kawiarnia Kakao na Grochowie

Wiem, że jest jakaś taka **białoruska diaspora**. To są po prostu ludzie, którzy piszą o swoich problemach na grupach, gdzie są wszyscy Białorusini.

Kobieta, Białoruś, 17 lat, studentka, w Polsce od 2023

Po 2020 roku ich się tutaj przeprowadziło tyle, że oni jakby naturalnie zaczęli się łączyć, właśnie zaczęli robić jakieś imprezy białoruskie i tak dalej. (...) **Ludzie, którzy teraz się przeprowadzają, oni nawet nie muszą się uczyć polskiego**. Są sklepy białoruskie, są przychodnie, jest jakby cała struktura już zbudowana.

Kobieta, Białoruś, 26 lat, obywatelstwo polskie, w Polsce od 2014

Niewidzialni migranci

studenci nie polskojęzyczni

Studenci cudzoziemcy w Polsce



23 462 (1,5%)

2012

102 197 (8,4%)

2022

Narodowości:

Ukraina	47,1%
Białoruś	11,8%
Zimbabwe	3,5%
Turcja	3,4%
Indie	2,7%
Azerbejdżan	2,4%
Uzbekistan	2,0%
Chiny	1,7%
Kazachstan	1,7%
Nigeria	1,5%



język Polski

60,4%

język Angielski

36,6%

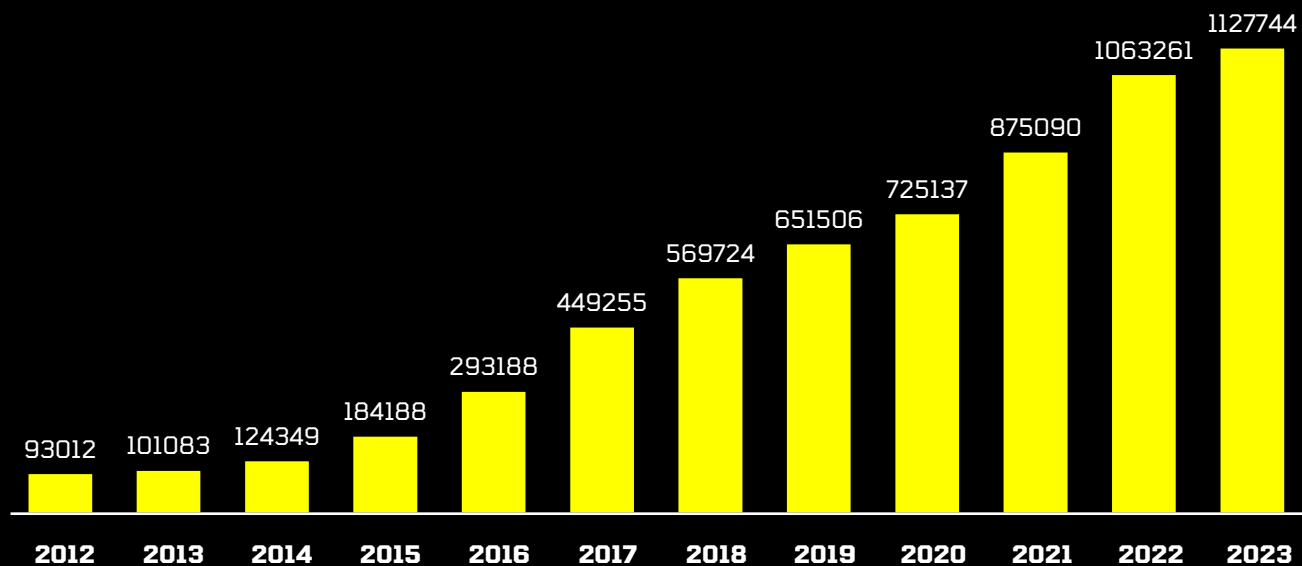
inny język obcy

3,0%

Niewidzialni migranci

pracownicy z Indii, Filipin, Nepalu

Liczba ubezpieczonych (osoby fizyczne), którzy w zgłoszeniu do ubezpieczeń emerytalnego i rentowych podali obywatelstwo inne niż polskie



