



GEDEON RICHTER

POLKI 2021

NOWE WARTOŚCI NA NOWE CZASY

JAKIE SĄ POLKI? CO JEST DLA NICH WAŻNE
I Z JAKIMI ZASADAMI IDĄ PRZEZ ŻYCIE?



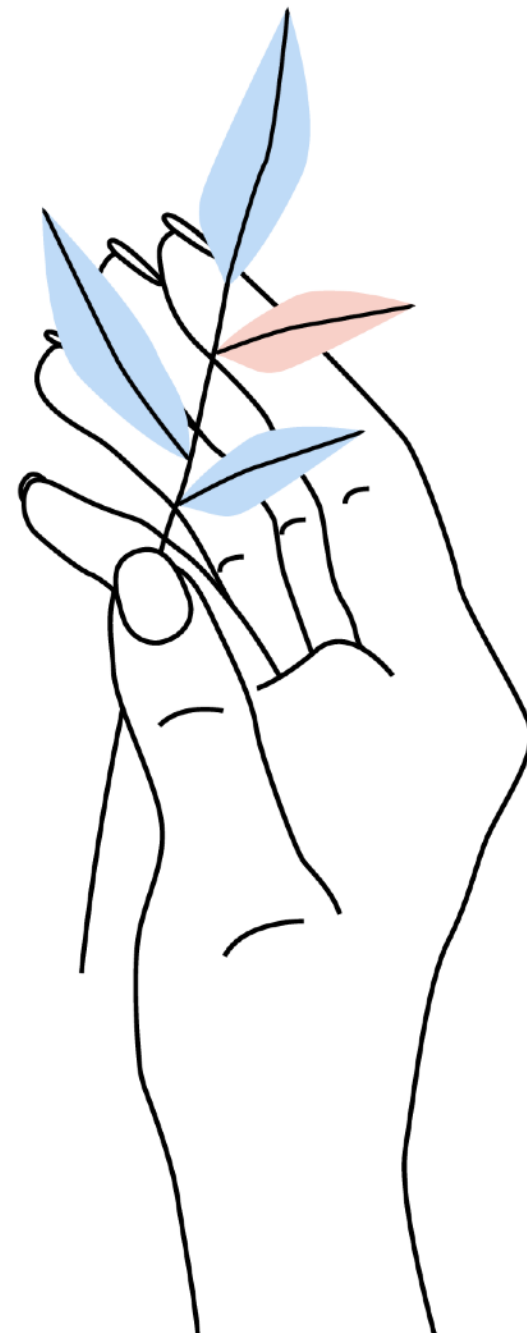
REALIZACJA BADANIA I RAPORTU



Mobile Institute

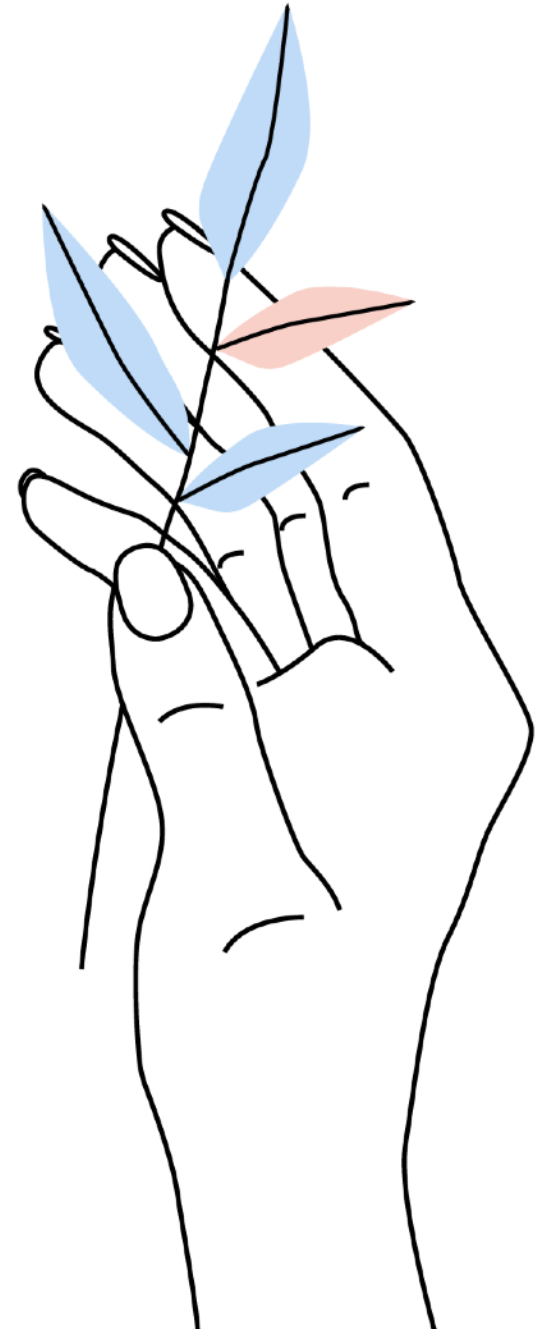
O BADANIU

- **Raport powstał z potrzeby poznania, jakie wartości są najważniejsze dla współczesnych Polek.** Gdy wszystko wokół nas jest zmienne, zaskakujące i niesie wiele wyzwań (jak chociażby pandemia), warto oprzeć się na czymś stabilnym. I takim czymś są nasze wartości, które często pomagają nam radzić sobie z otaczającym światem i podejmować wyzwania dnia codziennego. Z drugiej strony te wartości - wyznawane przez nas lub bliskie nam otoczenie - mogą nas też ograniczać lub kierować nas na drogi, które nie do końca są „nasze” - spójne z naszymi potrzebami i naturą. Jak więc jest naprawdę? Mamy nadzieję, że karty tego raportu choć częściowo odsłonią przed Państwem obraz Polek w 2021 roku i opowiedzą historię wartości, które są najważniejsze od zawsze, jak i w nowych, dynamicznych czasach, w których przyszło nam żyć.
- **Podstawą do opracowania raportu jest badanie ilościowe** zrealizowane przez Mobile Institute na grupie 2071 internautów, w tym 1236 kobiet i 835 mężczyzn, a także **10 wywiadów pogłębionych (IDI)**, a w zasadzie przyjaznych i szczerych rozmów przeprowadzonych z ciekawymi kobietami w różnej sytuacji życiowej, różnym wieku i o zróżnicowanym podejściu do życia.
- **Badanie ilościowe zostało przeprowadzone z wykorzystaniem metody CAWI (Computer-Assisted Web Interview)** - responsywnych ankiet elektronicznych emitowanych w wysyłce mailowej oraz na panelu badawczym Mobile Institute. Dane z badania ilościowego zostały zebrane w dniach **7-16 maj 2021 roku**. **Zadanych zostało Polkom ponad 170 różnych pytań** dotyczących najważniejszych sfer życia i towarzyszących temu wartości.



DEFINICJE POKOLEŃ

- W raporcie często używamy nazw pokoleń. Za każdym razem należy te określać rozumieć w poniższy sposób:
 - **Pokolenie Z** - osoby urodzone po 1996 roku,
 - **Young Millennials** (młodzi milenialsi) - osoby urodzone w latach 1990-1995,
 - **Old Millennials** (starsi milenialsi) - osoby urodzone w latach 1984-1989,
 - **Xennials** - osoby urodzone w latach 1975-1983,
 - **Pokolenie X** - osoby urodzone w latach 1965-1974,
 - **Silver Power** (silwersi) - osoby urodzone w latach 1946-1964



SPIIS TREŚCI

1 Jaka jesteś Polko?

2 Wehikuł czasu

3 Czy przyszłość jest kobietą?

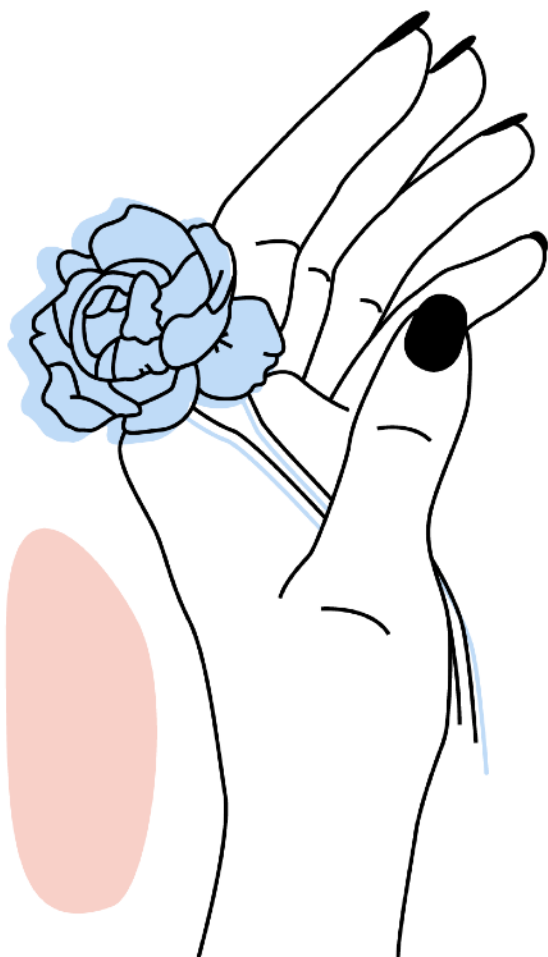
4 Rodzina.pl

5 Fast Life

6 Przyjaźni moc

7 Kobiecość w różnych formach

8 W sieci stereotypów



**NAPRAWDĘ
JAKA JESTEŚ,
NIE WIE NIKT...**

JAKA JESTEŚ POLKO?

NAPRAWDĘ JAKA JESTEŚ

JAKIE POLKI MÓWIĄ, ŻE SĄ, A CO SIĘ DLA NICH NAPRAWDĘ LICZY

Zwykle, gdy mamy opisać siebie, przychodzi nam do głowy jedno słowo, ale zaraz potem uznajemy, że przecież ono nie oddaje tego, kim jesteśmy i jakie są najważniejsze dla nas wartości. Znacznie łatwiej jest nam opisać siebie, gdy możemy wybrać z całego spektrum różnych cech. I takie właśnie zadanie zostało postawione przed uczestniczkami badania. Dodatkowo mogły wybrać też z tego samego zestawu cech te, jakie chciałyby posiadać oraz odpowiedziały na pytanie, jakie nie chciałyby nigdy być. Z tych trzech elementów wyłania się pełniejszy obraz

Polki - kobiety serdecznej, wrażliwej ale i ambitnej, która chciałaby być bardziej konsekwentna, zdecydowana i sprytna, za to nigdy nie chciałaby być nerwowa. Nie chciałyby też żyć samotnie. Za najważniejsze wartości w życiu uważa rodzinę, zdrowie i solidarność, a rozwój pojmuje jako nie tylko ten zawodowy, ale i osobisty - swoich pasji i zainteresowań. Nigdy jednak nie dokona się on kosztem bliskich.

Tak najczęściej opisały się badane dziewczyny. Nie jest to oczywiście obraz każdej Polki.

W raporcie pokazujemy wiele twarzy współczesnych kobiet, m.in. z różnych pokoleń i o innym podejściu do życia (persony), bo każdy z nas jest przecież trochę inny i w tym jest całe piękno.

Jednocześnie ciekawie jest spojrzeć w lustro i zastanowić się, czy opisane w tym raporcie zjawiska też mnie dotyczą, a może popatrzeć w inny sposób na sąsiadkę, przyjaciółkę czy mamę lub córkę, bo przecież mogą inaczej patrzeć na życie i mieć zupełnie inne doświadczenia niż my. I te właśnie doświadczenia oraz działania dnia codziennego dopełniają powyższego obrazu. Badane kobiety opowiedziały nam też bowiem dużo o swojej codzienności, która często weryfikuje wartości i obraz samej siebie. Zapytaliśmy też mężczyzn jak widzą kobiety. Ich opinia dopełnia portret współczesnej Polki.



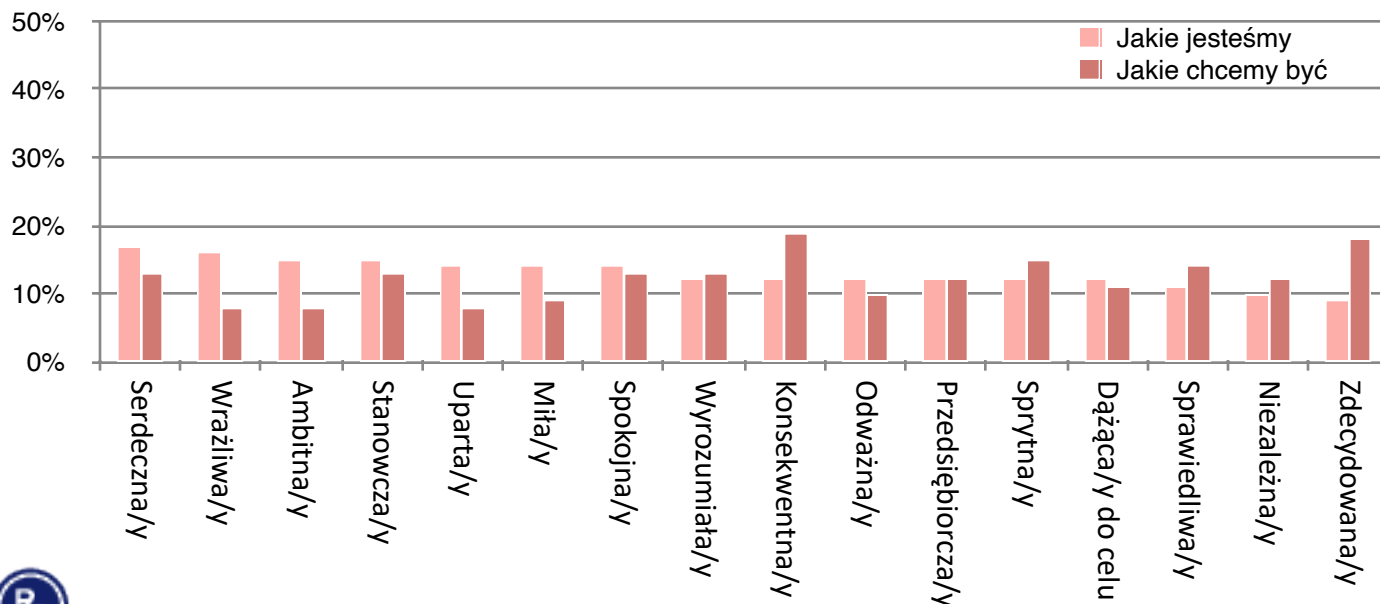
NAPRAWDĘ JAKA JESTEŚ



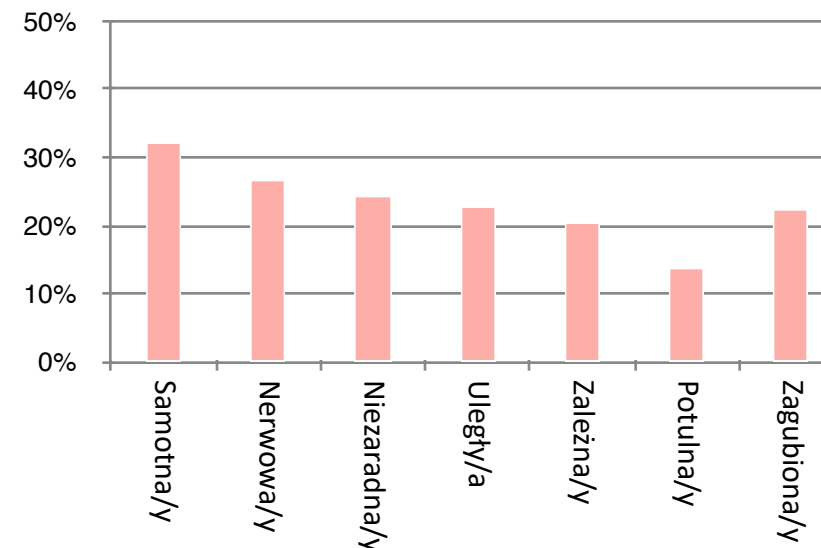
JAKIE POLKI MÓWIĄ, ŻE SĄ, A CO SIĘ DLA NICH NAPRAWDĘ LICZY?

Polki określają się najczęściej jako **serdeczne (15%)**, **wrażliwe (16%)** oraz **ambitne (15%)** i **stanowcze (15%)**. Przy tym chciałyby być bardziej konsekwentne (19%), zdecydowane (18%) oraz sprytnie (15%). Najczęściej boją się samotności (32%) i nie chciałyby być nerwowe. Co ciekawe, spokój i konsekwencja, czyli dwie cechy, które kobiety wskazują jako brakujące lub słabiej obecne u siebie, występują w męskich opisach samych siebie. Mężczyźni właśnie tak się określili - jako spokojni i konsekwentni. Wygląda na to, że ten aspekt męskiej natury Polki bardzo sobie cenią. Wspólnie dzielimy natomiast strach przed samotnością, a dodatkowo panowie nie chcieliby nigdy, aby uznać ich za niezaradnych.

Wykres 1: Jakimi cechami określił(a)byś siebie? A jakie cechy chciał(a)byś posiadać?
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



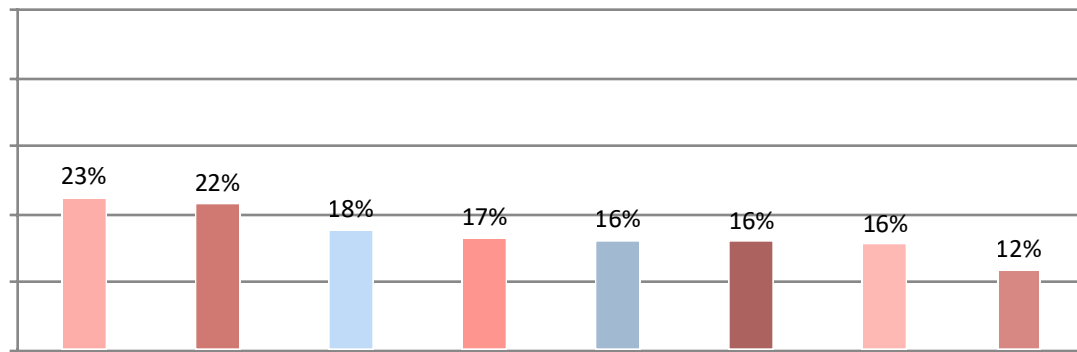
Wykres 2: Jaka/Jaki nigdy nie chciał(a)byś być?, Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



NAPRAWDĘ JAKA JESTEŚ

CZYM MOŻEMY SIĘ PODZIELIĆ?

Wykres 3: Jaka/Jaki nigdy nie chciał(a)byś być?, Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



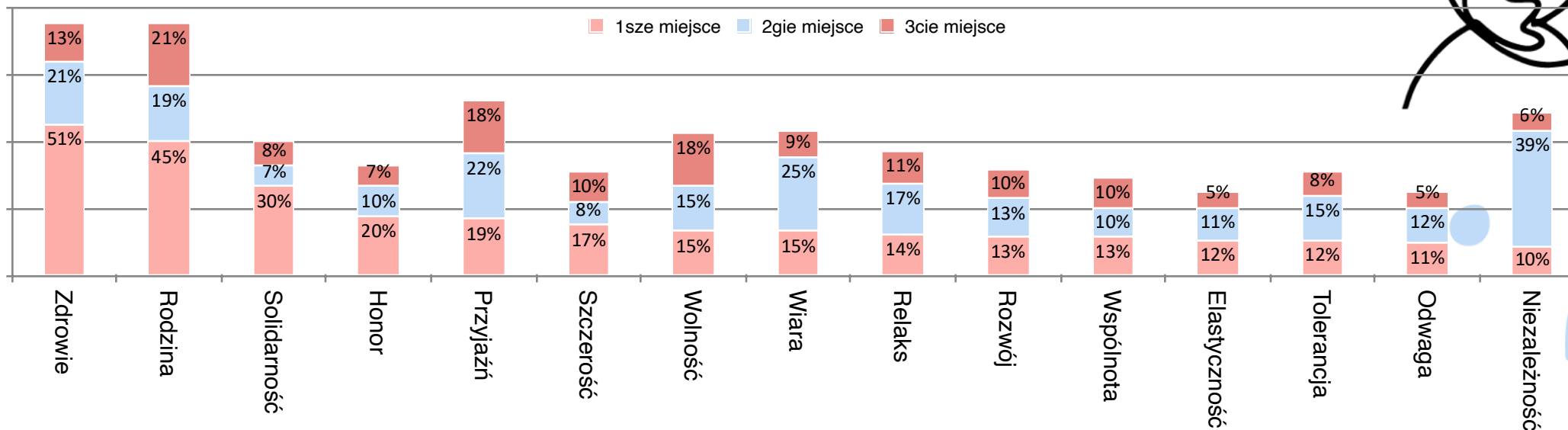
- doświadczenie - chętnie dzielę się swoją wiedzą i obserwacjami z innymi
- kreatywność - umiem zrobić coś z niczego
- aktywność - zawsze coś robię, nie mogę usiedzieć w miejscu
- zaradność - umiem załatwić niemal każdą sprawę, tam gdzie diabeł nie może. ...
- chęć niesienia pomocy - chcę pomagać i pomagam różnym osobom
- otwartość na innych ludzi - uwielbiam przebywać z ludźmi, poznawać ich
- empatia wobec innych - zawsze jestem w stanie wysłuchać i doradzić
- poświęcenie dla rodziny - oddałabym za bliskich i ich szczęście wszystko

- Na co dzień pewnie wszystkim nam zdarza się zapominać, ile możemy czerpać od naszych mam, siostr, koleżanek. Tymczasem, każda kobieta potrafi wskazać przynajmniej jedną rzecz, którą uważa za swoją mocną stronę i chciałaby się nią podzielić z innymi. **Najczęściej Polki jako taką wartość wskazują swoje doświadczenie, czyli wiedzę zdobytą na przestrzeni lat (23%).** Co 5. dziewczyna uznała też, że może podzielić się kreatywnością, bo „potrafi zrobić coś z niczego”. Najwyraźniej zostało jeszcze w Polkach sporo tego „sprytu”, który nieraz ratował sytuację w przypadku niedostatku różnych dóbr, być może przekazały to swoim córkom mamy, a może - w kontekście wyzwań ekonomicznych i ekologicznych - współczesne kobiety pielęgnują tę zdolność i wykorzystują pracując, organizując życie swoje i rodziny, gotując, zarządzając wewnątrz, czy realizując różne prace z zakresu DIY. 18% badanych dziewczyn uważa, że może podzielić się przepelniającą je energią do działania i podobnie - 17% - zaradnością. Polki wskazują też, że chętnie mogłyby podzielić się chęcią niesienia pomocy, opiekuńczością i poświęceniem dla rodziny, a więc wartościami mocno społecznymi. Zdecydowanie warto pamiętać o tym potencjale polskich kobiet. A może warto też zadać sobie to samo pytanie - czym ja mogę się podzielić? Ciekawe, na co wszyscy wpadniemy.

WARTOŚCI POLEK

- Najważniejsze wartości dla Polek to **zdrowie (51%)**, **rodzina (45%)** oraz **solidarność (30%)**. Te wartości były najczęściej wskazywane jako stawiane na pierwszym miejscu. Zdrowie i rodzina są też na zdecydowanie najwyższych pozycjach, gdy weźmiemy pod uwagę trzy pierwsze wskazania, czyli wartości ustawione przez badane kobiety na miejscu pierwszym, drugim i trzecim. Gdy tak patrzymy w ten sposób na ich oceny, zdrowie i rodzina otrzymują aż 85% wskazań. Przy takim spojrzeniu pojawiają się nam jednak jeszcze inne wartości, wyraźnie ważniejsze dla Polek. Są to **przyjaźń i niezależność**. Niezależność została wskazana przez 10% dziewczyn na miejscu pierwszym, ale przez aż 39% jako druga co do ważności. Z kolei przyjaźń zdobyła w sumie 59% wskazań, czyli nawet więcej niż bliska jej solidarność.

Wykres 4: Które z wymienionych wartości są dla Ciebie najważniejsze w życiu?, Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety





WARTOŚCI POLEK

JAKIE POLKI MÓWIĄ, ŻE SĄ, A CO SIĘ DLA NICH NAPRAWDĘ LICZY?

