17 LISTOPADA
Dzień bez Długów

Indeksy Finansowe 2026



Jak Polacy oceniają swoją wiedzę o finansach? Kto za nią odpowiada?

Jak wygląda kondycja finansowa gospodarstw domowych?

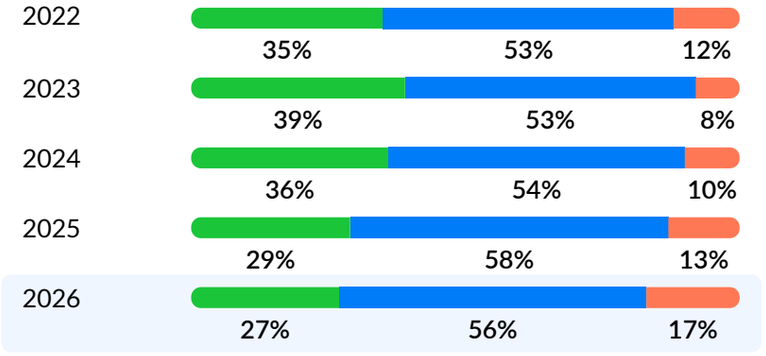
Czy Polacy są zadłużeni? Co sądzą o spłacaniu zaległych zobowiązań?

KRUK

Dane porównawcze
od 2022 do 2025 r.

Indeks oceny edukacji finansowej Polaków

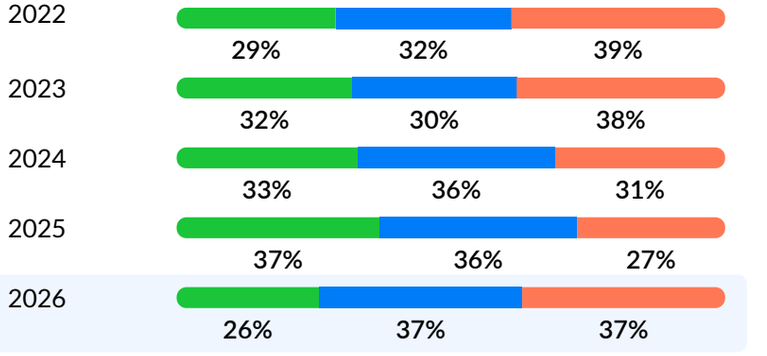
Jak Polacy oceniają swój poziom wiedzy i umiejętność zarządzania domowymi finansami?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Czy Polacy czują potrzebę zwiększenia swojej wiedzy i umiejętności w zarządzaniu domowymi finansami?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

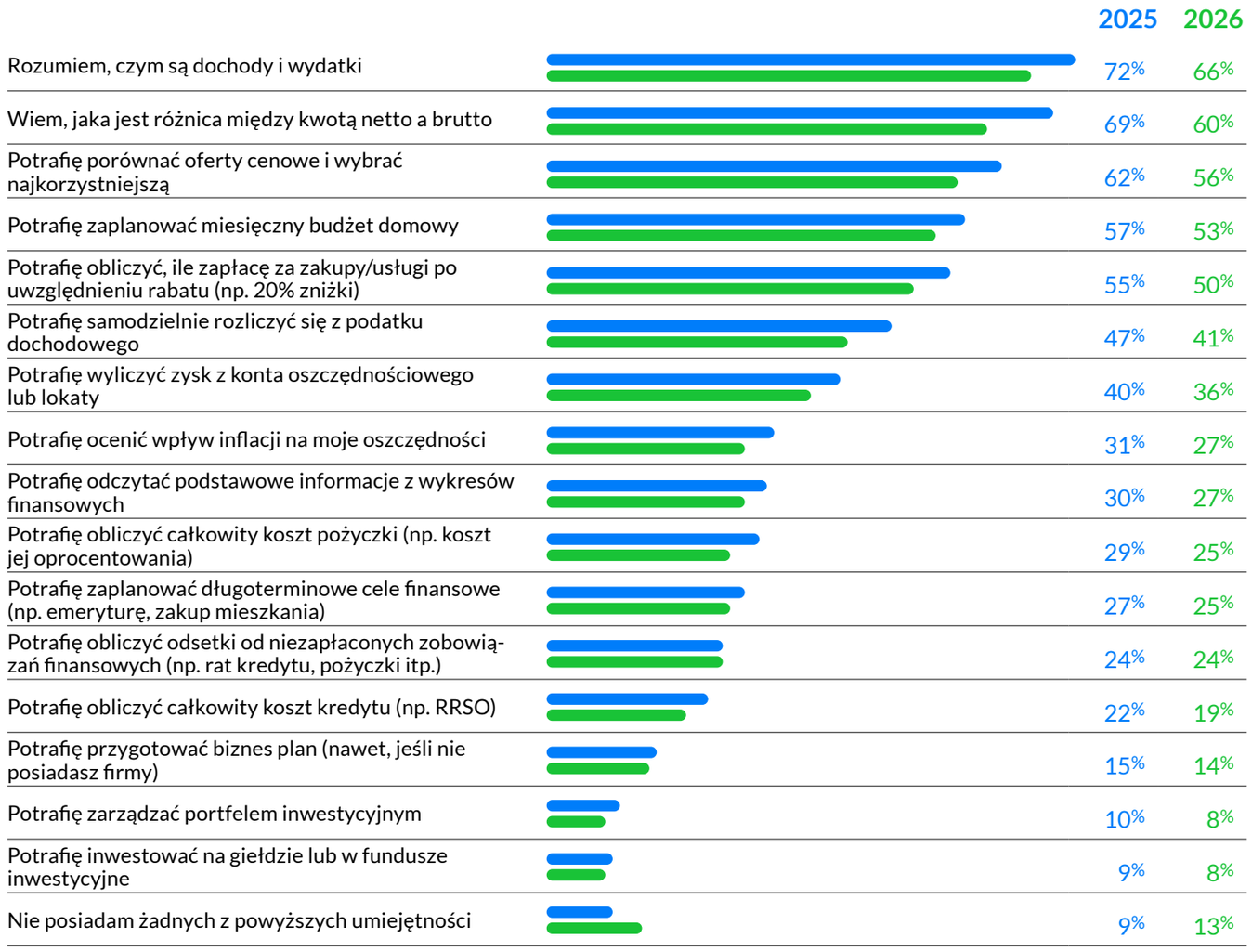
Ankietowani z coraz większą ostrożnością podchodzą do oceny własnych kompetencji finansowych. Zgodnie z najnowszym badaniem nadal ponad połowa badanych (56 proc.) szacuje, że ma średni poziom wiedzy i umiejętności w zakresie zarządzania domowymi finansami. Widać jednak, że od 2024 roku stale maleje odsetek osób oceniających te kompetencje wysoko. Jednocześnie w porównaniu do lat poprzednich do 17 proc. wzrósł odsetek osób oceniających swoje finansowe umiejętności jako niskie. To dotychczas najwyższy wynik w analizowanym okresie.

Z najnowszej próby badawczej może wynikać, że bardziej krytyczne jest spojrzenie badanych Polaków na posiadane przez nich umiejętności w zakresie domowych finansów. Może to też świadczyć o rosnącej świadomości finansowej.

Mimo że badani Polacy bardziej krytycznie oceniają swoje kompetencje finansowe, nie czują większej potrzeby ich rozwijania. Aż o 10 p.p. w skali rok do roku spadł odsetek osób, które deklarują, że czują potrzebę poszerzenia swojej wiedzy i umiejętności finansowych. Jednocześnie tylko co czwarty respondent deklaruje potrzebę zwiększenia swoich kompetencji ekonomicznych, co oznacza spadek o 11 p.p. w skali rok do roku. Odsetek osób, które nie mają jednoznacznego zdania na temat potrzeby rozwoju swojej wiedzy finansowej pozostaje na zbliżonym poziomie.

Wyniki pokazują, że wysoka samoocena wiedzy finansowej nie zawsze idzie w parze z gotowością do jej dalszego poszerzania.

Jakie umiejętności finansowe mają Polacy?*



*Każdy ankietowany mógł wskazać kilka umiejętności.

Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Spadek samooceny kompetencji finansowych znajduje potwierdzenie w odpowiedziach na pytanie dotyczące konkretnych umiejętności związanych z finansami. W 2026 r. spadek widoczny jest zarówno w podstawowych kompetencjach związanych z codziennym zarządzaniem finansami, jak i bardziej zaawansowanych dotyczących oszczędzania, kredytów czy inwestowania.

Największe zmiany dotyczą podstawowych obszarów wiedzy finansowej. Odsetek osób deklarujących, że rozumieją pojęcia dochodów i wydatków, spadł z 72% do 66%, a znajomość różnicy między kwotą netto i brutto z 69% do 60%. Rzadziej niż przed rokiem respondenci wskazywali także umiejętność porównywania ofert cenowych (spadek z 62% do 56%) oraz planowania miesięcznego budżetu domowego (z 57% do 53%).

Spadki odnotowano również w obszarach bardziej specjalistycznych kompetencji finansowych. Mniejszy odsetek badanych deklaruje umiejętność samodzielnego rozliczenia podatku dochodowego (spadek z 47% do 41%), obliczenia zysku z lokaty lub konta oszczędnościowego (z 40% do 36%) czy oceny wpływu inflacji na wartość oszczędności (z 31% do 27%). Podobny trend widoczny jest w przypadku wiedzy związanej z kosztami kredytów i pożyczek.

Na szczególną uwagę zasługuje wzrost odsetka osób, które nie przypisują sobie żadnej z badanych umiejętności finansowych. W 2026 r. deklarowało ją 13% respondentów, wobec 9% rok wcześniej. Jednocześnie jedynie w jednym obszarze nie odnotowano zmiany rok do roku - umiejętność obliczania odsetek od niezapłaconych zobowiązań pozostała na poziomie 24%.

Ogół społeczeństwa

Na kim spoczywa obowiązek edukacji finansowej i doskonalenia umiejętności zarządzania swoimi finansami?

	2022	2023	2024	2025	2026
Każdy powinien zadbać o to we własnym zakresie	56%	56%	56%	58%	47%
Szkoły średnie	48%	50%	48%	52%	47%
Rodzina	40%	37%	39%	42%	38%
Szkoły podstawowe	32%	35%	32%	36%	29%
Uczelnie wyższe	24%	24%	23%	23%	19%
Rząd	15%	13%	15%	18%	14%
Organizacje pozarządowe	12%	11%	10%	12%	9%
Samorządy	11%	10%	7%	10%	9%
Znajomi	5%	4%	6%	6%	6%
Inne	1%	0%	1%	1%	1%

Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

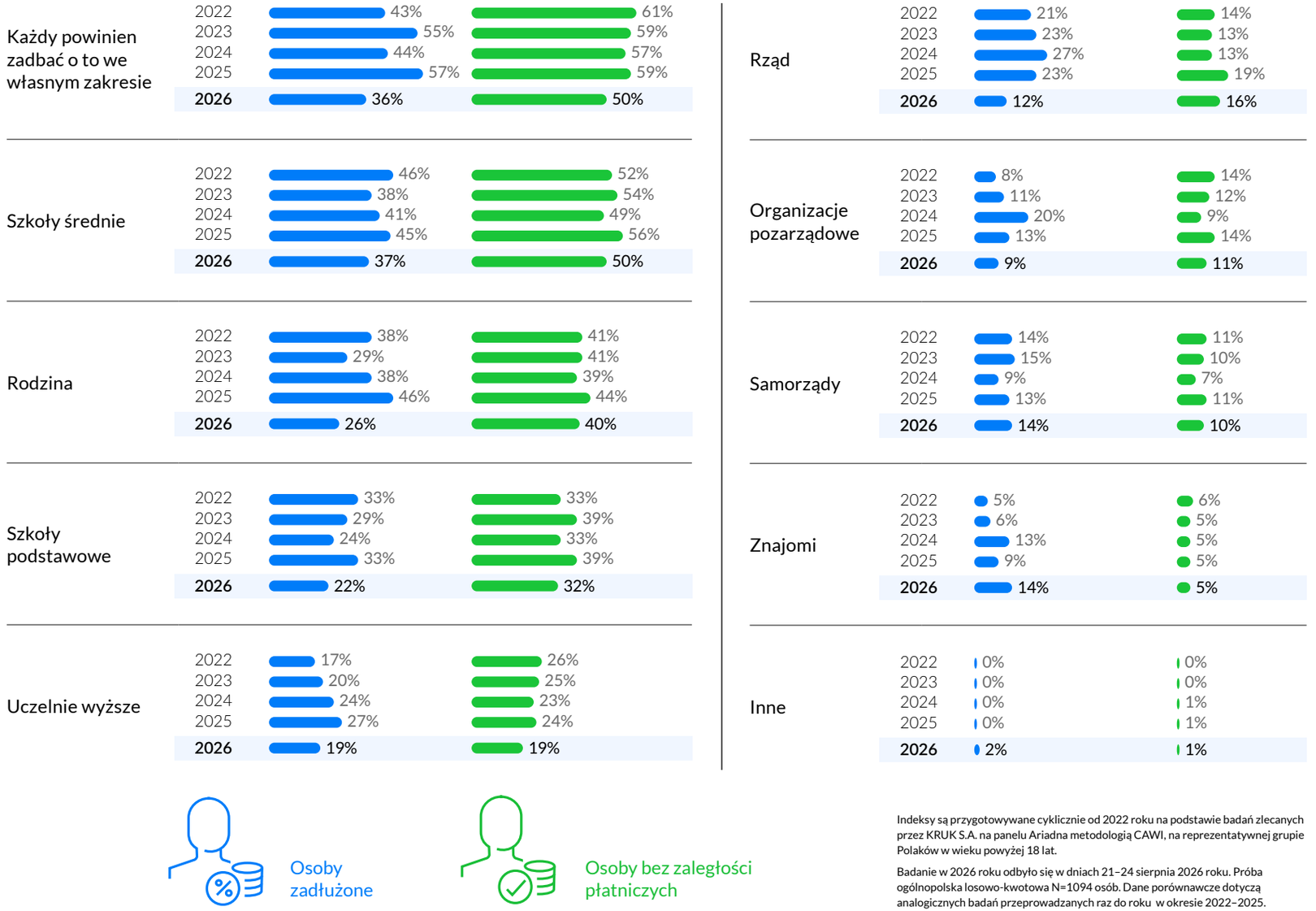
Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.



Wyniki badania z 2026 roku pokazują, że odpowiedzialność za doskonalenie umiejętności finansowych spoczywa zarówno na każdej osobie indywidualnie, jak i na szkołach średnich. Obie odpowiedzi w najnowszej próbie badawczej wskazało po 47 proc. badanych. Mimo to w porównaniu z 2025 rokiem wyraźnie spadło jednak znaczenie przypisywane niemal wszystkim podmiotom odpowiedzialnym za edukację finansową. Największą zmianę obserwujemy w przypadku samodzielnego dbania o rozwój kompetencji finansowych, gdzie odsetek wskazań spadł z 58 proc. do 47 proc. Respondenci rzadziej wskazywali również szkoły średnie (spadek o 5 p.p.), rodzinę (o 4 p.p.), szkoły podstawowe (o 7 p.p.) czy państwo (o 4 p.p.).

Tegoroczne wyniki badania nie potwierdzają więc obserwowanego rok wcześniej wzrostu znaczenia systemowego podejścia do edukacji finansowej. Przeciwnie, badani coraz rzadziej wskazują jednoznacznie, kto powinien odpowiadać za rozwój kompetencji finansowych.

Na kim spoczywa odpowiedzialność za edukację finansową oczami osób zadłużonych, a na kim według osób nieposiadających zaległych płatności?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

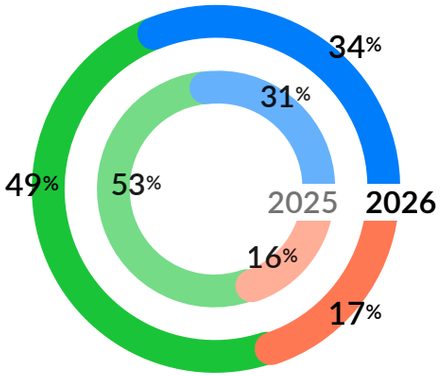
Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

W 2026 roku przekonanie o tym, kto powinien odpowiadać za edukację finansową, osłabło w obu badanych grupach – wśród osób zadłużonych i wśród osób bez zaległości finansowych. Zmiana jest jednak znacznie wyraźniejsza wśród osób zadłużonych. W tej grupie szczególnie mocno spadły wskazania na indywidualną odpowiedzialność za rozwój kompetencji finansowych, a także na rodzinę. Co ciekawe, nie towarzyszył temu wzrost oczekiwań wobec szkół, uczelni czy instytucji publicznych. Jednocześnie wzrosło znaczenie znajomych. Może to sugerować, że osoby zadłużone częściej polegają na poradach bliskiego otoczenia, w tym m.in. znajomych. Wyniki pokazują również rosnącą różnicę między grupami: osoby bez zaległości nadal częściej wiążą edukację finansową z własną odpowiedzialnością, rodziną i formalnym systemem edukacji.