Pełni radości życia Filipińczycy

Filipiny to ubogi kraj, jednak ludzie tam mieszkający są przykładem osób zarażających uśmiechem i radością życia. Filipińczycy uważają Polaków za ludzi bardzo majątnych i chętnie przyjmują ich w swoim kraju. Filipiny to w ponad 80% katolicy i jest to jedyne katolickie państwo w Azji południowo-wschodniej, dlatego też Polska dla Filipińczyków jest bardzo bliska kulturowo.



Ale co jeśli staną się widzialni - historia utraconych szans



**Indusi w Polsce
to w 90% mężczyźni**



**Miss Rzeszowa
- Victoria Forrest**



**Jasionka,
żołnierze US**

Białorusini o Polsce

” My mówimy tak, że na przykład **Białystok to mała Ameryka.**

Mężczyzna, 32 lata, Białystok, dziennikarz, uchodźca po sierpniu 2020

” Chciałabym **związać swoją pracę w przyszłości z Unią Europejską,** z innymi krajami. A jak są dyplomy z Białorusi, to po co mi taki dyplom.

Kobieta, 17 lat, Warszawa, studentka, w Polsce od 2023

” **Jadąc do Polski, to od razu masz w ogóle całą Unię Europejską.** (...) Bardzo chciałam dostać polskie obywatelstwo, bo jakby no to dużo mi otwierało rzeczy w życiu.

Kobieta, 26 lat, Warszawa, obywatelstwo polskie, w Polsce od 2014

Też na przykład ja **nigdy nie słyszałam, żeby ktoś mówił Polska dla Polaków** i coś takiego do mnie. Nie miałam z tym problemu.

