



Tygodnik Gospodarczy PIE

8 października 2026 r.

Dochody Polaków rosną w tempie wzrostu gospodarczego, ale nie wszystkim po równo

4,8 proc.

wyniósł realny wzrost mediany dochodu rozporządzalnego na osobę w 2025 r.

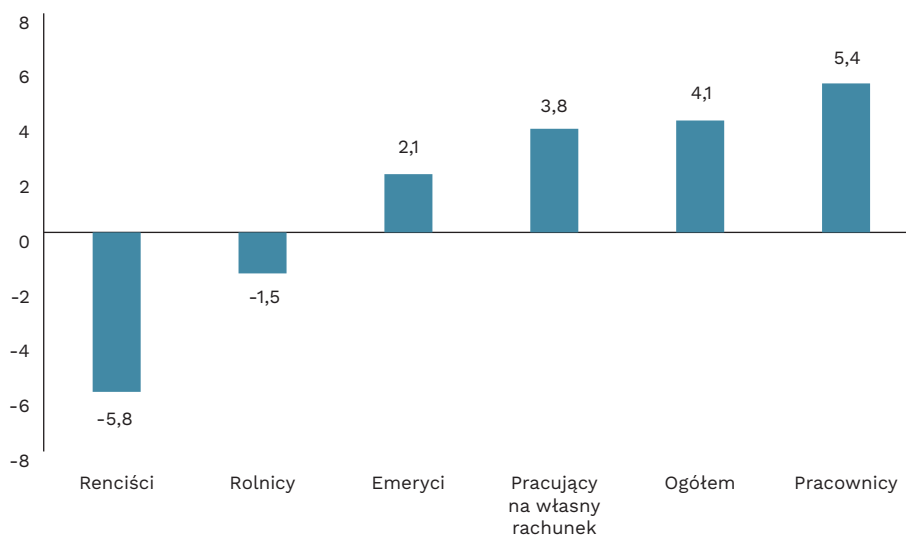
88 proc.

średniej UE osiągnął poziom konsumpcji na mieszkańca w Polsce w 2025 r.

► **W 2025 r. dochody gospodarstw domowych rosły w umiarkowanym tempie, zbliżonym do tempa zmian w gospodarce.** Według badania budżetów gospodarstw domowych GUS (BBGD GUS), mediana dochodu rozporządzalnego w przeliczeniu na osobę wzrosła w 2025 r. realnie o 4,8 proc., do 3064 PLN, a średnia o 6,7 proc., do 3500 PLN (w 2024 r. średnia wzrosła o 14,1 proc.). Równocześnie przeciętne wynagrodzenie w gospodarce narodowej zwiększyło się realnie o 5,3 proc., PKB o 3,6 proc., a spożycie w sektorze gospodarstw domowych o 3,7 proc. Różne źródła obrazują więc ten sam kierunek: wzrost dochodów gospodarstw domowych obserwowany w 2025 r. był umiarkowany, niższy niż w 2024 r. oraz zbliżony do tempa wzrostu gospodarczego.

► **W 2025 r. dochody zamożniejszej części społeczeństwa rosły szybciej niż dochody ogółem.** Według danych BBGD, relacja mediany do średniej spadła z 89,2 proc. do 87,5 proc., a udział najzamożniejszych 10 proc. w dochodach wzrósł z 23,5 proc. do 24,6 proc. Jednak możemy przypuszczać, że dane BBGD nie doszacowują skali nierówności dochodowych w Polsce. Z badania łączącego dane ankietowe z danymi podatkowymi dla lat 2000-2018 wynika, że najbogatsze 10 proc. populacji odpowiadało za 37,4 proc. całego dochodu, co wskazuje na znacznie wyższy poziom nierówności dochodowych niż obrazują dane BBGD. **Sytuację ekonomiczną Polaków w dużej mierze różnicują źródła utrzymania: mediana dochodów emerytów wzrosła realnie o 2,1 proc., a rencistów spadła o 5,8 proc. Najsilniej wzrosły dochody osób pracujących na etacie (+5,4 proc.) oraz samozatrudnionych (+3,8 proc.).**

Wykres 1. W 2025 r. mediana dochodu na osobę w gospodarstwach domowych rencistów spadła r/r o 5,8 proc.



Dane: zmiana mediany dochodu rozporządzalnego per capita r/r według grup społeczno-ekonomicznych. Źródło: opracowanie własne PIE na podstawie danych GUS.