Blisko połowa Polaków powiela finansowe wzorce i nawyki rodziców lub bliskich.

Na ile zdaniem Polaków nawyki i wzorce finansowe ich rodziców lub bliskich (np. styl życia, zakupy, inwestycje, korzystanie z zasiłków) wpłynęły na ich zachowania i decyzje finansowe?



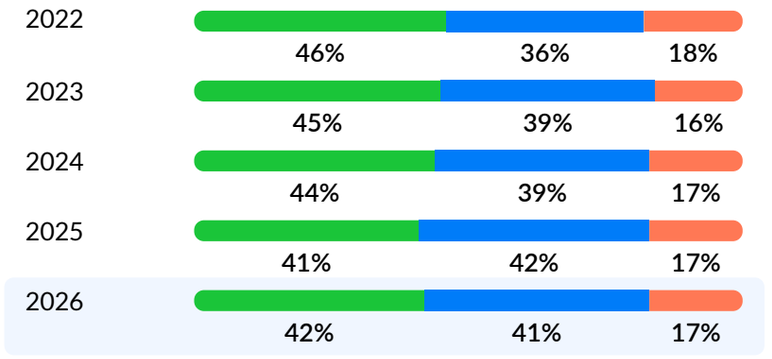
Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Mimo spadku dotyczącego roli rodziny w zakresie rozwoju kompetencji finansowych, wpływ nawyków i wzorców ekonomicznych wyniesionych z domu wciąż jest istotny. Blisko połowa badanych Polaków uważa, że zachowania finansowe rodziców lub bliskich wpływają na ich późniejsze decyzje dotyczące m.in. stylu życia, zakupów, inwestowania czy korzystania ze świadczeń socjalnych. To o 4 p.p. mniej niż w 2025 roku. Jednocześnie w skali roku nieznacznie wzrósł odsetek osób, które nie dostrzegają takiego wpływu (z 16 proc. do 17 proc.) oraz tych, które zajmują niejednoznaczne stanowisko (z 31 proc. do 34 proc.).

Przekazywanie wzorców finansowych między pokoleniami pozostaje ważnym elementem edukacji finansowej, ale dla części ankietowanych może być jednym z wielu czynników kształtujących ich późniejsze decyzje.

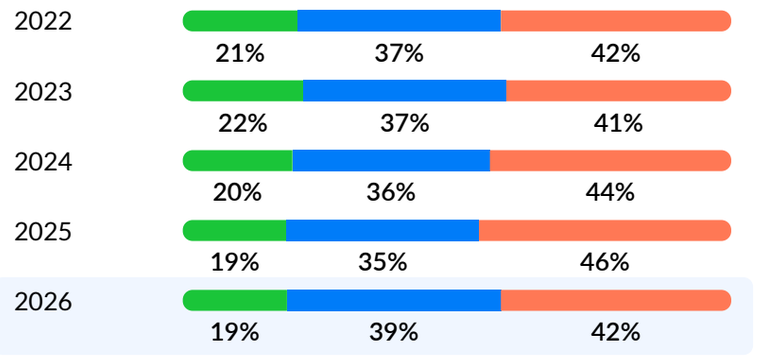
Czy zdaniem Polaków popadanie w długi to wina słabej edukacji finansowej w Polsce?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Czy zdaniem Polaków w długi popadają głównie osoby słabo wykształcone?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Niezmiennie od 2022 roku ponad 40 proc. Polaków uważa, że słaba edukacja finansowa może przyczyniać się do popadania w długi. W 2026 roku takiego zdania było 42 proc. badanych (o 1 p.p. więcej niż rok wcześniej). Jednocześnie 41 proc. respondentów nie ma jednoznacznego zdania na ten temat. Odsetek osób, które nie dostrzegają związku między poziomem edukacji finansowej a zadłużeniem, pozostaje trzeci rok z rzędu na niezmienionym poziomie 17 proc.

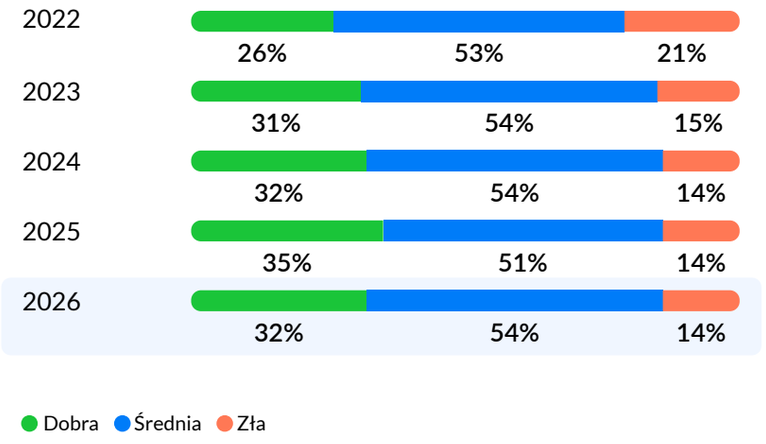
Edukacja finansowa pozostaje istotnym czynnikiem związanym z ryzykiem zadłużenia, jednak dla niemal równie licznej grupy jest tylko jednym z elementów, który może wpływać na kłopoty z terminowym regulowaniem zobowiązań.

Polacy wyraźnie odróżniają wykształcenie od kompetencji finansowych. Choć 42 proc. badanych uważa, że słaba edukacja finansowa może przyczyniać się do popadania w długi, to tylko 19 proc. jest zdania, że zadłużenie dotyczy głównie osób słabo wykształconych.

Wyniki mogą sugerować, że w opinii ankietowanych formalne wykształcenie samo w sobie nie chroni przed finansowymi turbulencjami. Ryzyko zadłużenia się może bardziej zależeć od wiedzy, doświadczenia i umiejętności dotyczące zarządzania finansami.

Indeks kondycji finansowej Polaków

Jak Polacy ogólnie oceniają swoją sytuację finansową?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób.
Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

W 2026 roku wyhamowała obserwowana od 2022 roku poprawa oceny własnej sytuacji finansowej badanych. Odsetek osób, które oceniają swoją sytuację finansową jako dobrą, spadł w porównaniu do 2025 roku o 3 p.p.. Jednocześnie wzrósł odsetek osób oceniających ją jako średnią (z 51 proc. do 54 proc.). Odsetek respondentów, którzy ocenili swoją sytuację finansową źle, pozostał bez zmian.

Wyniki wskazują raczej na większą ostrożność Polaków w ocenie własnych finansów niż na wyraźne pogorszenie ich sytuacji.

Który z poniższych opisów najbardziej pasuje do sytuacji finansowej polskich gospodarstw domowych?