Kobieta, 22 lata, Warszawa, studentka, w Polsce od 2019

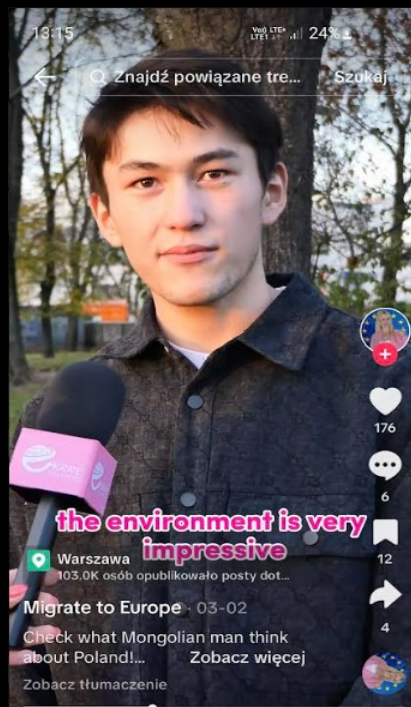
Migranci o Polsce



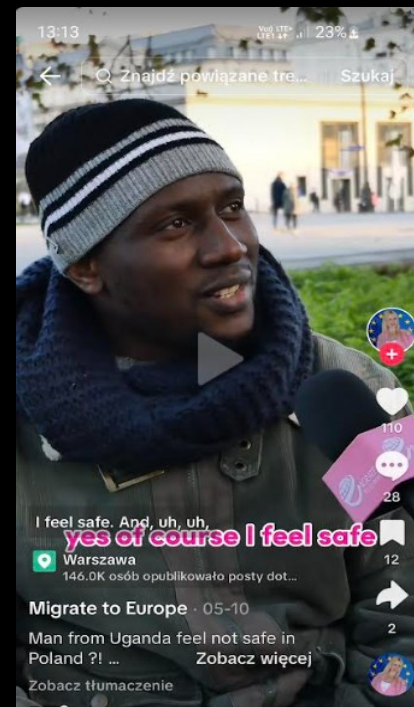
koszty życia



jedzenie i ludzie

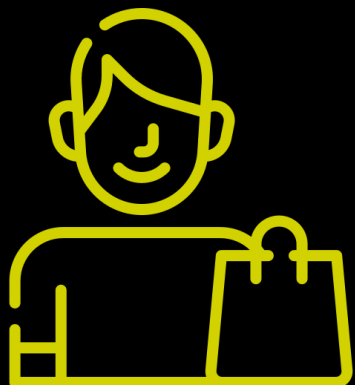


środowisko, przyroda jest bezpiecznie



**nie za drogo
wysoki poziom życia
bezpieczeństwo
czysto
dobre jedzenie
natura
polacy są pomocni**

Dlaczego o tym mówimy?



NOWY KLIENT

Biznes



KOMUNIKACJA

Biznes



NOWA POLSKA

Społeczeństwo



TREND

IMPACT

***Wstrząśnięty czy zmieszany –
pracownik w erze total blendingu***

Przemek Huk, *K+Research*
Marta Skalmowska, *Minds&Roses*

1800 h

Aktywni zawodowo



54%

46%

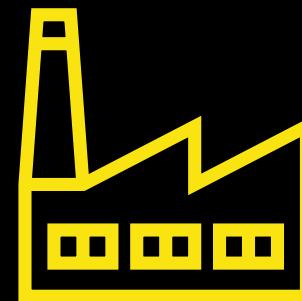




8%



20%



72%

WITAMY W PRACOWEJ ERZE TOTAL BLENDINGU



Zawodowa karta koktajli 2024



JA vs. AI



**WORK-LIFE
INTEGRATION**



JOB TWIST



**GALAKTYKI
GENERACJI**



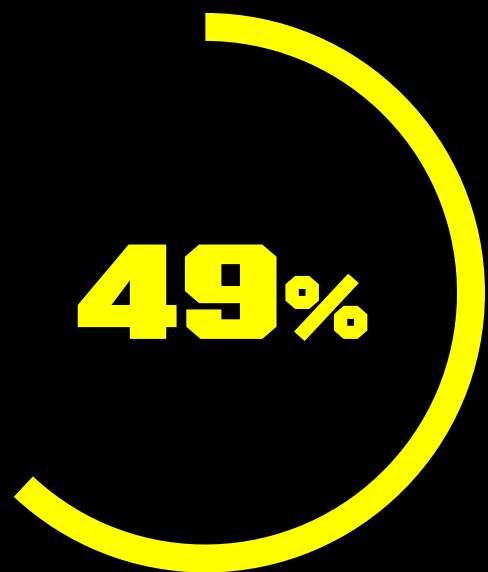
**NEURO-
RÓŻNORODNOŚĆ**

JA vs. AI



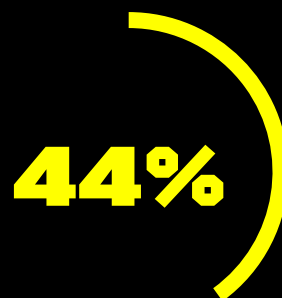
- ***Rosnące możliwości AI i znikająca przydatność ludzkich kompetencji***
- ***Ludzka kreatywność***
- ***Niepewna przyszłość***
- ***Stworzyło to AI – to gorzej, czy lepiej?***

AI wspiera...



