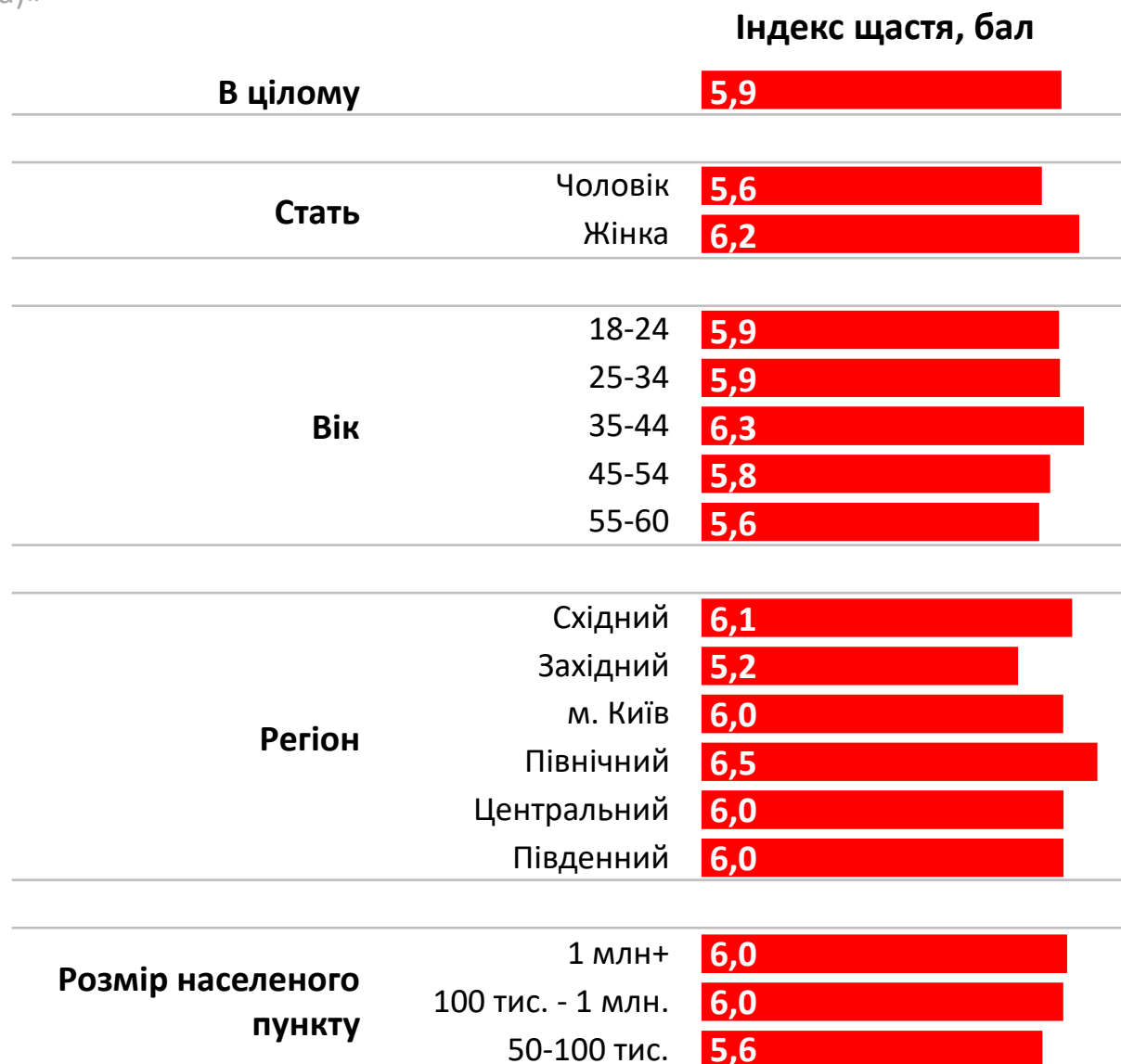


## Рівень щастя за статтю, віком, регіоном та розміром населеного пункту

Оцініть, будь ласка, наскільки Ви щасливі зараз? Дайте відповідь за шкалою від 0 до 10, де 0 означає «зовсім нещасливий (-а)», а 10 - «дуже щасливий (-а)»



Дослідження було проведене соціологічною компанією Gradus Research методом самозаповнення анкети в мобільному додатку. Онлайн-панель Gradus відображає структуру населення міст розміром більше 50 000 жителів у віці 18-60 років за статтю, розміром населеного пункту і регіону. Період проведення поля: 29-30 січня 2021 року, розмір вибірки: 1000 респондентів.

