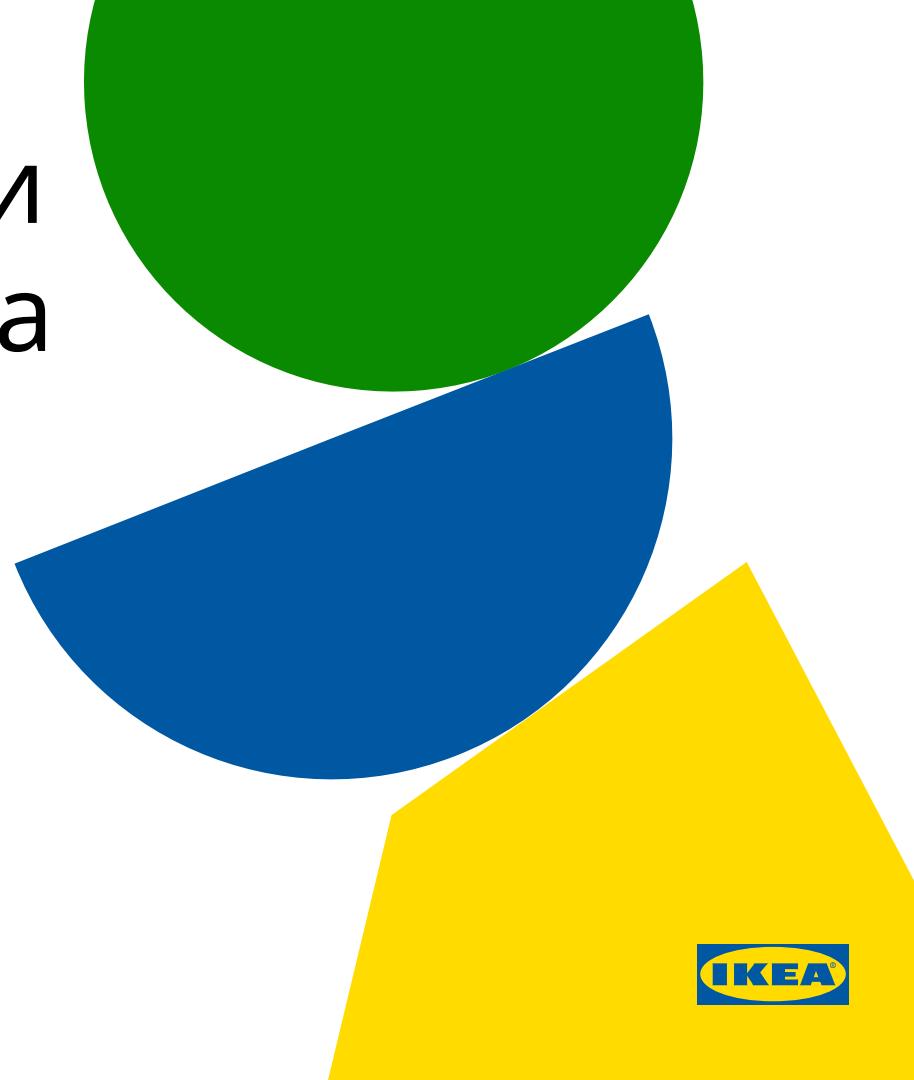


# Гармония в жизни начинается с дома

Отчёт «Жизнь дома» 2021  
В Латвии



Отчёт «Жизнь  
дома» 2021





## Вступление

Сбалансированный и гармоничный подход, помогает получать максимум от нашей жизни, и мы в IKEA верим, что всё это начинается с дома.

Для того, чтобы узнать о гармоничном психологическом состоянии дома, мы опросили более 1000 человек в Латвии, и около 34 000 по всему миру.



**Давайте рассмотрим подробнее  
главные темы исследования:**

- Отношения
- Общество
- Пространство
- Ритуалы
- Дом будущего

## Результаты

За последние непростые 12 месяцев, **27%** жителей Латвии признались, что их **психологическое состояние ухудшилось**, а наша связь с домом стала ближе и крепче.

За последние 12 месяцев  
психологическое  
состояние ухудшилось:



## Результаты

Благодаря нашему исследованию мы поняли, что **дом, который мы любим**, помогает **поддерживать гармоничное психологическое состояние**.

Но обратная сторона этого, что дом неудовлетворяющий потребностям, негативно влияет на наше психологическое состояние.