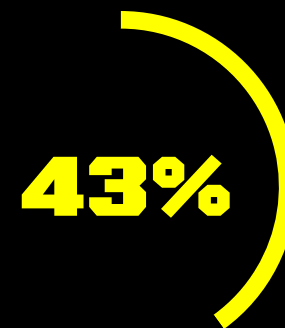
Według polityki AI przyjętej w Polsce **tyle czasu pracy możemy zautomatyzować do 2030 roku**

Ułatwia mi codzienną pracę



Z

Przyśpiesza mi codzienną pracę



...ale

AI w pracy niesie ze sobą ryzyko

YOUTUBE / CREATORS / TECH

YouTube is making new tools to protect creators from AI copycats

/ The platform is developing



Plagiarism ▾ Proofreading ▾ Citing ▾ AI Writing ▾ Learn

Free AI Detector

Identify AI-generated content, including ChatGPT and Copilot, with Scribbr's free AI detector

How to
Outsmart
AI Content
Detectors



narrato

BB

64%

Z

42%

CO NA TO MANAGER?

- Umożliwmy pracownikom korzystanie
- Szkólmmy z AI! To przewaga wg CMO
- Pamiętajmy o **czynniku "human"** w pracy
- Menadżer jako strażnik granicy absurdu



WORK-LIFE INTEGRATION



- ***Życie i praca***
- ***Cele zawodowe i cele osobiste***
- ***Praca z domu, praca hybrydowa***
- ***Czas na pracę i czas wolny***

BALANCE

BLENDING

VS



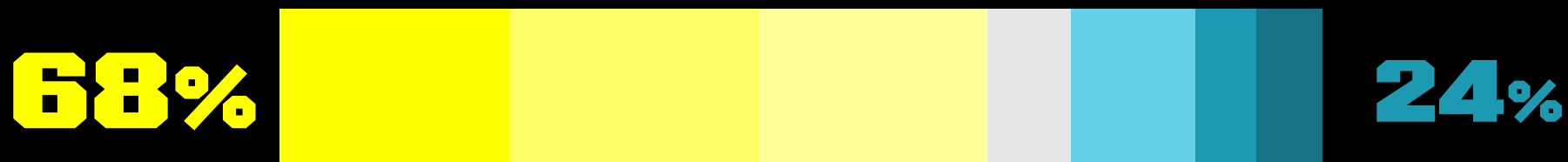
Czas na pracę i czas wolny

35%

Przynajmniej od czasu do czasu „wyskakuje w trakcie pracy coś załatwić”



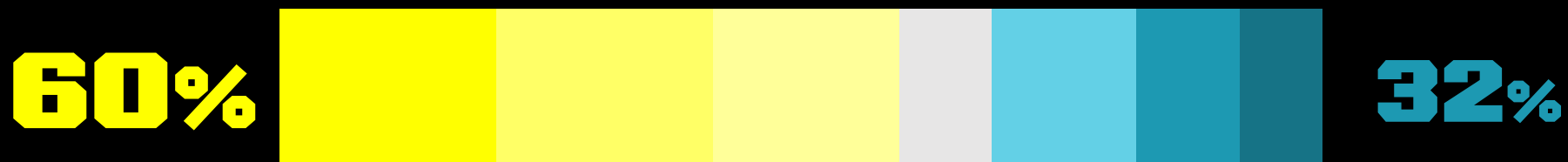
Gdzie są priorytety?