► **Dane BBGD za 2025 r. obrazują spektakularny wzrost dochodów rolników w 2025 r., jednak z bardziej dogłębnej analizy wynika, że większość rolników nie doświadczyła istotnego wzrostu dochodów.** Przeciętny dochód rozporządzalny na osobę w gospodarstwach

rolników wyniósł 4159 PLN i był realnie o 21,4 proc. wyższy niż rok wcześniej. Wydaje się jednak, że nie możemy na tej podstawie wnioskować o radykalnej poprawie sytuacji ekonomicznej rolników. W tym czasie bowiem mediana dochodu w tej grupie wzrosła tylko z 2200 PLN do 2246 PLN, czyli realnie nieznacznie spadła. Natomiast relacja mediany do średniej spadła z 66,5 proc. do 54 proc. Oznacza to, że zaobserwowany wzrost średniej napędził wzrost dochodów niewielkiej liczby gospodarstw o bardzo wysokich dochodach, a dochód typowego rolnika (mierzony medianą) realnie się nie zmienił.

► **Dochody Polaków, mimo dynamicznego wzrostu w ostatnich latach, są wciąż wyraźnie poniżej unijnej średniej.** Według Eurostatu, w latach 2004–2024 realny dochód do dyspozycji gospodarstw domowych na mieszkańca, łącznie z bezpłatnymi usługami publicznymi, zwiększył się w Polsce o 91 proc., podczas gdy w całej UE o 22 proc. Szybciej rosty dochody tylko w Rumunii (o 134 proc.) i na Litwie (o 95 proc.). Doganianie nie wyhamowało także w ostatnich latach: od 2019 r. dochody w Polsce wzrosły realnie o 16 proc., ponad dwukrotnie więcej niż średnio w UE. Złożyły się na to: szybki wzrost płac przy niskim bezrobociu, a od 2016 r. również rozbudowa transferów socjalnych, najpierw 500+, a od 2024 r. 800+. Mimo to, po uwzględnieniu różnic w cenach, w 2024 r. dochód na mieszkańca był w Polsce wciąż niższy niż średnia unijna, a podobny do tego na Węgrzech, Słowacji czy w Chorwacji, natomiast daleki od Niemiec i Austrii. Ze względu na istotny wzrost deficytu budżetowego Polski w ostatnich latach, pogłębiające starzenie się polskiego społeczeństwa oraz związane z tym mniejsze możliwości podnoszenia wysokości świadczeń i transferów, dalsze zmniejszanie tego dystansu do średniej unijnej będzie zależeć przede wszystkim od wzrostu wydajności pracy i dynamiki płac w gospodarce.

(Paula Kukołowicz)

Polscy nauczyciele na tle innych państw: bardziej usatysfakcjonowani z warunków pracy, mniej z wynagrodzeń

80,3 proc.

polских nauczycieli
jest usatysfakcjonowanych
z pozafinansowych warunków
zatrudnienia

20,5 proc.

polских nauczycieli
jest usatysfakcjonowanych
ze swoich wynagrodzeń

10,4 proc.

nauczycieli w Polsce czuje się
docenionymi przez społeczeństwo,
co oznacza spadek o 7,5 pkt. proc.
w porównaniu z 2013 r.

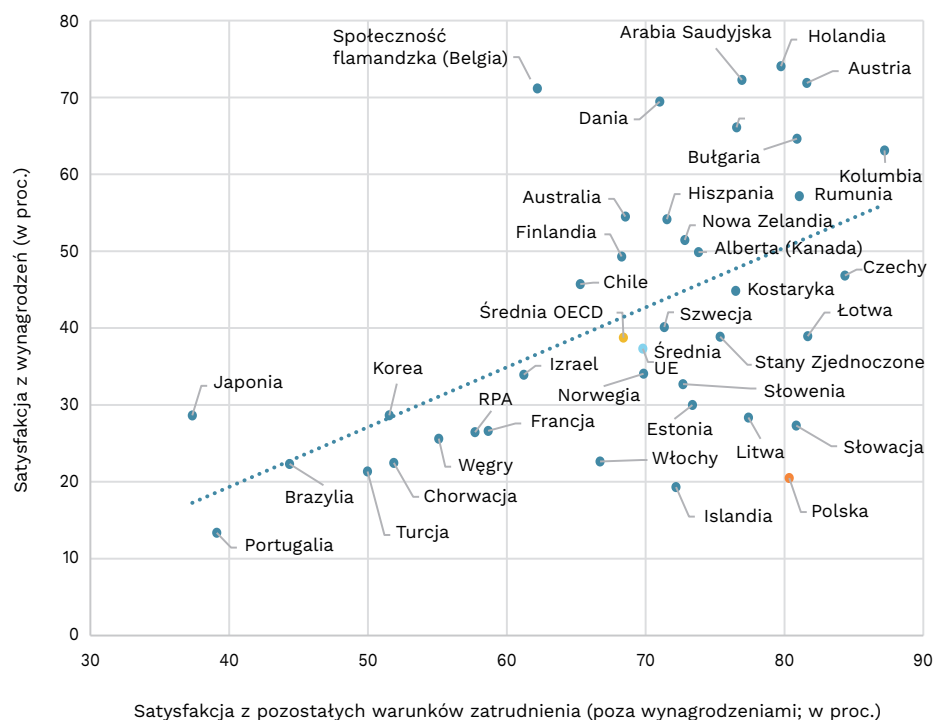
► **W subiektywnej ocenie pozafinansowych warunków zatrudnienia polscy nauczyciele znajdują się w ścisłej czołówce państw OECD. Zajmują 6. miejsce obok Austrii czy Litwy, podczas gdy pod względem satysfakcji z wynagrodzeń zajmują w zestawieniu 3. miejsce od końca.** Taka asymetria widoczna jest w wynikach badania [TALIS 2024](#) opisanych w [raporcie](#) OECD. Wynika z nich, że w Polsce satysfakcję ze swoich wynagrodzeń deklaruje zaledwie 20,5 proc. nauczycieli, podczas gdy aż 80,3 proc. komunikuje zadowolenie z pozostałych warunków zatrudnienia (poza wynagrodzeniami)¹. Dla porównania, na poziomie średniej dla krajów OECD zadowolenie z wynagrodzeń deklaruje 38,7 proc. nauczycieli, a z pozostałych warunków zatrudnienia 68,4 proc.