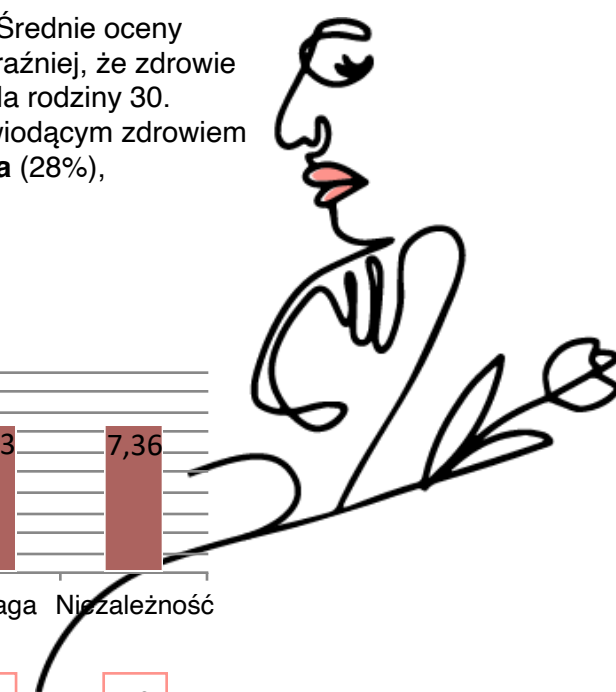
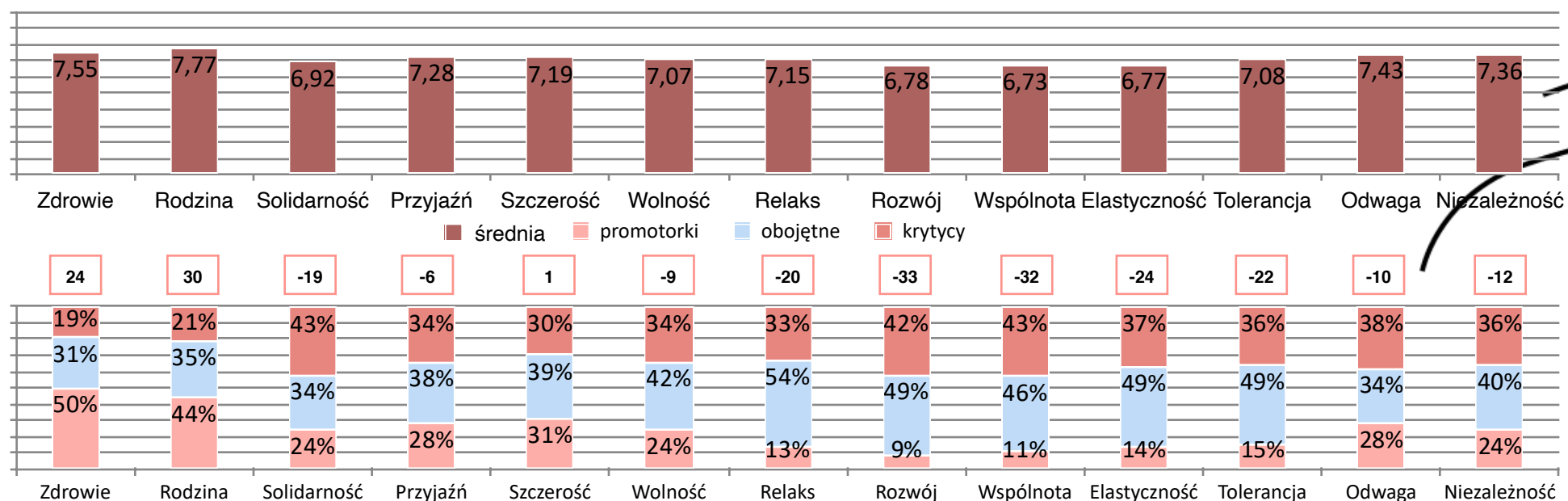
Chcąc przyjrzeć się jeszcze dokładniej temu, jakie wartości liczą się dla Polek najbardziej, zastosowaliśmy metodę NPS (Net Promoter Score), która wskazuje prawdziwych zwolenników - promotorów danej wartości. Zwykle wskaźnik stosuje się w badaniach lojalności wobec marki. My zastosowaliśmy go do zmierzenia przywiązania do danej wartości.

Czym jest Net Promoter Score i jak go rozumieć? NPS jest jedną z metod oceny satysfakcji i lojalności klientów. Badany dokonuje oceny w skali 0-10. Wartości NPS wahają się pomiędzy -100 i +100, przy czym -100 odpowiada sytuacji, gdy każdy z badanych jest krytykiem danej marki bądź produktu, a w naszym przypadku wartości, niepolecającym jej innym, a +100 odpowiada sytuacji, gdzie każdy promuje - jest gotów polecić - daną wartość znajomym. Generalnie wartości dodatnie NPS uznawane są za wynik dobry a wartości powyżej 50 za doskonały. Promotorzy to osoby, które zdecydowanie popierają daną wartość (ocena 9-10). Krytycy - ci, co ocenili w skali daną wartość dosyć nisko (0-6). Pozostali określani są jako obojętni (ocena 7-8). Wskaźnik NPS liczymy odejmując % Krytyków od % Promotorów i wyrażając go jako liczbę.

WARTOŚCI POLEK

Patrząc na średnią cenę znaczenia danej wartości w życiu Polek, można odnieść wrażenie, że w zasadzie większość jest dość ważna. Średnie oceny w skali 0-10 wahają się od 6,73 dla wspólnotowości po 7,77 dla **rodziny** i 7,55 dla **zdrowia**. Gdy weźmiemy pod uwagę NPS, widać wyraźniej, że zdrowie i rodzina są faktycznie tymi, które zajmują najważniejsze miejsca w sercach i umysłach polskich kobiet. NPS dla zdrowia wyniósł 24 a dla rodziny 30. Jeszcze jedna wartość uzyskała wynik dodatni, ale znacząco niższy - to **szczerłość** (NPS=1). Jednocześnie warto zauważyć, że poza wiodącym zdrowiem i rodziną, gdzie odpowiednio 50% i 44% kobiet jest ich promotorkami, duży odsetek zwolenniczek odnotowały takie wartości jak **odwaga** (28%), **solidarność** (24%), **przyjaźń** (28%) i **wolność** (24%).

Wykres 5: W jakim stopniu wartość... jest dla Ciebie ważna?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



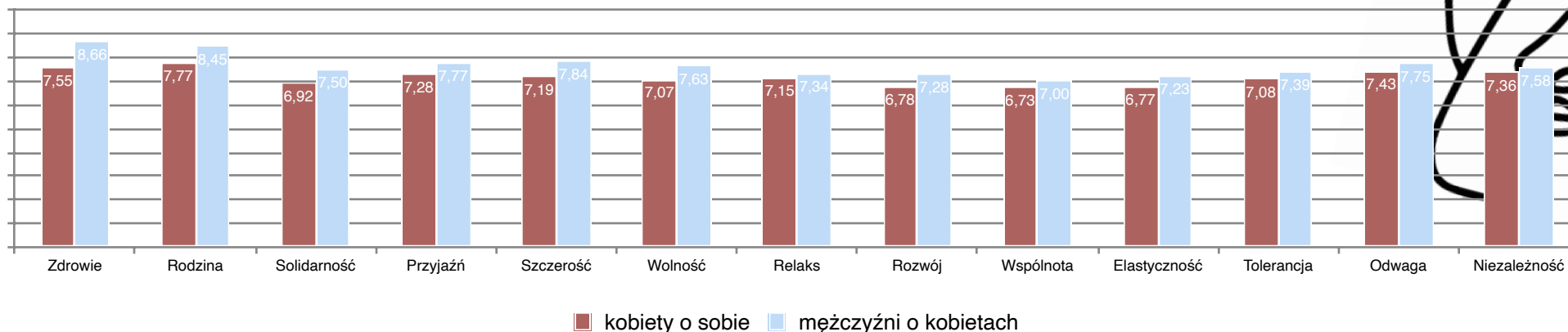
WARTOŚCI POLEK

JAK MĘŻCZYŹNI OCENIAJĄ KOBIETY?

Zerknijmy jeszcze jak panowie oceniają Polki. Okazuje się, że w ich oczach więcej wartości jest dla kobiet ważne. W szczególności postawili na zdrowie (8,66) i rodzinę (8,45), ale także szczerłość i odwagę. Największe różnice w tym jak Polki oceniają to, co jest dla nich ważne, a tym, jak widzą je mężczyźni, występuje w przypadku zdrowia i rodziny oraz szczerłości, solidarności i wolności. Panowie ocenili, że są dla kobiet jeszcze ważniejsze niż według nich samych. Czyżby w oczach mężczyzn Polki prezentowały się jeszcze ciekawiej i pełniej?



Wykres 6: W jakim stopniu wartość... jest dla Ciebie / dla Polek ważna?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



NAPRAWDĘ JAKA JESTEŚ

CO JESZCZE OPOWIEDZIAŁY NAM O SOBIE I SWOIM ŻYCIU POLKI?

- **Polki raczej czują się wolne (73%) i lubią mieć wolność wyboru (72%).** Raczej nie czują, żeby coś je ograniczało (72%), w zasadzie niezależnie od statusu rodzinnego czy oceny sytuacji materialnej. Jeśli już coś takiego wskazują, to najczęściej jest to kredyt (35%) oraz obowiązki rodzinne (23%). Na tzw. szklany sufit wskazuje co 5. badana dziewczyna.
- W kontekście wolności wyboru i posiadania własnego zdania, 38% źle znosi zakazy. Z drugiej strony podobny odsetek uważa, że wyraźne wskazówki, co wolno, a co nie, są potrzebne, aby społeczeństwo sprawnie funkcjonowało.
- Polki starają się protestować, gdy ktoś narzuca im swoje zdanie (39%), ale aż 21%, że pewnym osobom nie są w stanie się sprzeciwić, a kolejne 18% mówi, że głośno nie wyrazi własnego zdania. **Niezależność przez kobiety rozumiana jest jako wolność i swoboda.** Niezależny to taki, który nie musi pytać o pozwolenie. Natomiast w ujęciu mężczyzn niezależny to mający własne zdanie i potrafiący je wypowiedzieć.



NAPRAWDĘ JAKA JESTEŚ

CO JESZCZE OPOWIEDZIAŁY NAM O SOBIE I SWOIM ŻYCIU POLKI?

- Analiza najważniejszych wartości dla kobiet pokazała, że rozwój nie jest kluczowy i stawiany na pierwszym miejscu (NPS=-33, jeden z najniższych), ale żeby zrozumieć dlaczego tak się dzieje, trzeba poznać jeszcze kilka ciekawych wyników. **Okazuje się, że dla Polek rozwój to nie tylko bycie coraz lepszą na tle zawodowym (30%), ale też rozszerzanie swoich zainteresowań (22%) lub rozwijanie obu tych sfer (24%).** Być może dlatego potrzebę doksztalcania, kojarzonego zwykle z podwyższaniem kompetencji zawodowych, czuje jedynie 37% badanych dziewczyn i, jeśli już, to doksztalcają się czytając książki lub uczestnicząc w webinarach.
- Dodatkowo, jeżeli zapytać kobiety, co jest dla nich ważniejsze - kariera czy rodzina - karierę wybierze 30%, rodzinę także 30%, a **40% wskazuje, że nie chce wybierać, bo obie sfery są jednakowo ważne.** To ostatnie wskazanie świadczyć by mogło o dużej chęci rozwoju i „parcia do przodu”, ale okazuje się, że realia życiowe i skłonność do wsparcia najbliższych kosztem siebie często stają Polkom na drodze. Co 5. badana, która się doksztalca, robi to kosztem własnego wolnego czasu, 14% kosztem snu, a jedynie 18% przyznaje, że pomaga jej partner, przejmując niektóre obowiązki. Na brak wsparcia w rozwoju ze strony partnera narzeka 55% dziewczyn, które chcą się rozwiać zawodowo. **62% uważa, że pomimo awansu, mężczyzna i tak nie przyjąłby jej obowiązków, więc obawia się o awans, który mógłby wiązać się ze zwiększonym wymiarem czasu pracy, nadgodzinami i częstszymi wyjazdami.**
- Dodatkowo 67% Polek zgadza się z opinią, że jeśli partner zarabia dobrze i ma pozycję, to one nie muszą już ryzykować zmian i stawiać na karierę. 59% ma z kolei przeczucie, że partner mógłby się czuć źle, gdyby one zarabiały więcej lub zajmowały wyższe stanowiska.



NAPRAWDĘ JAKA JESTEŚ

CO JESZCZE OPOWIEDZIAŁY NAM O SOBIE I SWOIM ŻYCIU POLKI?



- **Przykładem wspólnoty dla kobiet jest rodzina, ale także przyjaciele.** Polki mają też coraz szerze pojęcie rodziny. Za jej część - poza rodzicami i dziećmi - 27% uznaje (nawet pomimo dojrzałego wieku) także rodzeństwo, pupili domowych (27%), a także przyjaciół (12%).
- 58% kobiet woli mieć jednego, prawdziwego przyjaciela, ale 42% - wielu znajomych. Mężczyźni znacznie częściej wybierają tę pierwszą opcję. Z drugiej strony, gdy już dziewczyny mają tego najlepszego przyjaciela, w 1/3 przypadków ta przyjaźń trwa ponad 10 lat. A przyjaciół Polki cenią przede wszystkim za to, że nie oceniają i zawsze można na nich liczyć. **Życia bez przyjaciół nie wyobraża sobie 3/4 badanych dziewczyn.** Przyjaźń jest na tyle ważna, że 42% badanych kobiet jest zdania, że generalnie Polki stawiają przyjaciół(ki) ponad partnera. To zdanie podziela też 61% mężczyzn.
- W przyjaźni niezwykle ważna jest szczerość, ale kobiety - częściej niż mężczyźni - zaakceptują i wybaczą, jeśli przyjaciel zawiedzie ich zaufanie (42%). Częściej też dopuszczają unikanie trudnej prawdy, jeśli może zranić osobę, której dotyczy.
- Kobiety uważają, że potrafią odnaleźć się w każdej sytuacji. Mężczyźni podzielają to zdanie.
- Kobiety, tak samo jak mężczyźni nie lubią zmian. Na co dzień działają według planu, ponieważ inaczej się według nich nie da - jest za dużo obowiązków. **Polki mają konkretny plan i oczekiwania od życia. Nie odpoczną dopóki w domu jest bałagan, dzieci i partner nie są przygotowane na następny dzień i najedzone, czy nie zrealizują założonego planu dnia.** Taka postawa „muszę bo świat się skończy” jest obca jedynie 12% Polek.



Dorota Minta

Psycholog i psychoterapeuta
Prezes Zarządu Fundacji STOMAlife
Instytut Wsparcia Psychologicznego



Raport pokazuje, że nasz system wartości ewoluuje. Ciągle jeszcze wielu z nas ma silną potrzebę posiadania, ale dotyczy to osób z pokolenia 55+ i jest wynikiem dojrzewania w czasach deficytu, lęku przed brakiem podstawowych rzeczy. Młodszy nie mając takich doświadczeń kryzysu, zyskują perspektywę pozwalającą na docenianie wartości doświadczenia i bycia w zgodzie ze sobą samym, ponad dobra materialne. Biorąc pod uwagę, że od kilkunastu miesięcy żyjemy w świecie zmienionym przez pandemię, można domniemywać, że zaczęliśmy mocniej cenić owe doświadczenia, ale też że większej wartości nabrała jakość życia. Myślę, że to wyraz coraz wyraźniej komunikowanej potrzeby slow life, w ramach którego praca jest jedynie uzupełnieniem życia. Kariera przestaje być dla młodszych pokoleń fetyszem.

Z badania jawi się obraz konserwatywnego społeczeństwa, unikającego zmian i spontaniczności. Od dawna zaś mówi się, że właśnie elastyczność, otwartość na zmiany, innowacyjność będzie decydowała o tym jak poradzimy sobie w przyszłości, jak uplasujemy się wobec konkurencji. Pewnym optymizmem napawa skłonność do flexitarianizmu, bo to odpowiedzialność za naturalne otoczenie. Jednocześnie niepokoi brak aktywnego dbania o zdrowie, tak jakbyśmy się łudzili, że ktoś za nas to zrobi. Ciągle profilaktyka zdrowotna i ruch nie są dla nas ważne. W kontekście starzejącego się społeczeństwa nie napawa to optymizmem.

Raport pokazuje nasz lęk przed samotnością i zależnością od innych. Dla mnie to ukryta informacja o rozluźnieniu więzi rodzinnych i znikaniu modelu wielopokoleniowej rodziny. Boimy się samotnej i niedołączonej starości? Myślę, że tak. Nie zbudowaliśmy niczego w zamian, czegoś co zastępowałoby wielopokoleniową rodzinę. Myślę, że boimy się nieporadności na starość, co zapewne jest wzmacniane niekorzystnymi wieściami o wysokości naszych emerytur i starzeniu się społeczeństwa. Nie wypracowaliśmy też modelu życia osób starszych. Ciągle mamy wizję albo opieki rodziny albo opresyjnego domu starców. Nie ma w naszej świadomości np. kondominium - mieszkań dla osób 70+. Nie umiemy być może ciągle myśleć o ostatnim etapie życia jako jego dopełnieniu, nie umiemy wyjść poza schematy wcześniejszych doświadczeń.



Kobiety w Polsce ciągle wiążą siebie z rodziną i domem. Dlatego najpierw sprzątają, planują czas dla bliskich a potem już mają jedynie siłę na fotel i serial. Nawet w myśleniu o relaksie Polki stawiają bliskich przed sobą. Ale jak mają być super partnerkami, matkami, jeżeli same o sobie nie dbają, nie cenią wartości jaką jest ich dobrostan?

Okazuje się, że ciągle żyjemy w świecie konserwatywnych schematów. I te schematy nadal utrwalamy poprzez wychowanie dzieci. Zaskakuje mnie postawa badanych. Chęć spełnienia wszystkich wymagań dzieci, nie stawianie im wymagań, bez uczenia samodzielności i nieustające dawanie. Zatem czy nie potrafimy wychowywać niezależnych, odważnych i nie bojących się ryzyka ludzi? To nie buduje optymistycznej wizji na przyszłość... Czy jest też tak, że kobiety akceptują konserwatywne normy? Uważają, że nie można nie mieć dziecka, mieć wielu partnerów i prosić o podwyżkę. To w sumie jest spójne z wcześniejszymi informacjami. Zastanawiający jest też konserwatyzm młodych kobiet, być może nie znajdujących inspiracji w ruchach feministycznych, nie utożsamiających się z nimi?

Jednocześnie Polki uważają się za tolerancyjne i otwarte, ale w dużym stopniu są to tylko deklaracje, bo ciągle obawiamy się osób o innym systemie wartości, poglądach. To niestety nie czyni nas silniejszymi w obliczu kryzysów, takich choćby jak pandemia. Współczesne Polki są ciągle w potrzasku pomiędzy życiem rodzinnym a zawodowym. Doksztalcają się, ale jednocześnie nie potrafią prosić swoich partnerów o wsparcie. Uważają, że ich kariera jest mniej ważna. Dużo pracy przed Polkami. Czyli gdzie mieszka odwaga Polek? Napewno nie w pracy, bo ciągle boimy się prosić o awans, podwyżkę, czy upominać się o należne nam prawa. Czy ciągle jesteśmy walczone głównie w obronie rodziny?

Wiele w nas Polkach jest lęku. Jednym z czynników jest zapewne utrata autorytetów, mentorów, którzy mogliby nas ukierunkowywać w dążeniach życiowych. W deklaracjach dla większości z nas autorytetem są rodzice, to potwierdza znaczenie rodziny w systemie wartości, ale mam też wrażenie, że to wynik schematu a nie przemyśleń i autentycznych poglądów, bo jednocześnie nie chcemy być tacy jak owi rodzice. Jesteśmy może trochę bierni i mało odważni w poszukiwaniu inspiracji, a to nie przygotowuje nas do przyszłości. Nie czyni też nowoczesnymi, otwartymi na zmieniający się świat. Dużo przed nami pracy, aktywnego stymulowania kreatywności, zwiększania uważności wobec samych siebie, ludzi wokół i świata. Ale mam też poczucie, że widać iskry, które mogą rozpocząć proces zmian społecznych. Obyśmy nie przespali czasu, bo świat nie zna próżni :)

WEHIKUŁ CZASU

RÓŻNE POKOLENIA,
RÓŻNE OKOLICZNOŚCI,
RÓŻNE WARTOŚCI?



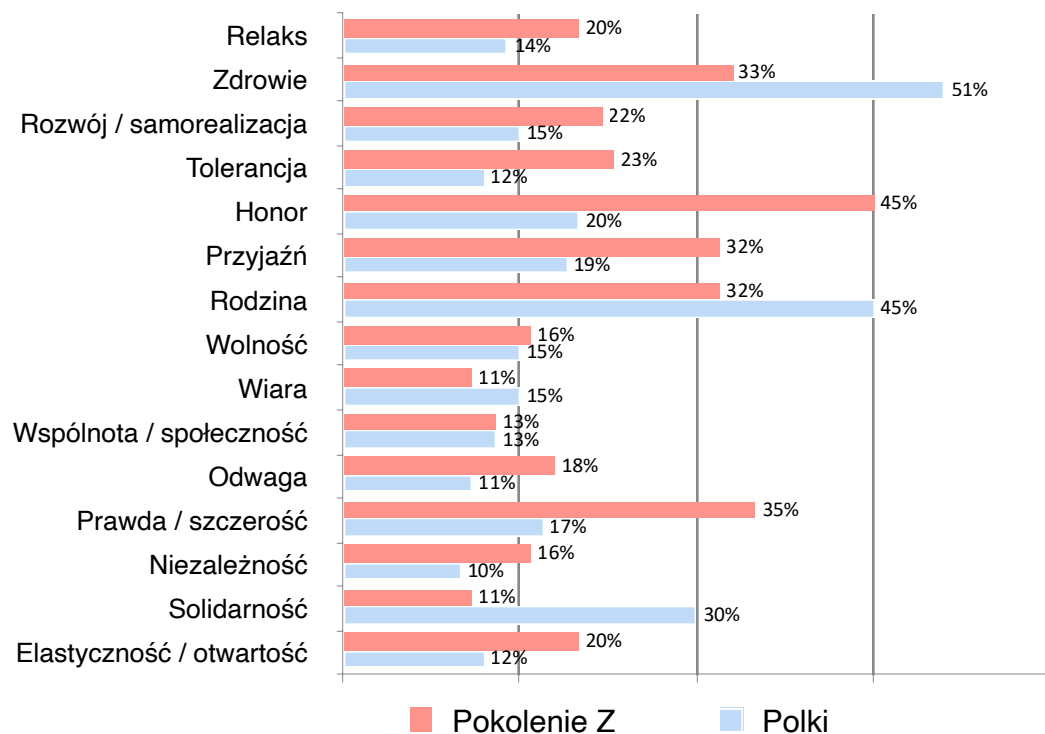
WEHIKUŁ CZASU

JAK ZMIENIAJĄ SIĘ WARTOŚCI POLEK NA PRZESTRZENI CZASU I POKOLEŃ?

Każdy z nas zmienia się w czasie. Wystarczy przypomnieć sobie, co było dla nas ważne, gdy mieliśmy lat 20, 30, 40... Nawet jeśli wyznawaliśmy te same wartości, to często kładliśmy nacisk na inne rzeczy niż teraz, podejmowaliśmy inne działania, decydowaliśmy szybciej, albo odwrotnie - bardziej rozważnie. Na pewno jednak każdy z nas przeszedł już kawałek swojej życiowej drogi i - chcąc nie chcąc - nieco się zmienił. Ponad rok temu dodatkowo wszystkich nas zniemacka „zaatakowała” pandemia, co uświadomiło nam, że żyjemy w bardzo dynamicznym otoczeniu. Nawet, jeśli na co dzień nie zauważamy części zmian, czy technologicznych, czy ekologicznych, to one się dzieją i mają na nas niebagatelny wpływ. Ale czy zmieniają nasze wartości? A może w tym kontekście powinny, abyśmy mogli sprostać nowym okolicznościom i wymaganiom? Wyniki naszego badania pokazują, że na pewno wartości ulegają zmianie w kolejnych pokoleniach kobiet. Pewne cechy młode dziewczyny cenią bardziej niż ich dojrzałe koleżanki. Oczywiście pozostaje pytanie, czy one w starszym wieku również zachowają te nowe wartości, czy nabiorą cech dojrzałych pokoleń. Takie badanie zmian wartości w czasie na stałej grupie kobiet na pewno byłoby bardzo ciekawe, tymczasem zobaczymy jakie zmiany zaszły w różnych pokoleniach Polek, a także jak wpłynęła na nas pandemia.

