



Kontakt dla mediów:

e-mail: media@parp.gov.pl

Informacja prasowa

Warszawa, 14.07.2026 r.

Co dwunasta kobieta w Polsce nigdy nie korzystała z Internetu

Najnowszy raport Polskiej Agencji Rozwoju Przedsiębiorczości (PARP) [„Kompetencje cyfrowe kobiet. Diagnoza, bariery, wyzwania”](#) wskazuje, że podstawowe kompetencje cyfrowe posiada 75 proc. młodych Polek. Wśród starszych kobiet wskaźnik ten jest znacznie niższy, przy czym znaczenie ma nie tylko wiek, ale także poziom wykształcenia czy miejsce zamieszkania. Autorzy publikacji zwracają również uwagę na wpływ sztucznej inteligencji na zawody wykonywane przez kobiety – niemal co trzecia pracująca Polka jest zatrudniona w profesjach szczególnie podatnych na automatyzację.

Raport został opracowany przez Instytut Analiz Rynku Pracy na zlecenie PARP na podstawie analizy źródeł wtórnych z lat 2020–2025, publikowanych przez m.in. GUS i Eurostat. Zostały one uzupełnione o opracowania przedstawiające długookresowe trendy, m.in. publikacje instytucji europejskich, organizacji międzynarodowych oraz polskich instytutów badawczych.

Polska goni średnią unijną

W 2025 r. co drugi mieszkaniec Polski między 16. a 74. rokiem życia posiadał co najmniej podstawowe umiejętności cyfrowe. Odsetek ten został określony na podstawie Wskaźnika Umiejętności Cyfrowych, który ocenia badanych pod kątem wykonywania co najmniej jednej aktywności cyfrowej w każdym z pięciu obszarów europejskich ram DigComp. Są to: wyszukiwanie i ocena informacji, komunikacja i współpraca za pośrednictwem narzędzi cyfrowych, tworzenie treści, bezpieczeństwo oraz rozwiązywanie problemów przy pomocy nowoczesnych technologii. Wynik ten jest o 10 p.p. niższy od średniej unijnej, która wyniosła 60,4 proc. Jednocześnie cel wyznaczony w ramach unijnej Cyfrowej Dekady zakłada, że do 2030 r. taki poziom kompetencji powinno osiągnąć 80 proc. społeczeństwa.

Postępująca cyfryzacja codziennego życia sprawia, że biegłość w obsłudze urządzeń, zdolność do poruszania się w sieci, tworzenia treści czy świadomość zagrożeń stają się niezbędne do sprawnego funkcjonowania w życiu prywatnym i zawodowym. Chociaż poziom zaawansowania polskiego społeczeństwa cyfrowego znajduje się poniżej średniej unijnej, warto podkreślić, że w ostatnich latach obserwujemy systematyczny postęp w tym obszarze. Co istotne, rozwój nie powinien być domeną tylko młodych osób, ale także starszych

mieszkańców Polski, dla których technologie mogą stanowić duże ułatwienie w codziennym życiu.

Nie tylko wiek

Autorzy raportu wskazują, że w 2025 r. odsetek kobiet posiadających co najmniej podstawowe umiejętności cyfrowe wyniósł 49,8 proc. i był niemal taki sam jak w przypadku mężczyzn (51,1 proc.). Większe różnice widać jednak w zależności od grupy wiekowej. W przypadku najmłodszych badanych (16 – 34 lata) kobiety dysponujące takimi kompetencjami stanowią ponad 75 proc., czyli o 45 p.p. więcej niż w grupie 55 – 64 lata i aż o 63 p.p. więcej w porównaniu z kobietami w wieku 65 – 74 lata.