► **Na tak wysoki poziom satysfakcji z pozafinansowych aspektów pracy wśród nauczycieli wpływa między innymi dobra organizacja pracy oraz wysoka elastyczność.** Wskaźnik liczby uczniów przypadających na jednego nauczyciela jest bliski średniej OECD lub korzystniejszy, szczególnie na poziomie wyższych klas szkoły podstawowej, co zmniejsza codzienne obciążenie w pracy. Ponadto, zawód nauczyciela wiąże się z relatywnie niższym

¹ Dane dotyczące satysfakcji z wynagrodzeń oraz pozostałych warunków zatrudnienia dotyczą nauczycieli na poziomie *lower secondary education* (w polskich szkołach: klasy V–VIII szkoły podstawowej, dawniej klasy I–III gimnazjum).

wymiarem czasu pracy. Z danych [PIAAC](#) wynika, że przepracowują tygodniowo średnio o 2,2 godz. mniej niż pozostali pracownicy z wykształceniem wyższym w Polsce (38,6 godz. względem 40,8 godz.). Wynik ten wypada również korzystnie na tle krajów OECD, w których średnia liczba godzin pracy nauczycieli tygodniowo wynosi 40,8. Elastyczność pracy potwierdzają również dane dotyczące czasu spędzonego w budynku szkoły – na poziomie klas V-VIII czas spędzony przy tablicy wynosi w Polsce 486 godz. rocznie, co stanowi ok. 34 proc. z 1440 godz. całkowitego wymiaru pracy (wobec średniej OECD odpowiednio 710 godz. i 45 proc. z 1579 godz.). Podobna relacja utrzymuje się na innych poziomach edukacji, z wyjątkiem edukacji przedszkolnej.

Wykres 2. Polska wyróżnia się bardzo wysokim poziomem satysfakcji z pozafinansowych warunków pracy, przy jednym z najniższych poziomów zadowolenia z wynagrodzeń



Dane: zależność między satysfakcją z wynagrodzeń a z pozostałych warunków zatrudnienia wśród nauczycieli w państwach OECD i krajach partnerskich.

Źródło: opracowanie własne PIE na podstawie [danych OECD](#).

► **Nawet podwyżki dla nauczycieli w ostatniej dekadzie nie wystarczyły, aby zwiększyć ich deklarowaną satysfakcję finansową.** W latach 2015–2025 w Polsce odnotowano łączny wzrost wynagrodzeń rzeczywistych w tym sektorze aż o 41 pkt. proc., co daje 2. miejsce wśród państw OECD, zaraz po Węgrzech. Mimo to nauczyciele wciąż zarabiają o 13 proc. mniej niż pozostali pracownicy z wykształceniem wyższym w kraju. Wynik ten pozostaje niski również na tle państw OECD, w których średnia relacja zarobków nauczycieli do pensji pracowników z wykształceniem wyższym wynosi 91 proc., a u liderów, np. w Kostaryce czy Turcji, nawet 169 proc.

► **Poza kwestiami finansowymi nauczyciele odczuwają także brak poczucia docenienia przez społeczeństwo – zjawisko powszechne w większości państw OECD.** W 2024 r. tylko 10,4 proc. nauczycieli w Polsce uważało, że ich praca jest doceniana społecznie, co stanowi spadek o 7,5 pkt. proc. w stosunku do 17,9 proc. w 2013 r. Wskaźnik ten jest ponad

dwukrotnie niższy niż średnia krajów OECD (21,7 proc. w 2024 r. w porównaniu z 30,9 proc. w 2013 r.).

