

ТРЕНДЫ ПАНДЕМИИ.

НОВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗДОРОВЬЯ

Марина Безуглова, Ipsos

МАРИНА БЕЗУГЛОВА

Исполнительный директор Ipsos,

Автор книги «Wellbeing. Управление стрессом и развитие креативности»

Телеграм канал "Pro Wellbeing"

Кандидат медицинских наук, MBA,
сертифицированный Master coach (ICI)



ГЛАВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СО ЗДОРОВЬЕМ



ЖЕНЩИНЫ ЧАЩЕ НАЗЫВАЮТ
ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ
СРЕДИ ОСНОВНЫХ ПРОБЛЕМ
ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ
(36% VS 26% У МУЖЧИН)

КАК ИЗМЕНИЛОСЬ ВАШЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ И МЕНТАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ...

ГЛОБАЛЬНО

В РОССИИ

с начала пандемии
год назад



с начала 2021 года



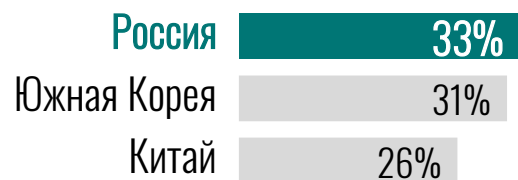
ЛЮДИ СКЛОННЫ ДУМАТЬ О СВОЕМ ФИЗИЧЕСКОМ БЛАГОПОЛУЧИИ ЧАЩЕ, ЧЕМ О ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ



среднее значение по миру

СТАТИСТИКА ПО СТРАНАМ

Как часто вы думаете о собственном психологическом благополучии?



МЕНТАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ СОТРУДНИКОВ

24%

испытывают
проблемы
с тревогой
и беспокойством

38%

сообщают о том,
что испытывают
депрессивные
настроения

56%

чувствуют себя
психологически
безопасно
на рабочем месте

64%

берут работу
на дом /работают
больше 8 часов
в день

26%

работают
под большим
давлением,
всегда напряжены

КТО БОЛЕЕ ПОДВЕРЖЕН ТРЕВОГЕ И ДЕПРЕССИВНЫМ НАСТРОЕНИЯМ?

- Молодые люди до 25 лет
- Сотрудники со стажем до 3-5 лет

КТО СЕБЯ ЧУВСТВУЕТ В БЕЗОПАСНОСТИ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ?

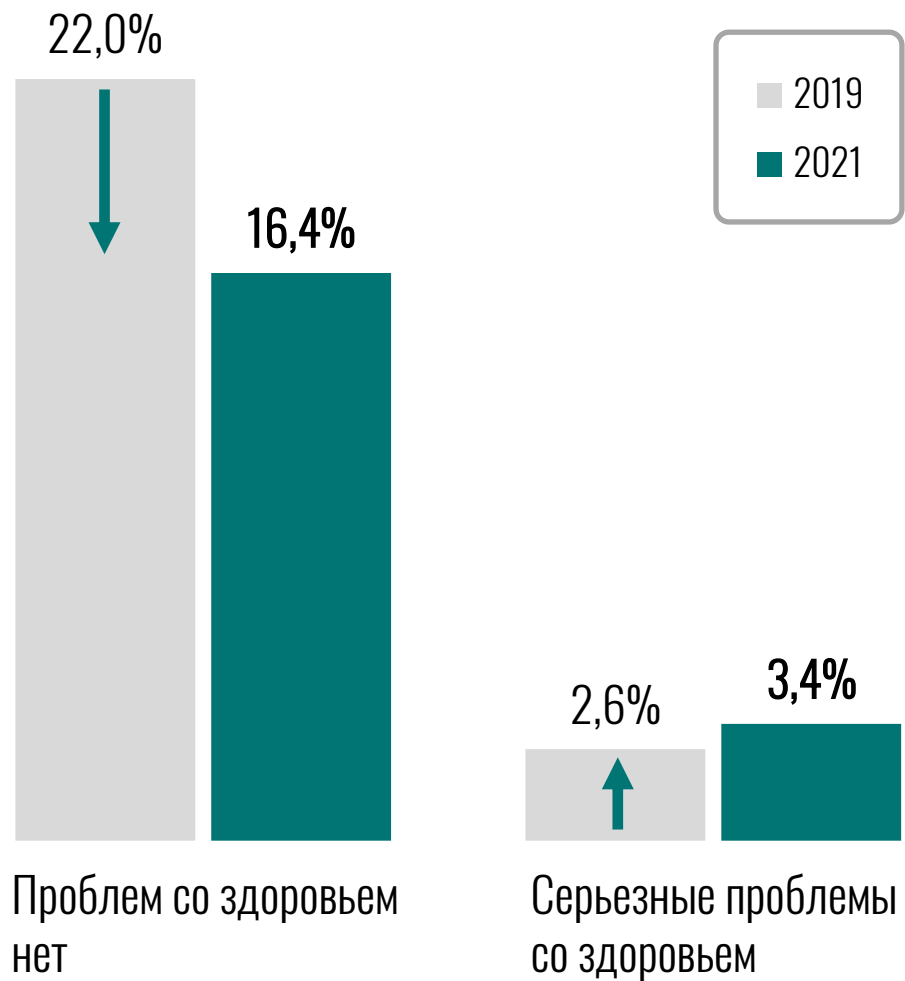
- Сотрудники с высоким уровнем заботы о себе
- Работающие в компаниях с благоприятным стилем менеджмента
- Работающие в компаниях с программами wellbeing

КТО ЧАЩЕ БЕРЕТ РАБОТУ НА ДОМ И РАБОТАЕТ ПОД БОЛЬШИМ ДАВЛЕНИЕМ?