2022	2023	2024	2025	2025	
4%	3%	3%	3%	3%	Żyje się biednie – nie wystarcza nawet na podstawowe potrzeby
25%	19%	14%	12%	13%	Żyje się skromnie – na co dzień trzeba bardzo oszczędnie gospodarować pieniędzmi
46%	47%	54%	54%	55%	Żyje się średnio – na co dzień wystarcza pieniędzy, ale musimy oszczędzać na poważniejsze zakupy (wydatki)
19%	24%	25%	27%	25%	Żyje się dobrze – pieniędzy wystarcza na wiele bez specjalnego oszczędzania
7%	7%	4%	4%	4%	Żyje się bardzo dobrze – można sobie pozwolić na pewien luksus

Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

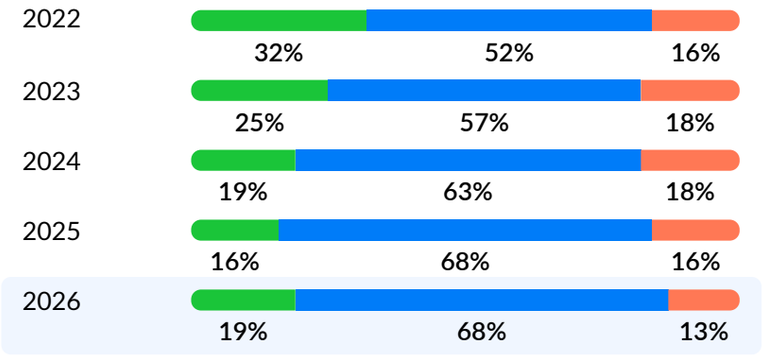
Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób.
Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Chociaż badani nieco ostrożniej pozytywnie ocenili sytuację finansową swoich gospodarstw domowych, to nastroje nie są najgorsze. Największa grupa ankietowanych (55 proc.) zadeklarowała, że pieniędzy wystarcza jej na codzienne potrzeby, ale na większe wydatki muszą oszczędzać. To o 1 p.p. więcej takich wskazań niż rok wcześniej. Jednocześnie jest to najwyższy odsetek od 2022 roku.

Nieznacznie spadł odsetek osób, którym żyje się dobrze i wystarcza im pieniędzy na wiele, bez specjalnego oszczędzania (z 27 proc. do 25 proc.). Odsetek gospodarstw, które są w najtrudniejszej sytuacji finansowej, od 2023 roku jest na niezmiennym poziomie 3 proc.

Większość gospodarstw radzi sobie z bieżącymi wydatkami, jednak dla ponad połowy większe zakupy nadal wymagają oszczędzania.

Jak Polacy ocenili swoją kondycję finansową z ubiegłego roku w porównaniu do obecnej?



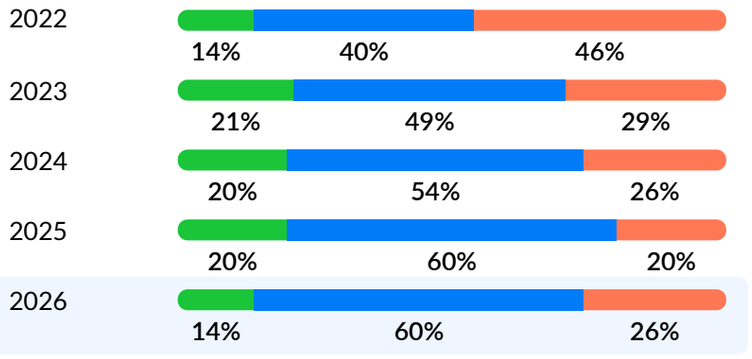
Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Ankietowani postrzegają swoją sytuację finansową jako stabilną. Kolejny rok z rzędu aż 68 proc. badanych uważa, że ich sytuacja finansowa w ubiegłym roku była taka sama lub podobna do obecnej. Jednocześnie z 16 proc. do 19 proc. wzrósł odsetek osób, które oceniły swoją ubiegłoroczną kondycję finansową jako lepszą od obecnej. Z kolei z 16 proc. do 13 proc. spadł udział osób wskazujących, że rok temu ich sytuacja była gorsza.

Bilans zmian wskazuje na nieco mniej korzystną ocenę obecnej sytuacji finansowej niż przed rokiem.

Jak zdaniem Polaków za rok będzie wyglądała ich sytuacja finansowa w porównaniu do obecnej?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Mimo to wyniki badania z 2026 roku pokazują jednak, że wzrósł pesymizm respondentów dotyczący ich niedalekiej przyszłości finansowej. Odsetek osób spodziewających się pogorszenia swojej sytuacji finansowej wzrósł z 20 proc. do 26 proc., podczas gdy udział respondentów oczekujących poprawy spadł z 20 proc. do 14 proc. Oznacza to odwrócenie ubiegłorocznej równowagi między optymistami i pesymistami. Obecnie odsetek osób spodziewających się pogorszenia swojej sytuacji finansowej jest niemal dwukrotnie większy niż tych, które oczekują jej poprawy.

Tegoroczne dane wskazują więc, że poczuciu stabilizacji coraz rzadziej towarzyszy optymizm dotyczący przyszłości. Choć większość ankietowanych nie spodziewa się zmian w swoich domowych budżetach. A wśród osób, które je przewidują, wyraźnie przeważają oczekiwania pogorszenia sytuacji.

Indeks wypłacalności Polaków i ich postaw wobec zadłużenia

Na jak długo, w ocenie Polaków, wystarczyłoby im pieniędzy, gdyby nagle utracili swoje źródła przychodów – bez pomocy bliskich i bez zaciągania kredytów lub pożyczek?

Ogół społeczeństwa

	2022	2023	2024	2025	2026
Ok. 1 tydzień	19%	15%	12%	14%	15%
Ok. 1 miesiąc	21%	18%	20%	16%	16%
Ok. 3 miesięcy	24%	26%	26%	25%	27%
Ok. 6 miesięcy	16%	17%	18%	17%	16%
Ok. 12 miesięcy	7%	16%	8%	9%	10%
Powyżej 12 miesięcy	13%	16%	15%	19%	16%

Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.



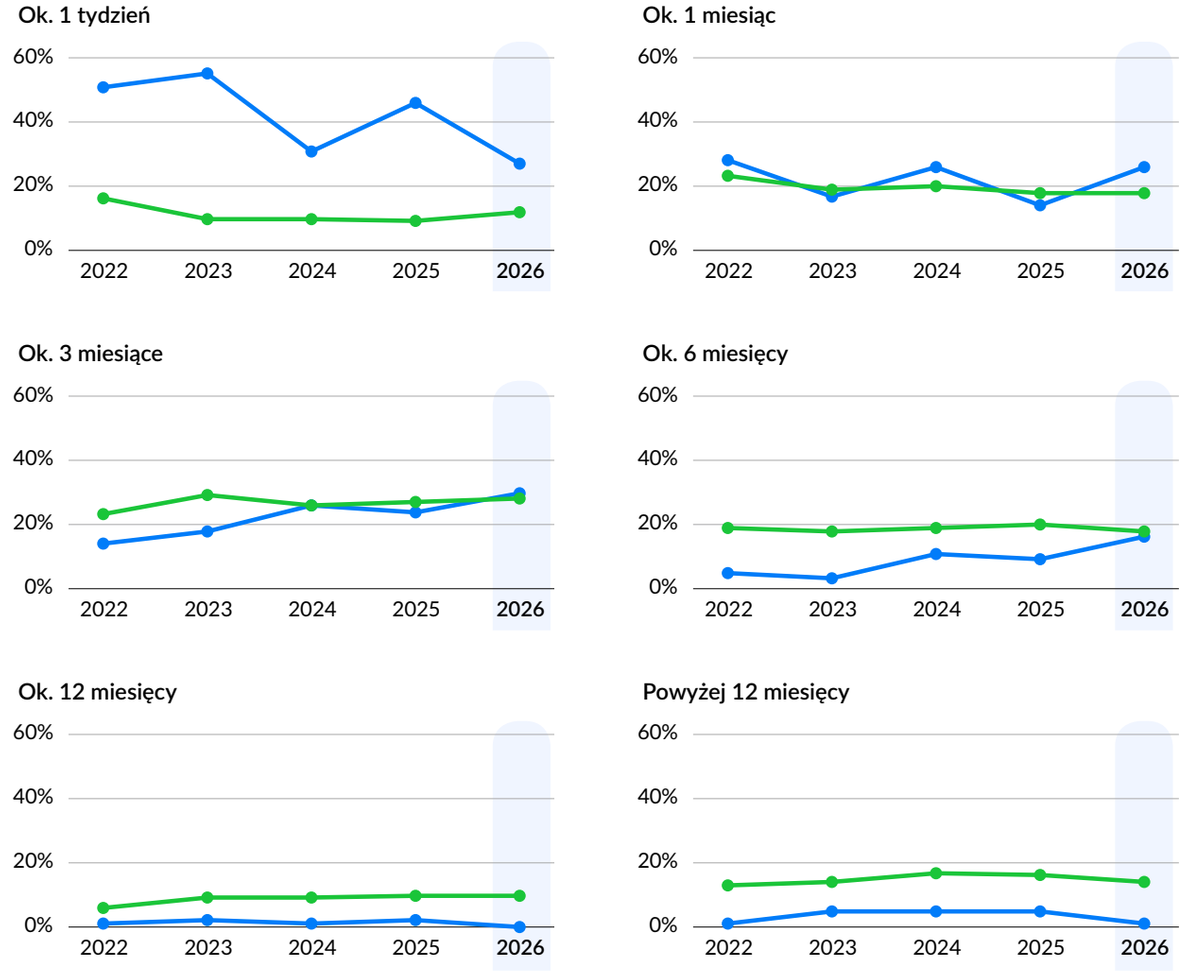
Odporność finansowa Polaków w przypadku nagłej utraty źródła przychodów i braku zewnętrznego wsparcia pozostaje stabilna.