► Przekonanie nauczycieli o niskim poziomie uznania w społeczeństwie nie znajduje potwierdzenia w [danych CBOS](#), zgodnie z którymi aż 79 proc. Polaków deklaruje wysoki szacunek dla tego zawodu. Kontrast ten wynika najprawdopodobniej z różnego punktu odniesienia badanych – ocena statusu zawodowego przez nauczycieli kształtuje się w ramach codziennych interakcji, a nie w abstrakcyjnych warunkach sondażowych. Jak wskazują badania [ZNP](#), nauczyciele często doświadczają krytyki oraz podważania ich kompetencji ze strony rodziców. W [literaturze](#) opisywany jest również istotny wpływ wynagrodzenia na prestiż oraz atrakcyjność zawodu – relatywnie niższe pensje nauczycieli sprawiają, że czują się oni niedoceniani.

(Marta Seredyńska)

Francja i Niemcy wspólnie chcą zaostrzenia polityki handlowej wobec Chin

0 razy

UE użyła dotąd instrumentu przeciwdziałania przymusowi ekonomicznemu

207 mld EUR

wyniósł deficyt UE w handlu towarami z Chinami w I półroczu 2026 r.

3-krotnie

spadł eksport niemieckich samochodów do Chin w latach 2022-2025

► **Francja i Niemcy domagają się bardziej asertywnej polityki handlowej UE.** Wspólny list kanclerza Niemiec i prezydenta Francji do przewodniczącej Komisji Europejskiej oraz towarzyszący im *non-paper* opublikowane zostały 5 października, na 10 dni przed szczytem Rady Europejskiej, którego przedmiotem będą relacje handlowe z Chinami, oraz na trzy dni przed wizytą unijnego komisarza ds. handlu Maroša Šefčoviča w Pekinie.

► **Jest to przełomowa zmiana stanowiska Niemiec wobec polityki handlowej UE, w szczególności wobec relacji z Chinami.** Dotychczas Niemcy popierały otwarty rynek unijny, by zachować możliwie dobre warunki wejścia na zagraniczne rynki. Berlin w ten sposób chronił również swoje koncerny, które czerpały zyski z obecności na chińskim rynku. Dwa lata temu Niemcy głosowały przeciw unijnym cłom na samochody elektryczne z Chin. Francja z kolei sprzyjała aktywnej polityce przemysłowej, w tym większej ochronie jednolitego rynku.

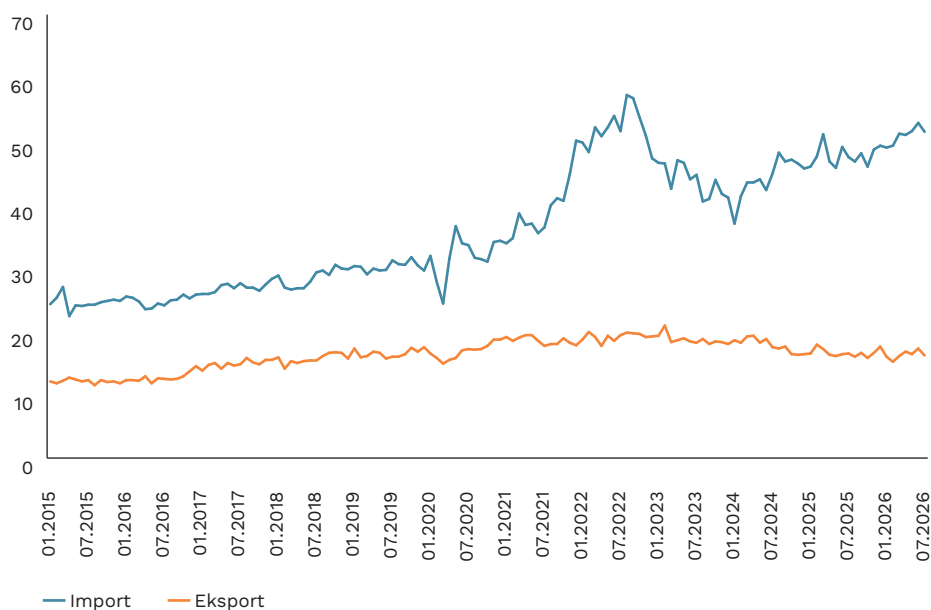
► **Najważniejszą częścią przedstawionej propozycji jest nowe narzędzie obrony handlu, wzorowane na amerykańskich przepisach sekcji 301 ustawy o handlu z 1974 r.** Komisja Europejska miałaby uzyskać możliwość podjęcia szybkiego działania ograniczającego dostęp do rynku UE w razie nierównego traktowania podmiotów z UE i państwa trzeciego lub innych zakłóceń. Kluczową różnicą w porównaniu z innymi procedurami handlowymi UE ma być mechanizm, zgodnie z którym proponowane przez KE środki wchodziłyby w życie, chyba że większość kwalifikowana państw UE by ten wniosek odrzuciła. Narzędzie ma dawać wszelkie możliwości działania – od sektorowych działań, po pełne blokowanie dostępu do unijnego rynku – a także odpowiadać na różne zakłócenia rynku – „od pojedynczego produktu po cały sektor, od subsydiów po manipulację kursem walutowym”.

