

Παρουσίαση Αποτελεσμάτων Ποσοτικής Έρευνας “Η Ψυχική υγεία των νέων”

ΕΤΟΙΜΑΣΤΗΚΕ ΓΙΑ ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟ ΤΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ ΝΕΟΛΑΙΑΣ ΚΥΠΡΟΥ
ΑΠΟ IMR/ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ™

Ταυτότητα Έρευνας

ΓΡΑΦΕΙΟ

IMR/ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ™

ΑΝΑΘΕΣΗ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΝΕΟΛΑΙΑΣ ΚΥΠΡΟΥ

ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗΣ

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ-ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2021

ΤΥΠΟΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ ΜΕ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΔΟΜΗΜΕΝΟΥ
ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ

ΜΕΘΟΔΟΣ ΔΕΙΓΜΑΤΟΛΗΨΙΑΣ

ΤΥΧΑΙΑ ΣΤΡΩΜΑΤΟΠΟΙΗΜΕΝΗ ΔΕΙΓΜΑΤΟΛΗΨΙΑ

ΔΕΙΓΜΑ

500 ΝΕΟΙ ΚΑΙ ΝΕΕΣ

ΚΑΛΥΨΗ

ΠΑΓΚΥΠΡΙΑ (ΑΣΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΑΓΡΟΤΙΚΕΣ ΠΕΡΙΟΧΕΣ)

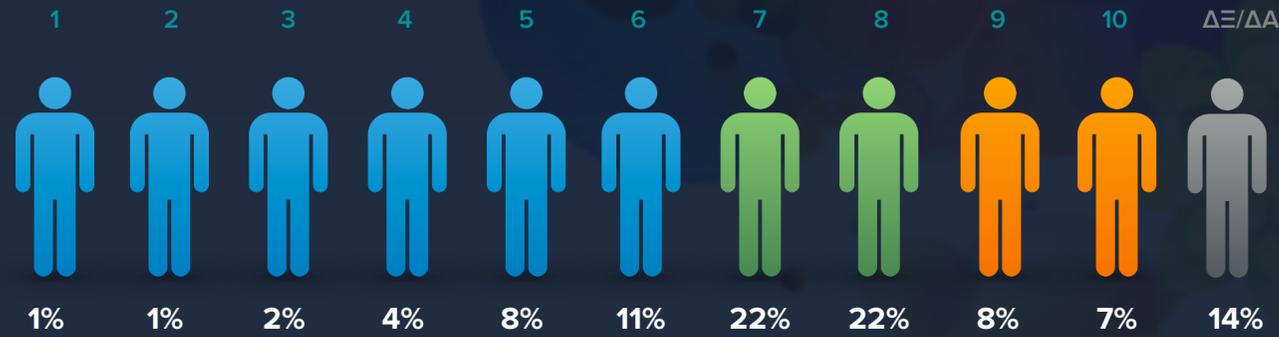
ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ

ΝΕΟΙ ΚΑΙ ΝΕΕΣ ΗΛΙΚΙΑΣ 18-35 ΕΤΩΝ

- ▶ Διερεύνηση πτυχών της ζωής που σχετίζονται με την ψυχική υγεία των νέων
- ▶ Αποτύπωση της συναισθηματικής τους κατάστασης
- ▶ Εντοπισμός κοινωνικο-δημογραφικών συσχετίσεων
- ▶ Διερεύνηση του βαθμού γνώσης και αξιολόγησης των υφιστάμενων δομών/προγραμμάτων στήριξης του Κράτους
- ▶ Εντοπισμός των τρεχουσών αναγκών των νέων για ενίσχυση της στήριξης σε θέματα ψυχικής υγείας

ΕΝΟΤΗΤΑ Α: Γενική Κατάσταση

Πόσο ικανοποιημένοι αισθάνεστε από τη ζωή σας:

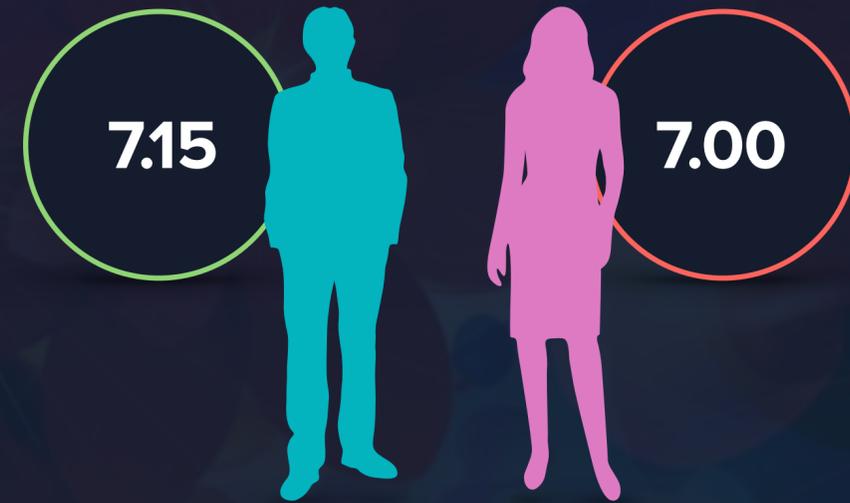


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

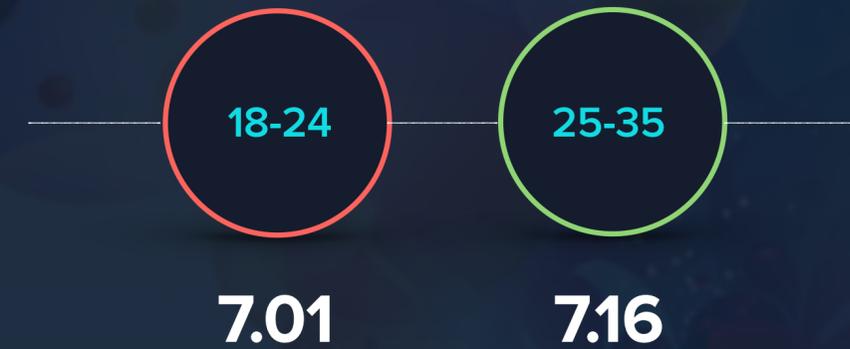
7.07

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 1 = ΚΑΘΟΛΟΥ 10 = ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ

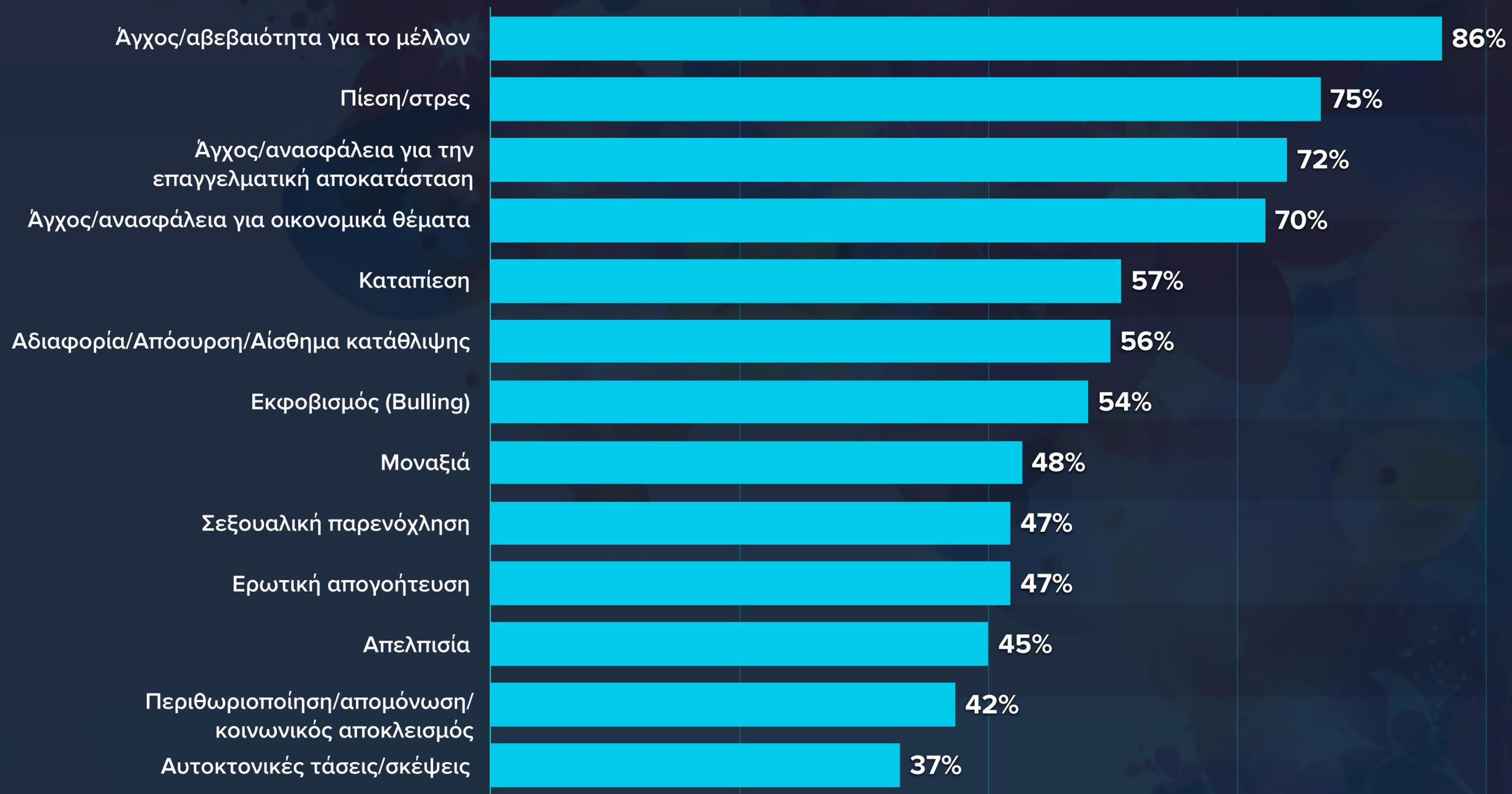
ΦΥΛΟ



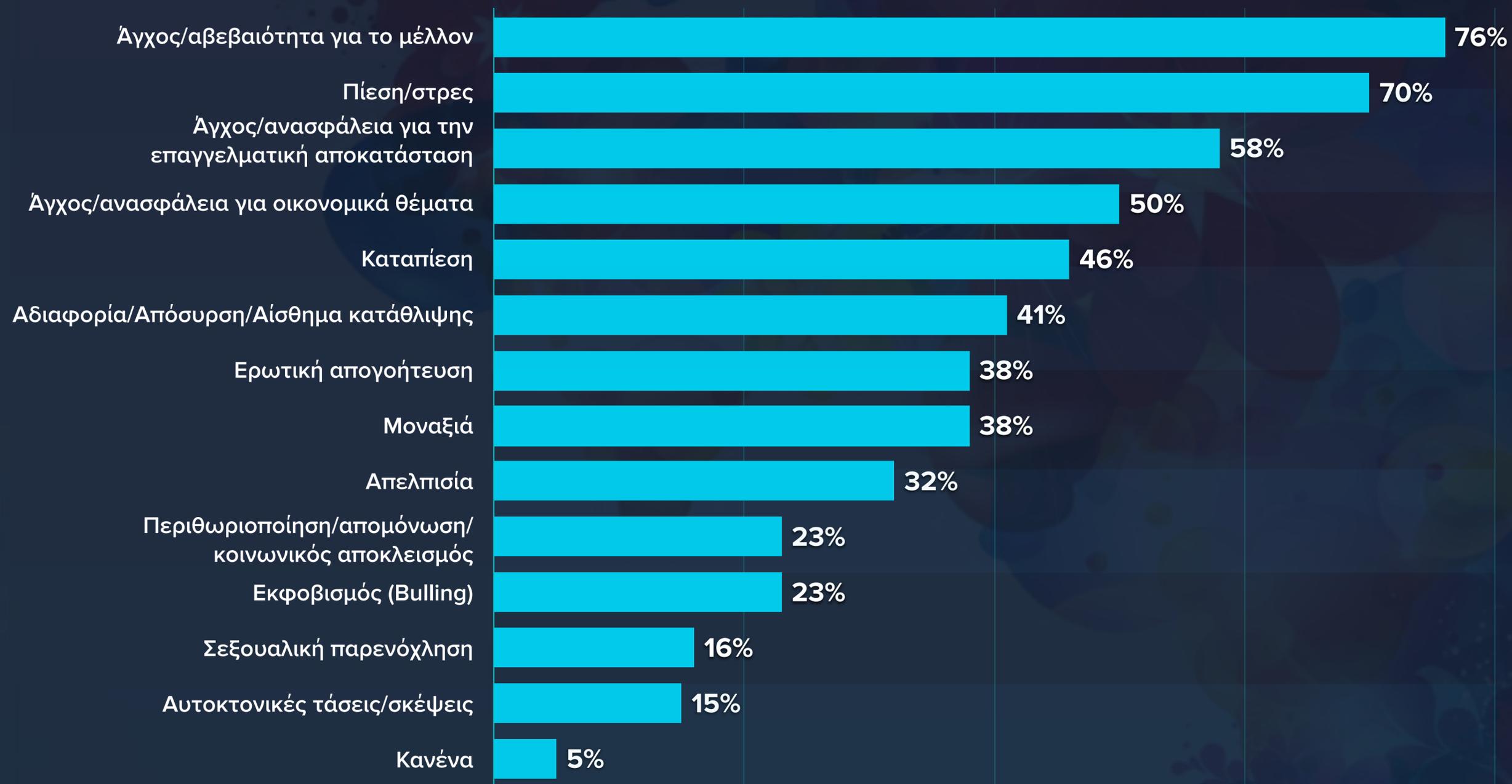
ΗΛΙΚΙΑ



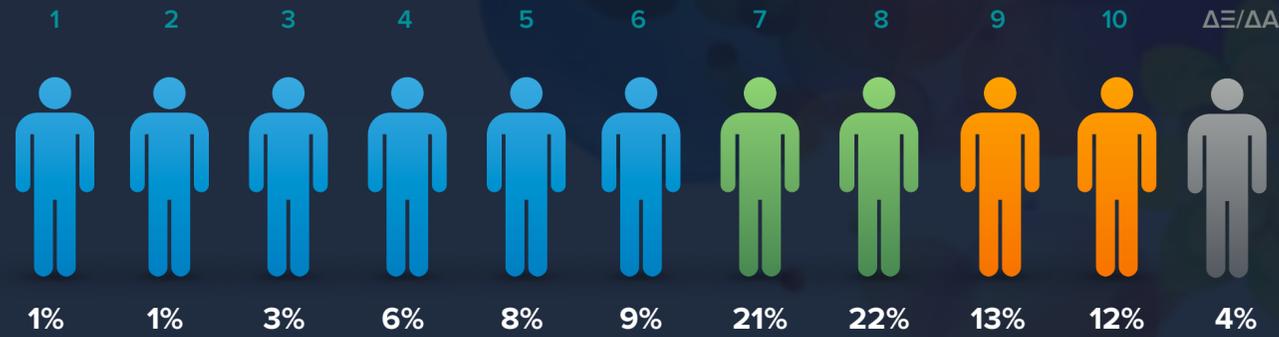
Ποια θα λέγατε ότι είναι τα σημαντικότερα συναισθηματικά ζητήματα/προβλήματα/καταστάσεις που αντιμετωπίζουν οι νέοι της Κύπρου σήμερα;



Εσείς προσωπικά, έχετε βιώσει κάποια στιγμή στη ζωή σας οποιαδήποτε συναισθηματικά ζητήματα/προβλήματα/καταστάσεις;



Πόσο καλή αισθάνεστε ότι είναι η κατάσταση της Σωματικής σας Υγείας;