## ТОП-12 домінуючих емоцій у настрої

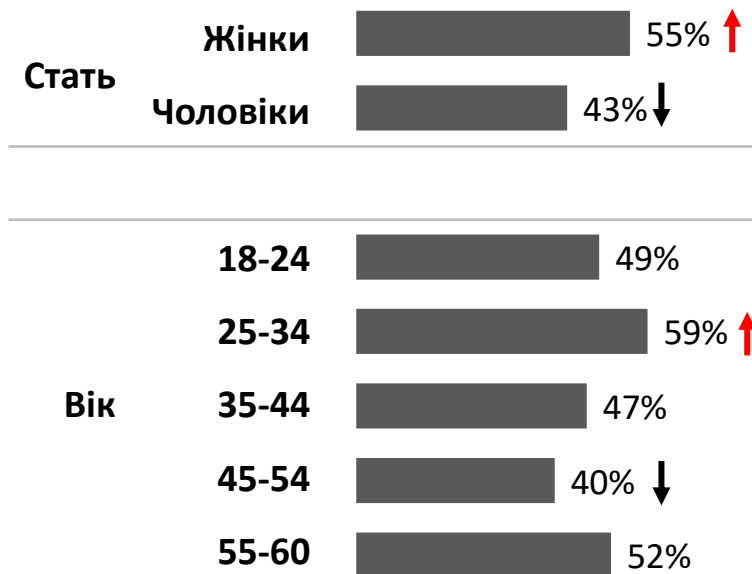
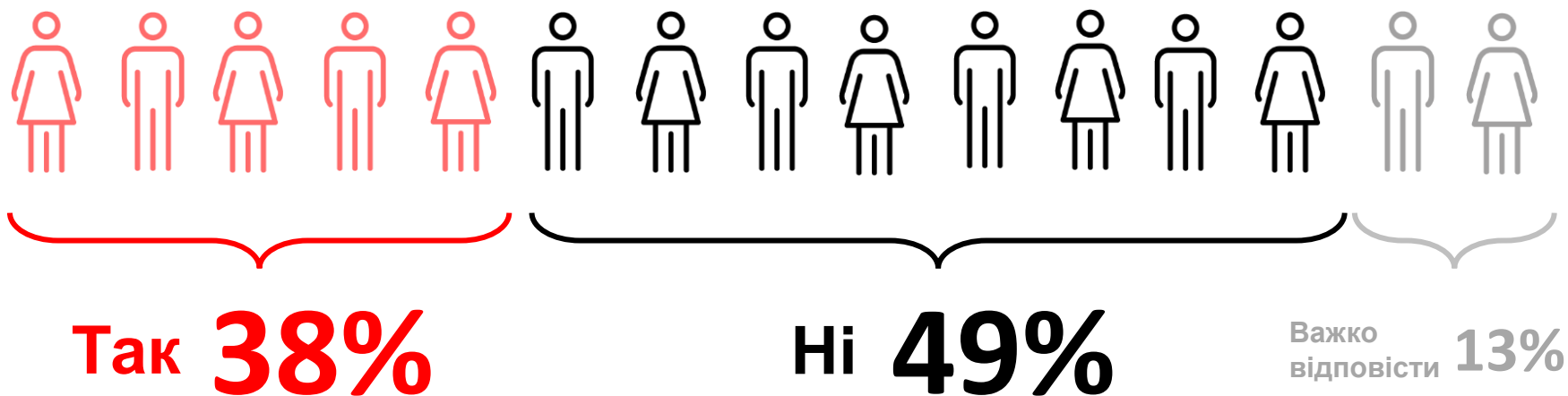
Які емоції переважають у Вашому настрої останнім часом?



Дослідження було проведене соціологічною компанією Gradus Research методом самозаповнення анкети в мобільному додатку. Онлайн-панель Gradus відображає структуру населення міст розміром більше 50 000 жителів у віці 18-60 років за статтю, розміром населеного пункту і регіону. Період проведення поля: 29-30 січня 2021 року, розмір вибірки: 1000 респондентів.

## Час на відпочинок

Чи достатньо Вам часу, який Ви витрачаєте на відпочинок?  
(Чи встигаєте Ви відновлювати сили)?