Wciąż największy odsetek badanych samodzielnie ze swoich oszczędności mógłby się utrzymać przez ok. 3 miesiące (27 proc.).

Największą dynamikę zmian obserwujemy w grupie respondentów, którym bez wsparcia bliskich, pożyczek i kredytów, pieniędzy wystarczyłoby na ponad 12 miesięcy (spadek o 3 p.p.).

Jednocześnie w pozostałych grupach zmiany są niewielkie, co wskazuje, że poziom finansowego zabezpieczenia Polaków pozostaje zbliżony do ubiegłorocznego, choć dane nie pokazują specjalnych wzrostów poduszek finansowych.

Na jak długo, w oczach osób zadłużonych i osób bez zaległych płatności, wystarczyłoby im oszczędności, gdyby utracili źródła dochodu – bez pomocy bliskich i bez zaciągania kredytów lub pożyczek?



Osoby zadłużone

Osoby bez zaległości płatniczych

Podobnie jak w ubiegłym roku, wyniki tegorocznego badania wyraźnie pokazują, że osoby zadłużone są znacznie bardziej narażone na finansowy kryzys w przypadku utraty dochodu i gorzej przygotowane na długoterminowe kłopoty finansowe niż osoby bez zaległych zobowiązań.

Dane za 2026 rok pokazują, że znacząco spadł odsetek badanych osób zadłużonych, które w momencie utraty źródła dochodów, bez pożyczek, kredytów i pomocy bliskich, byłyby w stanie utrzymać się nie dłużej niż tydzień (spadek z 46 do 27 proc.). Natomiast większy odsetek tej grupy ankietowanych byłby w stanie utrzymać się ze swoich oszczędności przez dłuższy okres czasu, co może oznaczać, że sytuacja ankietowanych zadłużonych poprawiła się w ciągu ostatnich miesięcy.

Niemniej osoby zadłużone nie są jednak przygotowane na długoterminowe kłopoty finansowe. Z danych wynika, że w tej grupie osób bez wsparcia trudno byłoby się im utrzymać rok lub dłużej.

Sytuacja badanych osób, które nie posiadają zaległości płatniczych w zakresie oszczędności, pozostaje stabilna w porównaniu do poprzednich lat.

Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Jaki odsetek Polaków ma zaległości w opłatach rat kredytów, pożyczek lub innych zobowiązań finansowych?



2022	2023	2024	2025	2026
14%	10%	10%	12%	12%

Osoby zadłużone



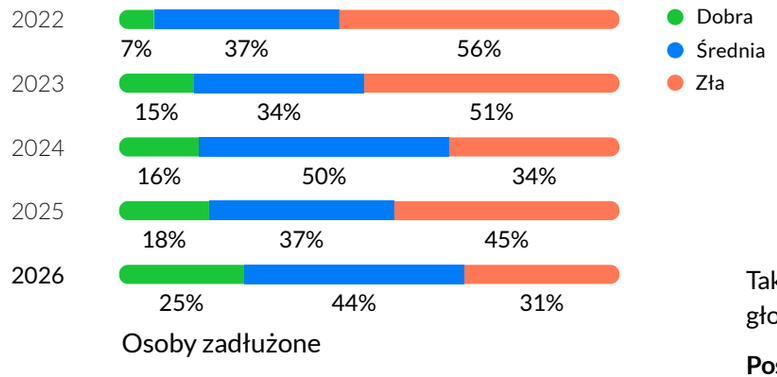
2022	2023	2024	2025	2026
86%	90%	90%	88%	88%

Osoby bez zaległości płatniczych

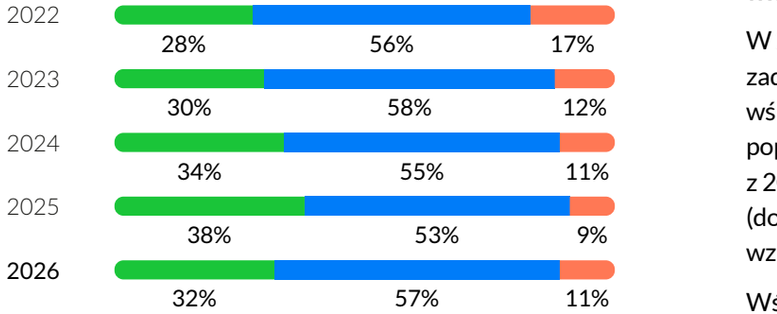
Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Jak swoją sytuację finansową postrzegają osoby zadłużone, a jak osoby, które aktualnie nie posiadają zaległych płatności?



Osoby zadłużone



Osoby bez zaległości płatniczych

Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Tak, jak przed rokiem, 12 proc. badanych wskazało, że ma zaległości w opłatach rat kredytów, pożyczek czy innych zaległości.

Posiadanie zaległych zobowiązań nadal silnie różnicuje ocenę własnej sytuacji finansowej Polaków.

W 2026 roku złą sytuację zadeklarowało 31 proc. osób zadłużonych oraz 11 proc. osób bez zaległości. Jednocześnie wśród badanych osób zadłużonych obserwujemy znaczącą poprawę samooceny kondycji finansowej. W porównaniu z 2025 rokiem odsetek negatywnych ocen spadł aż o 14 p.p. (do 31 proc.), podczas gdy udział ocen średnich i dobrych wzrósł po 7 p.p.

Wśród osób bez zaległości kierunek zmian jest odwrotny: udział ocen dobrych spadł z 38 proc. do 32 proc., a wzrósł odsetek ocen średnich i złych.

W efekcie różnice między obiema grupami w pozytywnej ocenie własnej sytuacji finansowej wyraźnie się zmniejszyły, choć osoby zadłużone nadal znacznie częściej znajdują się w grupie oceniającej swoją sytuację jako złą.

Jak wysokie jest zadłużenie Polaków, którzy deklarują, że mają długi?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

W porównaniu z 2025 rokiem struktura deklarowanego zadłużenia przesunęła się z mniejszych i średnich kwot w kierunku wyższych zaległych zobowiązań. Jednocześnie zmniejszył się udział osób deklarujących długi do 5 tys. zł, a wzrósł odsetek wskazujących zadłużenie przekraczające 100 tys. zł.

Szczególnie widoczny jest wzrost udziału badanych osób deklarujących zadłużenie przekraczające 100 tys. zł, które w 2026 roku stanowiły 15 proc. zadłużonych wobec 10 proc. rok wcześniej.

Wyższe zaległości częściej pojawiają się w starszych grupach. Szczególnie wyróżniają się respondenci w wieku 45–54 lata: 31 proc. tej grupy deklaruje zaległości w wysokości 100–500 tys. zł, podczas gdy wśród osób w wieku 25–34 oraz 35–44 lat jest to odpowiednio 15 proc. i 4 proc.

Jaki jest status zawodowy osób, które deklarują, że posiadają zadłużenie? *

	2022	2023	2024	2025	2026
pracuję na umowę o pracę	42%	11%	10%	12%	12%
pracuję na umowę zlecenie	8%	21%	19%	15%	26%
pracuję na umowę o dzieło	4%	50%	0%	27%	57%
prowadzę własną działalność gospodarczą	5%	9%	9%	7%	8%
bezrobotny	7%	8%	21%	50%	24%
emeryt/rencista	23%	5%	7%	8%	7%
uczeń/student	4%	13%	3%	22%	0%
zajmuję się prowadzeniem domu	8%	20%	4%	8%	0%
inny	1%	0%	23%	0%	0%

*Każdy ankietowany mógł wskazać kilka odpowiedzi.

Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

W porównaniu do 2025 roku widać, że w 2026 duży wzrost odsetek osób zadłużonych zadeklarowały osoby, które pracują na podstawie umów o dzieło lub umów zlecenie. W grupie osób pracujących na umowę o dzieło odsetek ten wzrósł z 27 proc. do 57 proc., a wśród pracujących na umowę zlecenie z 15 proc. do 26 proc.

Jednocześnie znacząco zmniejszył się udział osób deklarujących zadłużenie wśród bezrobotnych, z 50 proc. do 24 proc. Z kolei odsetek osób zadłużonych, które są zatrudnione na umowę o pracę jest stabilna i drugi rok z rzędu wynosi 12 proc.

Tegoroczne wyniki mogą wskazywać, że problemy finansowe nie są związane wyłącznie z brakiem zatrudnienia. Istotne znaczenie może mieć również stabilność i przewidywalność źródła dochodów, na co mogą wskazywać wyższe odsetki zadłużenia wśród osób pracujących na podstawie umów cywilnoprawnych niż wśród zatrudnionych na umowę o pracę.

Jakich zobowiązań finansowych najczęściej nie opłacają na czas osoby zadłużone?



Kredyt gotówkowy w banku

25% 22% 25% 21% 16%



Pożyczka w firmie pożyczkowej

19% 22% 16% 16% 4%



Pożyczka u znajomych lub rodziny

13% 17% 15% 22% 7%



Rachunki za prąd, gaz lub wodę

20% 15% 14% 16% 15%



Czynsz za mieszkanie lub dom

9% 15% 10% 14% 15%



Rachunek za telewizję kablową

3% 14% 5% 6% 7%



Rachunek za telefon

8% 14% 6% 12% 9%



Opłata za ogrzewanie, węgiel, ekogroszek, gaz itp.

14% 12% 4% 12% 7%



Kredyt na zakup sprzętu RTV/AGD

3% 11% 4% 6% 9%



Kredyt hipoteczny w złotówkach

10% 9% 11% 12% 5%



Debet na koncie lub na karcie kredytowej

23% 8% 11% 14% 14%



Opłata za wynajem mieszkania lub domu

2% 6% 3% 5% 4%



Kredyt na wyposażenie mieszkania

1% 5% 2% 3% 5%



Kredyt hipoteczny we frankach szwajcarskich

3% 3% 6% 6% 1%



Abonamenty/subskrypcje (np. Netflix, Spotify)

3% 4%



Mandat (np. za jazdę na gapę, przekroczenie prędkości)

2% 2%



Alimenty

1% 6%



Kredyt na samochód

4% 3% 11% 5% 5%



inne

7% 12%

•2022 •2023 •2024 •2025 •2026

Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

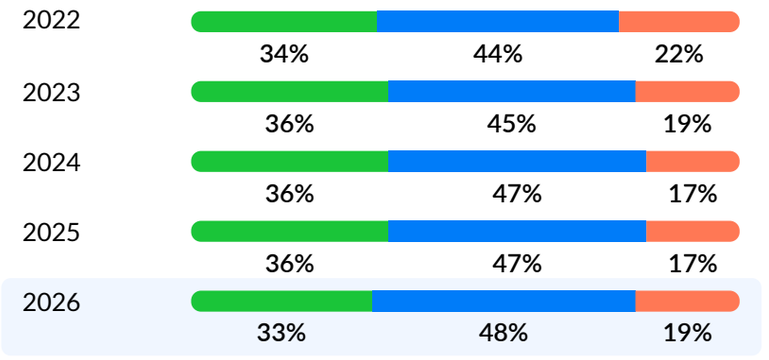
Dane z 2026 roku pokazują, że osoby zadłużone najczęściej mają trudności z terminową spłatą kredytów gotówkowych w banku (16 proc.) oraz regulowaniem podstawowych kosztów utrzymania mieszkania: rachunków za prąd, gaz lub wodę i czynszu (po 15 proc.). Niewiele rzadziej wskazywany jest debet na koncie lub karcie kredytowej (14 proc.). W porównaniu z 2025 rokiem zmalał odsetek osób, które nie spłacają na czas kredytów gotówkowych, z 21 do 16 proc., a także kredytów hipotecznych w złotych, z 12 do 5 proc.

Największe spadki dotyczą jednak zobowiązań zaciąganych poza bankami. Odsetek osób nieterminowo spłacających pożyczki u rodziny lub znajomych zmniejszył się z 22 proc. w 2025 roku do 7 proc. w 2026 roku, a pożyczki w firmach pożyczkowych z 16 do 4 proc. W obu przypadkach są to najniższe wyniki w całym analizowanym okresie. Może to oznaczać, że w 2026 roku tego rodzaju zobowiązania rzadziej występowały wśród badanych lub były przez nich terminowo regulowane. Na podstawie przedstawionych danych nie można jednak jednoznacznie rozstrzygnąć, która z tych przyczyn miała większe znaczenie.

Jednocześnie nie widać podobnej poprawy w opłacaniu podstawowych kosztów mieszkaniowych. Odsetek osób zalegających z rachunkami za energię i media pozostał na zbliżonym poziomie, spadając z 16 do 15 proc., natomiast problemy z opłacaniem czynszu nieznacznie wzrosły, z 14 do 15 proc. W dłuższej perspektywie trudności z regulowaniem czynszu są wyraźnie częstsze niż w 2022 roku, kiedy wskazywało je 9 proc. badanych. Wyniki mogą więc świadczyć o przesunięciu problemów z obsługi części zobowiązań kredytowych i pożyczkowych w stronę regularnych kosztów utrzymania gospodarstwa domowego.

Charakter trudności finansowych różni się również w zależności od wieku. W grupie osób w wieku 25–34 lata relatywnie często wskazywany jest kredyt gotówkowy w banku (25 proc.). Wśród badanych w wieku 55 lat i więcej częściej występują natomiast problemy związane z podstawowymi kosztami utrzymania mieszkania. Co trzeci zadłużony respondent z tej grupy ma trudności z terminowym opłacaniem rachunków za prąd, gaz lub wodę, a 22 proc. z regulowaniem czynszu. Może to wskazywać, że wraz z wiekiem zmienia się struktura obciążeń: dla młodszych osób większym wyzwaniem jest spłata finansowania bankowego, a dla starszych regularne wydatki związane z codziennym funkcjonowaniem gospodarstwa domowego.

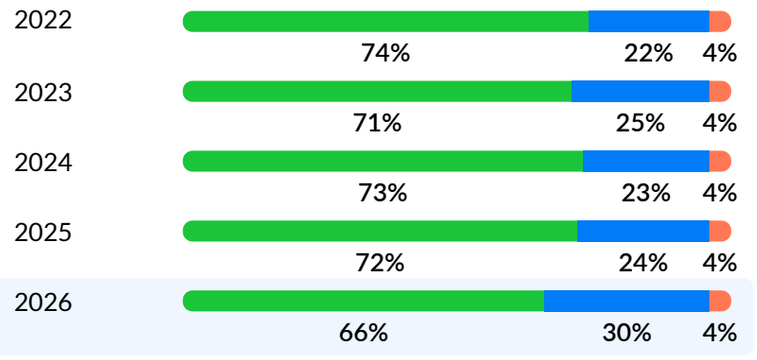
Czy zdaniem Polaków ludzie popadają w długi ze swojej winy?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Na ile Polacy zgadzają się ze stwierdzeniem, że każdemu mogą przytrafić się problemy ze spłatą zobowiązań finansowych?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Choć w debacie publicznej często można spotkać się z opinią, że długi są wyłącznie konsekwencją złych decyzji finansowych, badania pokazują bardziej złożony obraz. Ankietowani coraz częściej dostrzegają, że na problemy finansowe wpływają zarówno indywidualne wybory, jak i okoliczności życiowe, na które nie zawsze mamy wpływ.

W 2026 roku niemal połowa badanych (48 proc.) uznała, że ludzie popadają w długi częściowo z własnej winy, a częściowo z powodu innych czynników. To najwyższy wynik od początku pomiaru. Jednocześnie spadł odsetek osób, które jednoznacznie obarczają odpowiedzialnością same osoby zadłużone. Takiego zdania jest dziś 33 proc. respondentów, podczas gdy w latach 2023-2025 było to 36 proc.

