

Już niemal połowa Polaków twierdzi, że przez wysoką inflację traci zdrowie psychiczne. Takich osób jest więcej niż tych, które nie doświadczają tego typu problemów. A rok temu sytuacja wyglądała zupełnie odwrotnie. Obecnie o niekorzystnych zmianach mówią głównie seniorzy, ale warto też zwrócić uwagę na pokolenie Z. Eksperti przy okazji komentowania wyników badania szacują, że przez ww. stan gospodarka traci nawet kilkanaście mld zł rocznie. I dodają, że problem od dłuższego czasu rósł, ale najgorsze jest to, że wcale nie tak łatwo będzie się go pozbyć. Do tego zwracają uwagę na to, że sytuacja może dalej się pogarszać, nawet mimo faktu, że inflacja zaczęła wyraźnie spadać. Eksperti prognozują też, że kryzys szybko nie zniknie z naszej przestrzeni i jako społeczeństwo będziemy musieli ponieść tego konsekwencje.

### Znowu alarmujące wyniki

Obecnie blisko 49% Polaków doświadcza pogorszenia własnego zdrowia psychicznego, kondycji psychicznej, samopoczucia bądź funkcjonowania psychicznego w związku z wysoką inflacją. W ten sposób społeczeństwo reaguje na wzrost cen w sklepach i spadek wartości dochodów. Z kolei niecałe 42% nie odczuwa tego, a nieco ponad 9% nie ma zdania w tej kwestii. Tak wynika z cyklicznego raportu pt. „Zdrowie psychiczne Polaków w czasach wysokiej inflacji”, opracowanego na podstawie badania, które zostało przeprowadzone przez UCE RESEARCH i platformę ePsycholodzy.pl w pierwszej połowie czerwca br. na reprezentatywnej próbie ponad tysiąca dorosłych Polaków.

*– W dużym skrócie można powiedzieć, że blisko 15 mln Polaków może doświadczać pogorszenia własnego zdrowia psychicznego, kondycji psychicznej, samopoczucia bądź funkcjonowania psychicznego w związku z wysoką inflacją. Najczęstszym objawem jest stres, na który skarży się – według naszych wyliczeń – ok. 7,5 mln rodaków. Wyniki oczywiście są alarmujące. Inflacja odcisnęła trwałe piętno na Polakach – komentuje Michał Pajdak z platformy ePsycholodzy.pl.*

W porównaniu z lipcem ub.r. widać też wyraźne zmiany. Wówczas niecałe 44% respondentów doświadczało ww. pogorszenia (teraz – blisko 49%). Przeciwnego zdania było przeszło 44% (obecnie – niecałe 42%), a trochę ponad 12% nie miało wyrobionej opinii w tym zakresie (w tej chwili – przeszło 9%). Jak stwierdza ekonomista Marek Zuber, badanie z ub.r. pokazuje sytuację, w której inflacja była bardzo wysoka, ale jej szczyt przypadł na początek 2023 r. A zatem odczucia z nią związane są ostrzejsze i jeszcze bardziej je widać. Ponadto ludzie coraz dłużej doświadczają jej oddziaływania, czyli mocniej ją czują. Jak podkreśla ekspert, skumulowany wzrost cen za ostatnie 2 lata to już wielkości grubo powyżej 25%, a w niektórych grupach towarowych, jak żywność, nawet znacznie więcej. Ponadto spada realne wynagrodzenie.

*– W 2022 roku więcej osób mogło jeszcze sądzić, że wysoka inflacja będzie krótkotrwała. Na początku ludziom wydawało się, że sobie z tym poradzą, a sytuacja potrwa np. 2-3 miesiące. Rząd i bank centralny komunikowały przecież, że to zjawisko szybko minie. Jednak coraz więcej Polaków zaczyna poważnie odczuwać wzrost cen jako zagrożenie dla swojego stylu życia. Już rok temu wielu rodaków odczuwało pogorszenie zdrowia psychicznego. Teraz doszli ci, którzy poprzednio uważali, że wysoka inflacja potrwa krótko albo łatwo sobie z nią poradzą – analizuje prof. Witold Orłowski, główny doradca ekonomiczny PwC w Polsce.*

### Najbardziej narażone grupy

Częściej ww. problemów doświadczają kobiety niż mężczyźni. Patrząc na grupy wiekowe, widać, że o

pogorszeniu zdrowia psychicznego mówią przede wszystkim osoby mające 75-80 lat. Dalej są respondenci w wieku 18-24 lat oraz 35-44 lat. Z kolei uwzględniając deklarowane dochody miesięczne netto ankietowanych, można stwierdzić, że o niekorzystnych zmianach informują głównie ludzie uzyskujący 5000-6999 zł. Dalej są osoby zarabiające 3000-4999 zł oraz 1000-2999 zł. Z kolei na końcu zestawienia znajdują się rodacy, którzy nie mówią o wysokości dochodów lub zarabiają poniżej 1000 zł.

