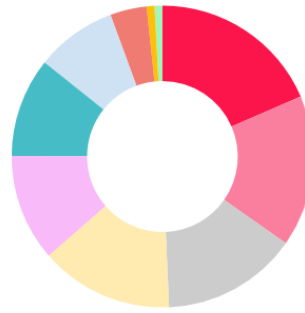


**Πάνω από** των ερωτηθέντων θεωρεί ότι η ψυχική του υγεία έχει **το 60%** επηρεαστεί **προς το χειρότερο λόγω της πανδημίας.**

## Τα αρνητικά συναισθήματα

που βίωσαν πιο συχνά οι νέοι κατά τη διάρκεια της πανδημίας είναι: **το στρες, το αίσθημα μονοτονίας, η κατάθλιψη και η έλλειψη κινήτρου**



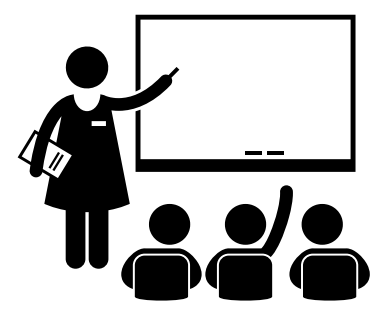
- ΣΤΡΕΣ
- ΜΟΝΟΤΟΝΙΑ
- ΑΠΑΙΣΙΟΔΟΞΙΑ
- ΕΛΛΕΙΨΗ ΚΙΝΗΤΡΩΝ
- ΜΟΝΑΞΙΑ
- ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ
- ΑΠΕΛΠΙΣΙΑ
- ΝΙΩΘΩ ΑΒΟΗΘΗΤΟΣ/Η
- ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΚΕΣ ΣΚΕΨΕΙΣ
- ΑΛΛΟ