Zmiany nie są gwałtowne, ale wskazują na stopniową ewolucję społecznego spojrzenia na zadłużenie. Coraz więcej osób dostrzega, że za kłopotami finansowymi mogą stać nie tylko błędne decyzje, lecz także rosnące koszty życia, nieprzewidziane wydatki, problemy zdrowotne czy nagłe pogorszenie sytuacji zawodowej.

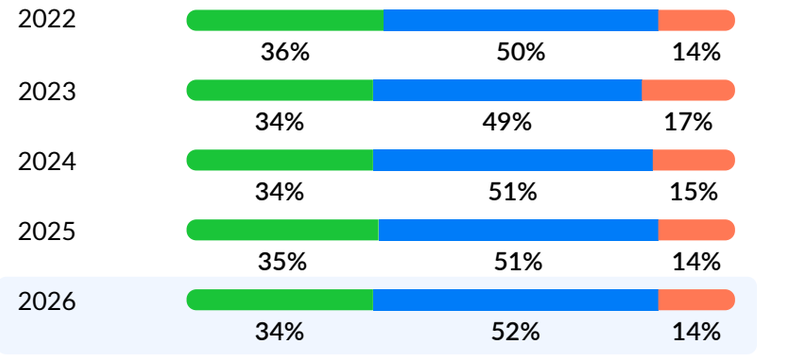
Mimo to osobista odpowiedzialność ma znaczenie. Wciąż co trzeci badany uważa, że ludzie sami odpowiadają za swoje długi. Dominujące staje się jednak przekonanie, że sytuacje finansowe rzadko są zero jedynkowe, a przyczyny zadłużenia są zwykle bardziej skomplikowane, niż mogłoby się wydawać na pierwszy rzut oka.

Respondenci stają się mniej jednoznaczni w ocenie tego, czy problemy ze spłatą zobowiązań mogą dotknąć każdego. W badaniu w 2026 roku spadł odsetek osób, które zgadzają się z tym stwierdzeniem (spadek z 72 proc. do 66 proc.). Jednocześnie nie wzrósł odsetek osób, które zdecydowanie lub raczej nie zgadzają się z tym stwierdzeniem.



Co trzeci Polak nadal uważa, że nieszczęśliwy zbieg okoliczności, pech lub trudna sytuacja życiowa są przyczynami zadłużenia.

Czy zdaniem Polaków popadanie w długi to kwestia przypadku, pecha, niespodziewanej sytuacji życiowej?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

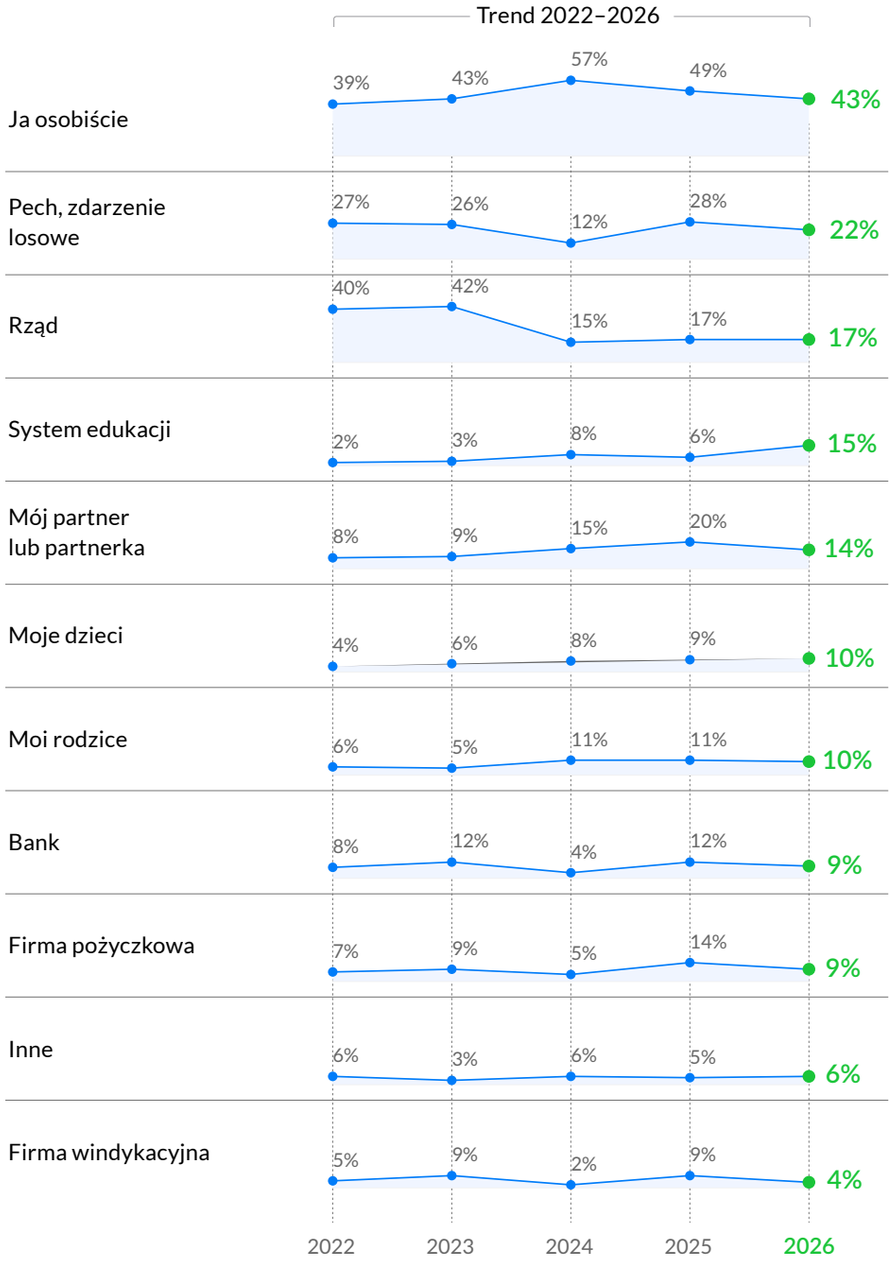
Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Opinie badanych Polaków w tej kwestii pozostają stabilne od kilku lat. W 2026 roku 34 proc. badanych uznało, że zadłużenie może być konsekwencją nieprzewidzianych zdarzeń życiowych, takich jak utrata pracy czy choroba, co oznacza jedynie nieznaczny spadek względem poprzedniego roku. Jednocześnie na niezmienionym poziomie 14 proc. utrzymał się odsetek osób, które nie dostrzegają takiej zależności.

Wyniki wskazują, że ankietowani najczęściej postrzegają zadłużenie jako efekt splotu różnych czynników. W ich ocenie na problemy finansowe wpływają zarówno indywidualne decyzje, jak i sytuacje losowe pozostające poza kontrolą danej osoby.

Kto, zdaniem zadłużonych Polaków, ponosi odpowiedzialność za ich długi?*

*Każdy ankietowany mógł wskazać kilka odpowiedzi.



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

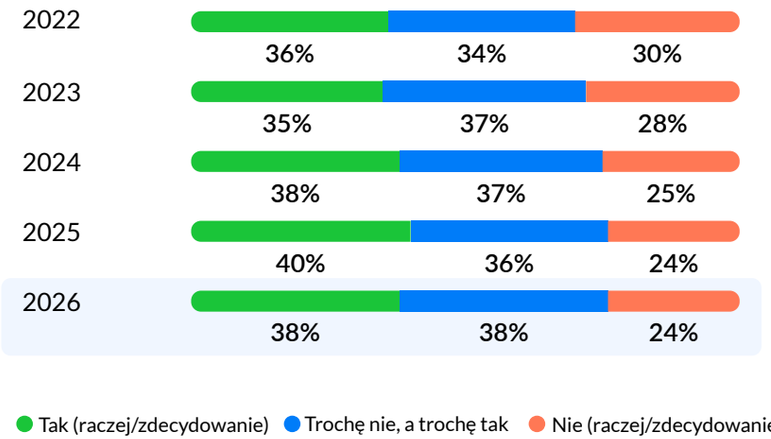
Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

W 2026 roku Polacy rzadziej niż rok wcześniej wskazują siebie jako odpowiedzialnych za swoje problemy ze spłatą zobowiązań (spadek o 6 p.p.). Jednocześnie zdecydowanie wzrósł odsetek osób obarczających winą za swoje zadłużenie system edukacji (wzrost o 9 p.p.).