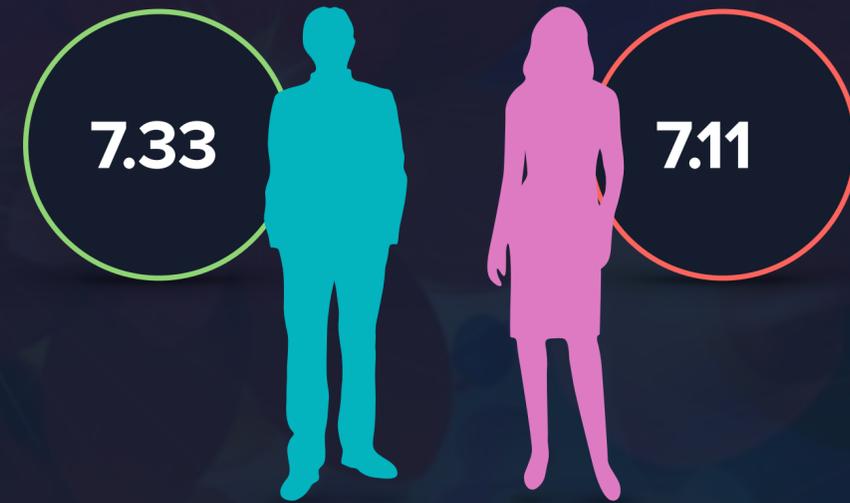


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

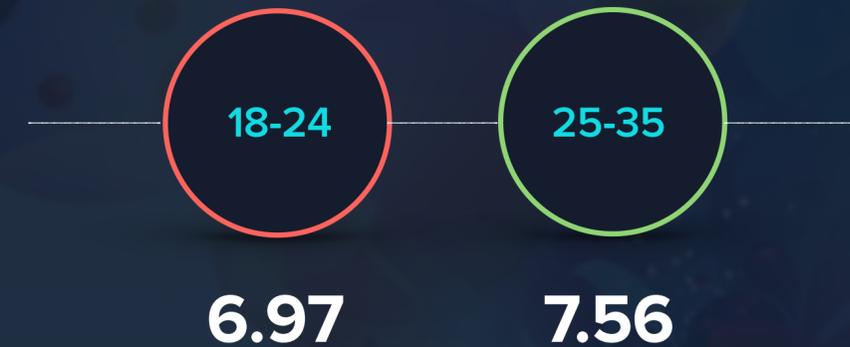
7.19

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 1 = ΚΑΘΟΛΟΥ 10 = ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ

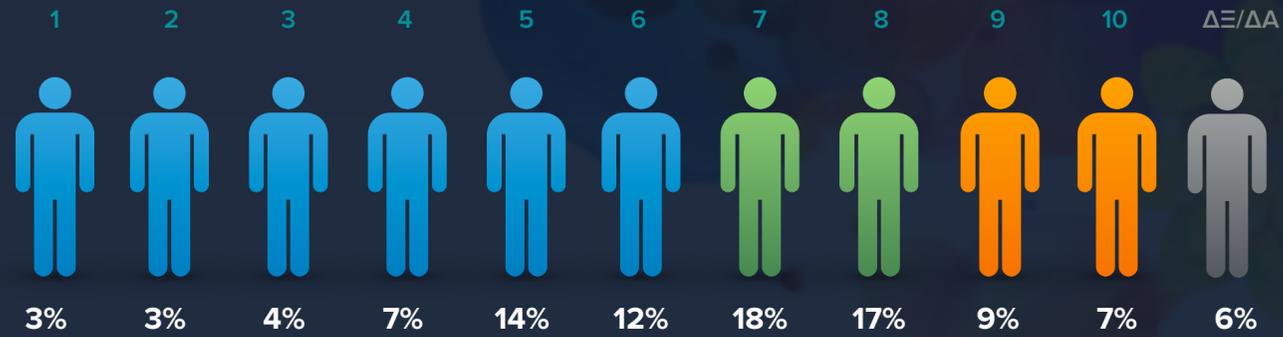
ΦΥΛΟ



ΗΛΙΚΙΑ



Πόσο καλή αισθάνεστε ότι είναι η κατάσταση της Ψυχικής σας Υγείας;



ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

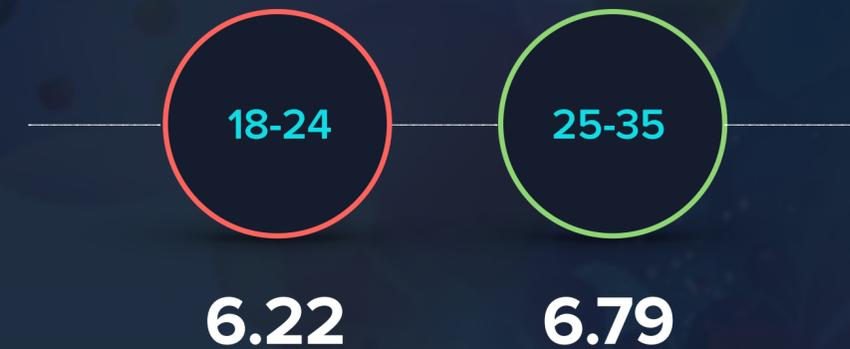
6.43

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 1 = ΚΑΘΟΛΟΥ 10 = ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ

ΦΥΛΟ



ΗΛΙΚΙΑ



Ψυχική Ανθεκτικότητα / Resilience

‘Η ψυχική ανθεκτικότητα είναι η διαδικασία χειρισμού αποδιοργανωτικών, στρεσογόνων ή προκλητικών γεγονότων στη ζωή με ένα τρόπο που να παρέχει στο άτομο πρόσθετες δεξιότητες προστασίας και διαχείρισης από ότι είχε πριν απ’ αυτό το αποδιοργανωτικό γεγονός.’ Glenn E. Richardson και συνεργάτες (1990)