► **Poza nowym instrumentem, Francja i Niemcy domagają się szybszego podjęcia możliwych działań antydumpingowych i antysubsydyjnych, kontroli jakości importu, a także wdrożenia dotychczas planowanych i proponowanych działań.** Francja i Niemcy wzywają Komisję do zaproponowania instrumentu przymuszającego firmy i państwa do dywersyfikacji źródeł dostaw, popierają „preferencję europejską” w *Industrial Accelerator Act*

i zawieranie partnerstw z innymi krajami, by dywersyfikować import i chronić się przed omijaniem unijnych barier. W *non-paperze* argumentują także za walką z zaniżaniem kursów walutowych. W kontekście możliwych działań odwetowych, które mogłyby w najbliższych miesiącach zostać podjęte przez państwa trzecie (Chiny), wzywają do identyfikacji dostępnych możliwości oraz oszacowania ich wpływu na państwa członkowskie, by rozpocząć już przygotowania i koordynację w razie zaistnienia takiej sytuacji.

► **Francusko-niemiecka propozycja jest wyrazem bezsilności UE wobec zagrożenia określonego jako chiński szok 2.0.** Deficyt handlowy UE jest rekordowy – w I półroczu 2026 r. przekroczył wynik z II połowy 2022 r., gdy odnotowano nadzwyczajny deficyt w związku z pandemią. W Niemczech koncerny samochodowe zwalniają pracowników z powodu utraty rynków – tak w UE, w której rośnie udział Chin w sprzedaży nowych aut spalinowych i hybrydowych, jak i rynku chińskiego (trzykrotny spadek eksportu niemieckich aut od 2022 r.). Jednocześnie wewnątrz UE trudno o jednolite poparcie dla asertywnych działań – Pekin „kupi” poparcie poszczególnych państw członkowskich inwestycjami (jak np. na Węgrzech czy w Hiszpanii) bądź też szantażuje różnymi konsekwencjami (m.in. Litwa, Szwecja, Polska). Jednak przyjęcie nowych mechanizmów wymaga czasu, a na razie firmy borykają się z intensywną konkurencją i dlatego warto wykorzystać wszystkie obecne możliwości ochrony rynku. Jednocześnie ta zmieniona postawa Niemiec może urzeczywistnić zapowiedzi bardziej asertywnej polityki UE, co może być pomocne dla trwających negocjacji komisarza ds. Handlu w Pekinie.

Wykres 3. Import z Chin systematycznie rośnie, podczas gdy eksport spada



Dane: wartość handlu UE z Chinami (w mld EUR).

Źródło: opracowanie własne PIE na podstawie danych Eurostatu.

(Michał Kowalski, Marek Wąsiński)

Choroby cywilizacyjne hamują potencjalny wzrost gospodarczy

do 90 proc.

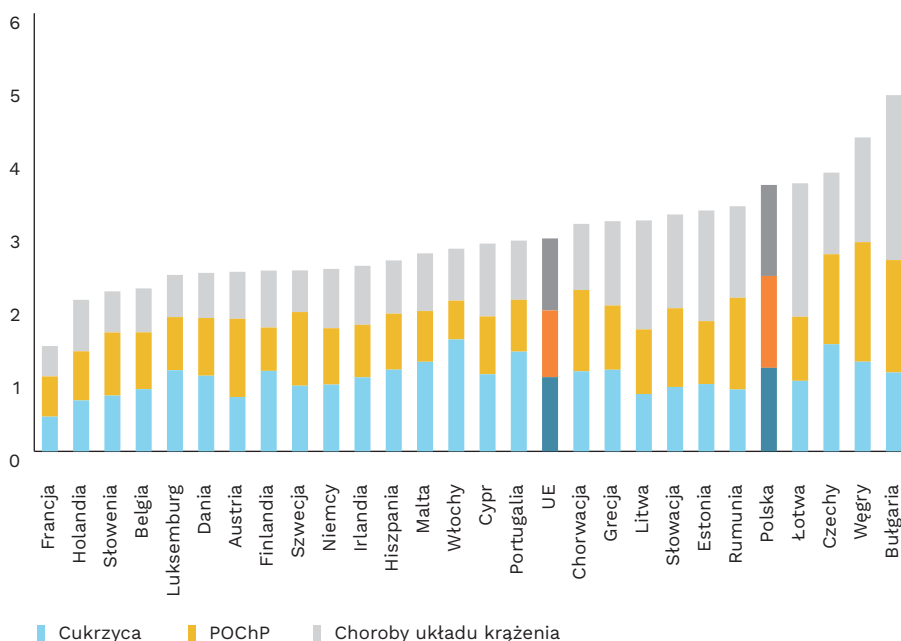
kosztów ekonomicznych wywoływanych przez cukrzycę, POChP i przewlekłe choroby układu krążenia wynika ze spadku podaży pracy

3,65 proc.