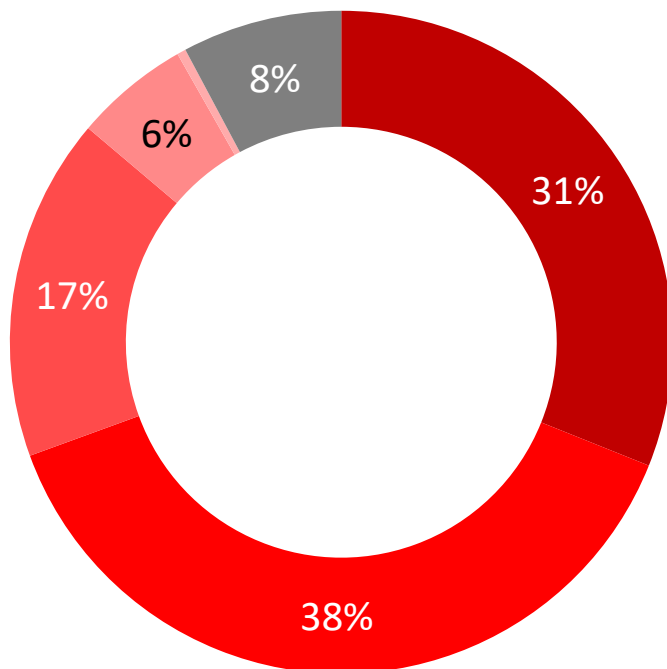
**Ті, кому  
недостатньо  
часу на  
відпочинок**

↑↓ Статистично значимі відмінності  
(вище/нижче) на рівні 95%  
порівняно з В цілому

Дослідження було проведене соціологічною компанією Gradus Research методом самозаповнення анкети в мобільному додатку. Онлайн-панель Gradus відображає структуру населення міст розміром більше 50 000 жителів у віці 18-60 років за статтю, розміром населеного пункту і регіону. Період проведення поля: 29-30 січня 2021 року, розмір вибірки: 1000 респондентів.

## Щоденна втома

Як часто Ви відчуваєте емоційну виснаженість, переважно?

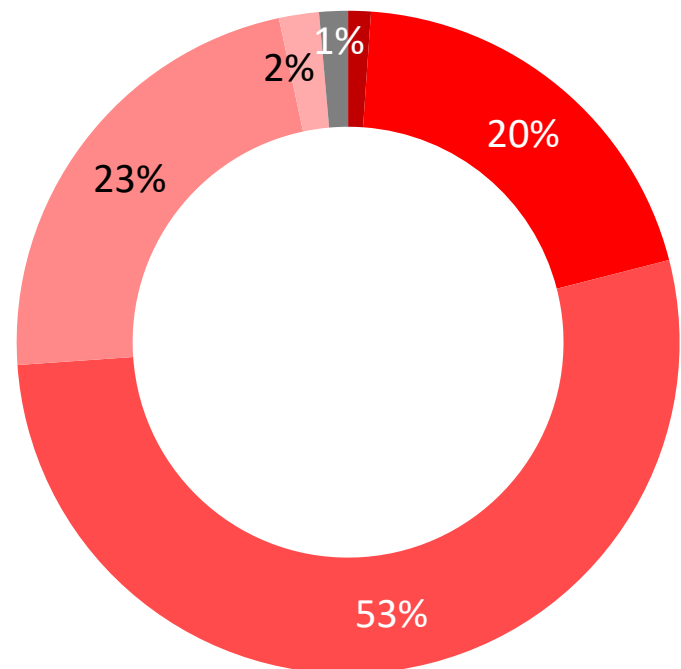


- Щодня/майже щодня
- Декілька разів на тиждень
- Декілька разів на місяць
- Декілька разів на рік
- Рідше ніж раз на рік
- Важко відповісти

База: ті, хто відчуває втомленість через брак часу на відпочинок, 619 респондентів.

## Тривалість сна

Скільки годин на добу Ви, у середньому, витрачаєте на сон?