NAJWAŻNIEJSZE WARTOŚCI POKOLENIA Z

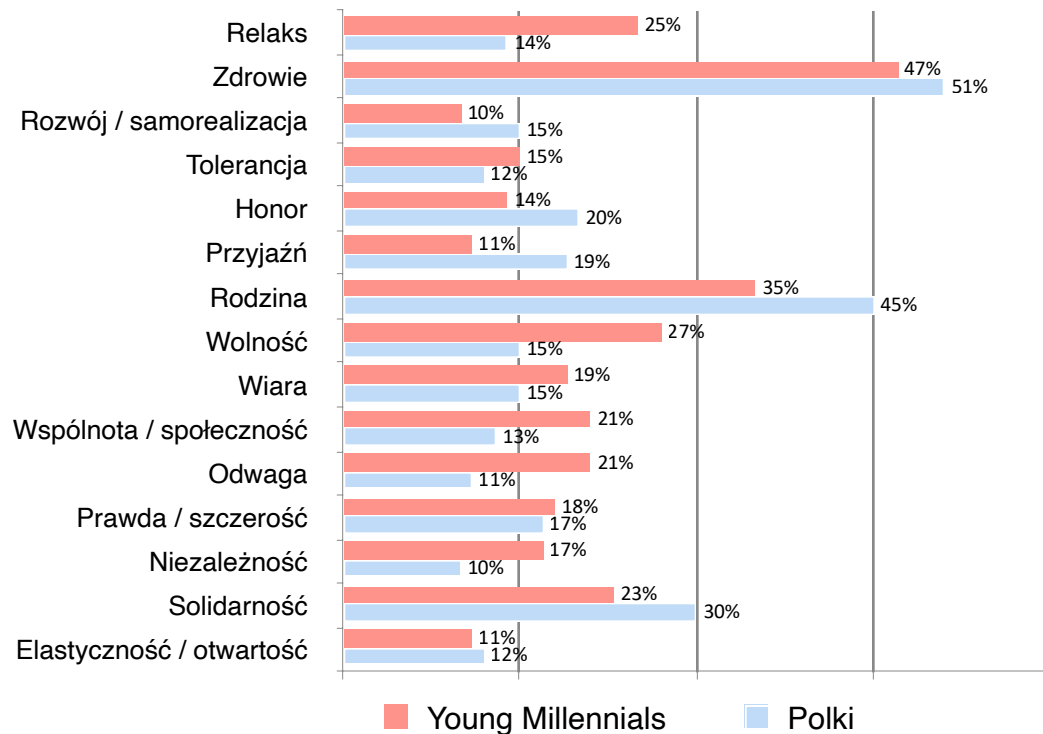
Wykres 7: Które z wymienionych wartości są dla Ciebie najważniejsze w życiu? [wskazania na pierwszym miejscu],
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”,
N=1236, wszystkie badane kobiety



Polki zapytane o najważniejsze wartości, którymi kierują się w życiu wymieniają na pierwszym miejscu najczęściej zdrowie (51%), rodzinę (43%) i solidarność (30%). W przypadku pokolenia Z najważniejsze wartości są inne, może poza zdrowiem, które i tu znalazło się w czołówce (33%). Dla zetek najważniejszy okazał się być honor (45%), a następnie prawda, przyjaźń i rodzina. O kobietach z tego pokolenia wiemy również, że chciałyby być konsekwentne (21%), odważne (20%) i stanowcze (20%), a obecnie najczęściej oceniają się jako serdeczne (20%), uparte (17%), ale i sprawiedliwe (17%). To, czym chciałyby się dzielić z innymi kobietami, to aktywność i niespożyta energia (33%), ale też zebrane już nawet w tak młodym wieku doświadczenia (22%).

NAJWAŻNIEJSZE WARTOŚCI POKOLENIA YOUNG MILLENNIALS

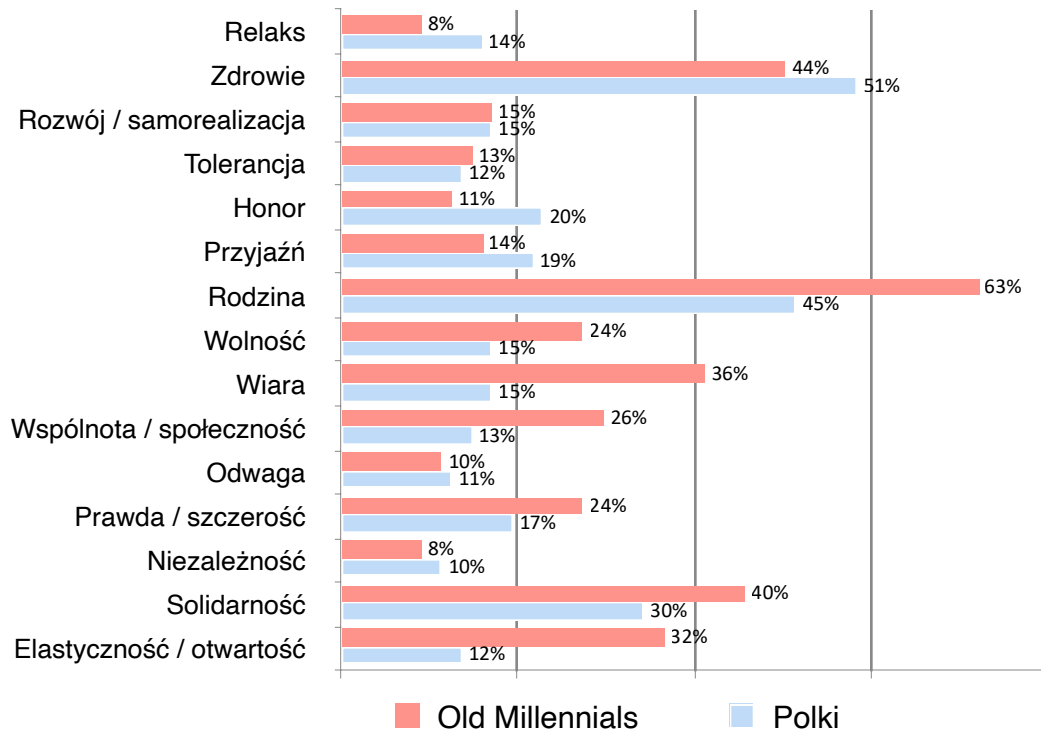
Wykres 8: Które z wymienionych wartości są dla Ciebie najważniejsze w życiu? [wskazania na pierwszym miejscu],
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”,
N=1236, wszystkie badane kobiety



Najważniejszymi wartościami dla kobiet z pokolenia Young Millennials są kolejno: zdrowie, rodzina oraz solidarność i relaks, a także wolność. Widać więc, że w tym pokoleniu wartości są bardziej spójne tym, co generalnie powiedziały nam Polki. Co jeszcze wiemy o młodych milenialkach? Uważają się za odważne (21%), uparte (16%) i miłe (16%), a chciałyby być bardziej sprytne (18%), uparte (15%) i przedsiębiorcze (15%). Co ciekawe, właśnie te cechy wskazali najczęściej jako posiadane przez siebie badani mężczyźni z tego pokolenia. Polki Young Millennials nie chcą być na pewno samotne, ale też nerwowe i uległe.

NAJWAŻNIEJSZE WARTOŚCI POKOLENIA OLD MILLENNIALS

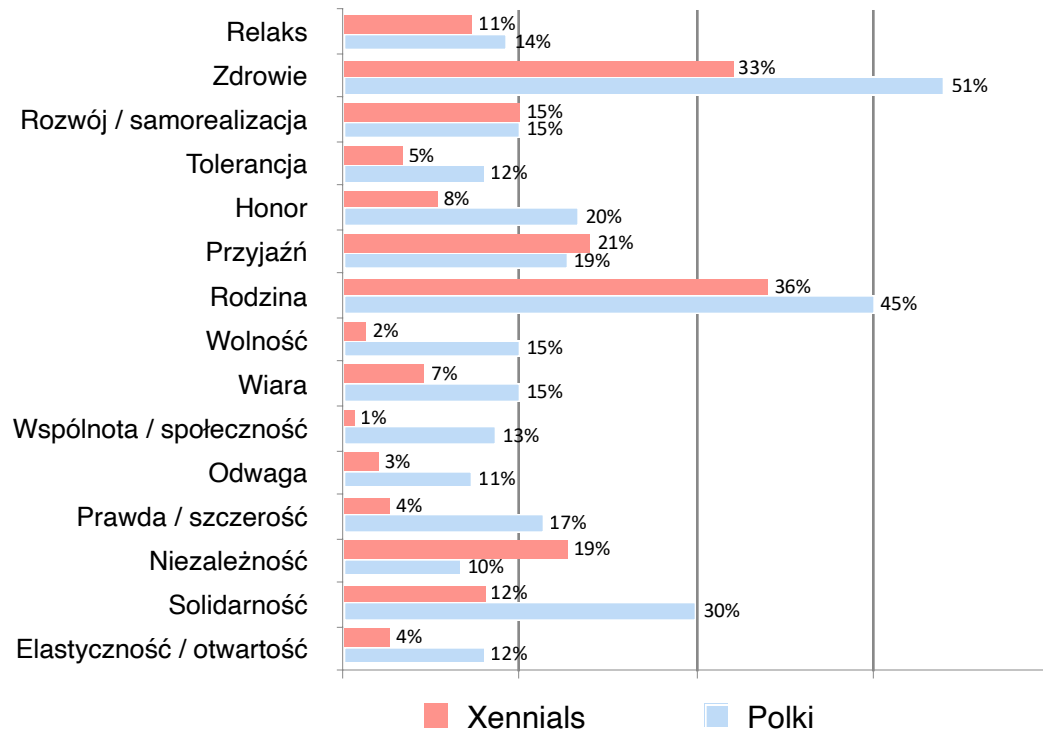
Wykres 9: Które z wymienionych wartości są dla Ciebie najważniejsze w życiu? [wskazania na pierwszym miejscu],
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”,
N=1236, wszystkie badane kobiety



Dla starszych milenialek priorytetem jest zdecydowanie rodzina (63%). Wskazania na tę wartość są jeszcze o +12p.p. wyższe niż w przypadku wszystkich badanych Polek. W pokoleniu Old Millennials widać odwrót od takich wartości jak odwaga czy honor, a za to pojawiają się wysokie wskazania na wiarę (36%). Dla dziewczyn z tego pokolenia ważne jest również zdrowie (44%), a także solidarność, wspólnota i elastyczność. Opisuując siebie starsze milenialki mówią, że są wyrozumiałe (14%), konsekwentne (13%) i spokojne (13%), ale generalnie użyły do opisu bardzo zróżnicowanych cech, co może świadczyć o dużym zróżnicowaniu wewnątrz pokolenia. Chciałyby być bardziej niezależne (17%), stanowcze (17%) i konsekwentne (15%). Zdecydowanie nie chcą być uznawane za zagubione (28%), niezaradne (24%) i zależne (23%). Podzielić się z innymi kobietami mogą otwartością i chęcią niesienia pomocy.

NAJWAŻNIEJSZE WARTOŚCI POKOLENIA XENNIALS

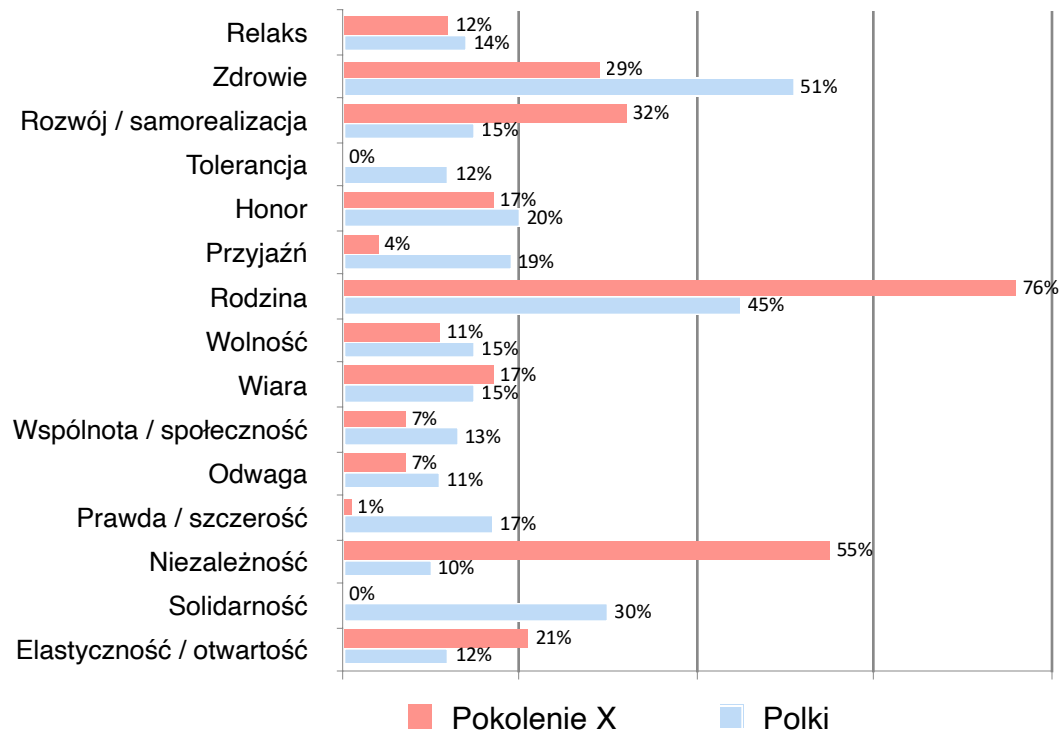
Wykres 10: Które z wymienionych wartości są dla Ciebie najważniejsze w życiu? [wskazania na pierwszym miejscu],
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”,
N=1236, wszystkie badane kobiety



Xennialki mniej zdecydowanie wybierały wartości, jakie są dla nich najważniejsze. Wskazania na pierwszych miejscach są bardziej zróżnicowane niż w przypadku innych pokoleń. W ostatecznym rozrachunku wygrały 2 wartości - rodzina (36%) i zdrowie (33%). Dziewczyny z tego pokolenia cenią sobie także niezależność (19%) i przyjaźń (21%). Inaczej niż w przypadku wartości, są bardzo zdecydowane opisując siebie. W swoim odczuciu są stanowcze (31%), uparte (31%) i ambitne (29%). Chciałyby być za to bardziej miłe (30%), spokojne (26%) i wyrozumiałe (25%). Zdecydowanie nie chcą być samotne (44%), a podzieliłyby się najchętniej swoją zaradnością (32%).

NAJWAŻNIEJSZE WARTOŚCI POKOLENIA X

Wykres 11: Które z wymienionych wartości są dla Ciebie najważniejsze w życiu? [wskazania na pierwszym miejscu],
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”,
N=1236, wszystkie badane kobiety

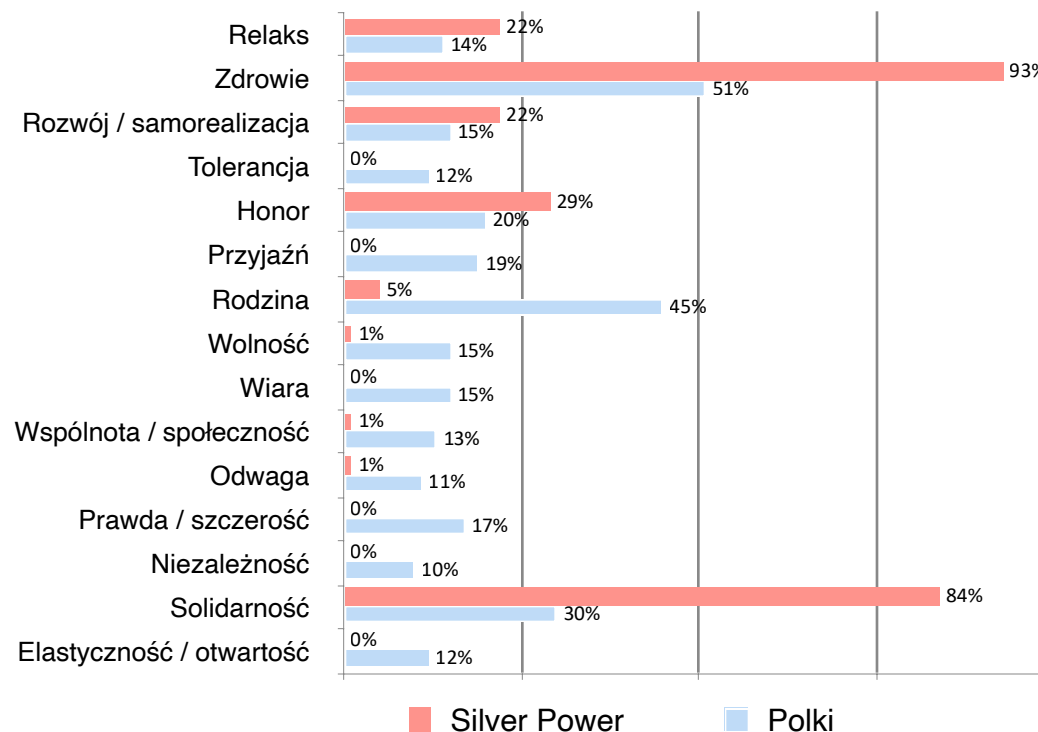


Kobiety w pokoleniu X są bardzo zdecydowane jeśli chodzi o to, co w życiu najważniejsze. Wskazały, że kierują się w życiu przede wszystkim rodziną i dobrem rodziny (76%). Jej wagę oceniają średnio na 8,31 (w skali od 0 do 10). Bardzo ważna jest jednak dla nich również niezależność (55%). Stawiają także na zdrowie (29%) i rozwój (32%). Oceniają się przede wszystkim jako osoby wrażliwe (47%), spokojne (36%), a także przedsiębiorcze i sprawiedliwe. Chciałyby być bardziej zdecydowane (55%). Widać więc, że mają bardzo wyrazisty obraz siebie. 3/4 nie chce być samotnymi, a 2/3 nerwowymi. Chcą się dzielić z innymi kobietami głównie swoim doświadczeniem, które zdążyły już zdobyć.

NAJWAŻNIEJSZE WARTOŚCI, POKOLENIA SILVER POWER

Kobiety z pokolenia Silver Power mają bardzo spójne wartości. Zdecydowanie wskazują na zdrowie (93%) i solidarność (84%). Za istotne uznają też rozwój (22%), relaks (22%) i honor (29%). Warto zauważyć, że to pierwsze analizowane pokolenie, w którym na wysokich miejscach pojawiły się rozwój i relaks. Czyżby Polki dopiero w dojrzałym wieku miały czas na samorealizację i odpoczynek? Silverki opisują się jako serdeczne (68%), konsekwentne i miłe (obie cechy po 52% wskazań), a chciałyby być jeszcze bardziej serdeczne (77%), ale również sprytnie i zdecydowane. Nie chcą być niezaradne i zagubione. Pragnęłyby się z innymi kobietami podzielić nie tylko doświadczeniem (co jest dość oczywiste), ale także kreatywnością (77%).

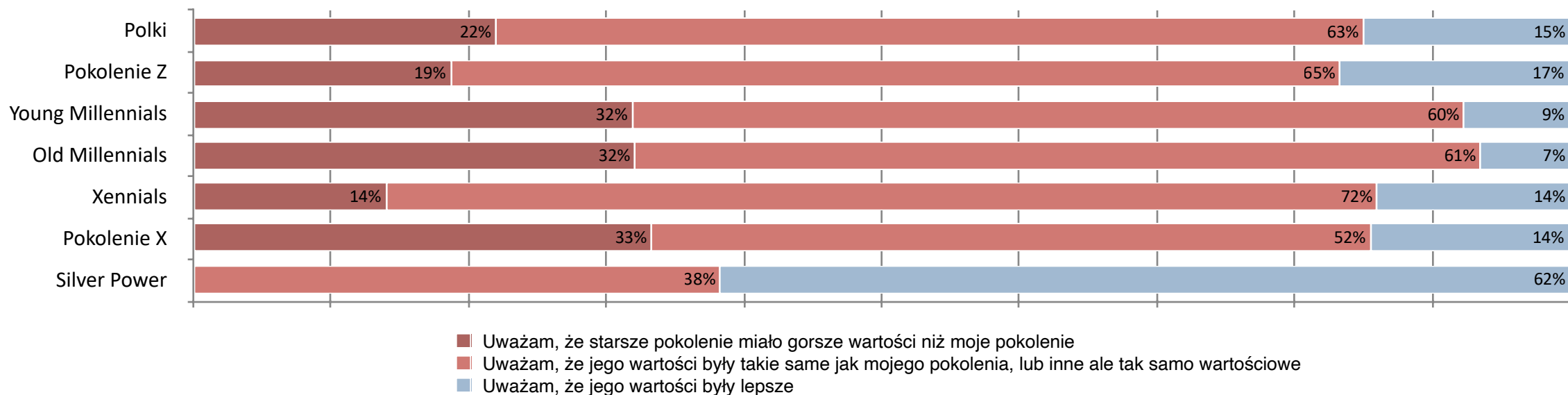
Wykres 12: Które z wymienionych wartości są dla Ciebie najważniejsze w życiu? [wskazania na pierwszym miejscu], Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



OCENA POPRZEDNIEGO POKOLENIA



Wykres 13: Jak oceniasz poprzednie pokolenie pod kątem wartości?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety

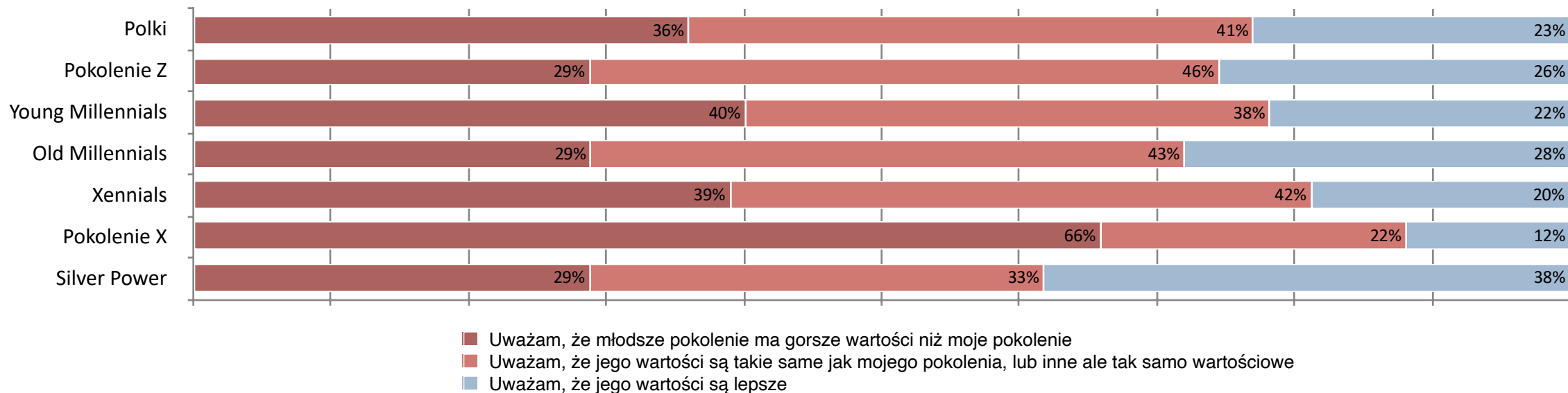


Wbrew powszechnemu przekonaniu, Polki nie stawiają poprzednich pokoleń „na piedestale”, ale też nie oceniają ich negatywnie. Generalnie większość badanych (63%) jest zdania, że poprzednie pokolenie ma podobne wartości lub wyznawało wartości tak samo ważne jak ich pokolenie. Jedynie ogromny sentyment wobec wartości poprzednich pokoleń charakteryzuje silverki, a z kolei gorzej poprzednie pokolenia oceniają milenialki i kobiety z pokolenia X (ponad 30%). Polki zapytane o uzasadnienie gorszych ocen, tłumaczą, że poprzednie pokolenia były według nich mniej tolerancyjne.