potencjalnego PKB rocznie może tracić polska gospodarka do 2050 r. z powodu cukrzycy, POChP i przewlekłych chorób układu krążenia

► Spadek podaży pracy odpowiada za dominującą część strat ekonomicznych wywoływanych przez choroby przewlekłe, jak cukrzyca, przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP) i choroby układu krążenia. Według danych IHME, w 2023 r. choroby te mogły dotyczyć około 1,4 mld osób na świecie. Zgodnie z analizą OECD, od 83 proc. do 90 proc. całkowitego ciężaru tych schorzeń dla gospodarek badanych krajów wynika ze zmniejszonej aktywności zawodowej oraz niższej wydajności pracy. Zapadanie na te choroby wiąże się z ryzykiem przedwczesnej umieralności oraz przymusowej dezaktywacji zawodowej, a w konsekwencji usuwaniem z rynku pracy wykwalifikowanych pracowników i zmuszaniem pacjentów do przejścia na wcześniejsze świadczenia rentowe. Równoległe, wśród osób kontynuujących zatrudnienie, przewlekłe problemy zdrowotne sprzyjają absencji oraz świadczeniu pracy przy stałe obniżonej wydajności. Pozostałe 10 proc. do 17 proc. strat ekonomicznych stanowią wydatki na opiekę zdrowotną, które w scenariuszu skutecznej prewencji mogłyby zostać przeznaczone na produktywne inwestycje wspierające rozwój gospodarki.

Wykres 4. Wpływ cukrzycy, POChP i przewlekłych chorób układu krążenia na rynek pracy redukuje potencjalny PKB w krajach UE o około 3 proc. rocznie



Dane: uśredniona zmiana rocznego PKB (w proc.) w latach 2026-2050 pomiędzy scenariuszem utrzymania dotychczasowego stanu gospodarki a alternatywnym scenariuszem, w którym trzy analizowane choroby przewlekłe zostają wyeliminowane.

Źródło: opracowanie własne PIE na podstawie danych OECD (2026).

► Poprawa zdrowia obywateli w zakresie omawianych chorób mogłaby przynieść budżetowi państwa bezpośrednie oszczędności. Wynikałyby one z ograniczonej zachorowalności, trwale eliminującej konieczność finansowania długotrwałych i kapitałochłonnych procesów leczenia dużej grupy pacjentów. Struktura tych korzyści różniłaby się jednak w zależności od schorzenia. Redukcja kosztów leczenia cukrzycy oraz POChP stanowiłaby dla finansów publicznych czystą oszczędność. W przypadku przewlekłych chorób układu krążenia, które niosą ze sobą wysokie ryzyko przedwczesnego zgonu, prewencja

zapewniłaby nie tylko oszczędności w leczeniu, ale również znacząco wydłużyłaby życie obywateli. Powstałe oszczędności medyczne przewyższyłyby jednak wiążące się z tym transfery socjalne (m.in. dłuższy okres wypłaty emerytur).

► **Do 2050 r. wspomniane choroby mogą kosztować kraje Unii Europejskiej prawie 3 proc. potencjalnego PKB rocznie, przy czym szacunki te odzwierciedlają wyłącznie straty w rynku pracy.** Polska gospodarka wykazuje w tym obszarze większą wrażliwość – potencjalne straty PKB w skali roku mogą wynieść w naszym kraju średnio 3,65 proc. Z projekcji OECD wynika, że bezrobocie, absencje czy niższa wydajność osób zmagających się z przewlekłymi chorobami układu krążenia obniżą potencjalny PKB Polski średnio o 1,26 proc. rocznie. Identyczne straty (1,25 proc.) wygenerują skutki przewlekłej obturacyjnej choroby płuc, podczas gdy obciążenie gospodarki następstwami cukrzycy zredukuje ten wskaźnik o 1,14 proc.

► **W warunkach starzenia się populacji i kurczących się zasobów siły roboczej, systemowe zapobieganie chorobom przewlekłym staje się ważnym narzędziem polityki państwa.** Interwencje w obszarze chorób cywilizacyjnych mogą przynieść państwom Unii wielowymiarowe korzyści, wykraczające poza samą ochronę zdrowia publicznego. Skuteczne ograniczanie głównych czynników ryzyka – ze szczególnym uwzględnieniem otyłości i palenia tytoniu – mogłoby trwale odciążyć systemy ochrony zdrowia, ale przede wszystkim pozytywnie oddziaływać na stabilizację finansów publicznych i stymulować długoterminowy wzrost gospodarczy.