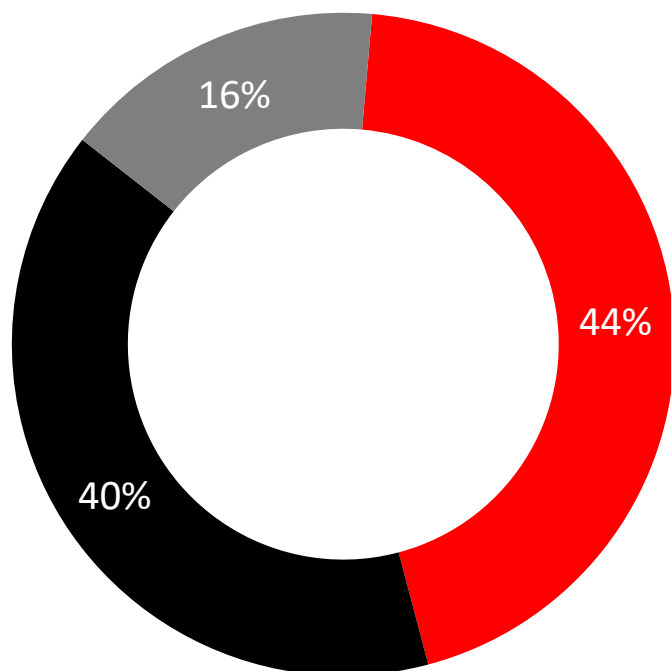
- Більше 10 годин
- 8-10 годин
- 6-8 годин
- 4-6 годин
- Менше 4 годин
- Важко відповісти

База: всі респонденти, 1000 респондентів.

Дослідження було проведене соціологічною компанією Gradus Research методом самозаповнення анкети в мобільному додатку. Онлайн-панель Gradus відображає структуру населення міст розміром більше 50 000 жителів у віці 18-60 років за статтю, розміром населеного пункту і регіону. Період проведення поля: 29-30 січня 2021 року, розмір вибірки: 1000 респондентів.

## Планування життя

Чи складаєте Ви плани щодо свого життя?

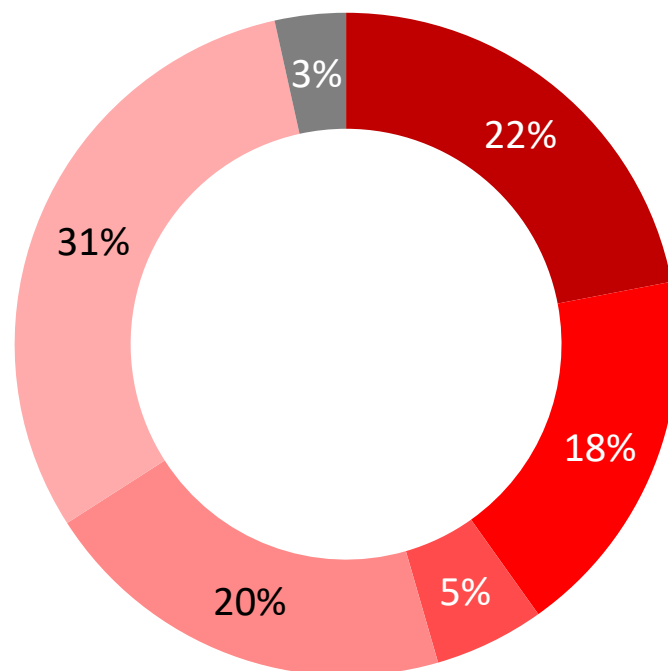


- Так, планую своє життя
- Ні, живу не складаючи планів
- Важко відповісти

База: всі респонденти, 1000 респондентів.

## Спосіб планування

У якій формі Ви складаєте плани на щодо свого життя?



- Планую кожен свій день
- Роблю список планів на тиждень/місяць
- Роблю список планів на рік/декілька років
- Планую глобальні речі, не прив'язуючись до часу
- Несистематично планую окремі речі, завдання
- Важко відповісти

База: ті, хто складає плани щодо свого життя, 445 респондентів.

Дослідження було проведене соціологічною компанією Gradus Research методом самозаповнення анкети в мобільному додатку. Онлайн-панель Gradus відображає структуру населення міст розміром більше 50 000 жителів у віці 18-60 років за статтю, розміром населеного пункту і регіону. Період проведення поля: 29-30 січня 2021 року, розмір вибірки: 1000 респондентів.