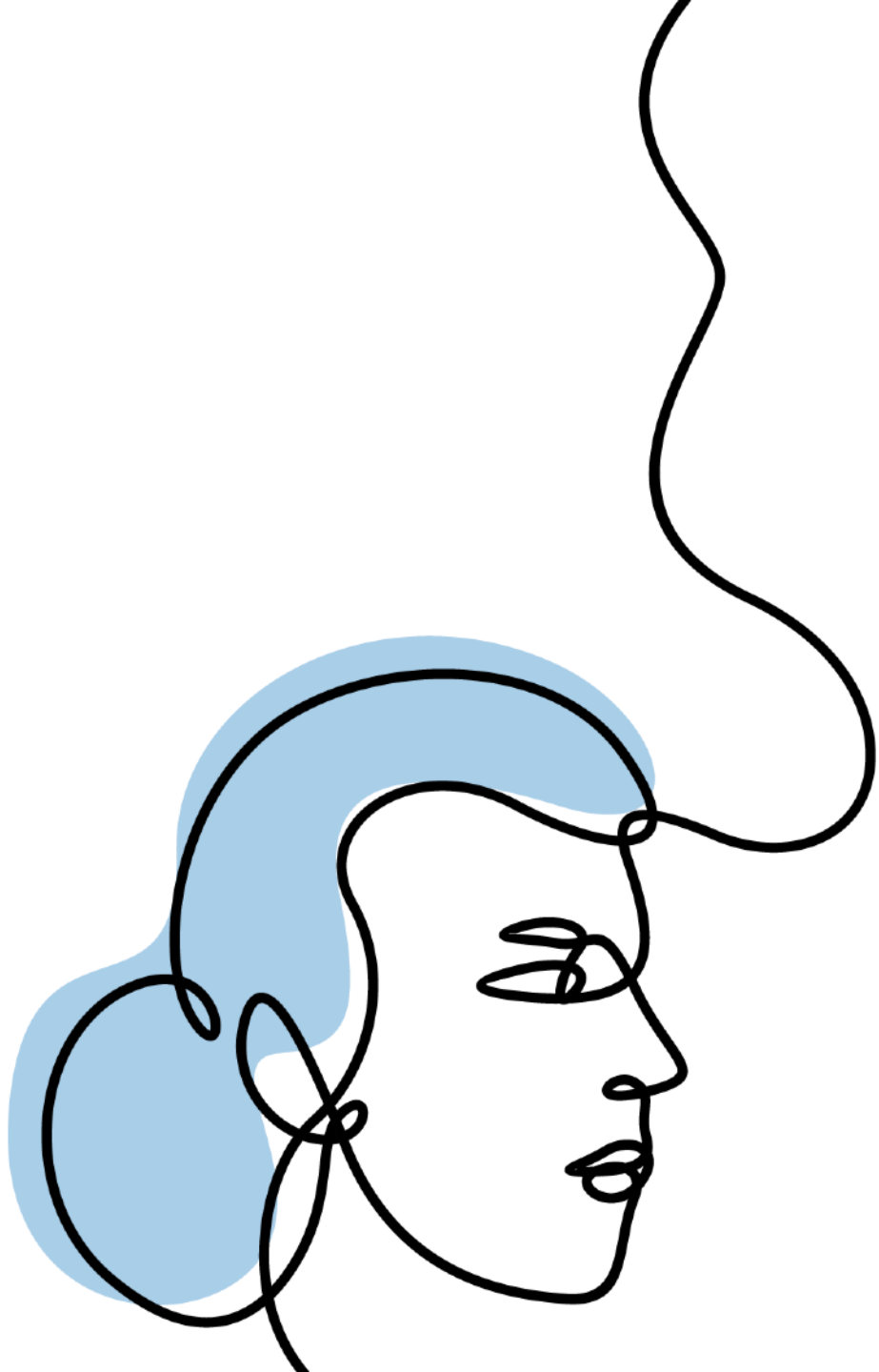
OCENA NASTĘPNEGO POKOLENIA



Wykres 14: Jak oceniasz następne pokolenie pod kątem wartości?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



Sytuacja nieco zmienia się, gdy mowa o następnym pokoleniu. 41% Polek twierdzi, że młodsze pokolenie wyznaje takie same wartości, a 36% uważa, że młodzi kierują się gorszymi wartościami. W uzasadnieniu Polki wskazują, że następne pokolenie jest bardziej roszczeniowe, mniej szanujące innych i niczym się nie przejmujące. Co ciekawe, najlepiej następne pokolenia oceniają zdecydowanie silverki.



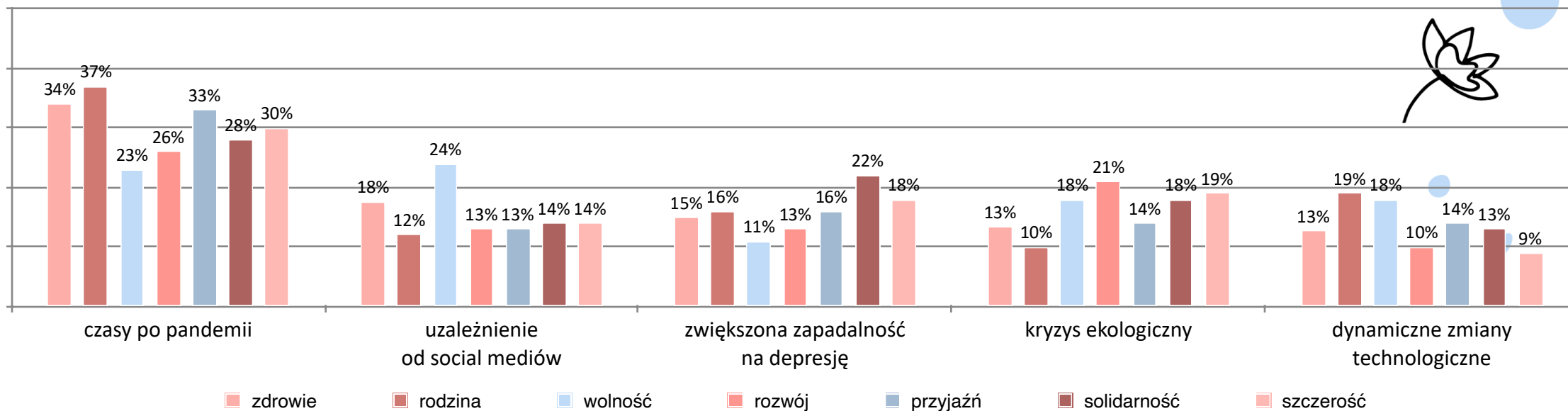
”

U starszych pokoleń wyglądało to podobnie, ponieważ historia kołem się toczy. Młodsze pokolenia dzielą się również na pół, jedna grupa ma szlachetne wartości, a druga grupa uważa, że wszystko im się należy bez żadnego wysiłku, kierując się zachłannością. Uważam, że może to wynikać z kompleksów.

Halina, 48 lat

WARTOŚCI W NOWYCH CZASACH

Wykres 15: Jakie wartości powinny zyskać na popularności wśród ludzi w czasach...?, Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



Mimo, że większość Polek nie uważa, że pandemia „zrobi z nas lepszych ludzi” (78%), to jednak kobiety zauważają, że znaczenie pewnych wartości powinno wzrosnąć. W szczególności stawiają na wartości społeczne - rodzinę i przyjaźń, a także na zdrowie. Zdaniem Polek, w czasach uzależnienia od social mediów powinno wzrosnąć znaczenie wolności, zwiększonej zapadalności na depresję - solidarności i szczerości, a w dobie kryzysu ekologicznego - rozwoju.

CZY PRZYSZŁOŚĆ JEST KOBIETĄ?

ROZWÓJ I ODWAGA
KOBIET

CZY PRZYSZŁOŚĆ JEST KOBIETĄ?

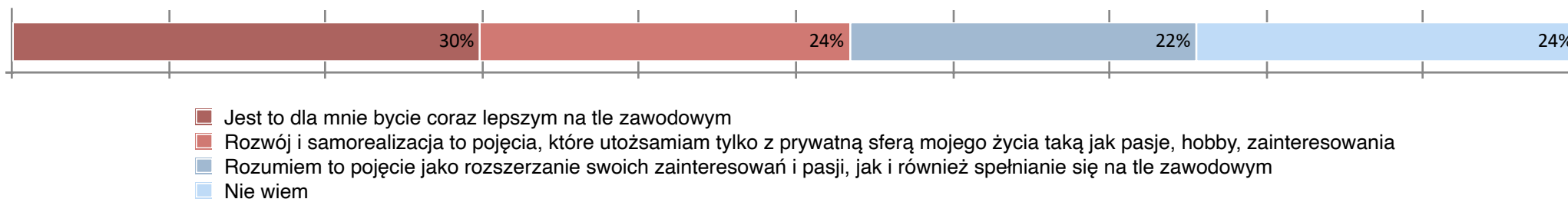
Według raportu „Global Gender Gap Report” z 2020 roku kobiety w Europie Środkowowschodniej będą miały równy status ekonomiczny, prawny, społeczny i równe szanse w 2128 roku. Tak długi czas to przerażająca perspektywa. Aby wydarzyło się to szybciej, niezbędnych jest wiele różnorodnych działań, ale na pewno bez samych zainteresowanych - kobiet - się to nie wydarzy. Co jest potrzebne? Na pewno niezbędna jest chęć rozwoju i aktywność zawodowa. Te dwa aspekty sprawdziliśmy w tym badaniu. Oto, jakie przyniosło to wyniki:

- Ważność rozwoju w życiu Polki oceniają na 6,78 w skali 0-10. Jest to dość wysoki wynik, ale jednocześnie trzeba przyznać, że mężczyźni cenią tę wartość wyżej (7,13). Z drugiej strony, rozwój wśród Polek zyskał 16% promoterek, w wśród mężczyzn 10% promotorów. Widać zatem, że jest grupa dziewczyn wydatnie zainteresowanych tym, aby się rozwijać.
- Kobiety rozumieją jednak rozwój szerzej niż tylko w kontekście zawodowym. **22% utożsamia go z byciem zarówno lepszą w zawodzie, jak i rozwojem pasji, hobby i zainteresowań, a więc prywatnej sfery życia.** Wyłącznie z obszarem zawodowym rozwój łączy 30% badanych kobiet.
- **Jednocześnie potrzebę doksztalcenia czuje jedynie 38%.** Być może jest to związane właśnie z rozszerzoną definicją rozwoju.
- Polki, które się doksztalają, najczęściej kształcą się na studiach lub w szkole, uczą się samodzielnie, czytając wiele specjalistycznych książek i biorą udział w kursach.

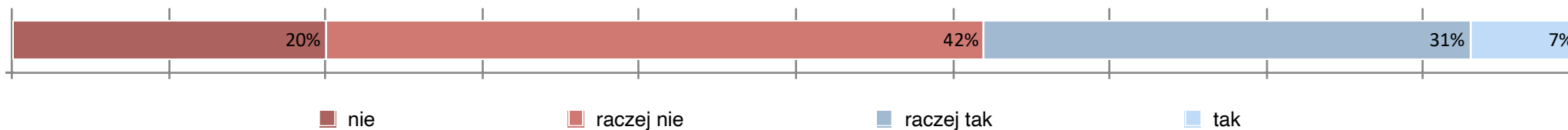


CZY PRZYSZŁOŚĆ JEST KOBIETĄ?

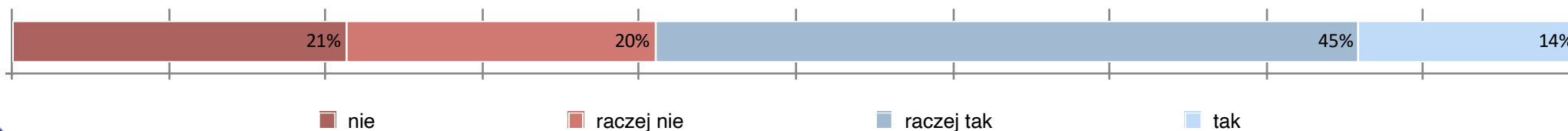
Wykres 16: Jak rozumiesz pojęcie rozwój / samorealizacja?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



Wykres 17: Czy masz potrzebę dokończenia się?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



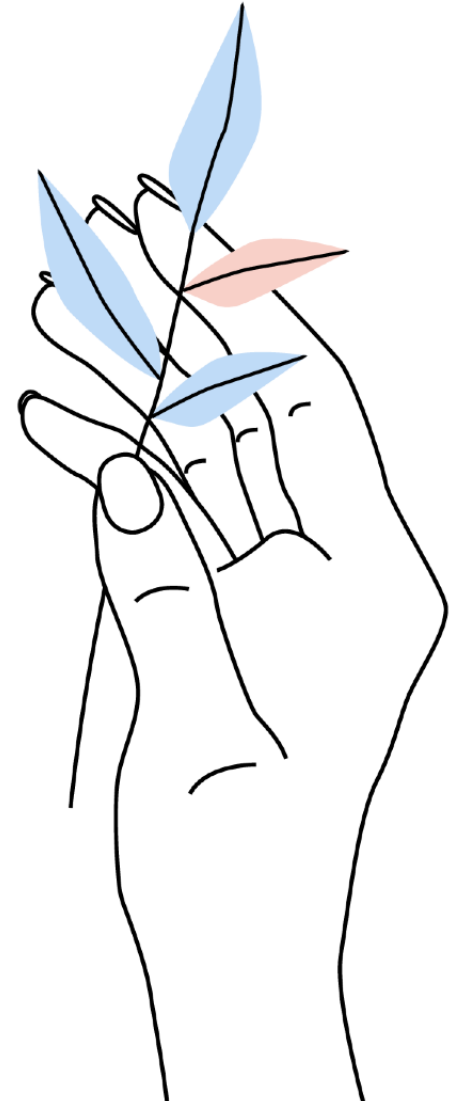
Wykres 18: Czy chcesz być coraz lepsza/y w swoim hobby, poszerzać obszar własnych zainteresowań?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



CZY PRZYSZŁOŚĆ JEST KOBIETĄ?

Ciekawe wyniki przynosi też analiza postaw kobiet w kontekście wyboru między rozwojem a dobrem rodziny, a także obaw związanych z awansem i podwyżką. Czy Polki cieszą się tego ostatniego, czyli uznania w pracy? Otóż nie zawsze. W kontekście przeszkód, jakie stają Polkom na drodze rozwoju, a częściowo jakie stawiają sobie same, okazuje się, że:

- **34% kobiet wygospodarowuje czas na rozwój kosztem czasu wolnego lub snu.** 55% przyznaje, że nie mają wystarczającego wsparcia ze strony partnera, m.in. w kontekście podejmowania obowiązków, ale nie tylko.
- **61% kobiet chciałoby się rozwijać zawodowo, ale nie bardziej niż partner,** żeby nie czuł się z tym źle. Na szczęście aż 64% kobiet z pokolenia Z nie zgadza się z tym zdaniem. Polki typują też (59%), że ich partner miałby problem, gdyby okazało się, że zarabiają więcej od niego. Niestety, **67% kobiet twierdzi również, że jeśli ich partner dobrze zarabia i ma wysoką pozycję, to jej zadaniem jest wspieranie go, a nie własny rozwój.** Jednak prawie połowa (43%) kobiet z pokolenia Z również nie zgadza się z tą opinią. Widać zatem, że młode pokolenie ma w tym zakresie inne zdanie i stawia na własny rozwój, co daje nadzieję na zmiany na lepsze.
- **64% kobiet chciałoby mieć wyższą pozycję w pracy, ale boi się, że wiązałoby się to z zostawianiem po godzinach i częstymi wyjazdami.** Tutaj nie pomaga to, że partner nie chce często przejąć obowiązków domowych kobiety. Potwierdza to 62% badanych Polek. Być może dlatego, zapytane o sytuacje otrzymania niespodziewanego awansu, kobiety częściej niż mężczyźni są przerażone (24% vs 14%).
- **Aż 62% kobiet chciałoby dostać awans, ale boi się, że będą traktowane gorzej niż mężczyźni.**
- Duża część kobiet (**60%**) uważa, że **jeśli dostanie awans, oznacza to, że nie dostała go inna kobieta,** czyli niestety wciąż Polki uznają awanse i karierę jako „grę o sumie zerowej”.
- Jeszcze jedna niepokojąca dana - nie wszystkie kobiety są zdania, że ich chęć rozwoju powinna być przez rodzinę i bliskich zrozumiana. Tę opinię popiera 61% badanych, a więc 1/3 zapewne nie będzie walczyć o swoje prawo do rozwoju i postawi potrzeby rodziny ponad swoje.



CZY PRZYSZŁOŚĆ JEST KOBIETĄ?



Wykres 19: Z którymi stwierdzeniami się zgadzasz?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



CZY PRZYSZŁOŚĆ JEST KOBIETĄ?

Dążenie do zmiany i budowanie przyszłości wymaga też odwagi. Odwaga w badaniu uzyskała bardzo wysoką ocenę, jeśli chodzi o jej znaczenie w życiu kobiet - 7,43 w skali 0-10 (zaraz po rodzinie i zdrowiu). **Wśród badanych jest też 28% promoterek tej wartości.** Co ważne, odwagę Polki rozumieją dość szeroko - nie tylko jako brak obawy przed ekstremalnymi wyzwaniami, jak np. brawurowy zjazd na nartach czy skok ze spadochronem (28%), ale też brak obawy przez wyrażaniem własnej opinii (36%) oraz jako podejmowanie działań, gdy trzeba komuś pomóc, nawet gdy jest to niebezpieczne (36%). **Za odważne uważa się 62% Polek** (to o +3p.p. więcej niż w przypadku mężczyzn). Najmniej odważne są według swojej oceny milenialki, a zdecydowanie najczęściej jako odważne opisują się kobiety dojrzałe - z pokolenia X i Silver Power (odpowiednio 94% i 71%). W pokoleniu Z za odważne uznało się już niestety tylko 53%. Co ciekawe, mężczyźni oceniają Polki pod kątem odwagi znacznie lepiej niż one same. Według mężczyzn aż 50% Polek jest promotorkami tej wartości, tymczasem w oczach kobiet jest to jedynie 9%. A jak odwaga wygląda w praktyce. Jak Polki reagują na różne sytuacje? Warto powiedzieć, że:

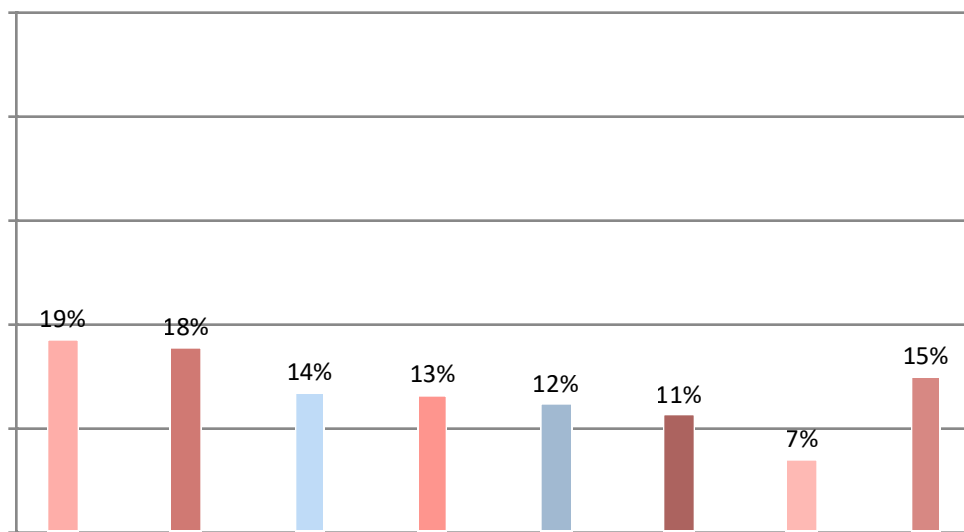
- Prawie 80% kobiet byłoby podekscytowanymi dużym awansem na odpowiedzialne stanowisko, jedynie 24% deklaruje, że byłoby przerażone.
- 85% deklaruje, że niedawno wykazały się odwagą w różnych sytuacjach, np. podjęły ważną decyzję (19%), otwarcie wyraziły opinię w ważnym temacie (18%), czy rozpoczęły nową inicjatywę (13%) lub odbyły z bliską osobą szczerą rozmowę (13%). 11% pomogło przypadkowej osobie w potrzebie.
- 24% kobiet to promotorki niezależności, przy czym niezależność to dla Polek nie tylko bycie niezwiązanym z nikim, ale bycie wolnym (21%), nie pytanie o pozwolenie (20%) oraz posiadanie własnego zdania (17%).
- 56% kobiet zarządza swoim własnym budżetem. Polki też realizują wiele aktywności bez partnera, np. wychodzą na imprezy (27%), robią zakupy zachciankowe (22%), czy wyjeżdżają na wakacje z przyjaciółmi (21%), ale trzeba przyznać, że mężczyźni w tym kontekście częściej podejmują bardziej kluczowe działania, np. inwestują.
- Kobiety deklarują, że nigdy nie dadzą narzucić sobie poglądów (35%), wyboru partnera (17%) oraz wyboru studiów (14%). 85% kobiet podejmuje samodzielnie decyzje, aczkolwiek 52% przyznaje, że czasem przychodzi im to z trudem.



CZY PRZYSZŁOŚĆ JEST KOBIETĄ?

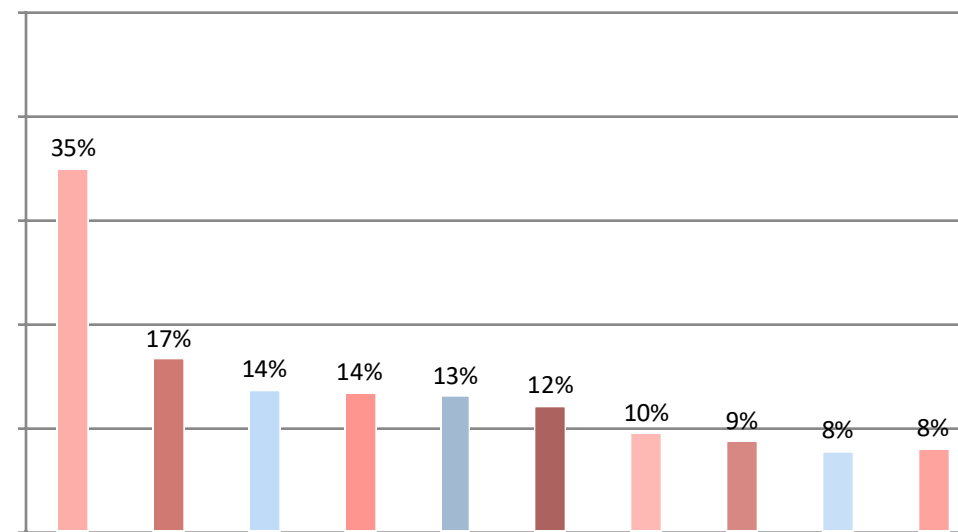


Wykres 20: W jakiej sytuacji wykazałaś/eś ostatnio odwagę?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=637, kobiety, które
zdrowo się odżywiają



- Podjęłam / Podjąłem ważną decyzję
- Otwarcie wypowiedziałam/em swoją opinię
- Rozpoczęłam / Rozpocząłem nową inicjatywę, np. zmieniłam/em pracę, zaczęłam/zacząłem kurs
- Odbyłam/em szczerą rozmowę z bliską mi osobą
- Odbyłam/em szczerą rozmowę z szefem / współpracownikiem / podwładnym
- Pomogłam/em przypadkowej osobie w potrzebie
- Skomentowałam wpis znajomego w mediach społecznościowych
- Nie wykazałam/em się ostatnio odwagą

Wykres 21: Których ze wskazanych rzeczy nie dał(a)byś sobie nigdy narzucić?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=637, kobiety, które
zdrowo się odżywiają

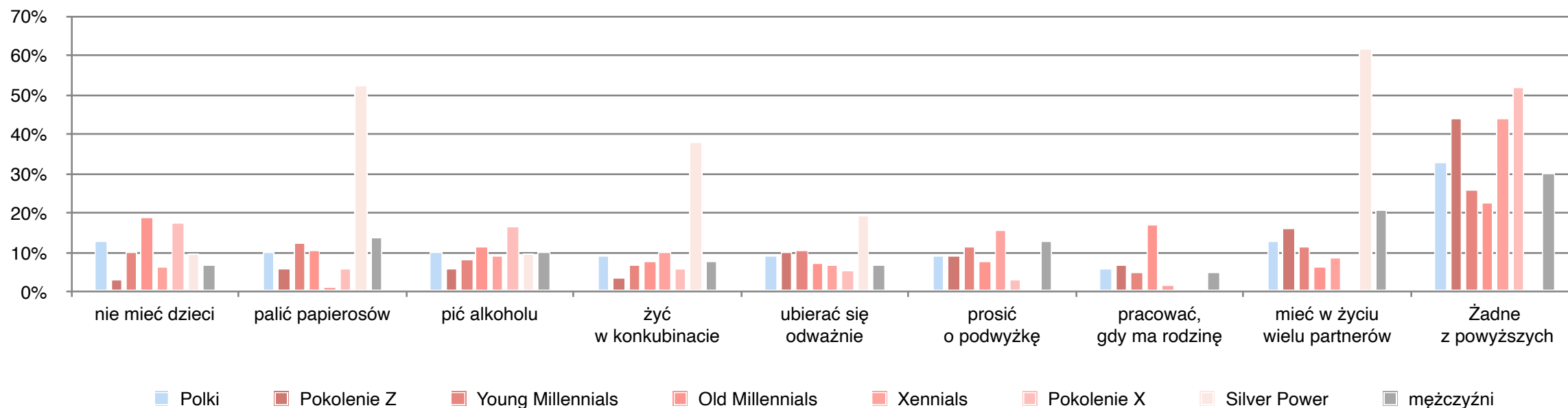


- poglądów
- wyboru partnerki / partnera
- wyboru studiów
- tego, na co mam wydawać pieniądze
- tego, jak mam wyglądać (fryzura, tatuaże, sylwetka)
- wyboru miejsca pracy
- wiary
- tego, czy mam / nie mam mieć dzieci
- tego, w co mam się ubierać
- tego, czy mam pracować

CZEGO NIE WYPADA KOBIECIE?