## “Η ΠΑΝΔΗΜΙΑ ΕΧΕΙ ΕΠΗΡΕΑΣΕΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΤΗ ΖΩΗ ΜΟΥ ΓΙΑΤΙ...”

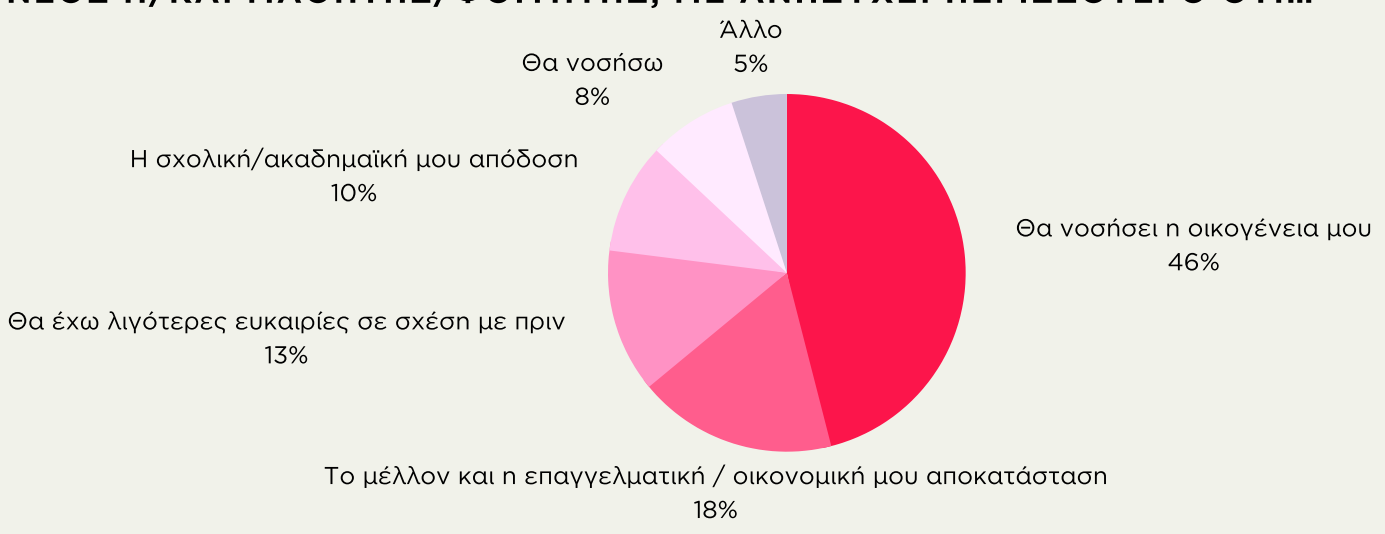


Το **88%** απάντησε ότι: **προτιμά τον παραδοσιακό τρόπο διδασκαλίας στην τάξη, έναντι της τηλεεκπαίδευσης**

Το **59%** πιστεύει ότι: **η ακαδημαϊκή του απόδοση έχει επηρεαστεί αρνητικά.**



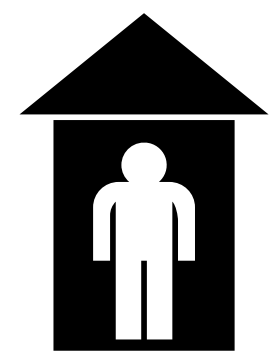
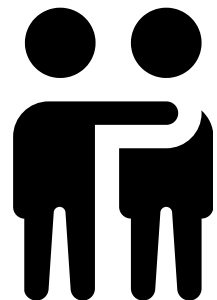
## “ΩΣ ΝΕΟΣ Ή/ΚΑΙ ΜΑΘΗΤΗΣ/ΦΟΙΤΗΤΗΣ, ΜΕ ΑΝΗΣΥΧΕΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΟΤΙ...”



**Το 19%** θεωρεί μικρή την πιθανότητα να νοσήσει **Το 34%** το θεωρεί πιθανό ή πολύ πιθανό.



Το **68%** δήλωσε ότι έχει μειώσει τις κοινωνικές συναναστροφές του ενώ ένα **10%** δήλωσε ότι δεν άλλαξε τίποτα στην κοινωνική του ζωή

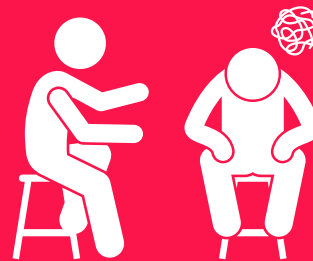


# ΕΙΝΑΙ ΑΙΣΘΗΤΗ Η ΑΝΑΓΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΣΤΟΥΣ ΝΕΟΥΣ;

42% δήλωσαν ότι έχουν νιώσει ανάγκη για ψυχολογική υποστήριξη...