## Почуття щодо майбутнього

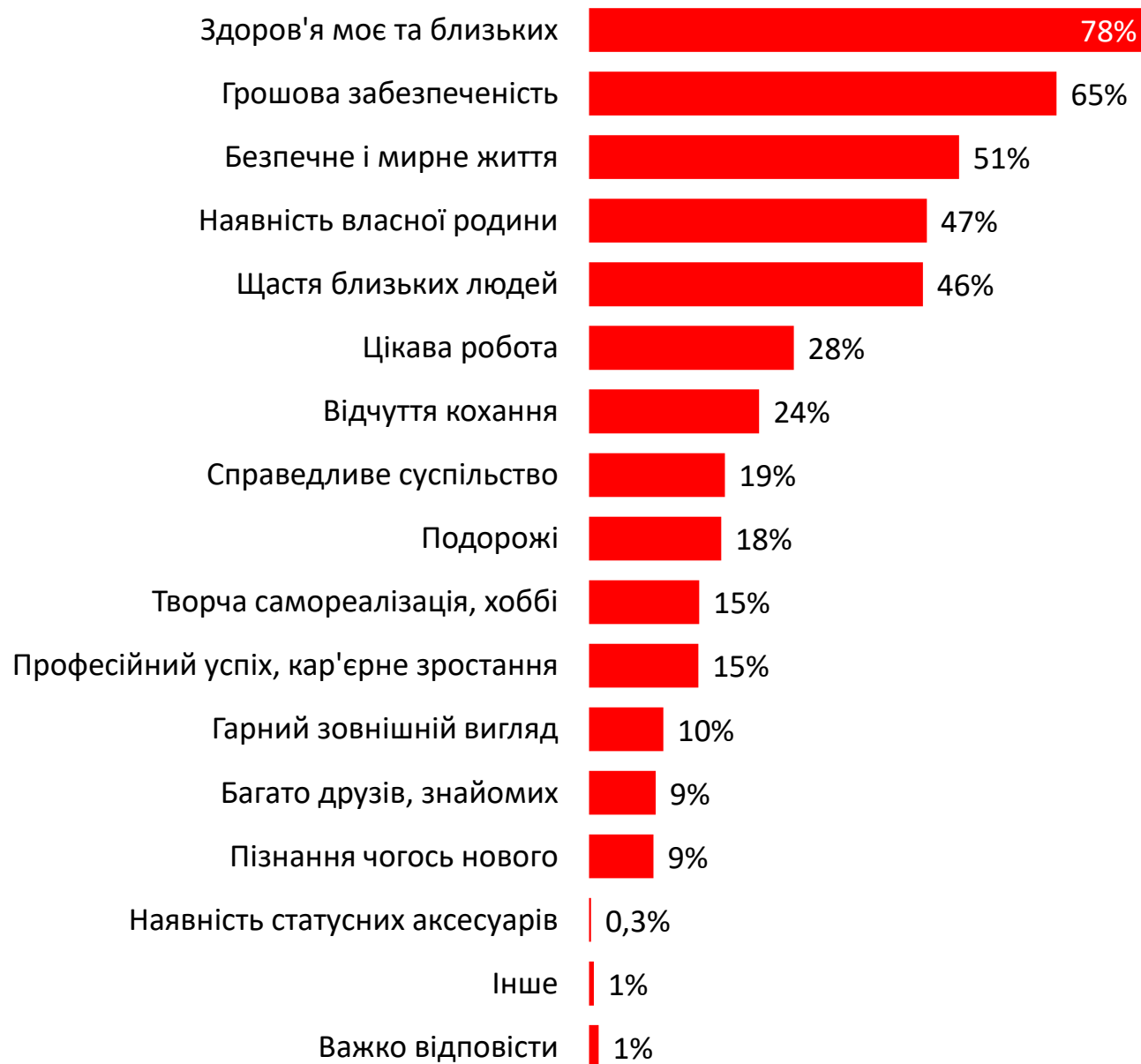
Які почуття у Вас виникають, коли Ви думаєте про власне майбутнє?



Дослідження було проведене соціологічною компанією Gradus Research методом самозаповнення анкети в мобільному додатку. Онлайн-панель Gradus відображає структуру населення міст розміром більше 50 000 жителів у віці 18-60 років за статтю, розміром населеного пункту і регіону. Період проведення поля: 29-30 січня 2021 року, розмір вибірки: 1000 респондентів.

## Обов'язкові умови щасливого життя

Що для Вас є обов'язковими умовами щасливого життя?



Дослідження було проведене соціологічною компанією Gradus Research методом самозаповнення анкети в мобільному додатку. Онлайн-панель Gradus відображає структуру населення міст розміром більше 50 000 жителів у віці 18-60 років за статтю, розміром населеного пункту і регіону. Період проведення поля: 29-30 січня 2021 року, розмір вибірки: 1000 респондентів.