*– Respondenci z dochodami w wysokości 5000-6999 zł to typowa tzw. średnia klasa. Ludzie, którzy mogli w ostatnich latach coraz mocniej korzystać z efektów swojej pracy. W obecnej sytuacji zmuszeni są oszczędzać, czego zasadniczo od lat nie doświadczali. Jednak problemem jest nie tylko wzrost inflacji, ale związany z nim zresztą spadek realnych dochodów. W przypadku zdecydowanie wyższych zarobków inflacja nie ogranicza możliwości zakupowych, a przy najniższych pensjach sytuacja już wcześniej była bardzo trudna – stwierdza Marek Zuber.*

Problemy ze zdrowiem psychicznym dostrzegają przede wszystkim osoby ze średnim wykształceniem. Dalej są Polacy z wyższym, podstawowym, gimnazjalnym lub zasadniczym zawodowym wykształceniem. Z kolei patrząc na wielkość miejscowości zamieszkania, widać, że o tym zjawisku mówią głównie respondenci z ośrodków liczących od 50 tys. do 99 tys. mieszkańców. Dalej są rodacy z co najmniej 500-tysięcznych miast. Natomiast na końcu zestawienia są osoby z lokalizacji mających od 200 tys. do 499 tys. ludności, a także ze wsi i z miejscowości liczących do 5 tys. mieszkańców.

*– Myślę, że ludzie ze średnim wykształceniem i z niewielkich miejscowości to również część społeczeństwa uważająca się za tzw. klasę średnią. Oni mają pewne aspiracje życiowe, z których nie chcą rezygnować. Oczywiście, im nie zabraknie pieniędzy na jedzenie, nie umrą z głodu. Natomiast pojawia się zagrożenie dla pewnego modelu życia, niekiedy utożsamianego z sukcesem życiowym. Teraz trzeba np. zamienić dwutygodniowe wakacje w Turcji na tygodniowe i to w dodatku w kraju, bo nie starczy środków na inne wydatki. To może być dużym obciążeniem psychicznym dla takich osób – podkreśla prof. Orłowski.*

### **Wielomiliardowe uderzenie w gospodarkę**

Rodzą się też pytania o to, ile nasza gospodarka traci ze względu na gorsze zdrowie psychiczne Polaków. Zdaniem prof. Orłowskiego, to jest bardzo trudne do precyzyjnej oceny. Generalnie złe nastroje szkodliwie wpływają na ekonomię. Choćby ludzie, którzy boją się inflacji, starają się ograniczyć zakupy. To się przekłada na koniunkturę, więc z pewnością efekt jest negatywny dla rynku. Ekspert zaznacza, że jest to pierwszy tak wyraźny i długotrwały wzrost inflacji, jaki odnotowujemy w najnowszej historii Polski. Wprawdzie w latach 90. XX wieku był wysoki wskaźnik, ale on stopniowo spadał. Teraz jest zupełnie nowa sytuacja dla ludzi, którzy przez ostatnich 20 lat odzwyczaili się od tego zjawiska. Natomiast na szacowanie takich finalnych kosztów jest jeszcze za wcześnie. Jednak częściowo autorzy raportu podjęli się tego zadania.