Wolę **spokojną**,
bezstresową **pracę**

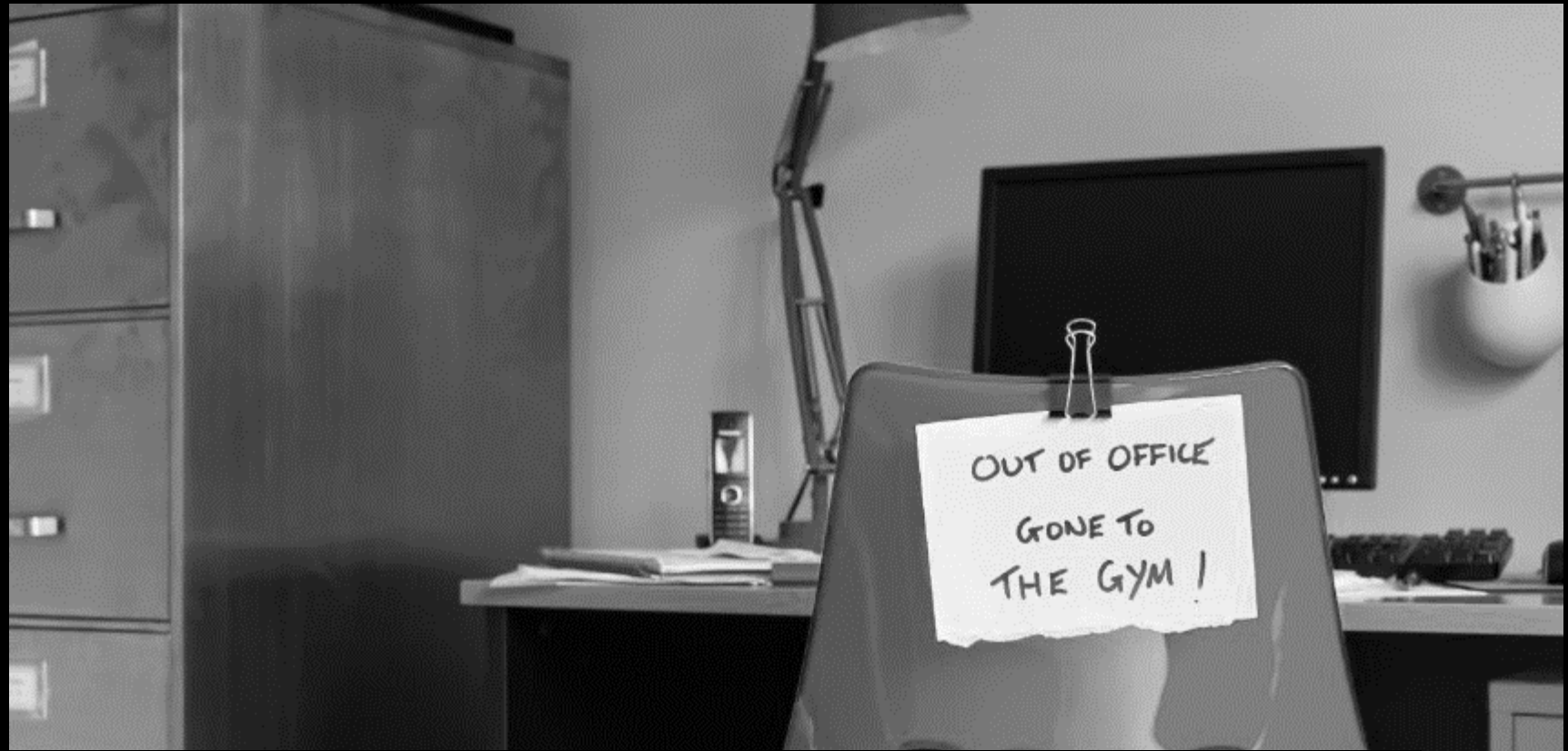
Wolę ciężko pracować,
żeby osiągnąć **sukces**
zawodowy

Gdzie są priorytety?



Praca jest dla mnie
**głównie źródłem
pieniędzy**

Czerpię **satysfakcję
z pracy**



Conclusion: Find a balance in work life blending



A może do tego...

48%

*Otwarcie mówimy, że
**potrzebujemy
opieki psychologa**
i to benefity, który
powinien nam zapewnić
pracodawca*



CO NA TO MANAGER?