Положительное отношение к дому **благоприятно** сказывалось на **психологическом состоянии**

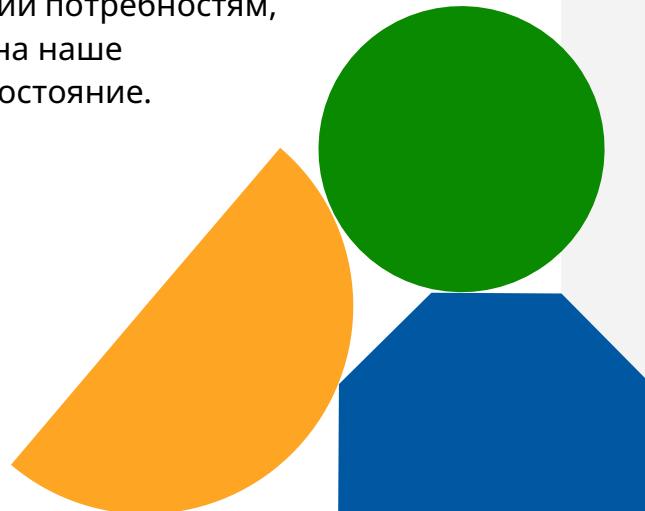
4

39%

40%

В Латвии

В мире



## Отношения

# Дом помогает или мешает вашим отношениям?

Пандемия крепче нас связала друг с другом – особенно с теми, с кем мы живём под одной крышей. Мы стали более разборчивы в дружбе, ведь для нашего психологического благополучия важно не количество, а качество.

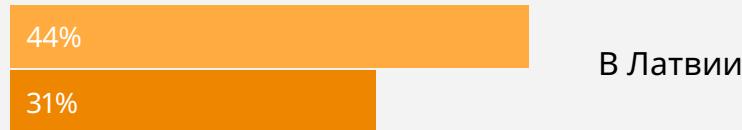


## Отношения

### Семья и друзья

Пандемия помогла наладить связь с семьёй, но вот с друзьями наоборот. 13% жителей Латвии признались, что последние 12 месяцев негативно сказались на дружбе.

#### Положительное влияние на отношения с семьёй и друзьями



6

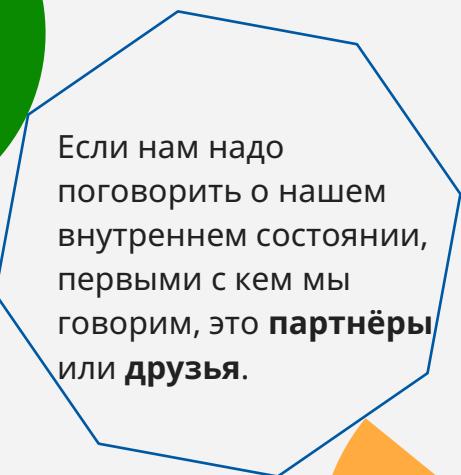
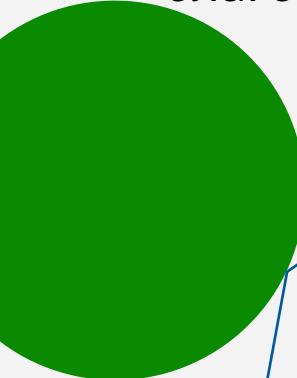


Как последние 12 месяцев повлияли на указанные сферы жизни?



## Отношения

### Говоря о нашем психологическом благополучии



Если нам надо поговорить о нашем внутреннем состоянии, первыми с кем мы говорим, это **партнёры** или **друзья**.

1

Партнёр

В Латвии	В мире
49%	50%

2

Друг

В Латвии	В мире
33%	41%

3

Родитель

В Латвии	В мире
17%	22%

4

Терапевт

В Латвии	В мире
9%	16%

5

Коллега

В Латвии	В мире
9%	7%

?

Для разных тем мы полагаемся на разного рода отношения. С кем вы говорите о своём психологическом состоянии и благополучии?



## Отношения

### Нам сложно открываться

В Латвии мы **реже** открыто говорим о своём психологическом состоянии, в сравнении со всем миром.

Ни с кем не говорю о своём психологическом здоровье:

19%

В Латвии

11%

В мире



В разных ситуациях мы обращаемся за помощью к разным людям. Как вы думаете, к кому вы бы могли обратиться вашего психологического состояния?

С кем обычно в Латвии говорят о психологическом благополучии?