(Karolina Rutkowska)

Korzystanie z mediów społecznościowych często wiąże się z doświadczaniem trudności życiowych

3 razy

częściej osoby w wieku 18-26 lat deklarują skrajne użycie mediów społecznościowych (powyżej 4 godz. dziennie) w porównaniu z osobami w wieku 27-60 lat

o 78 proc.

większe szanse na używanie mediów społecznościowych powyżej 4 godz. dziennie ma osoba o wysokiej depresyjności

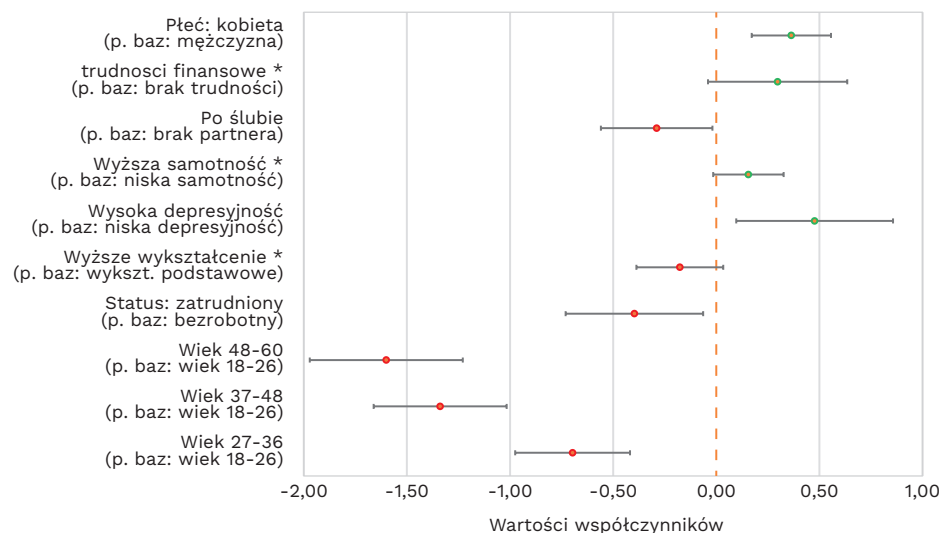
► **Analiza najnowszych danych z *Generations and Gender Survey*² (GGS) z lat 2025/2026 dla Polski ujawniła, że 51 proc. osób w wieku 18-26 lat deklaruje korzystanie z mediów społecznościowych przez co najmniej 2 godz. dziennie.** Wśród pozostałych osób odsetek ten wynosi tylko 18 proc. Jeszcze większe dysproporcje widać w przypadku bardziej aktywnego użytkownika, tj. powyżej 4 godz. dziennie (odpowiednio 17 proc. i 5 proc.).

► **Pogłębiona analiza daje podstawy, by sądzić, że korzystanie z mediów społecznościowych może być powiązane z obciążeniem wynikającym z trudności życiowych i kryzysów.** Wyniki logistycznej regresji porządkowej sugerują, że osoby młode (18-26 lat), które cechują się większą podatnością na stany depresyjne i silniejszym poczuciem osamotnienia, mają większą skłonność do spędzania większej ilości czasu w mediach społecznościowych. Wśród osób pracujących lub pozostających w związku z drugą osobą również występuje pozytywna korelacja między liczbą godzin spędzanych na platformach społecznościowych a obciążeniem związanym z życiem zawodowym i występowaniem kryzysu w związku. Natomiast skrajne użytkowanie mediów społecznościowych (powyżej 4 godz.

² Druga runda badania *Generations and Gender Survey* (GGS-II) dla Polski zawiera odpowiedzi ponad 9 tys. respondentów. Pytania dotyczą różnych wymiarów, np. rodziny, pracy czy relacji międzypokoleniowych. Do 2028 r., będzie ono składać się z dwóch fal, co pozwoli analizować zmiany życiowe poszczególnych osób, a także weryfikować mechanizmy stojące za tymi zmianami.

dziennie) jest silnie powiązane z wysoką depresyjnością (o 78 proc. większe szanse) oraz młodym wiekiem (18-26 lat; ponad 2-krotnie większe szanse)³.

Wykres 5. Skrajne używanie mediów społecznościowych jest powiązane z młodym wiekiem, płcią oraz wysoką depresyjnością



Dane: wartości współczynników regresji logistycznej z korektą Firtha, istotnych statystycznie na poziomie istotności 5 proc. (zmienne oznaczone * są istotne na poziomie istotności 10 proc.).

Uwaga: zmienną objaśnianą jest skrajne użycie mediów społecznościowych (powyżej 4 godz. dziennie). Wartości większe od 0 oznaczają pozytywny związek danej zmiennej ze zmienną objaśnianą. Czarne linie to przedziały ufności. W nawiasach zostały podane wartości bazowe.

Źródło: opracowanie własne PIE na podstawie danych z GGS rundy II dla Polski⁴.

► **Związek ten jest zgodny z teoriami naukowymi, które traktują korzystanie z internetu podobnie jak inne zachowania kompensacyjne⁵.** Cyfrowa aktywność może stać się mechanizmem ułatwiającym radzenie sobie ze stresem i obciążeniem w świecie realnym. O ile w krótkim okresie przynosi on natychmiastową ulgę oraz zaspokojenie naturalnych potrzeb, o tyle długotrwała potrzeba kompensacji może nieść za sobą negatywne konsekwencje w postaci zaniedbywania obowiązków czy konfliktów z bliskimi, co może skutkować niższą satysfakcją z życia.