- **55% CMO** → zarządzanie personelem będzie szczególnie ważne w zbliżających się latach
- *Gdzie są granice?*
- *Powrót do biur – za i przeciw?*
 - 49% wskazuje na problem z wydajnością
 - 69% nie wierzy w rzetelne wykonywanie obowiązków



JOB TWIST



- ***Nowa po covidowa perspektywa i wzrost mobilności***
- ***Często potrzeba dodatkowego dochodu***
- ***Otwartość na nowe***
- ***Nie tylko wynagrodzenie***

Zamieszam, zmienię, rozwinę

2020

28%

Pracowników bojących się utraty pracy
szukało nowej

2024

65%

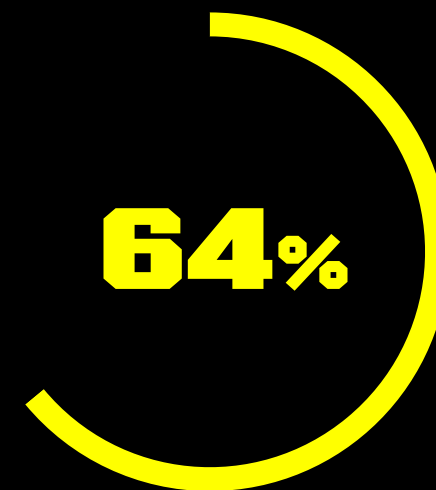
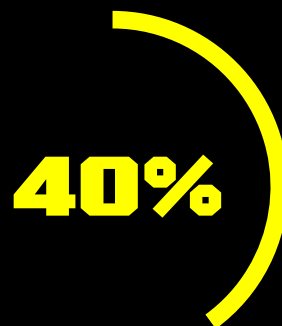


Zamieszam, zmienię, rozwinę

Ważna jest
możliwość **rozwoju**
zawodowego

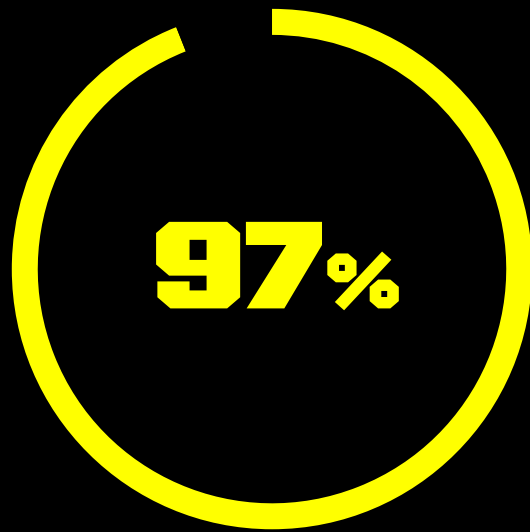


Rozważa
przebranżowienie

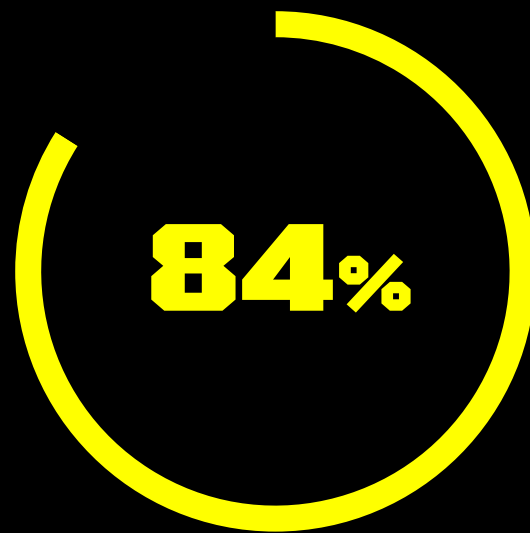


Ważne, by **pracodawca**
umożliwił
przekwalifikowanie się

Nie chce skończyć w jednym zakładzie!



*Otwarcie na
otrzymanie **nowej**,
ciekawej **oferty pracy***



*Szuka lub
planuje **zmianę***



#bluenomads

CO NA TO MANAGER?