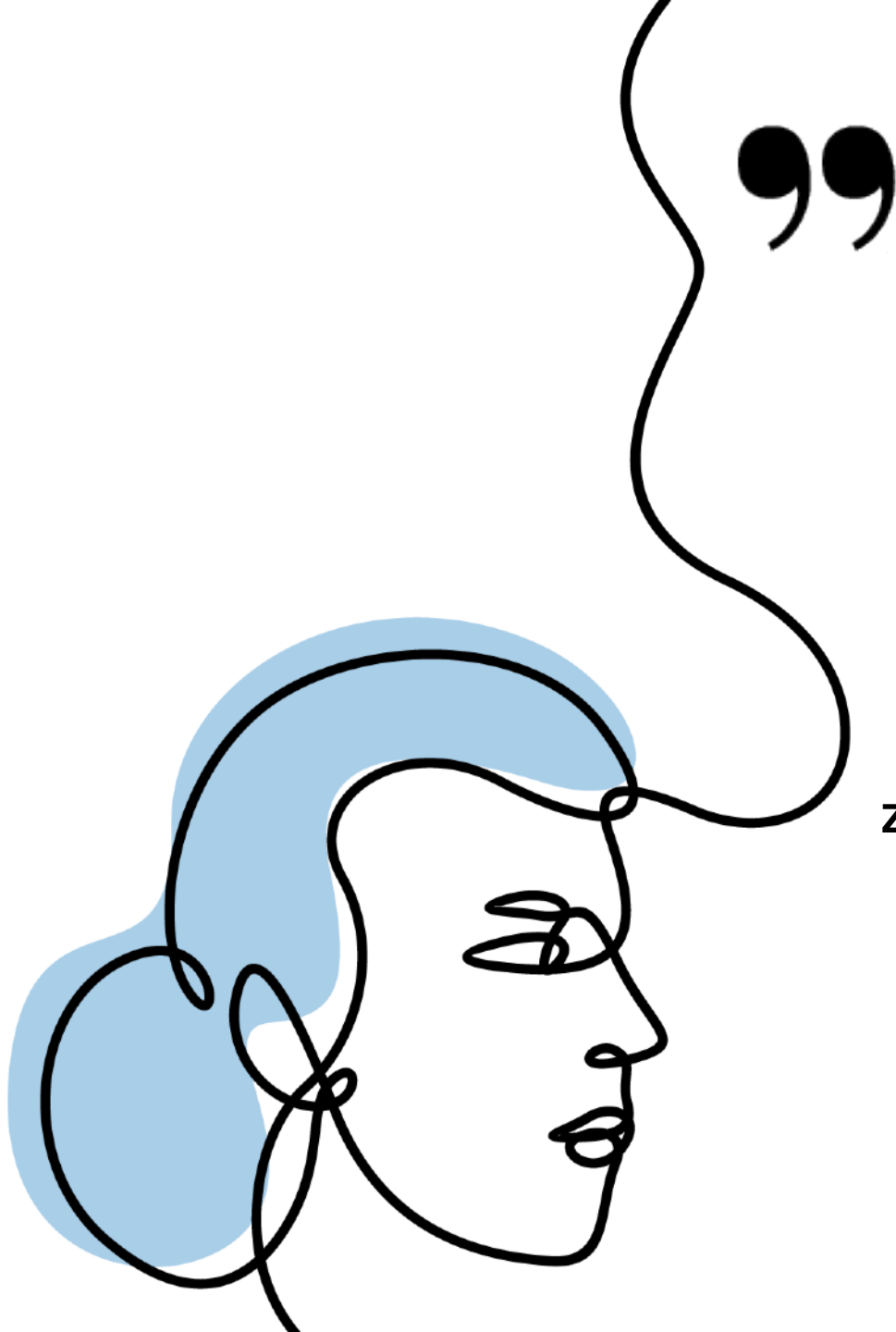
Odwaga w kreowaniu przyszłości jest kluczowa, ale czasem mogą nas też powstrzymywać stereotypy, czy wyniesione z domu przekonania lub wyznawane przez większość, ograniczające poglądy. W badaniu sprawdziliśmy, jakie ograniczenia narzucane są w taki sposób kobietom, a które z nich kobiety narzucają sobie same. Okazuje się, że wciąż jest ich sporo - **jakieś ograniczenia w kontekście tego, co wypada lub nie kobietom widzi 2/3 badanych Polek**. Według ankietowanych, kobietom nie wypada nie mieć dzieci (13%), mieć w życiu wielu partnerów (13%) oraz pić alkoholu i palić papierosów (10%). Stosunkowo najmniej ograniczeń widzi pokolenie Z, a zdecydowanie najwięcej dojrzałe pokolenie Silver Power oraz milenialki (choć one nie mają tak wyraźnych typów jak silverki). Można więc pokusić się o stwierdzenie, że jednak Polki narzucają na siebie coraz mniej odgórných norm. Jednocześnie, warto wspomnieć o ocenach mężczyzn, którzy tych ograniczeń dla kobiet widzą w większości badanych obszarów mniej niż one same, chociaż panowie często nie akceptują gdy kobieta ma wielu partnerów, a także gdy prosi o awans (!).

Wykres 22: Czego nie wypada kobiecie?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=2071, wszyscy badani



FAST LIFE

**CZY ZDROWIE JEST TAK WAŻNE
JAK DEKLARUJEMY?**



Z jednej strony próbuję wprowadzać idee slow life do życia, a z drugiej myślę, że teraz jest czas na robienie dużej ilości rzeczy. Może będę próbować wprowadzać tę ideę jak będę starsza.

Alicja 19 lat

Zdrowie to złożona wartość, ponieważ mogę się starać, ale nie zawsze wszystko ode mnie zależy. Jest to ważne na tyle, o ile mam na to wpływ, np. przy wyborze jedzenia czy formy spędzania wolnego czasu.

Magda 33 lat

FAST LIFE

JAK POLKI ROZUMIEJĄ ZDROWIE?

Zdrowie wśród najważniejszych wartości na pierwszym miejscu wskazało 51% badanych kobiet, a na trzech pierwszych miejscach 85%. Zdrowie ma też największą liczbę promoterek, bo aż 50%. Wydawałoby się więc, że znacząca większość Polek powinna uprawiać sport, zdrowo się odżywiać i relaksować. Tymczasem już wstępna analiza wartości pokazuje, że chociażby z tym relaksem nie jest do końca tak „różowo” (jedynie 14% wskazań jako na najważniejszą wartość i NPS na poziomie -20). Co jest pozytywne, to na pewno to, że **aż 65% Polek przez zdrowie rozumie zarówno zdrowie fizyczne, jak i psychiczne. 68% czuje się zdrowymi, ale też jedynie połowa (49%) przyznaje, że bada się cyklicznie.** Mają też dość negatywne zdanie o tym, w jakim stopniu generalnie Polki dbają o siebie. Według badanych dziewczyn wystarczająco dba o siebie jedynie 52%.

Wykres 23: Co rozumiesz przez pojęcie zdrowie?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety

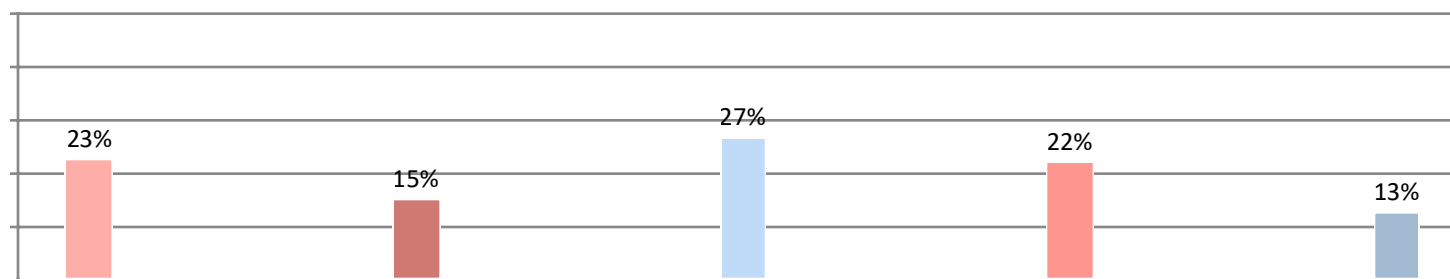


FAST LIFE

ZDROWIE KONTRA ZDROWY STYL ŻYCIA

Uprawianie sportu deklaruje 2/3 badanych Polek - całkiem dużo. Co prawda, naprawdę regularnie, czyli przynajmniej 2 razy w tygodniu sport uprawia mniej dziewczyn - 41%. Niestety pandemia w przypadku kobiet nie spowodowała też znacznej poprawy w tym zakresie. Uprawiać sport zaczęło 15% badanych dziewczyn, 23% deklaruje, że ćwiczyły regularnie wcześniej. Aż 27% mówi natomiast, że nie ma czasu, bo w pandemii ma więcej na głowie, a 22% po prostu „wyluzowało” na czas pandemii. Tu warto wspomnieć o postawach mężczyzn, bo panowie z kolei znacznie częściej właśnie pandemię wykorzystali na rozpoczęcie regularnych ćwiczeń (23%), a jedynie 18% (-9p.p. mniej) wskazało, że nie mają na to czasu przez obowiązki. Polki, które uprawiają sport, najczęściej biegają (25%), jeżdżą na rolkach lub rowerze (24%) i uprawiają fitness (22%). Joginek jest 8%.

Wykres 24: Czy podczas pandemii zaczęłaś/zacząłeś uprawiać sport?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety

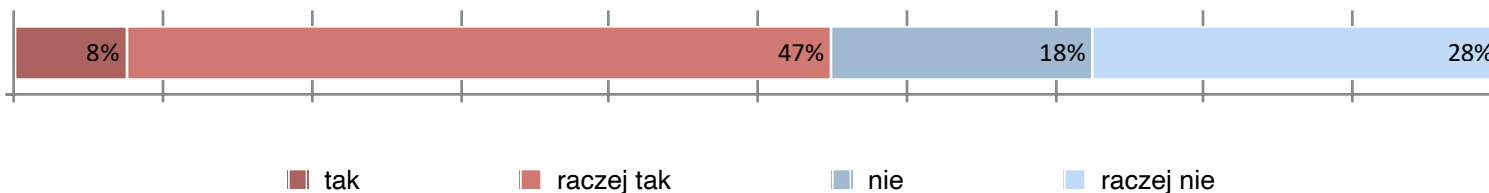


- Cały czas uprawiam sport, więc w pandemii też
- Tak, uznałam/em, że to dobry czas, żeby zadbać o siebie
- Nie, mam teraz więcej na głowie - praca, dzieci w domu - nie mam kompletnie czasu
- Nie, uznałam/em, że to czas, żeby trochę "sobie odpuścić, wyluzować"
- Nie, przecież siłownie są zamknięte

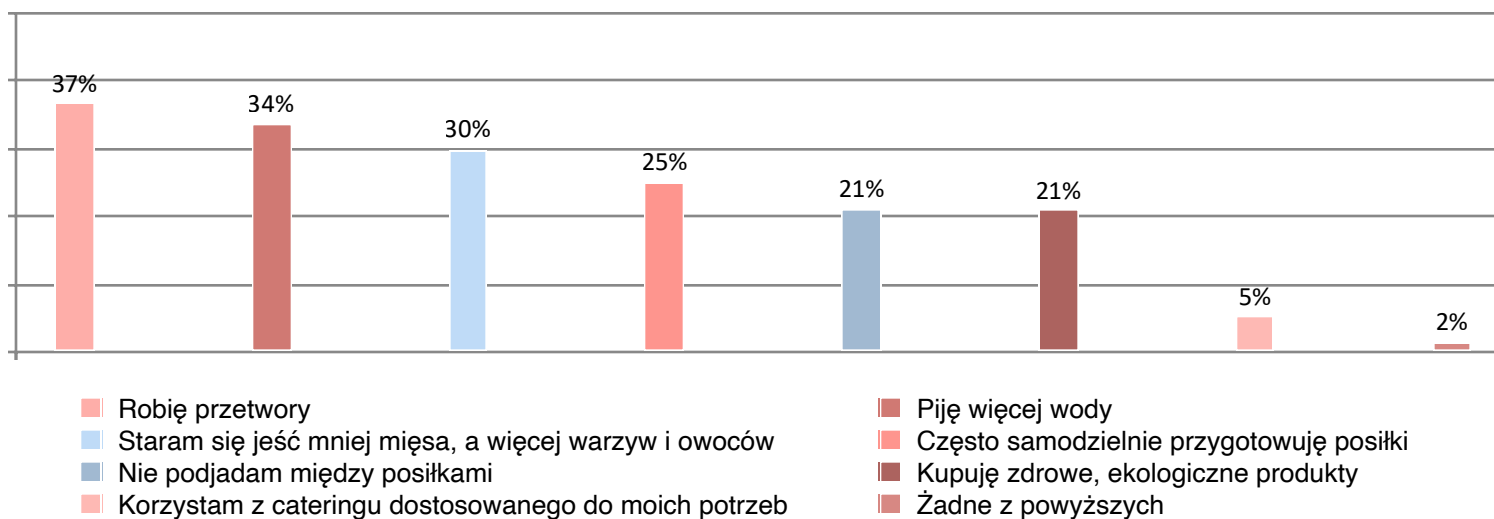


FAST LIFE

Wykres 25: Czy zdrowo się odżywasz?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



Wykres 26: W jaki sposób?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=637, kobiety, które zdrowo się odżywiają

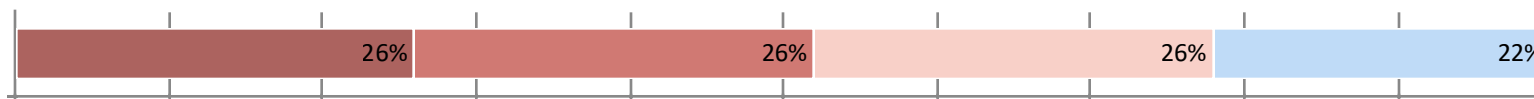


Jak mawiają „w zdrowym ciele zdrowy duch”, ale też „jesteś tym, co jesz”. Warto więc przyrzeć się też obszarowi jedzenia w kontekście zdrowia Polek. I tu wyniki badania nie wyglądają imponująco. **Prawie połowa (46%) przyznaje, że nie odżywia się zdrowo.** Najczęściej są to młode dziewczyny, z pokoleń Z i Young Millennials. W pokoleniach X i Sliver Power jest to „jedynie” 28% badanych. Jeśli już Polki odżywiają się zdrowo, to przeważnie samodzielnie robią przetwory (37%) i przygotowują posiłki (25%). Piją też więcej wody (34%), a 1/3 stara się jeść mniej mięsa, a więcej warzyw i owoców. Tu jednak inne badania Mobile Institute przynoszą wyniki, które mówią o tym, że wegetarianek jest wśród Polek jedynie 7%. 5% kobiet w ramach zdrowego żywienia zdecydowało się na catering.

FAST LIFE

Pozostaje zatem jeszcze pytanie, czy Polki potrafią „odpuścić”, „wrzucić na luz” i po prostu się zrelaksować, co dla zdrowia byłoby na pewno dobre. Wyniki badania pokazują, że i w tym obszarze nie jest do końca dobrze. **39% kobiet nie wie, czym jest idea slow life, czyli uważnego życia, a 16% nie jest ona bliska.** Zgodnie natomiast z nią stara się żyć 26%, a z sukcesem - w swojej ocenie - żyje 19%. A jak to wygląda w praktyce? Na drobne przyjemności pozwala sobie 78% badanych dziewczyn. Najczęściej są to dojrzałe Polki, z pokolenia X i Silver Power, a znacznie rzadziej milenialki (59%). Kobiety mają też problem z relaksem. 78% w zasadzie nie potrafi się zrelaksować, a nawet jak próbują, to wciąż myślą o niezrealizowanych planach i niewykonanych pracach. Nic dziwnego, że kobiety oceniają swój poziom stresu na co dzień ocenianą na 6,61 (w skali 0-10), a zmęczenia na 5,88. Jeśli już się relaksują, to najczęściej spacerując albo oglądając filmy i seriale. Książki dla relaksu czyta co 5. Polka. Podobnie - dla 20% - formą relaksu jest spędzanie czasu z rodziną lub spotkania ze znajomymi, a więc utrzymywanie relacji. Ostatnio Polki czuły się przeważnie zrelaksowane w weekend (37%), 17% na urlopie, a 13% jeszcze przed pojawieniem się dzieci.

Wykres 27: Jak opisał(a)byś siebie?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety

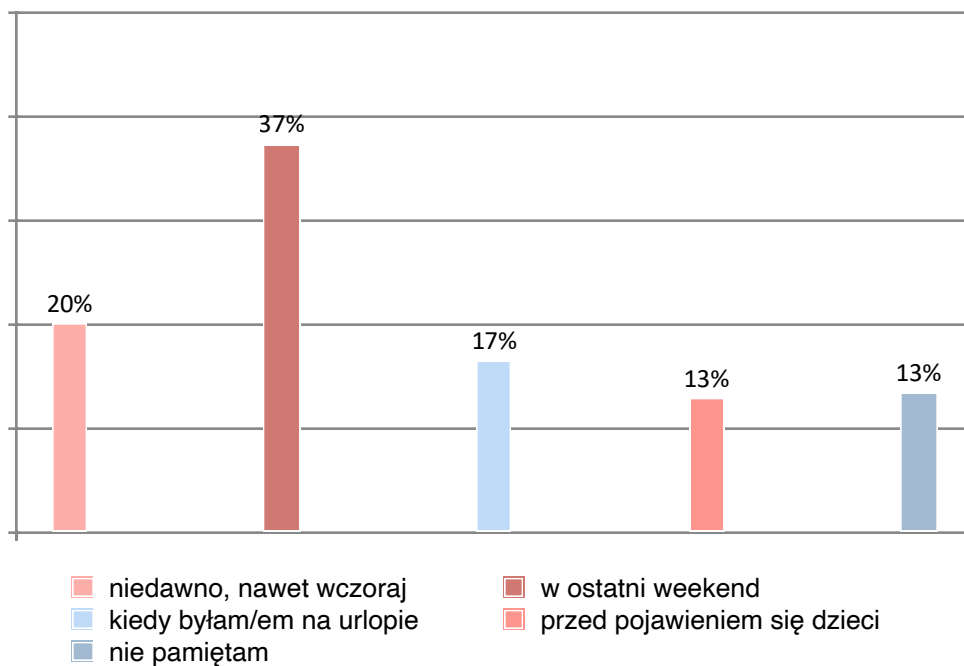


- mam wrażenie, że coraz trudniej mi się zrelaksować, jak mam wolny czas to nie wiem, co ze sobą zrobić
- staram się zrelaksować, ale zawsze myślę o jakichś zadaniach, czy obowiązkach, które na mnie czekają
- w zasadzie w ogóle nie mam czasu na relaks
- potrafię się zrelaksować bez problemu jak tylko mam czas

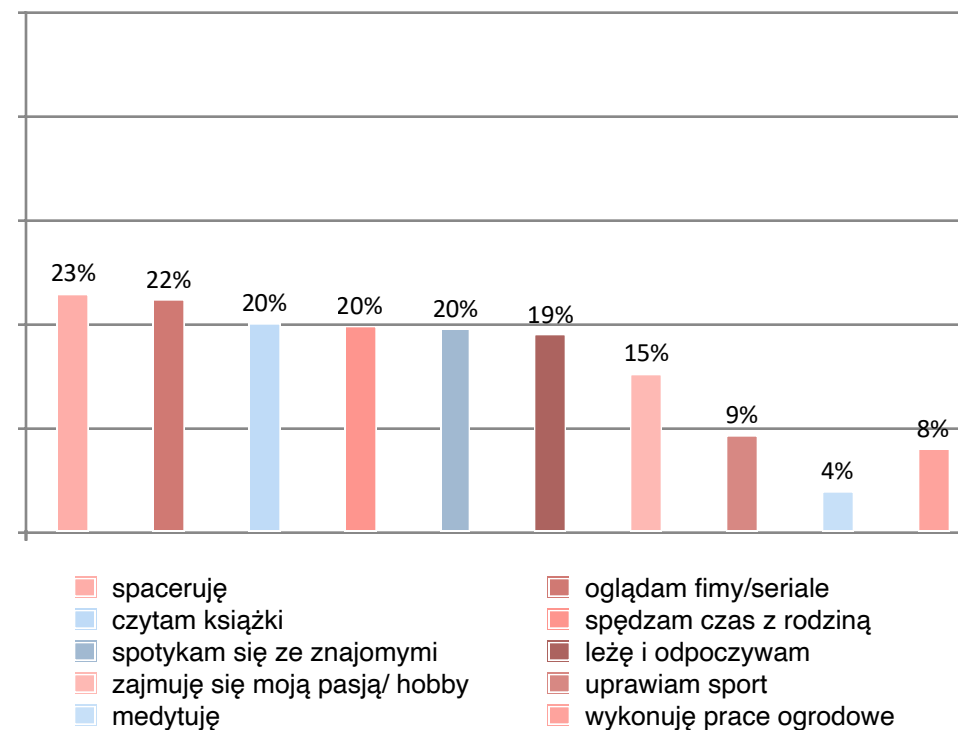




Wykres 28: Kiedy ostatnio czułaś/eś się naprawdę zrelaksowana/ny?, Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=637, kobiety, które zdrowo się odżywiają



Wykres 29: Kiedy ostatnio czułaś/eś się naprawdę zrelaksowana/ny?, Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=637, kobiety, które zdrowo się odżywiają



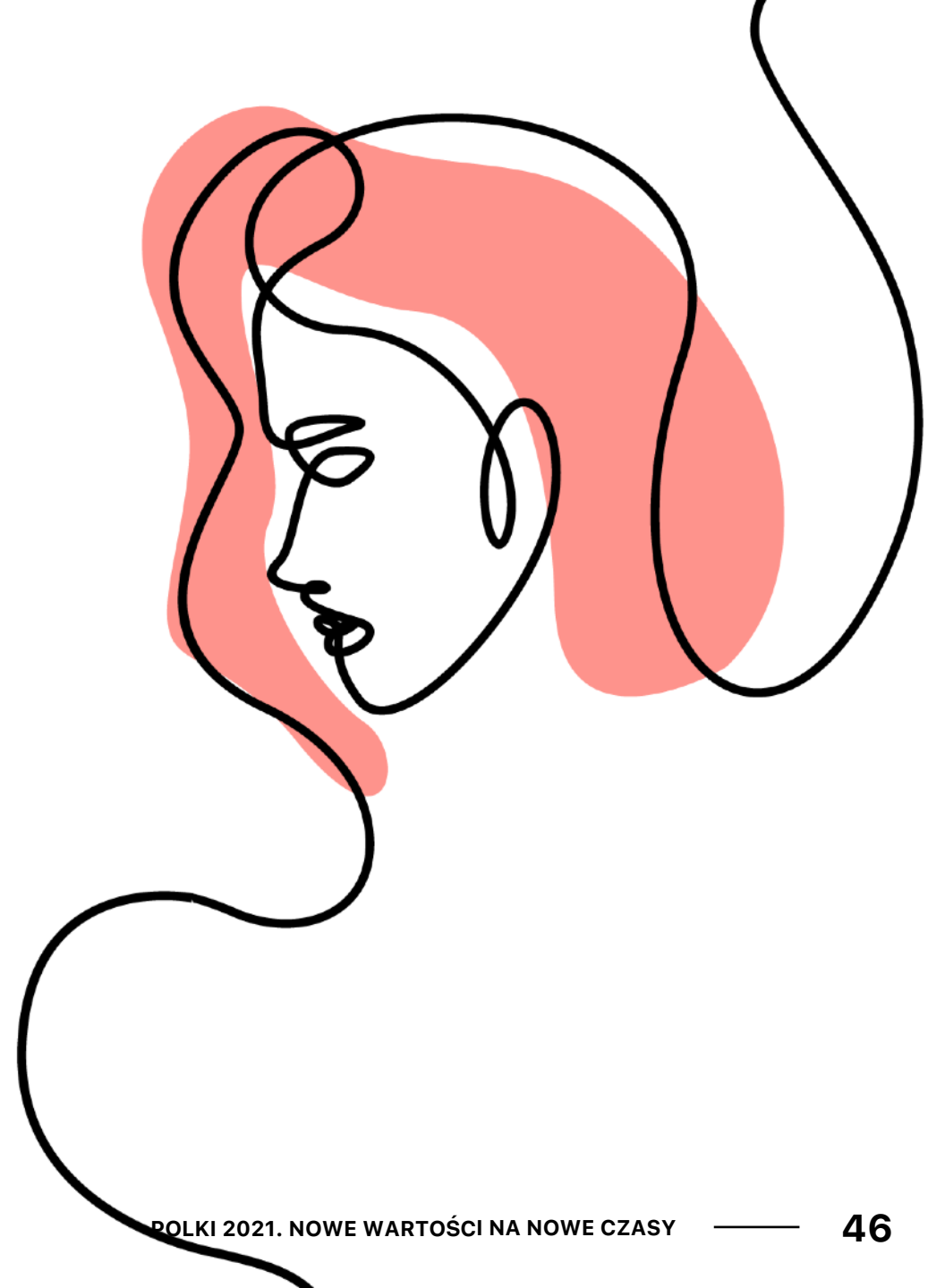
RODZINA.PL

**CZY RODZINA JEST NA
PIERWSZYM MIEJSCU?**

”

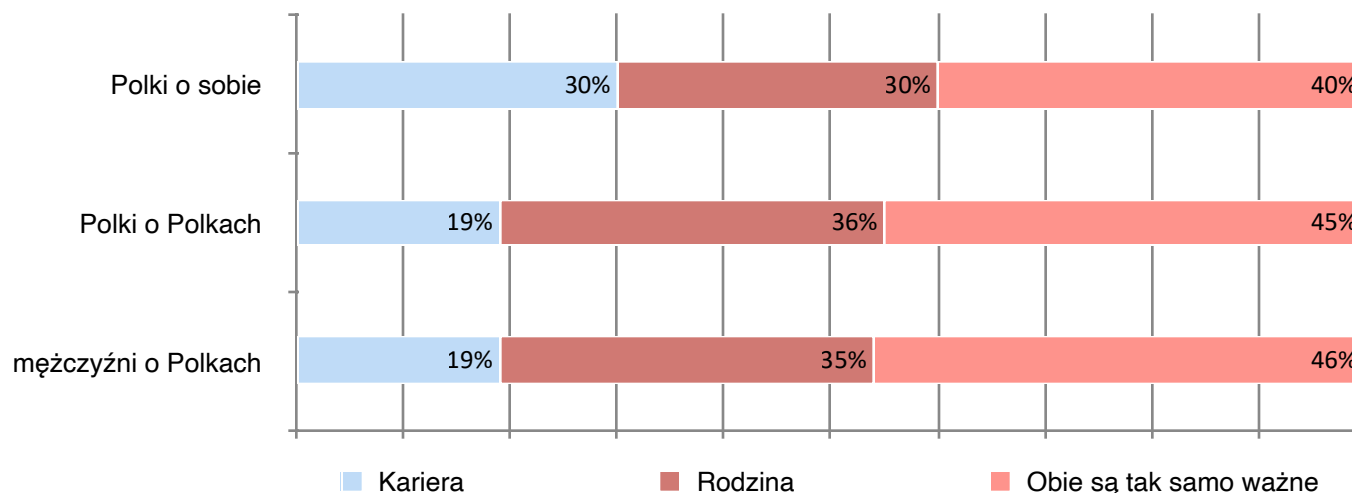
Rodzina to dom przepiętny radością, dom ciepły, gdzie dzieciom zapewnia się dużo zabawy i uwagi. W wychowaniu powinno brać udział dwoje rodziców, jak najwięcej czasu powinno się poświęcać dzieciom. Rodzina tradycyjna składa się z męża, żony i dwójki dzieci.