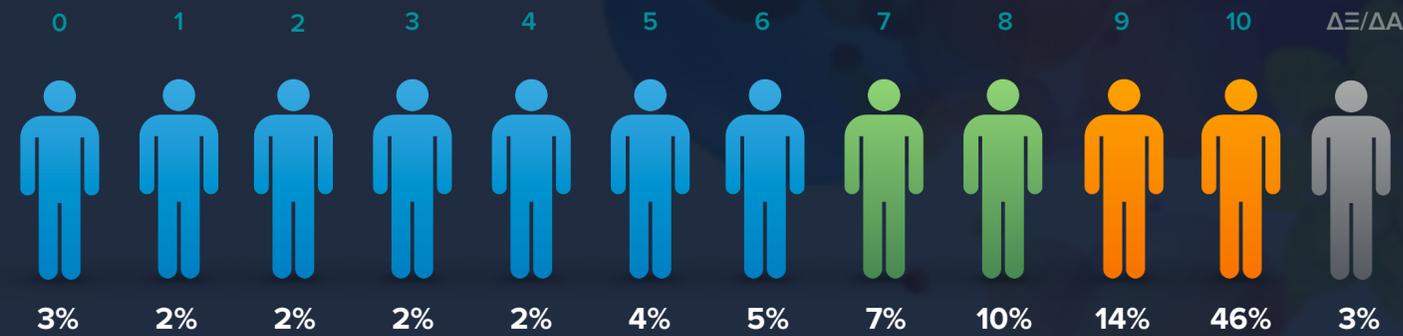
‘Η ψυχική ανθεκτικότητα είναι μια διαδικασία εξέλιξης και αυτο-διόρθωσης.’ Gina O’Connell Higgins, (1994) συγγραφέας του βιβλίου ‘Resilient Adults: Overcoming a Cruel Past’

‘Η ψυχική ανθεκτικότητα είναι η ικανότητα να ανακάμψεις, να αντέξεις τις δυσκολίες και να επιδιορθώσεις τον εαυτό σου.’ Steven J. Wolin & Sybil Wolin (1993)
– Project Resilience

Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (1/28)

