



## ВЛИЯНИЕ ПАНДЕМИИ

# на психическое здоровье молодых людей

Уже больше года пандемия становится для нас неиссякаемым источником стресса и лишает нас многих радостей. Отмена спортивных и выпускных мероприятий, тусовок концертов, очных занятий существенно изменила привычный ход жизни подростков и молодых людей, став причиной тяжелых переживаний.

### ТРИ ГЛАВНЫЕ ПРИЧИНЫ ДЛЯ БЕСПОКОЙСТВА ЗА МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ COVID-19:<sup>1</sup>

## 1 Нарушение привычного жизненного уклада

60% РЕСПОНДЕНТОВ

**1,57** МЛРД УЧАЩИХСЯ НЕ ПОСЕЩАЮТ УЧЕБНЫЕ ЗАВЕДЕНИЯ

Почти **90%** учащихся не посещали учебные заведения.<sup>2</sup>

**500 МЛН**

не смогли продолжить обучение онлайн.<sup>2</sup>

ВРЕМЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ГАДЖЕТОВ УВЕЛИЧИЛОСЬ ВО ВСЕХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУППАХ:

**↑72%**

в Турции (дети)<sup>3</sup>

**↑87%**

в Канаде (дети)<sup>4</sup>

**↑70%**

в Китае (все группы)

**↑49%**

в Польше (все группы)

## 2 Психическое здоровье

55% РЕСПОНДЕНТОВ



**25%** ПРОТИВ 13%

В США молодые люди в возрасте от 18 до 24 лет **в два раза чаще**, чем взрослые в целом, сообщают о **начале употребления или увеличении дозы психоактивных веществ**.<sup>7</sup>

## 3 Финансовая стабильность

44% РЕСПОНДЕНТОВ

**34%** ЛИШИЛИСЬ РАБОТЫ

В Великобритании **34%** студентов сообщили о **потере работы, сокращении рабочих часов или отказе работодателей оплачивать выполненную работу**.<sup>8</sup>

### ВЕСЕННИЕ ДАННЫЕ ПО БЕЗРАБОТИЦЕ В США



Весной 2020 г. в США **24,4%** молодых работников в возрасте от 16 до 24 лет **не были трудоустроены**.<sup>9</sup>

**72%** стран «сообщили о трудностях с оказанием психологической помощи уязвимым категориям граждан, включая детей и подростков».<sup>10</sup>

Если вы или ваш ребенок-подросток столкнулись с депрессией, тревожностью или стрессом на фоне пандемии, **обратитесь за помощью**.

Программа помощи сотрудникам бесплатно и анонимно поддержит вас и ваших детей в любое удобное для вас время. В некоторых случаях вы даже сможете получить бесплатную консультацию психолога в очном или виртуальном формате.

**НЕ ЗНАЕТЕ, КАК ПОМОЧЬ ПОДРОСТКУ?**  
**Обратитесь к специалистам программы помощи сотрудникам.**

1. 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](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.

2. 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.

3. 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.

4. 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.

5. 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.

6. 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.

7. 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&\\_hsmt=110418889&\\_hsenc=p2ANqtz-9sijNJVfcQw\\_zPK3dxxYt2KvSTQ2c6wzKHgSj251mpyJOa\\_RBNWnX4JHa0KVFPskbC6FLcav\\_J6CPWZwICt-bhMzTCFMoXIVBjMzR\\_TvypCOzO2t3E&utm\\_content=110418889&utm\\_source=hs\\_email](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&_hsmt=110418889&_hsenc=p2ANqtz-9sijNJVfcQw_zPK3dxxYt2KvSTQ2c6wzKHgSj251mpyJOa_RBNWnX4JHa0KVFPskbC6FLcav_J6CPWZwICt-bhMzTCFMoXIVBjMzR_TvypCOzO2t3E&utm_content=110418889&utm_source=hs_email). Accessed February 16, 2021.

8. 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.

9. 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.

10. 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.

Данная программа не оказывает экстренную и неотложную медицинскую помощь. В экстренной ситуации звоните в службу 911, если находитесь в США; в местные экстренные службы, если вы за пределами США; либо обращайтесь в ближайшее отделение скорой помощи. Данная программа не является заменой медицинского обслуживания, предоставляемого врачом или специалистом. Ввиду возможного конфликта интересов юридические консультации не предоставляются по вопросам, которые могут повлечь судебные иски против компании Optum, ее филиалов и любой организации, в которой заявитель непосредственно или косвенно получает данные услуги (например, работодатель или план медицинского страхования). Данная программа и ее компоненты, в частности услуги, предоставляемые членам семьи в возрасте до 16 лет, могут быть доступны не во всех регионах; возможны изменения без предварительного уведомления. Уровень квалификации и (или) образования программы помощи сотрудникам может различаться в зависимости от требований договора и нормативных требований страны. Уточняйте перечень ограничений и исключенных услуг.

Optum® является зарегистрированным товарным знаком компании Optum, Inc. в США и других странах. Все прочие названия брендов и продуктов являются товарными знаками или зарегистрированными товарными знаками или собственностью их соответствующих владельцев. Компания Optum обеспечивает равные возможности трудоустройства.

© 2021 Optum, Inc. Все права защищены. WF4045877 208364-032021