

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**



39%

В Латвии

40%

В мире

Отношения

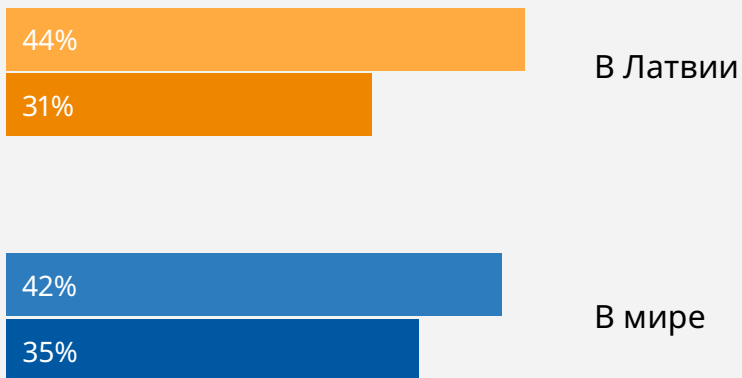
Дом помогает или мешает вашим отношениям?

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.

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



Отношения

Говоря о нашем
психологическом
благополучии

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



Отчёт «Жизнь
дома» 2021

1

Партнёр

В Латвии

49%

В
мире

50%

2

Друг

В Латвии

33%

В
мире

41%

3

Родитель

В Латвии

17%

В
мире

22%

4

Терапевт

В Латвии

9%

В
мире

16%

5

Коллега

В Латвии

9%

В
мире

7%

?

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

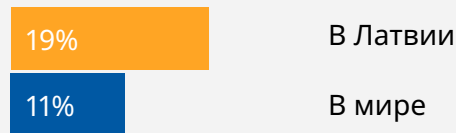


Отношения

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:



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 vs. мужчины

56% vs. 44%
мужчины vs. женщины

Мужчины vs. женщины открываются своим **партнёрам**



Общество

Как много общество значит для нас?

Соседи, группы в месенджерах 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.

Мы проводим
больше
времени по
соседству с
домом

44%

В Латвии

31%

В мире

Мы нашли
новых друзей
среди соседей

10%

В Латвии

13%

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.

Качественно
проведённое время
в своём районе
помогает
**чувствовать себя
лучше**

18%

18%

В Латвии

В мире

На наше
психологическое
состояние
положительно влияет
осознание
принадлежности к
обществу, в котором мы
живём

21%

15%

В Латвии

В мире

?

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?

Жилое пространство хорошо соответствует нуждам:



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

Отчёт «Жизнь
дома» 2021

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)



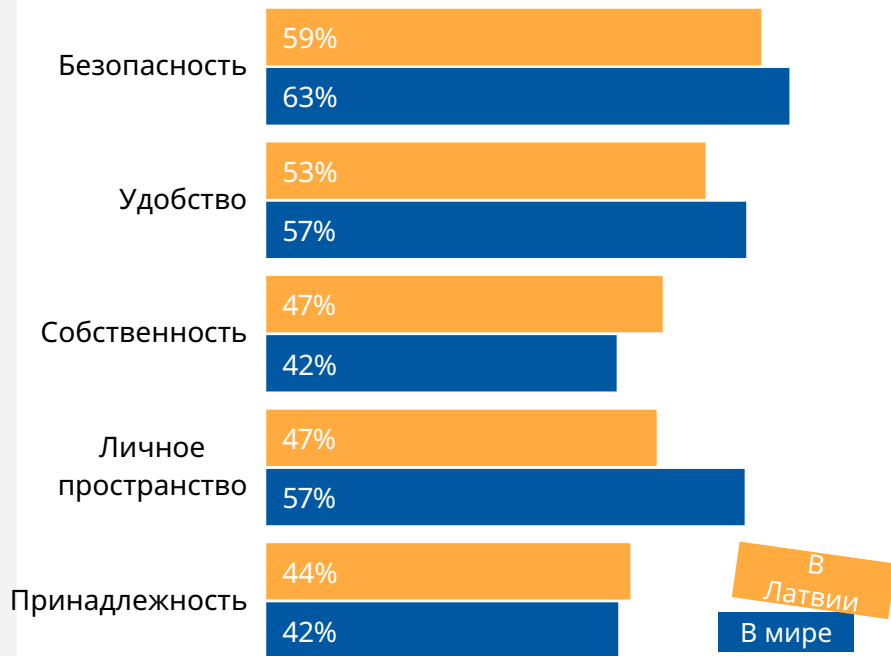
Пространство

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:



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.