Αντίληψη

Πιστεύω πως η ζωή μου έχει νόημα και αξίζει να τη ζήσω

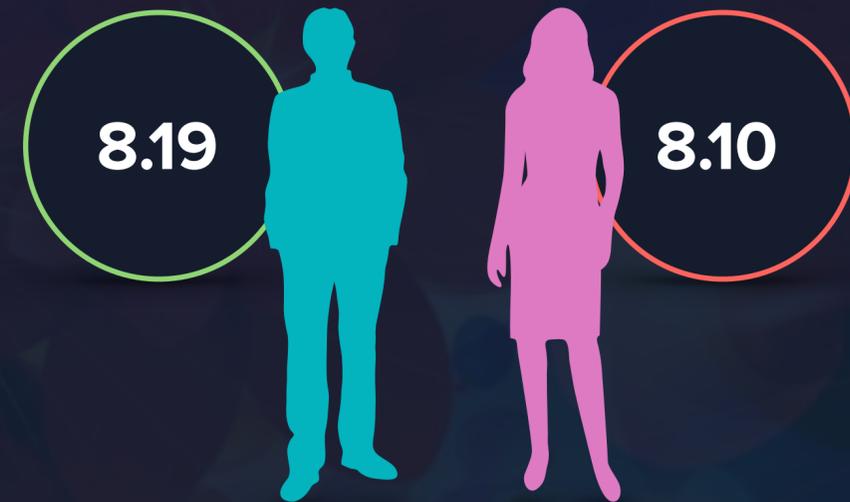


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

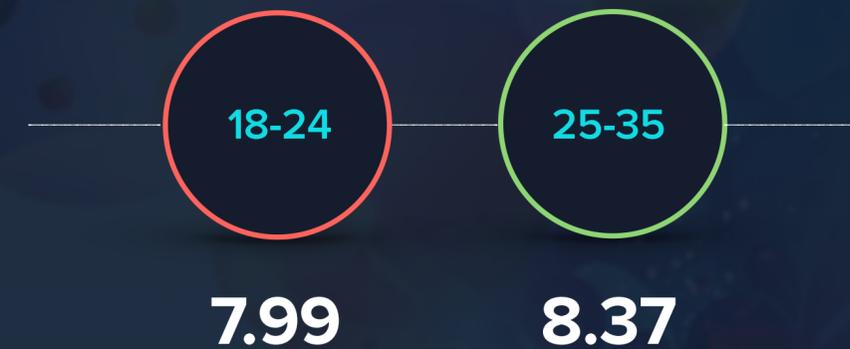
8.13

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



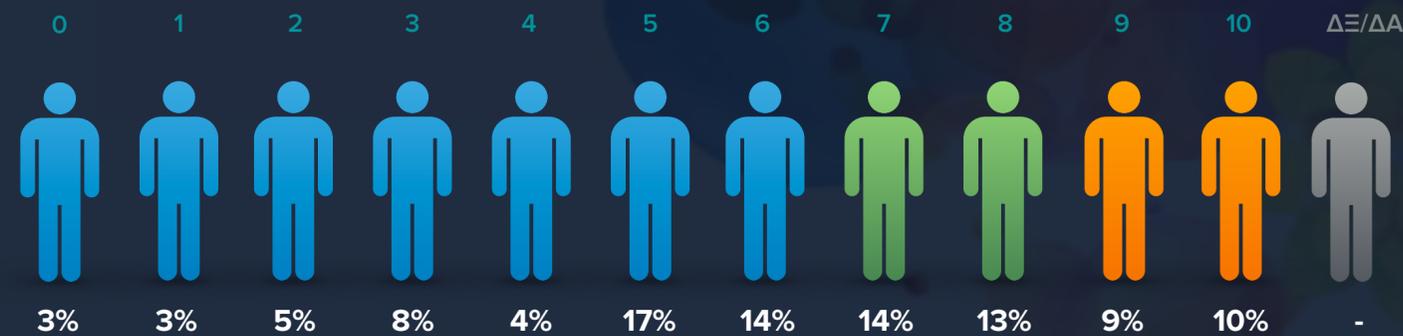
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (2/28)