*– Biorąc jedynie pod uwagę absencję w pracy osób ubezpieczonych z powodu zaburzeń psychicznych i zachowań, koszt dla gospodarki można szacować na wartość od 7,4 do 9,2 mld zł. rocznie. Dotyczy to 23,8 mln dni absencji chorobowej w ub.r. Należy też wziąć pod uwagę koszty zastępstwa nieobecnych pracowników, a więc ich rekrutację, szkolenie itd. Do tego dochodzą koszty wynikające z opóźnionej lub niewykonanej należycie pracy, utraconych klientów, a także obciążenia wynikające z infrastruktury służby zdrowia i prywatnej opieki medycznej pracowników. Jednak ww. kwota to tylko jeden z kilku wprost wyliczalnych składników. Pozostałe mogą być dodatkowo kilkukrotną tego wartością i wynosić nawet kilkadziesiąt miliardów zł rocznie – wskazuje Michał Pajdak.*

Jak zaznacza Marek Zuber, mniejsza chęć do pracy i wydajność, ale też bardziej ograniczona konsumpcja to możliwe skutki tej sytuacji. Zdaniem eksperta, wpływ na gospodarkę nie powinien być jednak poważny. To nie są procesy, które w istotny sposób obniżą wzrost gospodarczy, ale będą w niej widocznym ogniwem. Z kolei prof. Orłowski podkreśla, że ludzie z reguły odczuwają inflację silniej, niż wskazuje pomiar statystyczny. Ekspert zwraca uwagę na prognozy prezesa NBP. Wynika z nich, że wskaźnik spadnie do 2-3%. Natomiast główny doradca ekonomiczny PwC w Polsce uważa, że jesienią inflacja wyniesie 9-10%. Ale to wcale nie musi oznaczać jakiejś poprawy odczuć ludzi na ten temat.

### Najgorsze dopiero przed nami?

*– Inflacja zrobiła sporą wyrwę finansową wśród Polaków, która będzie odczuwalna jeszcze w przyszłości. Mówimy tutaj chociażby o osobach, które mają zadłużenie w opłatach za mieszkanie czy dom. Zaległości będą narastały, bo przecież są też bieżące opłaty. Osobiście prognozuję, że jeżeli dwucyfrowa inflacja zostanie z nami do końca roku i wówczas powtórzymy badanie, to wyniki znów się pogorszą. W grudniu br. nawet ok. 60-70% respondentów może stwierdzić, że doświadcza pogorszenia własnego zdrowia psychicznego. Do tego sama hamująca inflacja też nie jest gwarancją, że temat zniknie, bo problem długo się zbierał i w pewnym sensie się nawarstwił – przekonuje Michał Pajdak.*

Jak tłumaczą eksperci z platformy ePsycholodzy.pl, z reguły Polacy mają poczucie, że inflacja jest sporo wyższa niż oficjalnie podawana przez GUS. A tego typu myślenie dodatkowo pogarsza ich stan. To prosta droga do różnego rodzaju zaburzeń i schorzeń, w tym tych najgroźniejszych dla życia i zdrowia, a także do kolejnych strat dla gospodarki. *– Często komunikowana przez polityków tzw. malejąca inflacja wcale nie oznacza spadku cen towarów i usług, a jedynie mniejszą dynamikę ich wzrostu. Ale podejrzewam, że sporo konsumentów nie rozumie tego w ten sposób, co później przy sklepowej kasie bądź półce objawia się szokiem bądź nawet frustracją – zaznacza Pajdak.*

Ponadto Polacy mogą od dłuższego czasu doświadczyć inflacji na własnej skórze, nie tylko rozumianej jako wzrost cen, ale także bezpośrednich tego skutków, np. zwolnień, ograniczenia pracy czy braku perspektyw. To wpływa na pogorszenie zdrowia psychicznego. *– Na szczególną uwagę zasługuje tzw. pokolenie Z. W grupie tych młodych Polaków notowane są m.in. największe wskaźniki wypalenia zawodowego. Osoby wchodzące na rynek pracy z takimi problemami często są mało efektywne. I jeśli nie poddadzą się terapii, to wówczas taki stan będzie trwał kolejne lata. Dla pracodawców to wyjątkowo niebezpieczny trend – ostrzega ekspert.*

Jednak, zdaniem ekspertów, to wszystko nie powinno nikogo dziwić – *Ostatni okres to właściwie epicentrum szalejącej inflacji i emocje do tego zbierają się w Polakach. Najgorsze jest to, że tego nawarstwienia wcale nie tak łatwo będzie się pozbyć. Problem się rozlał i będziemy musieli ponieść tego konsekwencje. A spadająca inflacja wcale nie musi wpływać na poprawę kondycji psychicznej Polaków – podsumowuje Michał Pajdak z platformy ePsycholodzy.pl.*

*Źródło: IP*