Poziom kompetencji cyfrowych kobiet zależy m.in. od poziomu wykształcenia. Co najmniej podstawowe umiejętności cyfrowe posiada 78 proc. kobiet z wykształceniem wyższym. W przypadku Polek z wykształceniem podstawowym odsetek ten wynosi 38 proc. Dysproporcje widać także w zależności od miejsca zamieszkania. Odsetek mieszkanek dużych miast dysponujących podstawowymi kompetencjami cyfrowymi sięga 61 proc., czyli o 20 p.p. więcej niż w przypadku mieszkanek obszarów wiejskich.

Dwa razy więcej wykluczonych cyfrowo „na własne życzenie” niż w UE

Wskaźnikiem cyfrowego zaawansowania społeczeństwa jest także odsetek osób, które nigdy nie korzystały z Internetu. W 2025 r. w Polsce wyniósł on 8,1 proc. zarówno w przypadku mężczyzn, jak i kobiet. Choć jest to o blisko 4 p.p. więcej niż średnia unijna, to w porównaniu z 2020 r. odsetek ten zmniejszył się o 5 p.p. Eurostat po raz pierwszy sprawdził, jakie są powody tego zjawiska – zarówno subiektywne (m.in. dostęp do infrastruktury, finanse), jak i obiektywne (brak potrzeby korzystania z Internetu, trudności z obsługą technologii cyfrowych itp.). W przypadku Polski ponad 7 proc. osób deklaruje brak potrzeby korzystania z Internetu – dwukrotnie więcej niż średnia w UE. Podobnie wygląda odsetek osób wskazujących na wyzwania związane z obsługą technologii cyfrowych – 4,59 proc. w Polsce wobec 2,36 proc. w UE.

Analiza danych z lat 2020 – 2025 wyraźnie pokazuje, że na poziom zaawansowania cyfrowego wpływ mają różne czynniki. Osiągnięcie celów w ramach unijnej Cyfrowej Dekady będzie więc zależało od tego, czy zostaną podjęte działania skierowane do środowisk, w których ryzyko cyfrowego wykluczenia jest największe: osób starszych, osób z niższym poziomem wykształcenia oraz mieszkańców mniejszych miejscowości i obszarów wiejskich.

Praca kobiet a AI

Publikacja omawia także sytuację kobiet na rynku pracy w kontekście zmian powodowanych rosnącą popularnością sztucznej inteligencji. Według przytoczonych w raporcie danych odsetek kobiet w Polsce wykonujących jeden z 20 zawodów najbardziej narażonych na automatyzację wynosi 28 proc., co odpowiada 2,16 mln pracujących osób. Jest to o 11 proc. i 630 tys. osób więcej niż w przypadku mężczyzn.

Istotny wpływ na obecną sytuację zawodową kobiet ma też niższa – w porównaniu z mężczyznami – skłonność do korzystania z narzędzi technologicznych. Przeprowadzona przez naukowców z uniwersytetów Harvarda, Stanforda i Berkeley Haas synteza 18 badań, w których łącznie wzięło udział 143 tys. uczestników z całego świata wykazała, że kobiety są średnio o jedną piątą mniej skłonne do korzystania z generatywnej AI niż mężczyźni, niezależnie od zawodu, w jakim pracują, oraz przy wyrównanym dostępie do tego narzędzia. Autorzy raportu PARP zaznaczyli, że tworzy to podwójne wyzwanie: z jednej strony ryzyko automatyzacji wykonywanego zawodu, a z drugiej – mniejszą skłonność do sięgania po narzędzia mogące pomóc w dostosowaniu się do zmian zachodzących na rynku pracy.

Praktyczne doświadczenie z nowymi technologiami może w najbliższych latach coraz silniej wpływać na konkurencyjność pracowników. Rozwój kompetencji cyfrowych kobiet powinien więc obejmować nie tylko podstawową obsługę narzędzi cyfrowych, ale także umiejętność świadomego i bezpiecznego korzystania z rozwiązań opartych na AI.

Raport został przygotowany w ramach projektu pozakonkursowego FERS pn. „Rozwój i doskonalenie systemu sektorowych rad ds. kompetencji”.



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



 **PARP**
Grupa PFR