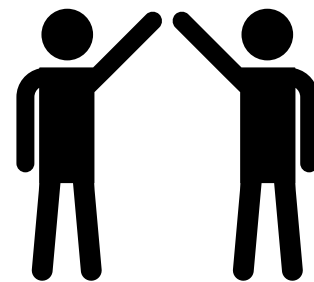
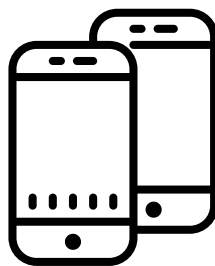
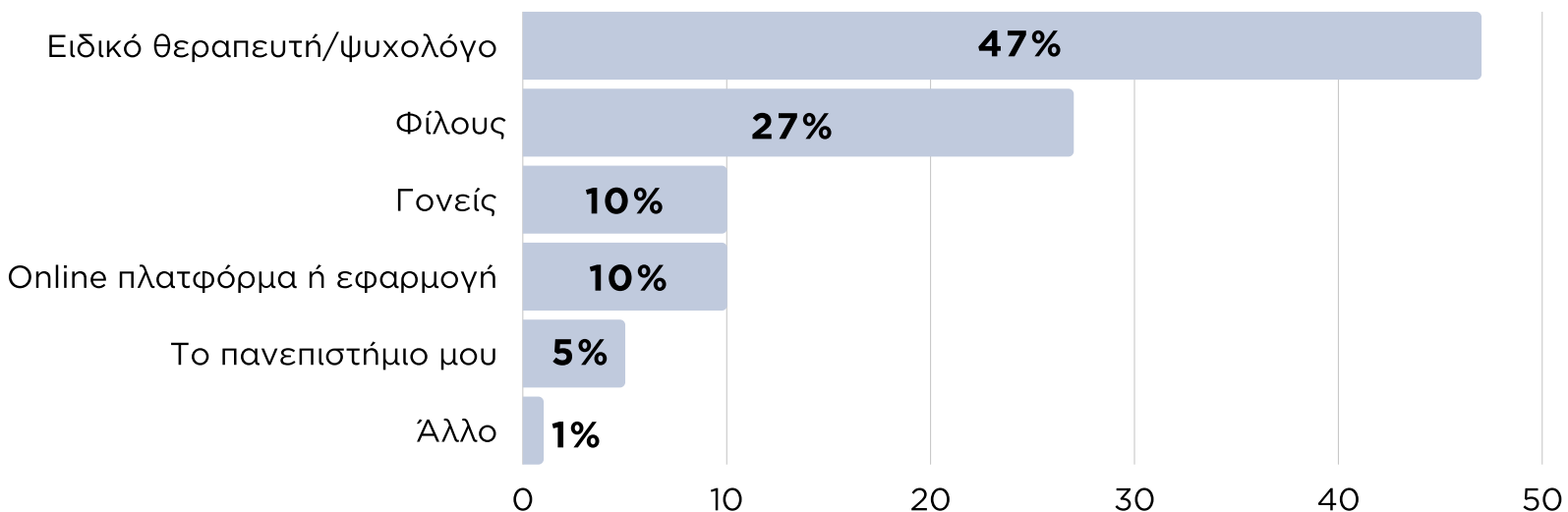


...αλλά μόνο το 14% έχει ζητήσει βοήθεια.



**Το 57%** των νέων θεωρεί ότι η πρόσβαση σε υπηρεσίες ψυχολογικής υποστήριξης παραμένει δύσκολη

## “ΘΑ ΑΝΑΖΗΤΟΥΣΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΑΠΟ...”



feel®

Η Sentio Solutions, είναι μία ελληνική healthtech startup, που έχει ως στόχο να αλλάξει τον τρόπο που διαχειριζόμαστε και φροντίζουμε την ψυχική μας υγεία.

Το πρόγραμμα της εταιρείας Feel απευθύνεται σε ανθρώπους που χρειάζονται ψυχική υποστήριξη ή πάσχουν από ήπιες έως μέτριες διαταραχές ψυχικής υγείας. Μέχρι σήμερα, η εταιρεία έχει συνεργαστεί με ασφαλιστικές εταιρείες ζωής & υγείας στην Αμερική και στη Γερμανία. Με αφορμή την πανδημία, η εταιρεία επίσης δημιούργησε το πρόγραμμα Feel Relief, το οποίο είναι σχεδιασμένο για να υποστηρίξει οποιονδήποτε έχει επηρεαστεί από αυτήν, καθώς και έναν οδηγό με πρακτικές συμβουλές σε συνεργασία με την Α΄ Ψυχιατρική Κλινική του ΕΚΠΑ, που μπορείτε να βρείτε [εδώ](#)

\*Αποτελέσματα από την έρευνα “COVID19 IMPACT ON STUDENTS & YOUNG PEOPLE” που διεξήγαγε η Sentio Solutions στην Ελλάδα την περίοδο Οκτωβρίου / Νοεμβρίου 2020 σε 180 συμμετέχοντες.