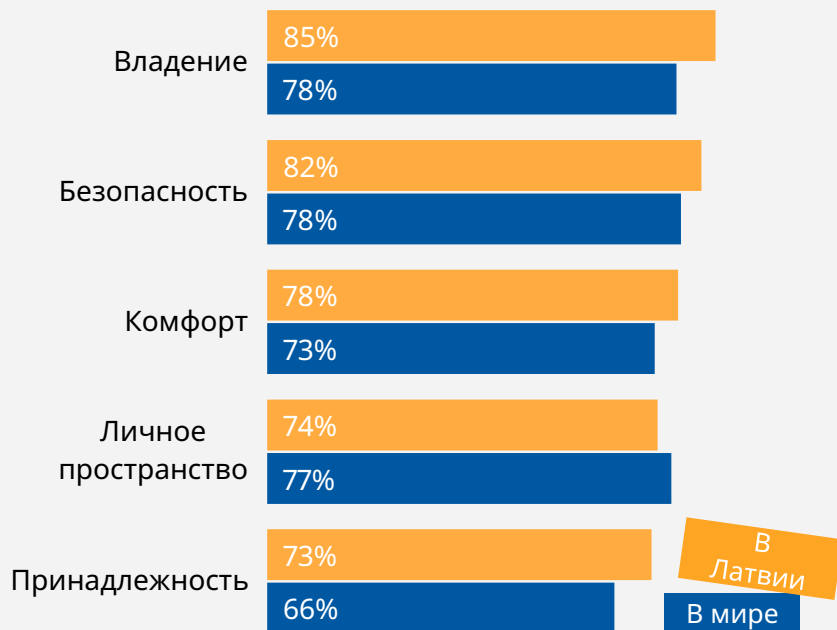
Пространство

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.

11% жителей Латвии чувствуют эмоциональное и психологическое личное пространство на лоне природы. Но, как мы приносим чувство, что даёт нам природа в наши дома?

Наш дом даёт ощущение....



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

27%

35%

В Латвии

В мире

vs.

Стали более
НЕГАТИВНЫ к
дому

9%

14%

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:



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.

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

18



Делали ли вы дома какие-либо значительные перестановки в доме за последние 12 месяцев, 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...



?

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

В Латвии

В мире

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 доме, 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



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 занятиях, 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)



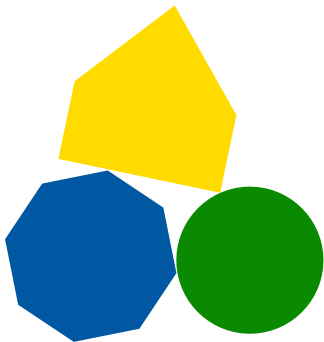
БЫВОҒДЫ





Основные выводы (1)

Дом, который мы любим, стал ещё более важен

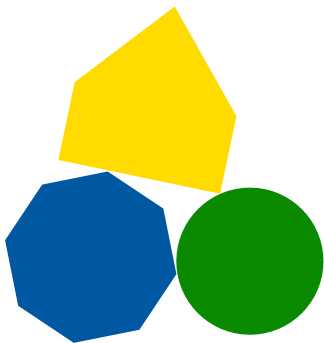


1. 27% жителей Латвии испытывали негативное влияние на их психологическое состояние за последние 12 месяцев.
2. Но уютный дом помогает нашему психологическому состоянию: 39% жителей Латвии, которые стали лучше чувствовать себя дома в 2021 году, почувствовали положительное влияние на внутреннее состояние.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



Основные выводы (2)

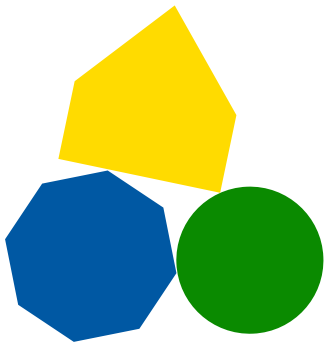
4. 44% жителей Латвии сказали, что их отношения с близкими стали лучше за последние 12 месяцев.
5. Однако у 13% респондентов этот год негативно сказался на дружбе.
6. Наши соседи и районы сыграли немаловажную роль за последние 12 месяцев. 87% жителей Латвии стали проводить больше времени в своих районах.





Основные выводы (3)

7. У нас был активный год: 62% преображали дом за последние 12 месяцев, чтобы было удобнее заниматься желаемым.
8. Для достижения 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%

Место проживания

Город	82%
За городом	18%

Размер семьи

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

Task!

Спасибо!



Отчёт «Жизнь
дома» 2021



Отчёт «Жизнь
дома» 2021