Marlena, 37 lat



Rodzina, zaraz po zdrowiu, jest deklarowana przez Polki jako priorytetowa wartość, którą kierują się w życiu. Jak pokazują dane, badane kobiety oceniły wagę tej wartości w swoim życiu na 7,77 (na skali 0-10) i był to najwyższy wynik spośród wszystkich analizowanych w badaniu wartości. Aż 44% oceniło wagę rodziny na 9 i 10, więc zgodnie z metodą NPS można uznać, że tyle jest w Polsce promoterek rodzinnych wartości. Warto jednak przyjrzeć się nieco dokładniej tej wartości, a w zasadzie temu, co ona właściwie dla Polek oznacza i w jaki sposób wygląda życie zgodnie z tą wartością na co dzień.

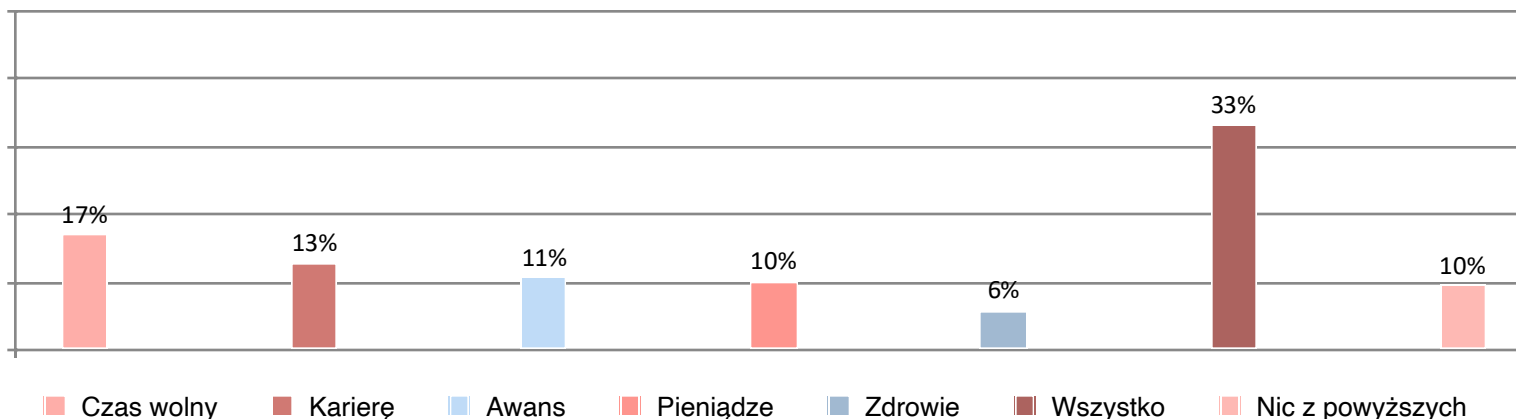
Wykres 30: Która z wymienionych wartości jest ważniejsza dla Ciebie / dla Polek?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=2071, wszyscy badani



Rodzina dla Polek jest ogromnie ważna, ale rodzina to nie wszystko. Coraz częściej kobiety chcą, aby nie musiała się wykluczać z karierą, czy generalnie aktywnością zawodową. Nie chcą wybierać pomiędzy tymi dwoma obszarami życia aż 40% badanych kobiet. Co ciekawe, gdy spojrzymy na to, co w tym samym obszarze - czyli ważności kariery vs rodziny - badane dziewczyny myślą o postawach Polek (nie swoich własnych) widać, że jednak oczekujemy, że ta rodzina będzie zdecydowanie najważniejsza. Tę prawidłowość widać niezależnie czy zapytamy o opinię o Polkach kobiety czy mężczyźni. Wracając jednak do tego, co Polki mówią same o sobie, wskazania na równowagę pomiędzy rodziną a życiem zawodowym niezależnie do pokolenia oscylują wokół wspomnianych 40%, ale wśród kobiet z pokolenia Silver Power są aż dwukrotnie wyższe (8 na 10 kobiet jest tego zdania).

Widać zatem wyraźnie, że Polki chcą być aktywne zarówno w życiu osobistym, jak i zawodowym. Co się jednak stanie gdy okoliczności każą im wybierać? Wybiorą zwykle rodzinę. **Aż 33% badanych kobiet wskazuje, że dla rodziny jest w stanie poświęcić dosłownie wszystko.** Kolejne 13% mówi o karierze, 11% - o awansie, a 10% - o pieniądzech. To w sumie 34% wskazań na to, że gdy kobiety staną w sytuacji wyboru, kariera odejdzie na dalszy plan. Wskazania dotyczące poświęcenia rodzinie wszystkiego są bardzo podobne niezależnie od wieku badanych Polek, jedynie dojrzałe kobiety z pokolenia Old Millennials znacznie rzadziej wybrały tę opcję (17%).

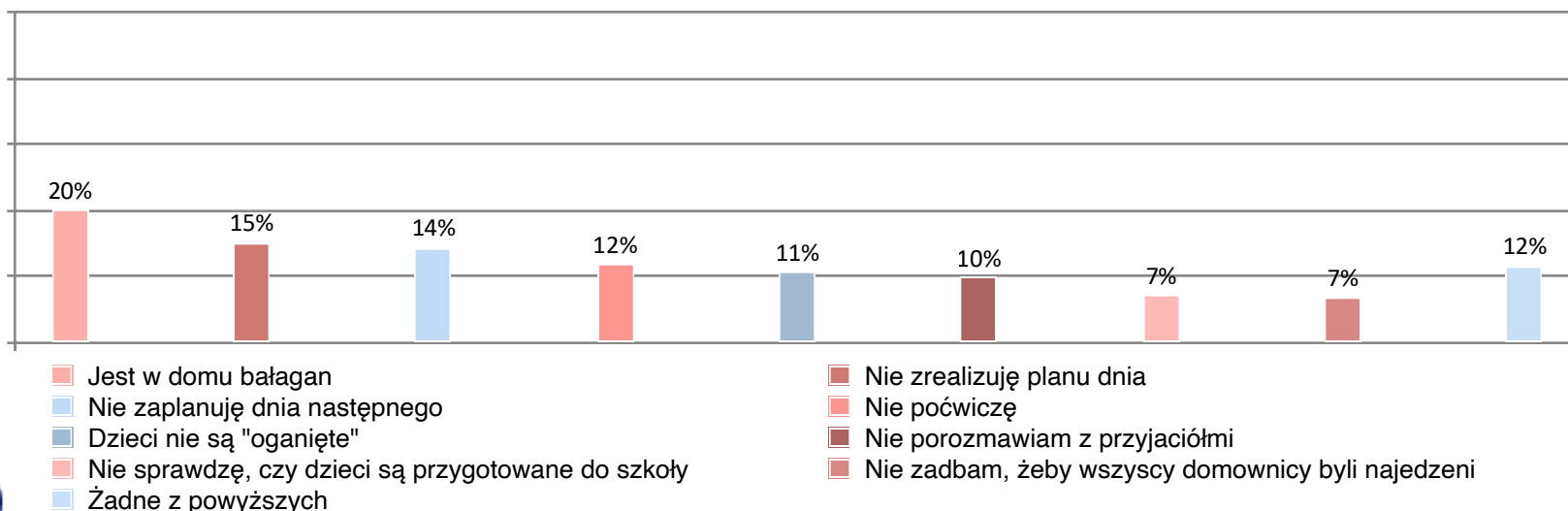
Wykres 31: Co jesteś w stanie poświęcić dla dobra rodziny?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



Jeśli nasuwa się nam natomiast pytanie o to, jak mężczyźni podchodzą do poświęceń na rzecz rodziny, trzeba przyznać, że i wśród nich aż 30% zadeklarowało, że poświęci rodzinie wszystko. Wręcz można powiedzieć, że wskazania kobiet i mężczyzn w tym aspekcie są bardzo podobne.

To zobaczmy w takim razie jak faktycznie wygląda na co dzień poświęcenie dla dobra rodziny. W tym celu zajrzeliśmy do kalendarza i planera zadań Polek, a także zapytaliśmy kobiety o plany dotyczące rozwoju. Okazuje się, że średnio Polki spędzają z rodziną 4 godziny dziennie. Dla siebie mają 2 godziny. Widać już więc na pierwszy rzut oka, że rodzina wysuwa się na pierwszym miejscu, gdy chodzi o zagospodarowanie czasu w ciągu dnia. Jeśli tę informację połączymy z oceną ważności relaksu, który otrzymał wskaźnik NPS na poziomie -20, możemy się spodziewać, że Polki będą raczej zajmować się domem niż odpoczywać. I tak faktycznie jest. Potrafi się zrelaksować jedynie 22%, a 26% nawet jak się relaksuje, to myśli o ważnych rzeczach, które pozostały niezrobione. Zapytane o miejsca kojarzone z relaksem, najczęściej wymieniają jakieś wakacyjne. **9 na 10 Polek nie odpoczną dopóki nie wykona przynajmniej jednej z zaplanowanych czynności**, w tym nie posprząta, nie zrealizuje planu dnia, nie zaplanuje dnia następnego, nie „ogarnie” dzieci i nie sprawdzi czy są przygotowane do szkoły oraz nie nakarmi domowników. To istna góra obowiązków. **Najpewniej dlatego na co dzień według planu żyje 52% kobiet.** Ich uzasadnienie? Jest za dużo obowiązków. A drugie to niestety takie, że partner nie chce tych obowiązków przejmować. 62% zgadza się z opinią, że w razie gdyby nawet otrzymały awans i podwyżkę i zarabiał więcej od partnera, raczej wciąż będą musiały wykonywać dotychczasowe zadania domowe.

Wykres 32: Nie odpoczną dopóki...,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety

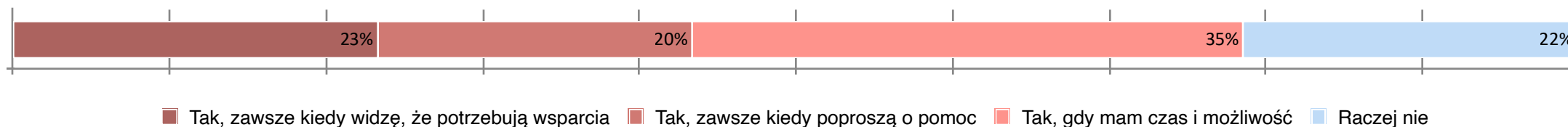




RODZINA.PL

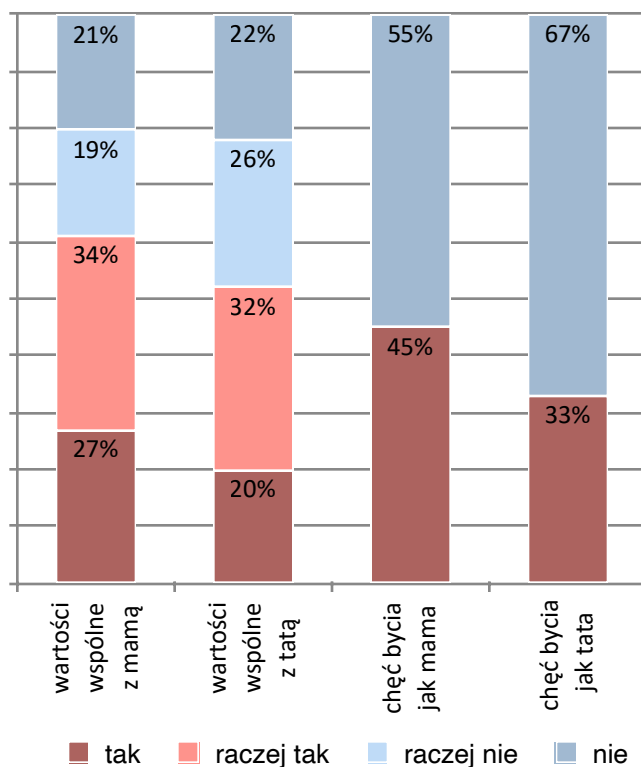
- **Rodzina to także wspólnota.** Pytane o wskazanie przykładów wspólnoty, szczególnie takiej, do której przynależą, Polki generalnie mają problem, ale jak już jakąś wskazują, to jest to właśnie rodzina (35% wskazań). Dla najmłodszych kobiet z pokolenia Z oraz dojrzałych - z pokolenia Silver Power - wspólnota to też osoby, które łączą wspólne zainteresowania. Z kolei dla kobiet z pokolenia X - są to także sąsiedzi, ale generalnie wskazania na rodzinę są zdecydowanie najsilniejsze niezależnie od pokolenia. To z nią Polki czują więź i identyfikują się najczęściej. Zapewne dlatego aż **78% kobiet deklaruje, że wspiera bliskich zawsze, gdy są w potrzebie.**

Wykres 33: Czy wspierasz Twoich bliskich, gdy są w potrzebie?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



■ Tak, zawsze kiedy widzę, że potrzebują wsparcia ■ Tak, zawsze kiedy poproszą o pomoc ■ Tak, gdy mam czas i możliwość ■ Raczej nie

Wykres 34: Czy wartości Twoje i Twojej mamy / Twojego taty są podobne? / Czy chcesz być jak mama / tata? Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



Skąd zatem Polki wyniosły tak silne przekonanie o tym, że rodzina jest ogromnie ważna i wiele warto (a może trzeba) dla niej poświęcić? Pierwsze przypuszczenie to oczywiście rodzice, czyli starsze pokolenie. Czy tak faktycznie jest? **36% Polek uważa swoją mamę za autorytet.** Z jednej strony to dość mało, a z drugiej to i tak najczęściej wymieniana osoba, która stanowi dla kobiet wzór postępowania. **61% Polek deklaruje podzielenie takich samych wartości jak ich mama, ale z drugiej strony, aż 55% kobiet nie chciałoby być takimi jak ona.** Pytane o powody podczas wywiadów, wskazują, że chciałyby być taką lepszą wersją swojej mamy - wersją 2.0 - wziąć elementy, które im się podobają, a wyeliminować te, które nie do końca akceptują, np. pracoholizm, czy właśnie bezwzględne poświęcenie dla rodziny i dzieci. Najniższy odsetek wskazań na chęć bycia jak mama można zaobserwować w pokoleniu milenialek - 20%. W najmłodszym jest lepiej - prawie 50% dziewczyn z pokolenia Z wskazuje właśnie mamę jako swój autorytet, a 63% zdecydowanie chciałaby być takimi jak ona. W tym pokoleniu na drugim miejscu w rankingu autorytetów pojawia się też babcia. A co z tatą? Jest autorytetem dla jedynie 15%. 52% dzieli z nim wspólne wartości, ale 2 na 3 Polki nie chcą być takie jak on. Widać więc, że rodziny, które tworzą młodsze pokolenia, przynajmniej w zamierzeniach są trochę inne niż te rodziców czy dziadków. Z drugiej strony, patrząc na poziom zaangażowania Polek w opiekę nad rodziną, wydaje się, że nie do końca udało się uciec od wzorca mamy, która poświęcała dla dzieci i męża wszystko.



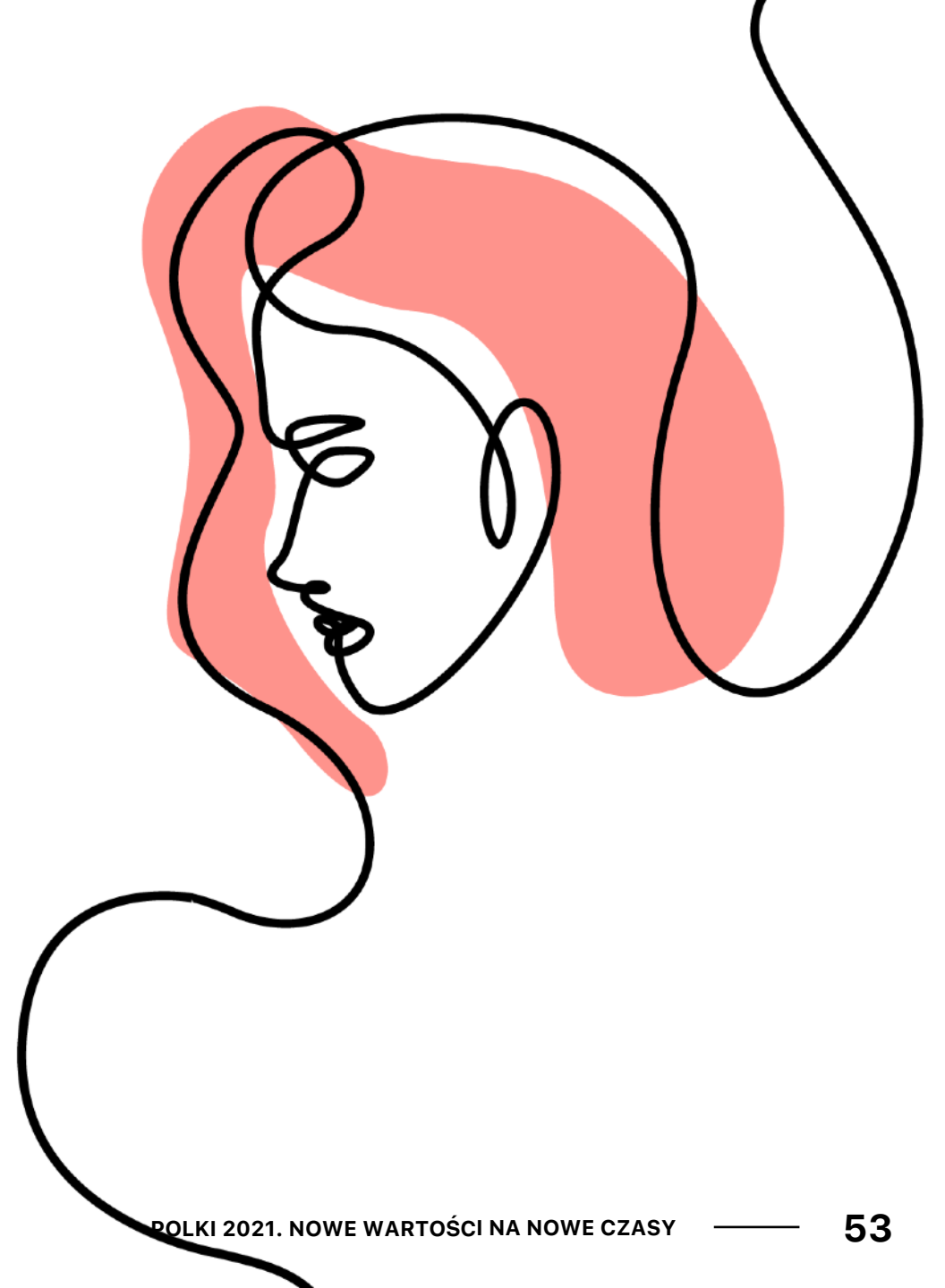
PRZYJAŹNI MOC

ZNACZENIE PRZYJAŹNI
W ŻYCIU KOBIET

”

Przyjaźń to szczerść, lojalność i oddanie w stosunku do drugiej osoby. Przyjaźń działa w obydwie strony, polega na tym, że można na sobie polegać. Osoby, z którymi się przyjaźnie udzielają mi porady, zawsze mnie wysłuchają. Cenie je za szczerść, lojalność, za to, że mają dla mnie czas, za to, że moje problemy nie są dla nich obojętne. Nie wyobrażam sobie życia bez przyjaciół.