**Женщины vs.  
Мужчины** говорят со  
своими **друзьями** о  
психологическом  
состоянии

**39% vs. 26%**

женщины

мужчины

8

**56% vs. 44%**

мужчины

женщины

**Мужчины vs.  
женщины**  
открываются  
своим **партнёрам**

## Общество

# Как много общество значит для нас?

Соседи, группы в мессенджерах или другие сообщества – важная часть нашей жизни. Они поддерживают нас в практических вопросах, и поддерживают социально и эмоционально, и за последние 12 месяцев мы стали чаще к ним обращаться.



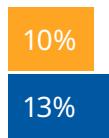
## Общество

За последние 12 месяцев, мы больше проводили время в своём районе.

Размышляя об идеальном доме, **13%** жителей Латвии сказали, что **общение с соседями** за последние 12 месяцев стало важнее, чем раньше.



В Латвии  
В мире



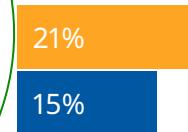
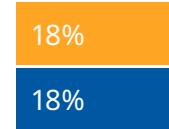
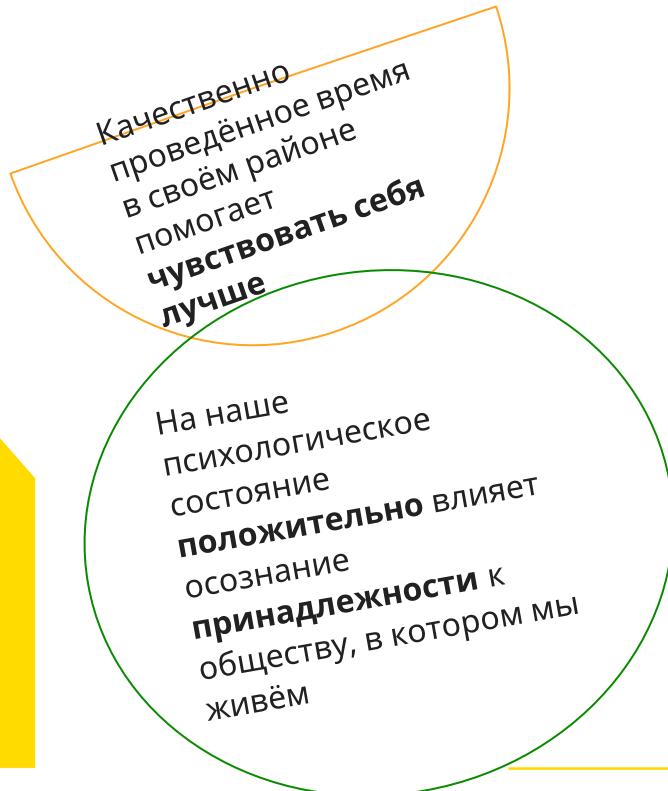
В Латвии  
В мире

За последние 12 месяцев....Я больше проводил (-ла)  
время в своём район//Я познакомился (-лась) с  
соседями (2 самых популярных ответа)



## Общество

Общество это не только то, что нас окружает. **Общение с соседями положительно влияет на наше психологическое здоровье.**



За последние 12 месяцев... Мне нравилось общаться с соседями//Мне психологически стало лучше от чувства принадлежности и общения с соседями. (2 самых популярных ответа)

## Пространство

Ваше домашнее  
пространство  
поддерживает вас  
психологически?

За эти годы пандемии наши дома сильно изменились. Для того, чтобы пространство соответствовало нашим нуждам, нам пришлось его изменить. Около 60% в Латвии и в мире признались, что сделали перестановку дома, чтобы можно было заниматься всеми необходимыми делами дома.



## Пространство

Ваш дом соответствует вашим психологическим нуждам?



В целом, нам хорошо дома, но есть **место для улучшений**



Жилое пространство хорошо соответствует нуждам:



- В Латвии
- В мире

У себя дома **комфортнее**:

- Людям свыше 55 лет
- Живущем в своём доме

У себя дома менее **комфортно**:

- Людям меньше 34 лет
- Людям из Риги
- Людям живущем в арендованных домах



Насколько ваш дом соответствует вашим психологическим нуждам?  
(2 самых популярных ответа)



## Пространство

### Наши ожидания от дома

В первую очередь, мы хотим чувствовать себя **удобно и безопасно**.

В сравнении со всем миром, для жителей Латвии **личное пространство** дома не так важно. Это может означать, что жители Латвии чувствуют себя комфортнее (или привыкли), когда делят пространство и другими членами семьи.