- *Dostosować warunki pracy*
- *Reskilling i upskilling*
- *Słuchać i starać się zrozumieć (szukać wspólnych rozwiązań)*
- *Wspierać blending i przenikanie*
- *...*
- *62% pracodawców twierdzi, że **nie wspiera pracowników** w zdobywaniu nowych kwalifikacji*

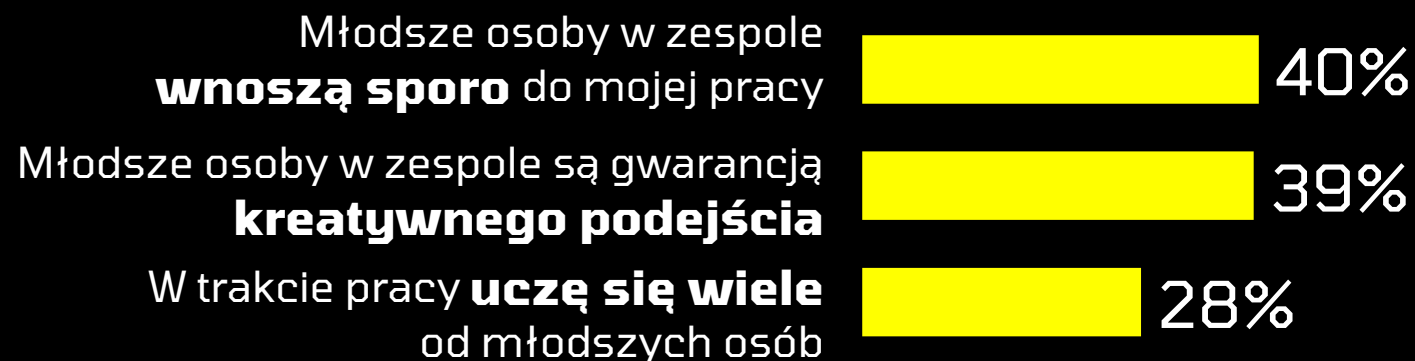


GALAKTYKI GENERACJI



- *5 generacji w jednym miejscu*
- *Perspektywy i umiejętności*
- *Podejścia do pracy i obowiązków*
- *Podejście do pracodawcy*
- *Zaawansowanie technologiczne*

Odwrócony mentoring?



”

Żeby nam się **dobrze mieszały**
mądrości płynące z wielu generacji.

W życiu i biznesie zawsze
chodzi o **dobre połączenie.**

”



CO NA TO MANAGER?

- *„Wyciąganie” z ludzi tego co najlepsze to wyzwanie*
- *Balans między „nowymi potrzebami” a ageizmem*
- *Marix pracownik - klient*



NEURO- RÓŻNORODNOŚĆ



- ***Kompetencje i mocne strony***
- ***Zdiagnozowane (lub nie) osoby o różnym stopniu neuroatypowości***
- ***Obecność osób będzie tylko rosła***
- ***Nie tylko współpracownik***

Neuroatypowy tu i teraz



20%

*Szacowany **odsetek osób neuroatypowych** w naszym społeczeństwie*



53%

Gen Z** twierdzi, że są osobami **neuroatypowymi

Neuroatypowy tu i teraz



AUTYZM

***skupienie, wytrwałość,
wiedza, precyzja, logika
i widzenie wzorców***



ADHD

***hiperfokus, energia!,
kreatywność
i rozwijanie umiejętności***



DYSLEKSJA

***myślenie
nieszablonowe,
myślenie obrazem***

ŚWIADOMI PIONIERZY

- *Organizacja i budowa biur*
- *Branża IT i nowe technologie*
- *Oparcie na biznesie, nie HR*
- *Pandemia jako akcelerator zmian*



CO NA TO MANAGER?

- *Skill based recruitment*
- *Szkolenia/edukacja*
- *Przestrzenie wrażliwe*
- *Komunikacja*
- *Narzędzia pracy*



PRACOWNIK 2024

***Wstrząśnięty
czy zmieszany?***



TREND

IMPACT

**ZAPRASZAMY NA DRUGĄ CZĘŚĆ
PO PRZERWIE**