Monika 33 lat

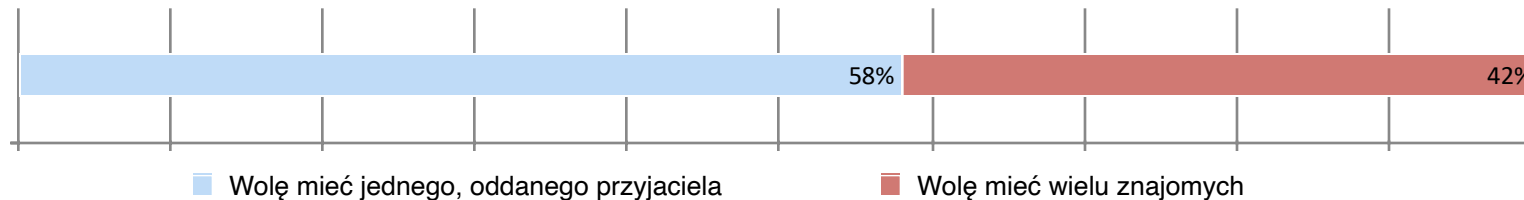


PRZYJAŹNI MOC

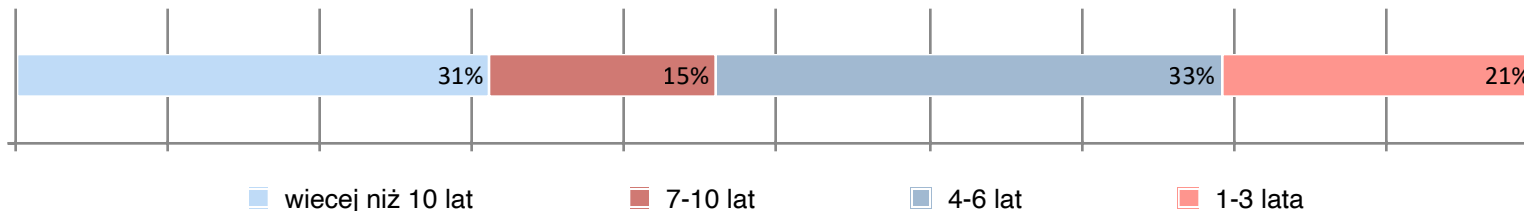
ISTOTA PRZYJAŹNI

Jeśli weźmiemy pod uwagę trzy pierwsze wskazania na to, jaka wartość w życiu jest dla Polek najważniejsza, to przyjaźń będzie trzecia, zaraz po rodzinie i zdrowiu. Na trzech pierwszych miejscach została wskazana przez 59% badanych kobiet i ma 28% promoterek wśród kobiet. Z kim więc i dlaczego przyjaźnią się Polki? **Okazuje się, że przede wszystkim kobiety, podobnie jak mężczyźni, wolą mieć jednak jednego prawdziwego przyjaciela (58%) niż wielu znajomych (42%).** Ich przyjaźnie są też trwałe. Jeśli już mają przyjaciela, to ta przyjaźń trwa przeważnie więcej niż 10 lat lub 4-6 lat. **Życia bez przyjaciela nie wyobraża sobie 72% badanych kobiet.**

Wykres 35: Z którym określeniem zgadzasz się w większym stopniu?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



Wykres 36: Pomyśl o najlepszym przyjacielu. Jak długo trwa Wasza przyjaźń?,
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety

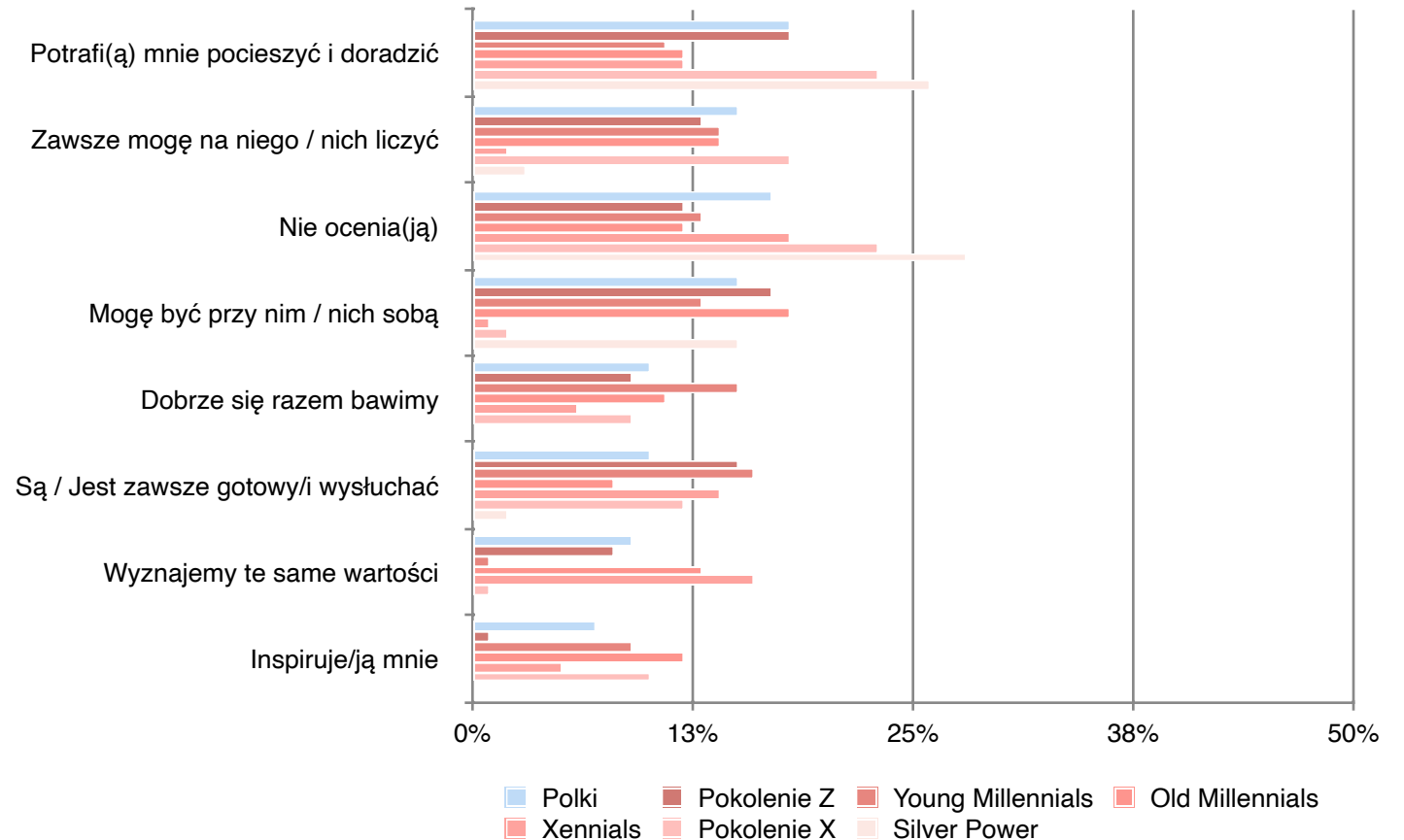


PRZYJAŹNI MOC

ZA CO CENIMY PRZYJACIÓŁ?

Polki cenią swoich przyjaciół najbardziej za to, że potrafią je pocieszyć i im doradzić (18%), jak i za to, że ich nie oceniają (17%). Warto też zauważyć, że przyjaciel to dla kobiet taka osoba, na którą zawsze mogą liczyć i przy której mogą być sobą, co w świecie dominacji mediów społecznościowych staje się coraz trudniejsze. W dojrzałym wieku przyjaciele częściej są dla siebie inspiracją i wyznają te same wartości, chociaż ten ostatni aspekt jest też silnie zaznaczany jako atut przyjaźni w pokoleniu Z. Co ciekawe, Polki pomimo stawiania na szczerość, prawdziwość i zaufanie w przyjaźni, są często w stanie wybaczyć, gdy przyjaciel zawiedzie ich zaufanie, a przynajmniej deklaruje tak 42% badanych. Uważają też, że możliwa jest przyjaźń na odległość, np. z przyjacielem, który wyprowadził się za granicę (61%), a także z osobą, którą znają tylko z sieci i nigdy nie widziały jej „w realu” (61%). Co ciekawe, to przekonanie do cyfrowych przyjaciół nie jest wcale najsilniejsze wśród najmłodszych dziewczyn, ale faktycznie dla silverek jest to nie do pomyślenia (100% na „nie”).

Wykres 37: Za co cenisz swoich przyjaciółki/ przyjaciół?
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety

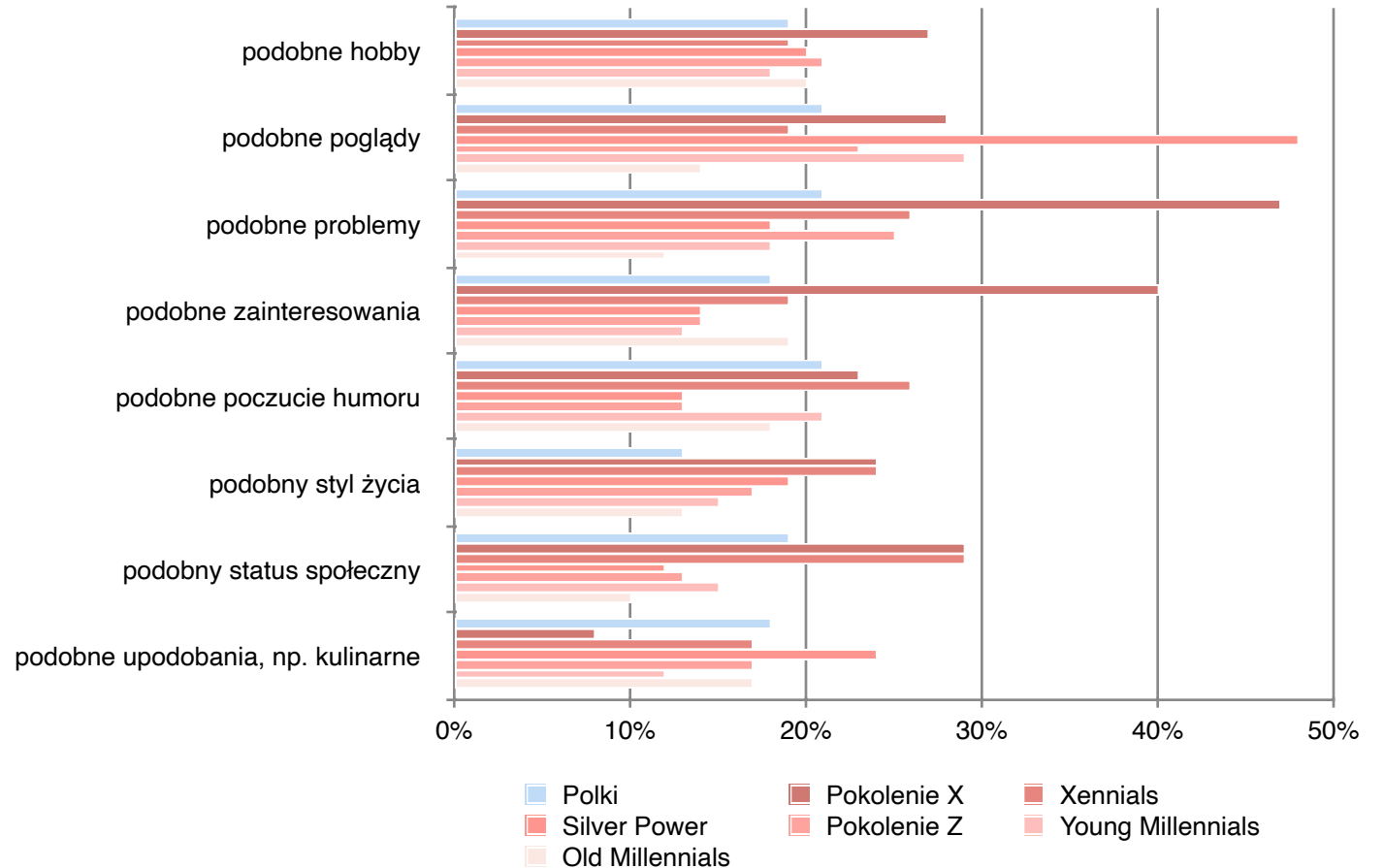


PRZYJAŹNI MOC

CO ŁĄCZY NAS Z NASZYMI PRZYJACIÓŁMI?

Co najlepiej łączy? Wygląda na to, że wspólne problemy, z których potem wspólnie można się też pośmiać. Na te dwa aspekty, czyli podobne problemy i podobne poczucie humoru u siebie i przyjaciela postawiło 21% kobiet. Ważne są też zbliżone poglądy. Co ciekawe, prawie co 5. Polka stawia na przyjaciół, którzy mają podobny status co ona, a 13% - podobny styl życia. Najmłodsze pokolenia dzielą ze swoimi przyjaciółkami podobne problemy, ale i poglądy. Milenialki oraz pokolenie X większą wagę przykładają do podobnego hobby i zainteresowań. Dla milenialek ważny jest też wspomniany status społeczny. Średnio Polki dzielą z przyjacielem lub przyjaciółką dwa wspólne elementy.

Wykres 38: Ja i mój przyjaciel / przyjaciółka mamy...
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety

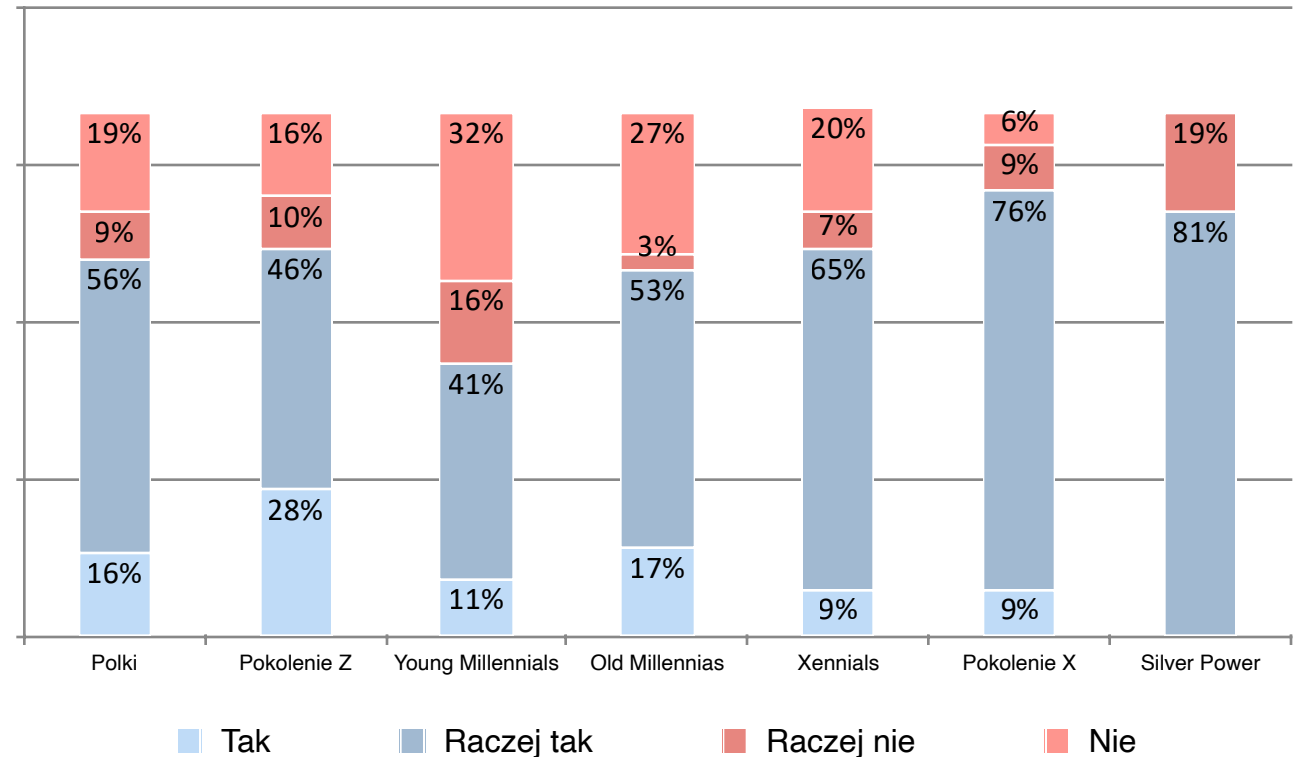


PRZYJAŹNI MOC

PRZYJAŹŃ Z SAMĄ SOBĄ?

Zobaczmy jeszcze czy Polki są przyjaciółkami same dla siebie, a więc czy siebie lubią. Okazuje się, że nie jest to wcale takie oczywiste. **28% Polek nie lubi siebie.** Co prawda, warto zaznaczyć, że swoje wnętrza i tak darzą większą sympatią niż ciała, ponieważ na pytanie „czy lubisz swoje ciało?” w badaniu „Siła Kobiet” z 2020 roku aż 51% wskazało, że nie. Gorzej także dziewczyny oceniły stosunek innych Polek do siebie. Typują, że nie lubi siebie 34%. Co ciekawe (i pokrywa się z wynikami badania „Siła Kobiet”) **problemy z lubieniem siebie przejawia szczególnie pokolenie Young Millennials**, a więc młode kobiety w wieku 26-31 lat (45%). Może warto zastanowić się dlaczego kobiety, szczególnie młode, są dla siebie tak mało wyrozumiałe i serdeczne. W końcu, gdy nie lubimy siebie, ciężiej nam lubić i innych.

Wykres 39: Czy lubisz siebie?
Raport „Polki 2021. Nowe wartości na nowe czasy”, N=1236, wszystkie badane kobiety



KOBIECOŚĆ W RÓŻNYCH FORMACH

WIELE KOBIET, SIEDEM TWARZY



PERSONY

To, że Polki nie są takie same to rzecz oczywista. Wiele rzeczy je łączy, ale na wiele mają też różne spojrzenia. Każda ma inne doświadczenia, co innego może sprawiać jej radość, a co innego fascynować. I to jest bardzo pozytywne.

Warto dostrzegać tę różnorodność, aby uczyć się od siebie wzajemnie i korzystać ze swoich mocnych stron. A jakie one są? Analiza danych pokazuje, że można wskazać przynajmniej 7 różnych profili Polek. Poznaj je i zobacz, co mogą wnieść w Twoje życie.

PERSONY

Strażniczka Ogniska Domowego rodzina jest dla niej najważniejsza, poświęci dla niej wszystko, wspiera partnera i dzieci

Wyzwolona Amazonka walczy o swoje prawa, jest niezależna, nie pyta o zdanie, #girlpower

Pani Project Manager perfekcjonistka, planuje, zarządza, ogarnia, nie odpoczywa



Kobieta Wysokich Lotów „I want it all”, stawia na wszechstronny rozwój, nie chce rezygnować ani z kariery ani rodziny

Nawigatorka nie stawia na siebie, raczej będzie wspierać wszystkich dookoła, partnera i rodzinę

Łebska babka spełniona, lubi siebie, jest szczęśliwa i pewna siebie, nie czuje, żeby coś ją ograniczało

Kreatorka głowa pełna pomysłów, potrafi zrobić coś z niczego, problemy to dla niej bardziej wyzwania, załatwi prawie każdą sprawę

STRAŻNICZKA OGNISKA DOMOWEGO



RODZINA JEST DLA NIEJ NAJWAŻNIEJSZA

30% Polek

Jest zamężna lub w związku z partnerem. Przeważnie ma dzieci. Jest też aktywna zawodowo (2/3). Serdeczna, ale stanowcza i konsekwentna.

Liczy się dla niej zdrowie i rodzina oraz wspólnota, ale rozumiana bardzo wąsko jako rodzina i ewentualnie bliscy przyjaciele. Jest zabiegana. Dla siebie ma maksymalnie w ciągu dnia 2 godziny. Rodzina jest dla niej zdecydowanie ważniejsza niż kariera. O innych Polkach myśli podobnie, że tak jak ona są w stanie dla rodziny poświęcić wszystko. Uważa, że jej dzieci powinny mieć wszystko czego zapragną, niekoniecznie same na to zapracować.

Lubi siebie. Czuje się spełniona i wolna, nie ograniczana. Jeśli już coś ją ogranicza, to religia i kredyty, a nie rodzina. Nie pozwala sobie narzucić cudzego zdania. Łatwo nie ustępuje. Nie wyobraża sobie życia bez przyjaciół. Ceni ich za to, że zawsze może na nich liczyć, ale wybiera z kim się przyjaźni. Przeważnie są to osoby o podobnych poglądach i statusie majątkowym oraz podobnych zainteresowaniach.

W tygodniu nie ma czasu na relaks, zresztą nie zrelaksuje się dopóki założone rzeczy nie są wykonane i rodzina uporządkowana. Stara się zrelaksować w weekend, czytając lub po prostu (i to częściej) leżąc i odpoczywając. W zrelaksowaniu się pomaga jej dobra książka, muzyka, ale przede wszystkim rozmowa z przyjacielem. Codziennie sprząta, pomaga dzieciom, gotuje, opiekuje się zwierzętami domowymi, ale i często utrzymuje rodzinę.

Solidarność jest dla niej ważna, chociaż o Polkach ma w tym kontekście negatywne zdanie. Uważa, że się nie wspierają.

Rozwój zawodowy nie jest dla niej ważny, chociaż stara się dokształcać czytając i biorąc udział w webinarach. Raczej chce rozwijać swoje zainteresowania i hobby. Wspiera partnera w jego rozwoju. Uważa, że jej rozwój nie może być kosztem złego samopoczucia partnera - to on jest dla niej najważniejszy i jego wspiera. Ona sama raczej nie ma wsparcia ze strony partnera w rozwoju, chociaż próbuje dzielić się obowiązkami. Żeby się rozwijać, musi przeważnie zrezygnować z czasu na hobby i sen, bo partner nie przejmuje jej obowiązków. Boi się awansu ze względu na zobowiązania wobec rodziny, która jest dla niej priorytetem. Czuje konkurencję ze strony innych kobiet w pracy, być może ze względu na poczucie, że sama nie może się jej oddać w 100%. Nie zazdrości sąsiadom. Jest raczej tolerancyjna odnośnie innych przekonań. Jest pragmatyczna. Dostosowała się nawet do pandemii - twierdzi, że aż tak jej nie przeszkadza.

NAWIGATORKA

MOŻE CI W CZYMŚ POMÓC?

22% Polek

Sprytna, przedsiębiorcza, a jednocześnie sprawiedliwa i wrażliwa. Tak opisuje siebie. Chciałaby być bardziej konsekwentna i odważna. Nigdy natomiast nie chciałaby być samotna i niezaradna. Ogromna aktywność, doświadczenie i kreatywność to jest to, czym chciałaby się dzielić z innymi.

Rodzina, zdrowie i solidarność są dla niej najważniejsze. Z rodziną spędza większość wolnego czasu, dla siebie ma maksymalnie godzinę w ciągu dnia. Z drugiej strony uważa, że kariera jest tak samo ważna jak rodzina i nie chciałaby między nimi wybierać. No, chyba, że rodzina potrzebuje pomocy... wtedy często poświęci swój czas wolny, pieniądze, ale i właśnie karierę, żeby pomóc. Ma dość szerokie pojęcie rodziny - uważa, że tworzą ją nie tylko rodzice i dzieci, ale i dziadkowie, rodzeństwo, jak też pupile domowi i przyjaciele. Za swoją pomocniczość płaci pewną cenę - często czuje się ograniczana przez obowiązki wobec rodziny i domowe. Bynajmniej nie jest to dla niej powód do narzekań, uważa, że tak ma być i akceptuje tę sytuację.

Zwykle ma swoje zdanie, ale są osoby, którym nie potrafi się sprzeciwić. Zawsze też rozważy, czy druga osoba czasem nie ma racji. Lubi przyjaźnić się z osobami, które nie oceniają. Akceptuje przyjaźń na odległość. Potrafi też wybaczyć, jeśli przyjaciel zawiedzie jej zaufanie. Lubi siebie i czuje się szczęśliwa.

Relaks nie jest jej mocną stroną i nawet jak próbuje się zrelaksować, to cały czas jest myślami przy swoich obowiązkach i potrzebach rodziny. Przyznaje, że nie odpocznie dopóki wszystkie potrzeby otoczenia nie są zaspokojone. Relaksuje ją spacer i oglądanie filmów lub seriali plus praca na działce. Ciepło myśli też o kąpeli w wannie w otoczeniu świec i z lampką wina w dłoni. Nie czuje się jednak bardzo zmęczona. Akceptuje swoje obowiązki. Czuje się zdrowa i stara się dbać o siebie. Uprawia sport (przeważnie biega lub uprawia jogę) i zdrowo się odżywia (pije dużo wody i ogranicza spożycie mięsa). Chciałaby żyć zgodnie z ideą „slow life”, ale nie ma zbytnio na to czasu...

Rozwój nie jest dla niej najważniejszy i jak już, utożsamia go raczej z rozwojem osobistym, a nie zawodowym. Wspiera za to w rozwoju wszystkich dookoła, w szczególności partnera. Jest jego podporą i jeśli trzeba, zawsze usunie się w cień, żeby mógł poczuć się lepiej, odnieść sukces, zajmować wyższe stanowisko, zarabiać więcej pieniędzy. Powiedzenie, że za odnoszącym sukcesy mężczyzną zawsze stoi silna kobieta jest zdecydowanie o niej.



KOBIETA WYSOKICH LOTÓW

PRZEDE WSZYSTKIM ROZWÓJ

12% Polek



Jej drugie imię to niezależność pomimo, że zwykle jest osobą zamężną lub w związku partnerskim. Może być mamą, ale nie musi.

Aktywna zawodowo. Jest kobietą ambitną, stanowczą, dążącą do celu. Opisuje też siebie jako konsekwentną i zdecydowaną. Nie chciałaby nigdy być zależna. Zawsze pozostaje elastyczna i otwarta na zmiany i nowości. Chętnie podzieli się z innymi swoją kreatywnością, aktywnością i otwartością. Najważniejszą wartością jest dla niej rodzina, chociaż bardzo wysoko ceni również solidarność i wolność. Lubi siebie. Kariera jest dla niej istotna tak samo jak rodzina. Rozwój i samorealizację rozumie jako bycie coraz lepszą nie tylko na tle zawodowym, ale też rozwój swoich zainteresowań i pasji. W związku z tym czuje wyraźną potrzebę dokształcania się na obu tych polach. Często więc podejmuje dodatkowe studia, bierze udział w kursach i uczy się samodzielnie, korzystając z internetowych możliwości lub książek. Ma w tym wsparcie ze strony bliskich - dzieli się z nimi aktywnie obowiązkami. Nie czuje, żeby jej rozwój zagrażał ego jej partnera. Są sobie równi i traktują się jak partnerzy. Chciałaby piąć się po szczeblach kariery, ale boi się, że wiąże się to z zostawianiem po godzinach i ma obawy, że i tak będzie traktowana gorzej niż mężczyźni. Uważa, że awans to walka z innymi kobietami o to samo stanowisko. Uważa też, że rodzina powinna zrozumieć, że rozwój i uznanie zawodowe jest dla niej bardzo ważne.