В процентном соотношении тех, кто считает это важным в Латвии:



В  
Латвии  
В мире



Насколько важно или неважно, чтобы ваш дом соответствовал эмоциональным нуждам?  
Результаты со значением «Очень важно»

## Пространство

### У всех свои ожидания от дома

Все пять  
**эмоциональных  
нужд** важнее для  
женщин, чем для  
мужчин

Люди живущие с  
**детьми** до 18 лет,  
чаще нуждаются в  
**комфорте и  
принадлежности**  
дома

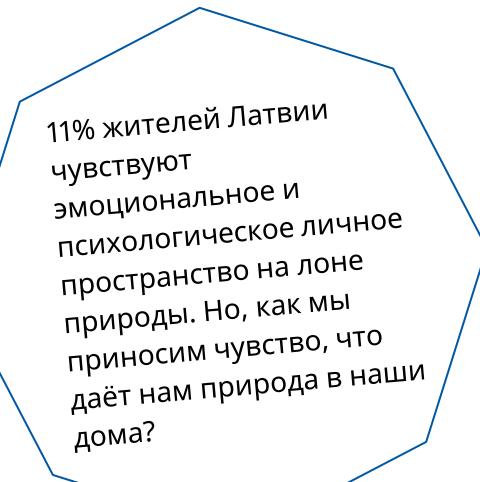
Ощущение **владения и  
контроля над  
пространством** важно для  
48% тех, кто живут в своём  
жилье, и для 34% тех, кто  
арендует.



## Пространство

### Наш дом для нас убежище

Дом соответствует большинству нашим эмоциональным нуждам. Мы чувствуем, что **владеем** пространство, в котором живём, и мы ощущаем там себя **комфортно и безопасно**. Но для людей младше 34 лет это иначе.



Наш дом даёт ощущение....



16



Где из ниже перечисленных мест вы себя лучше всего чувствуете? [Дома]



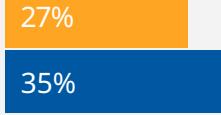
## Пространство

### Для многих дом – наше главное пристанище

Но для некоторых, проводить много времени дома является сложной задачей.

14% людей моложе 34 лет стали более негативно настроены по отношению к дому, чем во времена до пандемии.

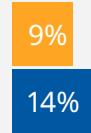
Стали более **позитивны** к дому



В Латвии  
В мире

vs.

Стали более **негативны** к дому



В Латвии  
В мире



За последний год, вы стали позитивно или негативно настроены по отношению к дому, в сравнении с временем до пандемии?



## Пространство

# Обновление нашего пространства для собственного удобства

Изменили свой дом, или хотя бы немного обновили его:

63%

В Латвии

60%

В мире

Только 10% жителей  
Латвии **серьёзно или**  
**полностью изменили**  
пространство своего  
дома.

После 2020 года, который полностью  
изменил ход жизни, в 2021 году  
обновления дома поставили на паузу.

18

63% жителей Латвии и 60% респондентов  
в мире признались, что им пришлось  
**хотя бы немного изменить дом**, чтобы  
он соответствовал их нуждам.



Делали ли вы дома какие-либо значительные перестановки в доме за последние 12 месяцем, чтобы создать место для желаемых занятий?

## Ритуалы

# А как вы живёте дома?

Роль дома в нашей жизни полностью изменилась. Это стало местом активных занятий, место, где мы должны быть продуктивными и место, где мы отдыхаем. Поиск баланса в бытовой рутине очень важно для нашего психологического благополучия.

## Ритуалы

# Время отдыха ДОМА

В Латвии, как и во всём мире, схожие ритуалы дома, что помогают поддерживать психологический баланс: **отдых, сон, время на себя и время с партнёром, и возможность выйти на воздух.**

Важно для  
психологического  
состояния дома



В  
Латвии  
В  
мире



Что из нижеуказанного наиболее важно для вашего хорошего самочувствия в рамках дома?

## Ритуалы

# ДОМ, где есть всё, ЧТО НУЖНО

Наш дом отлично  
справляется с **основными**  
задачами: **сон, отдых,**  
**готовка и приём пищи.**

Однако в сравнении со всем  
миром, в Латвии мы себя  
**чувствуем не так хорошо** в  
отношении своего дома,  
включая даже **базовые**  
**нужды**, как пища и время на  
себя.

Мой дом  
соответствует  
нуждам...