- Сотрудники с низким уровнем заботы о себе
- Отмечающие неблагоприятный стиль менеджмента и корпоративную культуру трудоголизма

ЗДОРОВЫХ СТАНОВИТСЯ МЕНЬШЕ...

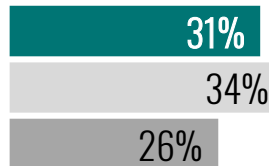
САМООЦЕНКА НАСЕЛЕНИЕМ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ



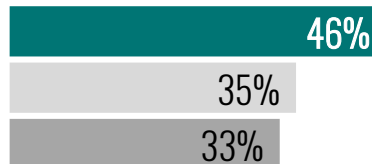
А ЦЕННОСТЬ ЗДОРОВЬЯ ВЫШЕ

ЛЮДИ СТАЛИ БОЛЕЕ ОСОЗНАННО И БЕРЕЖНО ОТНОСИТЬСЯ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ

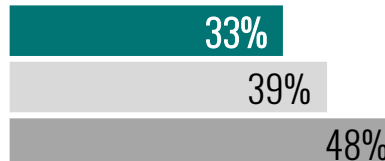
Я обязательно периодически прохожу медосмотр, даже если хорошо себя чувствую



Я занимаюсь спортом или делаю зарядку хотя бы раз в неделю



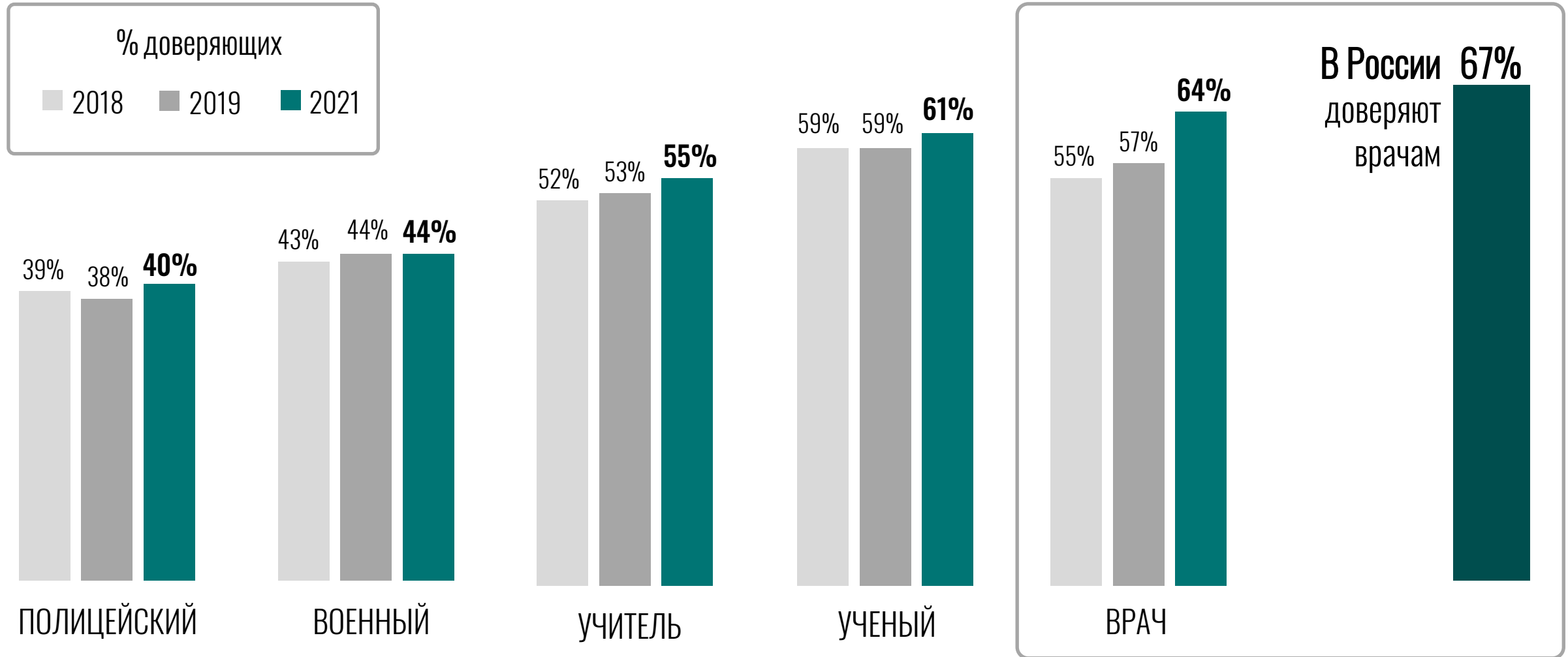
Из-за напряженного образа жизни я плохо слежу за своим здоровьем



Наличие проблем со здоровьем тревожит меня и портит настроение



ТОП 5 ПРОФЕССИЙ, КОТОРЫМ БОЛЬШЕ ВСЕГО ДОВЕРЯЮТ



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

Марина Безуглова,

Marina.Bezouglova@ipsos.com

<https://t.me/prowellbeing>

<https://www.facebook.com/marinbez/>