► **Jak wskazują liczne raporty dotyczące mediów społecznościowych, skłonność do ucieczki w przestrzeń cyfrową pod wpływem stresu czy samotności jest dodatkowo stymulowana przez same platformy.** Mechanizmy uzależniające oraz algorytmy rekomendacyjne są celowo projektowane tak, aby angażować użytkowników poprzez wywoływanie silnych, skrajnych emocji. Ekscytacja, lęk, poczucie wykluczenia, szukanie nowych bodźców i ciągłe porównywanie się z innymi wydłużają czas spędzany w aplikacji. Jak dowodzą

³ W celu przeprowadzenia analizy stworzono dwa modele regresji na próbie 7920 osób: (1) logistyczny model regresji porządkowej do zbadania związku poszczególnych zmiennych z liczbą godzin spędzanych w mediach społecznościowych, oraz (2) model regresji logistycznej z korektą Firtha do weryfikacji predyktorów ich skrajnego użytkownika. Dla obu modeli stworzono również modele dla osób pracujących i osób w związkach. Zastosowane metody wskazują na współwystępowanie i nie dają podstaw do stwierdzenia przyczynowości.

⁴ Niniejsza publikacja wykorzystuje dane z badania programu *Generations and Gender Programme* (GGP). Program ten otrzymał dofinansowanie od Komisji Europejskiej, członków Rady Konsorcjum oraz krajowych instytucji finansujących, którym serdecznie dziękujemy. Gromadzenie danych z fali I badania w Polsce jest współfinansowane przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego (umowa numer 2023/WK/10). Informacje o realizacji badania w Polsce można odnaleźć [tutaj](#).

⁵ Np. Teoria Kompensacyjnego Użycia Internetu (Kardefelt-Winther, 2014).

badania, każde dodatkowe słowo o zabarwieniu negatywnym w nagłówku zwiększa „klikalność” treści o ok. 2,3 proc. Jest to związane z tendencją ludzkiego umysłu do skupiania się na negatywnych informacjach (*negativity bias*). Co więcej, wycieki wewnętrznych dokumentów firm (np. Mety z 2021 r.) potwierdzają, że właściciele platform pozostawali obojętni na negatywne skutki swoich produktów mimo wiedzy o ich istnieniu.

► **Obserwowane zmiany legislacyjne i dyskusja wokół praktyk platform społecznościowych, sygnalizują możliwy zwrot w relacji człowieka z cyfrowym światem.** Pozew 29 stanów USA przeciwko Mecie z sierpnia 2026 r. doprowadził do zobowiązania koncernu do wprowadzenia nowych procedur bezpieczeństwa chroniących przed uzależnieniem. Australia jako pierwsza wprowadziła całkowity zakaz posiadania kont w mediach społecznościowych dla osób poniżej 16. roku życia. Podobną propozycję przedstawiła niedawno Komisja Europejska. Choć świadomość zagrożeń ze strony mediów społecznościowych rośnie, kluczowe pozostaje pytanie, czy przełoży się ona na regulacje rzeczywiście skutecznie chroniące człowieka w świecie cyfrowym.

(Michał Potasiński)

Autorzy: Michał Kowalski, Paula Kukołowicz, Michał Potasiński, Karolina Rutkowska, Marta Seredyńska, Marek Wąsiński

Polski Instytut Ekonomiczny

Polski Instytut Ekonomiczny to publiczny *think tank* ekonomiczny z historią sięgającą 1928 roku. Instytut przygotowuje raporty, analizy i rekomendacje dotyczące kluczowych obszarów gospodarki oraz życia społecznego w Polsce, z uwzględnieniem sytuacji międzynarodowej. Jego obszary badawcze to przede wszystkim makroekonomia, energia, gospodarka światowa, gospodarka cyfrowa, ekonomia behawioralna oraz procesy społeczne.

Przy opracowaniu niniejszego materiału wykorzystano narzędzia sztucznej inteligencji w zakresie m.in. redakcji językowej, uporządkowania materiału, wsparcia analizy, przygotowania kodu programistycznego. Wszystkie treści, analizy i wnioski zostały zweryfikowane oraz zatwierdzone przez autorów.

© Copyright by Polski Instytut Ekonomiczny

Ignacy Świącicki
Kierownik Zespołu Gospodarki Cyfrowej
Redaktor merytoryczny „Tygodnika Gospodarczego PIE”
ignacy.swiecicki@pie.net.pl

Kontakt
Ewa Balicka-Sawiak
Kierownik Zespołu Komunikacji
Rzecznik Prasowy
ewa.balicka@pie.net.pl
tel. 48 727 427 918