В Латвии

В мире

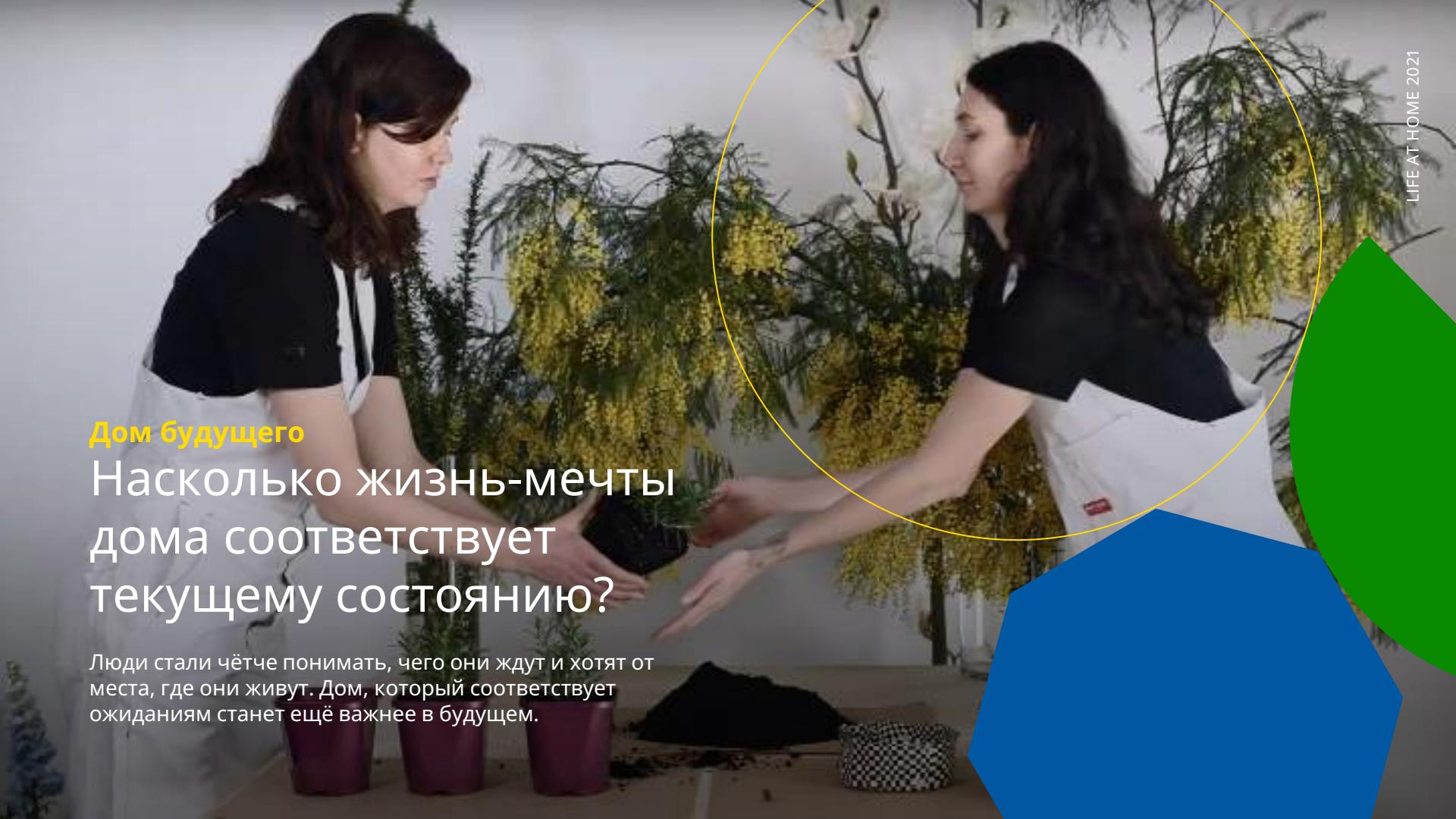


Если мы говорим о вашем доме, то в нём есть пространства для нижеуказанных занятий?

**Дом будущего**

# Насколько жизнь-мечты дома соответствует текущему состоянию?

Люди стали чётче понимать, чего они ждут и хотят от места, где они живут. Дом, который соответствует ожиданиям станет ещё важнее в будущем.



# Дом будущего

Больше зелени и личного пространства

Размышляя об идеальном дома, вот, что для большинства стало **важнее** за последние 12 месяцев:

- 1 Жизнь ближе к природе или паркам**
- 2 Свой сад**
- 3 Личное пространство**
- 4 Жить ближе к друзьям и родственникам**
- 5 Простота уборки**

Если задуматься о вашем идеальном доме, укажите что стало для вас важным за последние 12 месяцев?

