



바이러스 대유행의 영향:

청년들의 정신 건강

바이러스 대유행이 1년 넘게 이어지면서 우리는 모두 스트레스가 심한 시간들을 헤쳐왔습니다 — 그리고 많은 순간들을 놓치기도 했습니다. 침대들과 청년들의 경우, 스포츠 경기나 콘서트, 졸업식, 대학의 대면 수업과 같은 통과예들이 취소되었습니다. 그리고 이와 같은 통과예들과 사고 모임들을 아쉬워하는 마음은 큰 영향을 끼쳤습니다.

COVID-19 대유행 기간 동안 청년들에 대한 3대 우려사항들:¹

1 일상 생활의 붕괴

응답자의 60%

15.7 억만 명의 학생들이 학교를 떠났습니다

약 90%의 학생들이 교실을 떠났습니다.²

5억 명

이 온라인 학습을 이용할 수 없습니다.²

모두의 미디어 이용 시간 증가:

↑72% 터키(어린이)³

↑87% 캐나다(어린이)⁴

↑70% 중국(전 연령)⁵

↑49% 폴란드(전 연령)⁶

2 정신적 건강

응답자의 55%

58%

의 청년들은 자신들의 정신적 건강이 부정적인 영향을 받았다고 응답합니다.¹

25% vs. 13%

미국에서 청년(18-24세)들은 **약물 사용의 신규 또는 증가**가 보고될 가능성이 모든 성인보다 거의 **2배**입니다.⁷

3 재정적 안정

응답자의 44%

34% 실업

영국 대학생 34%가 직장을 잃었고, 노동 시간이 감소하거나 완수한 임금을 받지 못했다고 보고했습니다.⁸

24%
2020

8% 2019

미국 청년 노동자(16-24세)의 **24.4%**는 2020년 봄에 실업 상태입니다.⁹

72%

의 국가들이 “어린이 및 청소년을 포함해 취약층에 대한 정신 건강 서비스의 붕괴를 보고했습니다.”¹⁰

바이러스 대유행과 관련된 우울증, 불안증 또는 스트레스를 겪고 있거나 — 또는 귀하의 십대 또는 청년 자녀들이 그런 경우 — **도움을 받을 수 있습니다.**

귀하의 직원 지원 프로그램은 플랜에 가입한 귀하와 귀하의 부양가족들을 위해 무료로 주7일/하루 24시간 비밀보장 지원을 제공하고 있습니다. 귀하는 추가 비용 없이 치료사와 대면 또는 가상 방문을 할 수 있는 자격이 있을 수도 있습니다.



청년에 관해 우려사항이 있으십니까?

귀하의 직원 지원 프로그램에 연락하십시오.

- World Health Organization. COVID-19 Youth Survey: Report. Global Shapers Community, et al. Available at: https://cdn.who.int/media/docs/default-source/epi-win/covid-19-survey_report_for_who--final.pdf?sfvrsn=f23bd740_4. Accessed February 16, 2021.
- United Nations. Ensure inclusive and equitable quality education and promote lifelong learning opportunities for all. Available at: <https://unstats.un.org/sdgs/report/2020/goal-04/>. Accessed February 16, 2021.
- Eyimaya AO, Irmak AY. Relationship between parenting practices and children's screen time during the COVID-19 pandemic in Turkey. *J Pediatr Nurs*. 2021 January-February; 56: 24-29. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7534794/>. Accessed February 16, 2021.
- Carroll N, et. al. The impact of COVID-19 on health behavior, stress, financial and food security among middle to high income Canadian families with young children. *Nutrients*. 2020 Aug; 12(8): 2352. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7468859/>. Accessed February 16, 2021.
- Hu Z, et al. Impact of the COVID-19 epidemic on lifestyle behaviors and their association with subjective well-being among the general population in mainland China: Cross-sectional study. *J Med Internet Res*. 2020 Aug; 22(8): e21176. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7458584/>. Accessed February 16, 2021.
- Górnicka M, et al. Dietary and lifestyle changes during COVID-19 and the subsequent lockdowns among Polish adults: A cross-sectional online survey PLifeCOVID-19 Study. *Nutrients*. 2020 Aug; 12(8): 2324. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7468840/>. Accessed February 16, 2021.
- Pachal N, et. al. The implications of COVID-19 for mental health and substance use. Kaiser Family Foundation. Available at: https://www.kff.org/coronavirus-covid-19/issue-brief/the-implications-of-covid-19-for-mental-health-and-substance-use/?utm_campaign=KFF-2021-Coronavirus&utm_medium=email&_hsmi=110418889&_hsenc=p2ANqtz-9sijNjVfcQw_zPK3dxxYt2KvSTQ2c6wzKHgSj251mpyJOa_RBNWnX4JHa0KVFPSKbC6FLcavJ6CPWZwIct-bhMzTCFmOXIVBjMzR_TvqpCOzO2t3E&utm_content=110418889&utm_source=hs_email. Accessed February 16, 2021.
- Montacute R, Holt-White E. COVID-19 and social mobility impact brief #2: University access & student finance. The Sutton Trust. Available at: <https://www.suttontrust.com/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-and-Social-Mobility-Impact-Brief-2.pdf>. Accessed February 16, 2021.
- Gould E, Kassa M. *Young Workers Hit Hard by the COVID-19 Economy*. Economic Policy Institute. Available at: <https://www.epi.org/publication/young-workers-covid-recession/>. Accessed February 16, 2021.
- World Health Organization. COVID-19 disrupting mental health services in most countries, WHO survey. Available at: <https://www.who.int/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>. Accessed February 16, 2021.

이 프로그램은 응급 또는 긴급 치료가 필요한 경우 이용해서는 안됩니다. 응급상황인 경우, 귀하가 미국 내에 있다면 911에 전화하시거나 미국 외의 지역에 있는 경우 현지 응급 서비스 전화번호로 전화하시고 또는 가장 가까운 사고 및 응급의학과에 가십시오. 이 프로그램은 의사 또는 전문가의 진료를 대체하는 것이 아닙니다. 이해 갈등의 가능성으로 인해 Optum 또는 그 자회사 또는 전화할 건 사람이 이를 서비스를 직접 또는 간접적으로 받는 모든 당사자(예: 고용주 또는 건강보험)에 대한 법률 소송과 관련된 수 있는 문제에 관해서는 법률 자문이 제공되지 않습니다. 이 프로그램 및 프로그램의 모든 구성요소, 특히 16세 미만의 가족 구성원에 대한 서비스는 모든 장소에서 제공되지 않을 수 있으며 사전 고지 없이 변경될 수 있습니다. 직원 지원 프로그램 인력 자원의 경험 및/또는 교육 수준은 계약 조건 또는 국가 규제 요건에 기초해 다양할 수 있습니다. 혜택 제외사항 및 한계사항이 적용될 수 있습니다.

Optum®은 미국 및 다른 관할권 내에서 Optum, Inc.의 상표입니다. 모든 기타 브랜드 또는 상품명은 각 소유주의 상표 또는 등록 상표입니다. Optum은 동등한 고용 기회를 제공하는 기업입니다.

© 2021 Optum, Inc. 모든 권한은 귀속됩니다. WF4045877 208364-032021