Jest osobą odważną. Jeśli zostanie zaproponowany jej awans na odpowiedzialne stanowisko, to będzie podekscytowana i go przyjmie. Raczej czuje się wolna, a jeśli już ją coś ogranicza to jest to kredyt i ograniczone możliwości awansu. Źle znosi zakazy. Lubi robić to, na co ma w danym momencie ochotę i zaprotestuje, kiedy ktoś zacznie narzucać jej własne zdanie.

Woli mieć jednego, oddanego przyjaciela, niż wielu znajomych. Przyjaźni się ze swoim najbliższym przyjacielem od conajmniej 5 lat, a przeważnie dłużej niż 10. Ceni go lub ją za to, że nie ocenia i może na nią lub niego liczyć. Przyjaźni się przede wszystkim z osobami, które mają podobne zainteresowania i hobby. Wtedy mogą się wspierać w rozwoju. Na ogół kompletnie nie ma czasu na relaks. W ciągu dnia na odpoczynek poświęca około 2 godzin, natomiast jeśli zechce odpocząć, to nic nie stanie na jej drodze. Ma wyznaczony przez siebie budżet i trzyma się go. Nie dałaby sobie narzucić poglądów i wyboru partnera. Lubi podejmować decyzje, jest to jej życie i jej wybory. Na co dzień czuje się zobowiązana do utrzymywania rodziny. Gdy ma czas i możliwość, wspiera swoich bliskich, kiedy są w potrzebie, ale nie za wszelką cenę. Wspólnotą jest dla niej rodzina ale też przyjaciele. Uważa się za osobę, która potrafi odnaleźć się w każdej sytuacji, lubi zmiany. Codziennie działa według wcześniej określonego planu, ponieważ ma wtedy nad wszystkim kontrolę. Raczej nie bywa spontaniczna. Jest osobą tolerancyjną, nie zazdrości innym kobietom ze swojej pracy, wspiera je jeśli awansują.

ŁEBSKA BABKA



AKCEPTUJE SIEBIE BEZ ŻADNEGO „ALE”

11% Polek

Jest dojrzała, tak pod względem metryki jak i zachowania. Docenia równowagę między mieć i być - posiadanie i doświadczanie są dla niej równie ważne. Chętnie podzieliłaby się z innymi swoim doświadczeniem, zaradnością i aktywnością.

Za najważniejsze wartości w życiu uważa przyjaźń, rodzinę, otwartość i honor. Jest aktywna zawodowo, ale ceni też relaks. To zdecydowanie osoba dążąca do równowagi na wszystkich możliwych polach. Uważa, że potrafi się zrelaksować, chociaż czasem i jej przeszkadza myślenie o niewykonanych pracach i obowiązkach - stara się to jednak przezwyciężać. Nie ma problemu z przypomnieniem sobie kiedy ostatnio była zrelaksowana - było to albo dnia poprzedniego albo w ostatni weekend. W ciągu dnia na relaks przeznaczona 4 godziny. W tym czasie czyta książki, zajmuje się hobby, ogląda filmy lub po prostu leży i odpoczywa.

Często widuje się też z przyjaciółmi, a rozmawiać stara się z nimi codziennie - utrzymuje relacje i relaksuje się w ten sposób. W tym kontekście bardzo źle znosi pandemię i odizolowanie od bliskich jej osób, chociaż stara się i w tej sytuacji znaleźć inne formy kontaktu z przyjaciółmi. Czuje się szczęśliwa. Potrafi pozwolić sobie na drobne przyjemności nie czując przy tym wyrzutów. Bliska jest jej idea „slow life”. Uprawia sport i stara się zdrowo odżywiać. Pandemia nie przeszkodziła jej w aktywności fizycznej - albo cały czas uprawiała i uprawia sport, albo podczas pandemii zaczęła, bo uznała, że to dobra okazja, żeby o siebie zadbać.

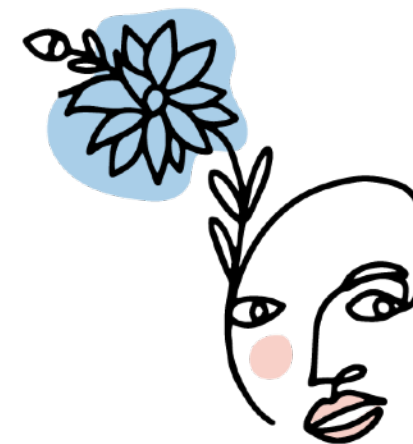
Bardzo ważny jest dla niej rozwój i tu również stawia na równowagę między dwoma obszarami - rozwojem zawodowym i osobistym. Bywa, że ma wsparcie od partnera w rozwoju, ale nie zawsze. Raczej nie umie o nie poprosić. Polega bardziej na sobie i swojej umiejętności zarządzania czasem, co pomaga jej znaleźć czas i miejsce na wszystko.

Nie traktuje innych kobiet jako rywalki w walce o stanowisko i awans. Nie unika trudnej prawdy ani trudnych rozmów. Nie zdarza jej się kłamać. Bardzo ceni przyjaźń i przyjaciół, przede wszystkim za to, że są zawsze gotowi jej wysłuchać ale też przyznaje, że po prostu dobrze się razem bawią. Nie wyobraża sobie bez nich życia. Lubi przebywać z osobami o podobnych poglądach, ale i poczuciu humoru. Śmiech i dystans do siebie są dla niej bardzo ważne. Może być partnerką, ale i singielką. Może mieć dzieci, ale nie musi. W każdej sytuacji czuje się sobą. Swojej wartości nie buduje w oparciu o innych - ona wypływa z jej wnętrza.

PANI PROJECT MANAGER

PROJEKT ŻYCIE WDRAŻA ZGODNIE Z PLANEM

10% Polek



Spokojna, serdeczna, miła i zawsze z planerem w ręku (może być w postaci kalendarza albo listy zadań w aplikacji mobilnej).

Chce być bardziej konsekwentna i zdecydowana, chociaż konsekwencji w realizacji zamierzeń już nie można jej odmówić. Nigdy nie chciałaby, żeby ktoś o niej powiedział, że jest niezaradna. Na co dzień łączy karierę z życiem domowym, przyjemne z pożytecznym, obowiązki z rozwojem. Multitasking to jej natura, a na pewno ma takie przekonanie.

Rodzina i zdrowie to dla niej dwie wartości priorytetowe. Z kolei relaks na pewno priorytetem dla niej nie jest. Jeśli już się relaksuje, to zwykle spędza czas z rodziną, ewentualnie oglądając seriale lub spacerując (przy okazji można wyprowadzić pupila na spacer). Czasem nieśmiało myśli o odpoczynku i wtedy przypomina sobie ostatnie wakacje i zagraniczny wyjazd. W tym roku też chce pojechać w jakieś egzotyczne, idealne miejsce. Uważa, że generalnie Polki działają podobnie do niej, czyli też nie odpoczną dopóki plan dnia nie jest zrealizowany, porządki zrobione a dzieci i mąż są zaopiekowane i przygotowane na następny dzień. Nie wyobraża sobie, żeby było inaczej, choć czasami przyznaje, że czuje się zmęczona. Mimo to jest szczęśliwa. Uporządkowanie daje jej zadowolenie i poczucie spełnienia. Wie, że nikt nie zrobi tego (wszystkiego) lepiej niż ona. Zresztą partner niezbyt chce te obowiązki od niej przejąć, a może ona nie chce mu ich przekazać. Jeżeli się rozwija, to zawodowo, przeważnie uczestnicząc w dodatkowych kursach i douczając samodzielnie. W wygospodarowaniu czasu pomaga jej oczywiście planer i zdolność zarządzania czasem. Widzi jednak przed sobą widmo szklanego sufitu.

W koleżankach z pracy dostrzega rywalki o awans i podwyżkę. Wie, że będzie musiała o te rzeczy zawalczyć. Odmówi jednak wywalzonego awansu czy podwyżki, jeśli jej partner będzie miał coś przeciwko temu. Uważa się za osobę tolerancyjną, ale jej postawa czasami świadczy o czym innym. Lubi wiedzieć, co jest „normalne”. Stara się nie zazdrościć innym. Raczej skupia się na realizacji swoich zamierzeń.

KREATYWNA

NIEMOŻLIWE RZECZY ZAŁATWIA OD RĘKI

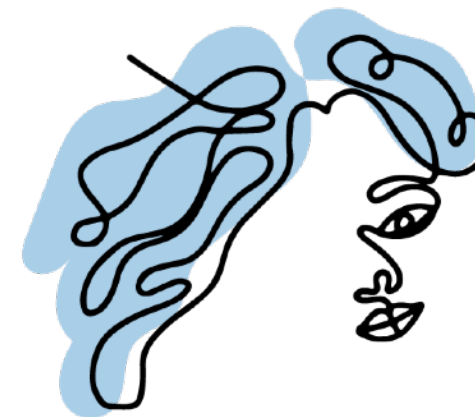
9% Polek

Jej mocne strony to kreatywność, spryt i zaradność. Potrafi „zrobić coś z niczego” i załatwić prawie każdą sprawę. Mimo to chciałaby być jeszcze bardziej sprytna i zaradna.

Liczy się dla niej zdrowie, rodzina, ale i solidarność, niezależność i honor. Sama podejmuje decyzje - nie boi się tego. Nie czuje się ograniczana, a jeśli już to przez zobowiązania finansowe i ograniczone możliwości rozwoju. Uważa, że zakazy i normy są potrzebne, aby społeczeństwo dobrze funkcjonowało. Zresztą, zakazy przeważnie da się kreatywnie ominąć. Taka postawa sprawia, że radzenie sobie z rzeczywistością, nawet skomplikowaną, przychodzi jej łatwo.

Problemy traktuje jak wyzwania i zdaje się, że nie ma dla niej rzeczy niemożliwych. W związku z tym często przyjmuje na siebie misję „załatwienia” czegoś także dla innych. Nie odpocznie zanim nie zadba o najbliższych, a jest ich sporo ponieważ ma dość szerokie pojęcie rodziny - dzieci, rodzice, dziadkowie, rodzeństwo, pupile domowi. Wspiera też dalszą rodzinę, jak tylko ma możliwość.

Stara się nie funkcjonować według planu, ale nie uważa się za osobę spontaniczną. Zdrowie to dla niej zarówno sfera fizyczna i psychiczna. Stara się żyć zdrowo, uprawiać sport, dobrze odżywiać, choć przyznaje, że nie zawsze udaje się jej to zrealizować. Przestrzega zasady lepiej zapobiegać niż leczyć, więc bada się cyklicznie. Pandemii i lockdowny wykorzystała, żeby bardziej zadbać o siebie. Nie wie co to idea „slow life”. Własny rozwój to dla niej przede wszystkim rozwój zawodowy, co nie jest dla niej priorytetem. Odczuwa zresztą silnie „szklany sufit” nad sobą. Z drugiej strony wskazuje na wiele rzeczy, których kobiecie nie wypada, w tym prosić o podwyżkę, ubierać się odważnie, czy żyć w wolnym związku. Zdarza się jej zazdrościć innym. Od razu zaczyna się zastanawiać jak ona mogłaby osiągnąć to, co oni. Na pewno się uda, jeśli podejdziesz do tego kreatywnie. W końcu nie ma rzeczy niemożliwych.



WYZWOLONA AMAZONKA

#WOMENPOWER

6% Polek

Zawsze jest w ruchu - coś robi, o coś walczy. Jest uparta, zaradna, ale też serdeczna i wyrozumiała. Chce być odważna - uważa, że tej cechy nigdy za wiele, jeśli jest się kobietą i Polką. Nigdy nie chciałyby być uległa, ale i samotna, chociaż samotność rozumie inaczej niż większość dziewczyn - nie jako nieposiadanie partnera, a raczej oddzielenie od ludzi, społeczności. Jeśli ktoś miałby z niej czerpać przykład, to na pewno w zakresie otwartości na innych ludzi, kreatywności i zaradności.

Lubi i mieć, i doświadczać. Ceni wolność, nie znosi zakazów, ale nie zawsze czuje się wolna - być może właśnie dlatego. Nie lubi gdy ktoś podejmuje za nią decyzje, uważa, że to jej życie i ona jest za nie odpowiedzialna. Jej zdaniem Polki ograniczają najczęściej zobowiązania finansowe i religia. Nie lubi prywatnych, elitarnych szkół i grodzonych osiedli. Wolałyby, żeby wszyscy mogli korzystać wspólnie i zgodnie z różnych dóbr.

Nie szufladkuje ludzi. Jest bardzo tolerancyjna, ale Polek pod tym kątem ocenia nie najlepiej. Obca jest jej rywalizacja z innymi kobietami o awans i zazdrość o to, że sąsiedzi mają czegoś więcej. Jest ponad to. Nie ocenia też poprzednich ani przyszłych pokoleń. Uważa, że mają podobne wartości co jej pokolenie i jest otwarta na współdziałanie w słusznej sprawie. Nie zawsze odczuwa potrzebę rozwoju, ale jeśli ją czuje, to nikt nie stanie jej na drodze, a na pewno nie obawa o to, że jej partner poczuje się przez to gorszy. Nie ma też „parcia na karierę”, ale jeśli chce o nią zawalczyć, to lepiej nie warto jej do tego zniechęcać, nie zwróci na to najmniejszej uwagi i dopnie swego.



W SIECI STEREOTYPÓW

PRAWDA CZY FAŁSZ?



MIEJSCE KOBIETY JEST W DOMU

ODPOWIEDŹ KOBIET: NIE

Ten krzywdzący dla Polek stereotyp ogranicza rolę kobiet do opieki nad rodziną i często staje na drodze do rozwoju kariery. Sprawia, że część Polek czuje się winnymi, wybierając karierę albo traktując ją na równi z rodziną.

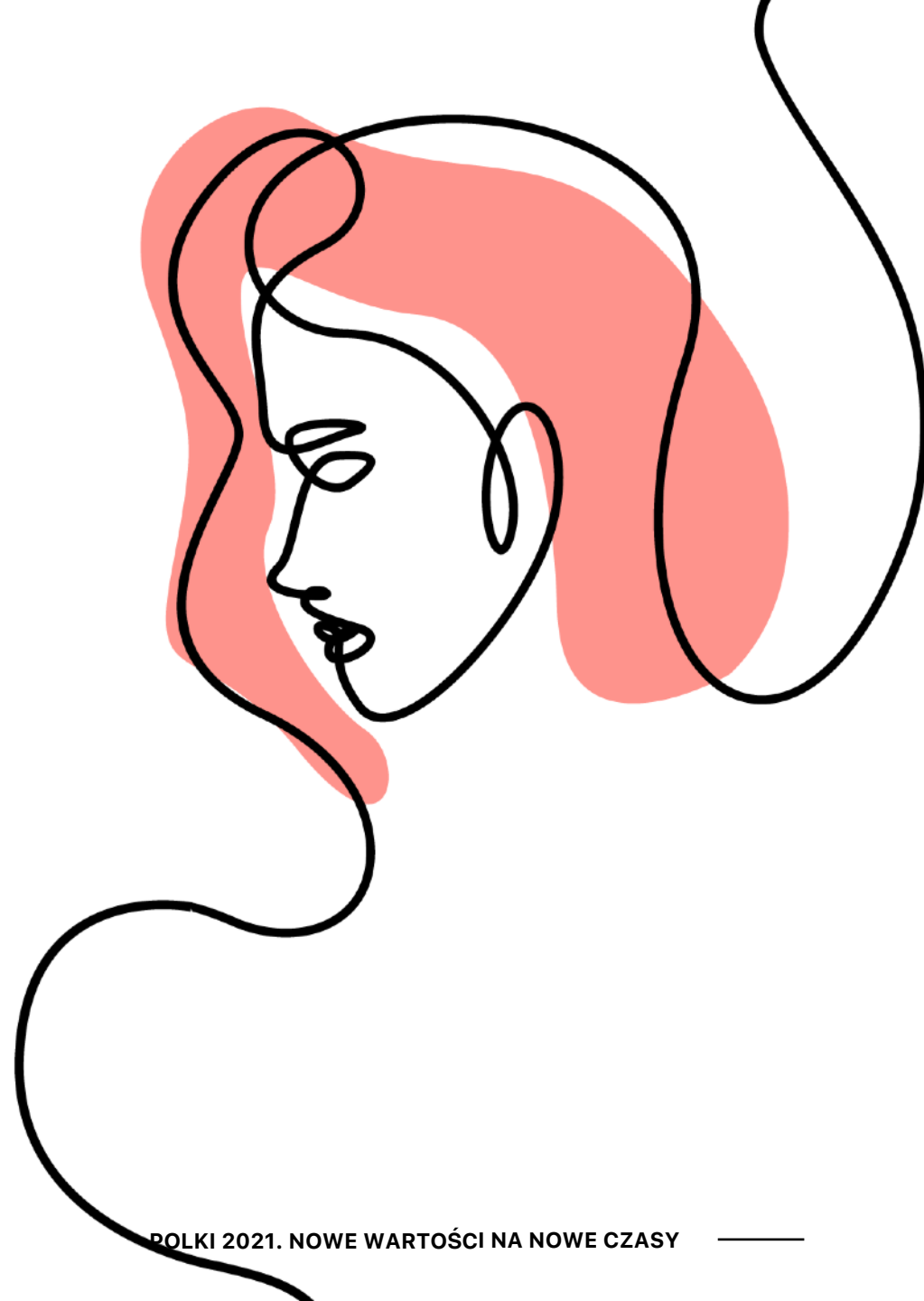
Czy jest prawdziwy? NIE. **30% Polek uważa, że rozwój kariery jest dla nich ważniejszy niż rodzina, a 40%, że oba elementy są tak samo istotne.** 61% kobiet zgadza się też ze stwierdzeniem, że rozwój i uznanie zawodowe są dla nich ważne i partner oraz rodzina powinni to zrozumieć.

KOBIETY DZIAŁAJĄ IMPULSYWNIĘ

ODPOWIEDŹ KOBIET: NIE

Ten stereotyp mówi na pierwszy rzut oka o cesze, która nie musi być sama w sobie ani zła ani dobra. Powtarzany jednak w stosunku do różnych obszarów życia stwarza wrażenie, że kobiety nie potrafią podejmować racjonalnych decyzji, bo kierują się impulsem. A wszyscy wiemy, jak często kończą się takie zakupy i impulsywne decyzje... Czy jest to prawdą, że kobiety działają wyłącznie impulsywnie? NIE.

Polki zapytane o swoje cechy, raczej wskazują na ambicję, stanowczość, upartość w dążeniu do celu i odwagę. Nie są to cechy opisujące osoby impulsywne. **Na co dzień według planu działa 52% kobiet**, przede wszystkim ze względu na natłok obowiązków i zadań oraz chęć sprawowania kontroli nad swoim życiem. Całkiem niedawno coś spontanicznie zrobiło jedynie 23% kobiet.





DLA RODZINY POŚWIĘCIMY WSZYSTKO

ODPOWIEDŹ KOBIET: NIE

Ten stereotyp mówi tym, że kobieta bez rodziny praktycznie nie istnieje. A może nie powinna? Powtarzanie go sprawia, że część Polek czuje się zobligowana, aby wybrać pomiędzy rodziną i karierą. I wiadomo jaki powinien być ten wybór...

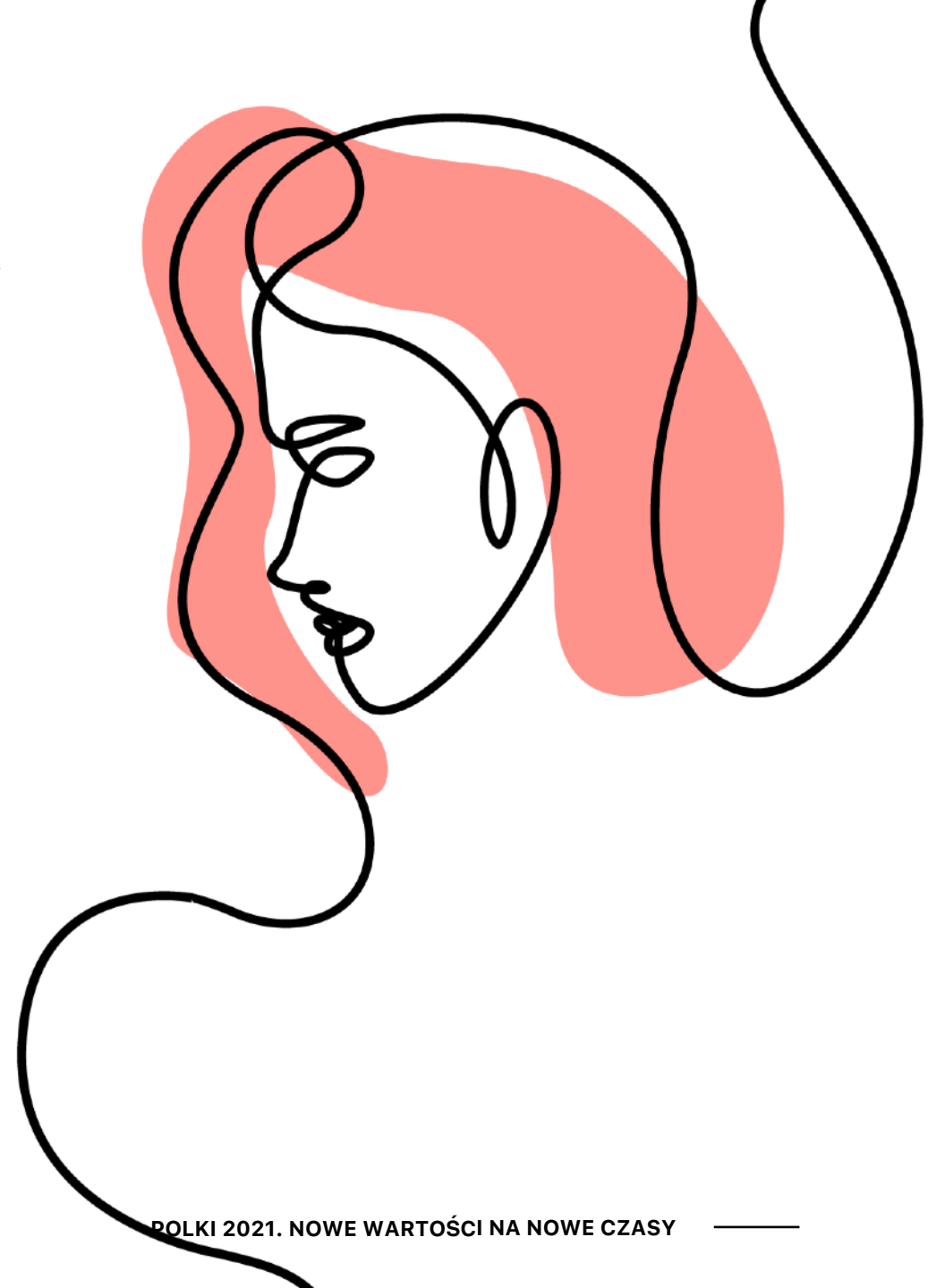
Czy stereotyp jest prawdziwy? NIE, chociaż jeśli kazać Polkom faktycznie wybrać jedną najważniejszą rzecz kosztem innych, będzie to rodzina. 40% Polek nie chce już jednak wybierać między karierą a rodziną, ale też widzi problemy z przekazaniem obowiązków domowych partnerowi czy rodzinie tak, aby móc się rozwijać. **W przypadku znacznego awansu, dwukrotnie więcej kobiet będzie czuło ogromne podekscytowanie (43%) niż strach (24%).**

PRZYJACIÓŁKI NA PIERWSZYM MIEJSCU

ODPOWIEDŹ KOBIET: NIE

Ty to tylko z tymi swoimi przyjaciółkami... Pewnie nie jedna Polka słyszy to zdanie bardzo często, gdy tylko chce zobaczyć się ze znajomymi. Przyjaźń i posiadanie przyjaciółek samo w sobie jest pozytywne, ale to stwierdzenie powtarzane często sugeruje, że dla kobiet przyjaciółki i dość płytkie relacje, oparte na dobrej zabawie i plotkowaniu, liczą się bardziej niż partner. Czy jest to prawda? NIE.

56% Polek stawia na pierwszym miejscu swojego partnera, dopiero później przyjaciółki bądź przyjaciół. Ale nie ta deklaracja jest najważniejsza. O tym, że partnera Polki stawiają na pierwszym miejscu, świadczy przede wszystkim to, że 53% wspiera go w rozwoju, a 61% poświęci swój rozwój, lepsze zarobki czy awans jeśli partner miałby czuć się z tym źle.





GEDEON RICHTER



DZIĘKUJEMY ZA
ZAINTERESOWANIE RAPORTEM.

TYLKO WIEDZA O DZIŚ MOŻE POMÓC NAM
STWORZYĆ LEPSZE JUTRO.
STWÓRZMY JE RAZEM.