То, что стало важнее за последние 12 месяцев

Лично



В Латвии

В мире

# Дом будущего

То, чем в будущем мы **хотим заниматься больше**, а значит и **наш дом** должен соответствовать этому.

Топ 5 в Латвии:

- 1** Отдых
- 2** Сон
- 3** Время с партнёром
- 4** Выход на свежий воздух
- 5** Уединение



Задумываясь об этих занятий, чем бы вам хотелось заниматься больше?



В  
Латвии

В мире

## Дом будущего

### Многообещающее будущее

Половина жителей Латвии смотрят положительно на будущее, однако есть разница по возрастным группам: **66%** людей младше **34 лет** позитивны, и только **33%** людей старше **55 лет** смотрят на будущее позитивно.

Будущее будет лучше, чем сейчас

45%

В Латвии

38%

В мире



Как вы опишите свои чувства касательно будущего (следующие 2 года)? (2 самых популярных ответа)



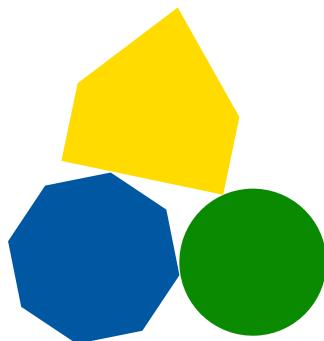
# Выводы





## Основные выводы (1)

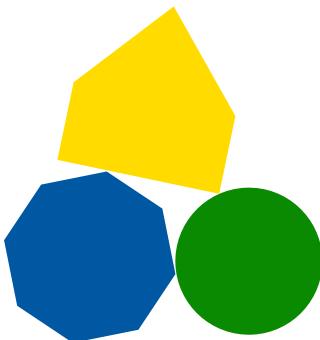
Дом, который мы  
любим, стал ещё более  
важен



1. 27% жителей Латвии испытывали негативное влияние на их психологическое состояние за последние 12 месяцев.
2. Но уютный дом помогает нашему психологическому состоянию: 39% жителей Латвии, которые стали лучше чувствовать себя дома в 2021 году, почувствовали положительное влияние на внутреннее состояние.
3. У некоторых дом не соответствовал их нуждам. 15% жителей Латвии признались, что дом не соответствовал их психологическому благополучию.

## Основные выводы (2)

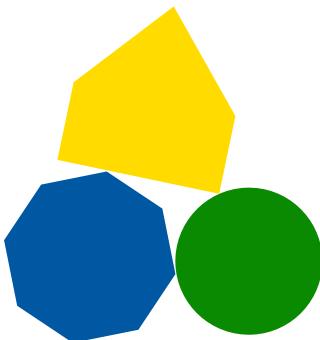
4. 44% жителей Латвии сказали, что их отношения с близкими стали лучше за последние 12 месяцев.
5. Однако у 13% респондентов этот год негативно сказался на дружбе.
6. Наши соседи и районы сыграли немаловажную роль за последние 12 месяцев. 87% жителей Латвии стали проводить больше времени в своих районах.





## Основные выводы (3)

7. У нас был активный год: 62% преображали дом за последние 12 месяцев, чтобы было удобнее заниматься желаемым.
8. Для достижении внутренней гармонии, важным для нас в этом году было: отдых (54%), сон (54%), уединение (38%), время с партнёром (36%), выход на свежий воздух (33%).
9. Задумываясь об идеальном доме, за последние 12 месяцев, жители Латвии хотели бы, чтобы дом был рядом с парком (32%), недалеко от семьи и друзей (30%), дом, который прост в уборке (25%).





## Приложение

### Об опросе

Количественный опрос проводила компания YouGov по заказу IKEA.

Опрос проходил с 23 июня по 28 июля 2021 года.

Выборка состоит из:

1012 жителей  
Латвии с 18  
лет и старше

#### Пол

Мужчины	45%
Женщины	55%

#### Возраст

18-34	25%
35-54	33%
55+	42%

#### Дети до 18 лет

Как минимум один ребёнок	16%
Нет детей указанного возраста	84%

30

#### Место проживания

Город	82%
За городом	18%

#### Размер семьи

1	17%
2	39%
3	21%
4+	23%

# Тack! Спасибо!