Wyniki mogą wskazywać na zmianę w postrzeganiu źródeł problemów finansowych. Choć osobista odpowiedzialność pozostaje najczęściej wskazywaną odpowiedzią, jej znaczenie maleje. Jednocześnie coraz częściej dostrzegana jest rola systemu edukacji, co może świadczyć o rosnącym przekonaniu, że przygotowanie do podejmowania odpowiedzialnych decyzji finansowych nie zależy wyłącznie od jednostki.

Co ciekawe o 5 p.p. spadł odsetek Polaków, którzy uważają, że odpowiedzialność za ich długi ponoszą firmy windykacyjne. Może to oznaczać, że społeczeństwo zaczyna lepiej rozumieć rolę, jaką odgrywają firmy zarządzające wierzytelnościami w gospodarce.

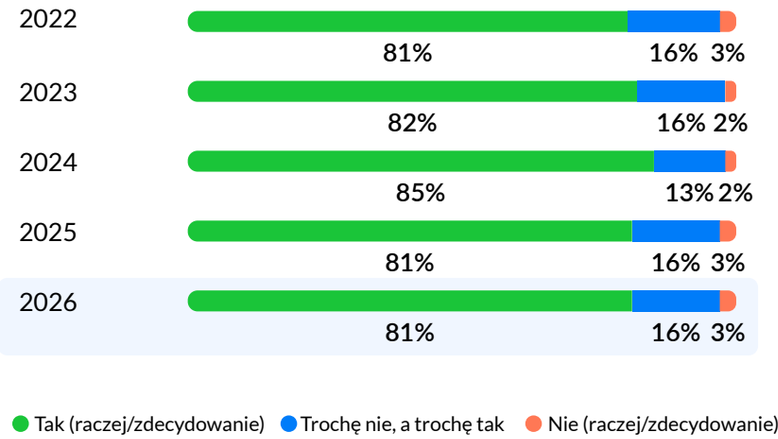
Czy zdaniem Polaków posiadanie długów to wstydliwa sprawa?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Czy zdaniem Polaków każdy powinien spłacać swoje długi?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

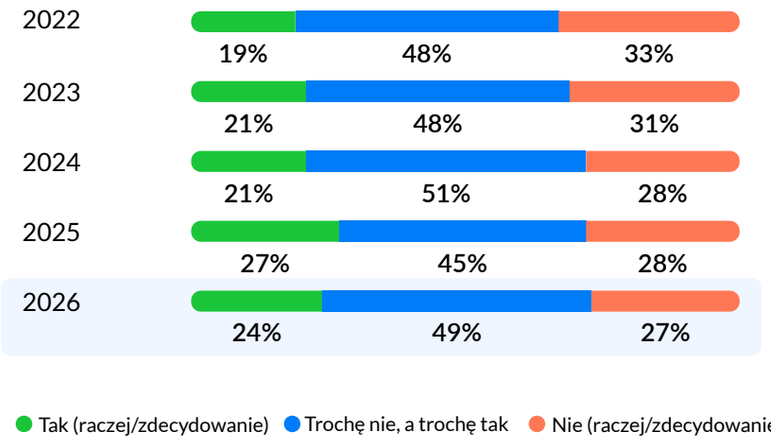
Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Choć przekonanie, że długi są powodem do wstydu maleje wśród Polaków (spadek o 2 p.p. w skali roku) to wciąż pozostaje ono na wysokim poziomie. To może świadczyć o utrwalonym społecznie negatywnym postrzeganiu zadłużenia, mimo rosnącej świadomości jego przyczyn.

Przekonanie, że każdy powinien spłacać swoje długi, jest bardzo głęboko zakorzenione w społeczeństwie. Odsetek ankietowanych, którzy tak uważają w 2026 roku tak, jak w latach poprzednich przekroczył 80 proc. Warto jednak zaznaczyć, że podejście do tego obowiązku różni się w zależności od wieku i osobistych doświadczeń finansowych. W 2026 roku ze stwierdzeniem zgadza się 81 proc. badanych, a przeciwnego zdania jest niespełna 3 proc.

Najsilniejsze przekonanie o konieczności spłaty zobowiązań występuje wśród osób w wieku 55 lat i więcej (podziela je 92 proc. respondentów tej grupy). Jednocześnie osoby mające obecnie zaległe płatności rzadziej zgadzają się z tym stwierdzeniem niż osoby bez takich problemów (65 proc. vs. 86 proc.). Może to wskazywać, że osobiste doświadczenie trudności finansowych wiąże się z mniej jednoznacznym podejściem do bezwzględnego obowiązku spłaty zadłużenia.

Czy zdaniem Polaków firmy windykacyjne pełnią bardzo ważną rolę w społeczeństwie i gospodarce?



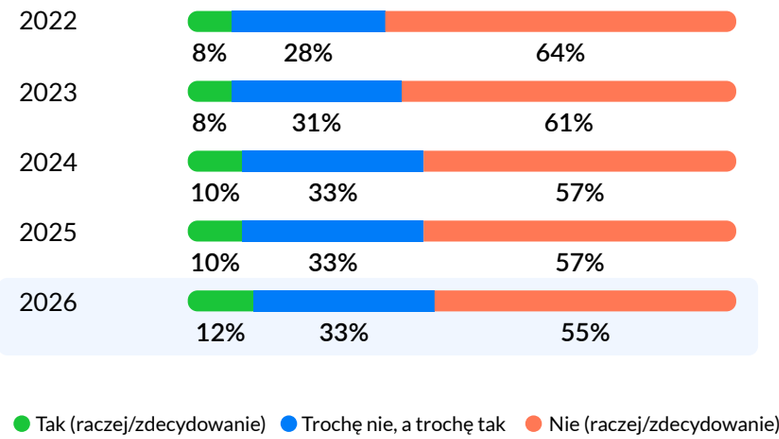
Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Zdania badanych na temat roli firm zarządzających wierzytelnościami nadal są podzielone. Najwięcej badanych, niemal połowa (49 proc.), nie potrafi jednoznacznie wypowiedzieć się w tej kwestii. Osoby, które dostrzegają ważną rolę takich firm w społeczeństwie i gospodarce, stanowią podobny odsetek jak respondenci mający odmienne zdanie (odpowiednio 24 proc. i 27 proc.).

Co ciekawe, znaczenie firm zarządzających wierzytelnościami częściej dostrzegają osoby, które same mają problemy ze spłatą zobowiązań. W tej grupie ponad jedna trzecia respondentów (36 proc.) uważa, że pełnią one ważną funkcję w społeczeństwie i gospodarce. Wśród osób, które nie zmagają się z takimi trudnościami, podobną opinię podziela co piąty badany (20 proc.).

Czy Polacy mają zaufanie do firm windykacyjnych?



Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badań zlecanych przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI, na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się w dniach 21–24 sierpnia 2026 roku. Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób. Dane porównawcze dotyczą analogicznych badań przeprowadzanych raz do roku w okresie 2022–2025.

Może to sugerować, że bezpośredni kontakt z problemem zadłużenia pozwala lepiej zrozumieć rolę, jaką firmy zarządzające wierzytelnościami odgrywają w procesie porządkowania zobowiązań i wspierania ich spłaty.

Zaufanie do firm windykacyjnych stopniowo rośnie. W 2022 roku tylko 8 proc. badanych deklarowało zaufanie do firm zarządzających wierzytelnościami, a w 2026 roku odsetek ten wzrósł do 12 proc.

Indeksy są przygotowywane cyklicznie od 2022 roku na podstawie badania zleconego przez KRUK S.A. na panelu Ariadna metodologią CAWI na reprezentatywnej grupie Polaków w wieku powyżej 18 lat.

Badanie w 2026 roku odbyło się 21–24 sierpnia 2026 roku.
Próba ogólnopolska losowo-kwotowa N=1094 osób.
Dane porównawcze z lat 2022-2025.



WROCŁAW
2026