Αντίληψη

Παρατηρώ νέα και θετικά πράγματα πιο συχνά από ότι αρνητικά και γνωστά πράγματα

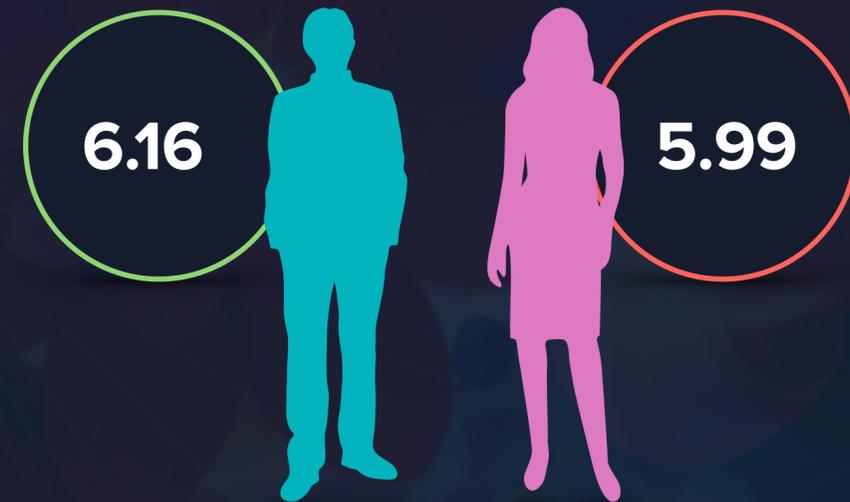


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

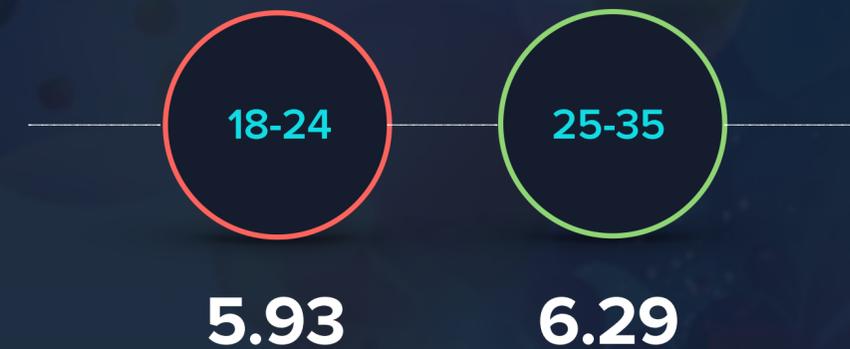
6.07

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



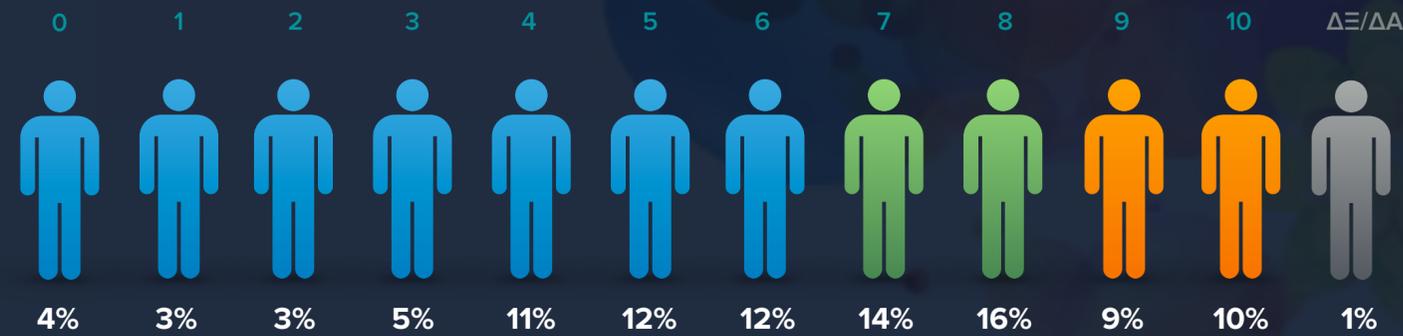
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (3/28)

Αντίληψη

Έχω επίγνωση των συναισθημάτων μου χωρίς να τα αφήνω να με ελέγχουν



ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

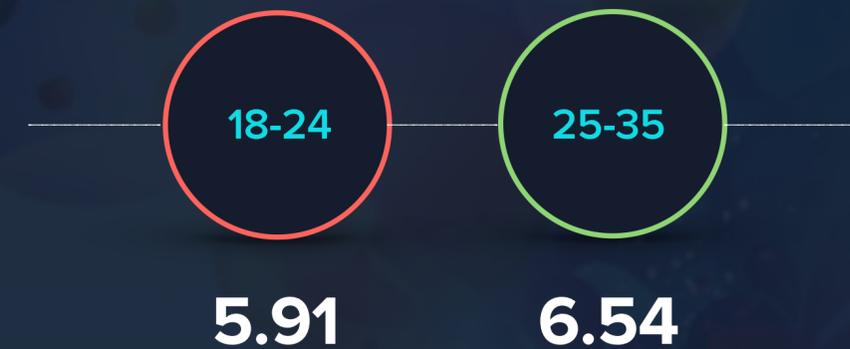
6.15

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ

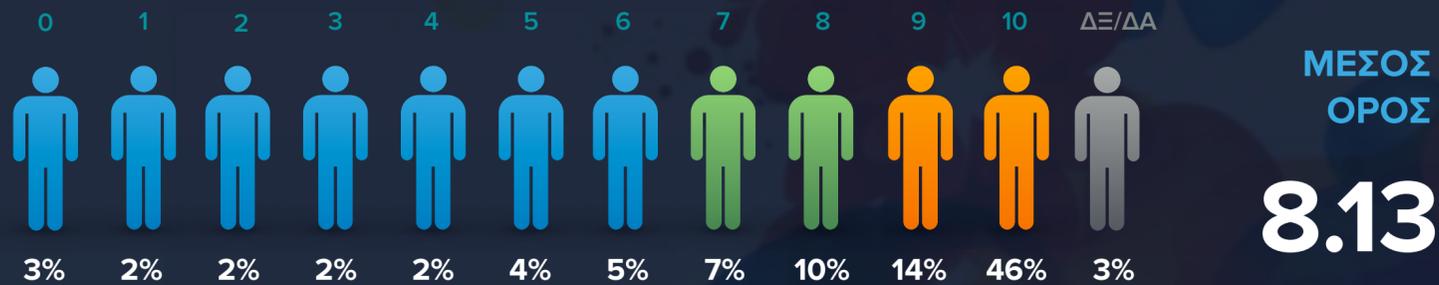


ΗΛΙΚΙΑ

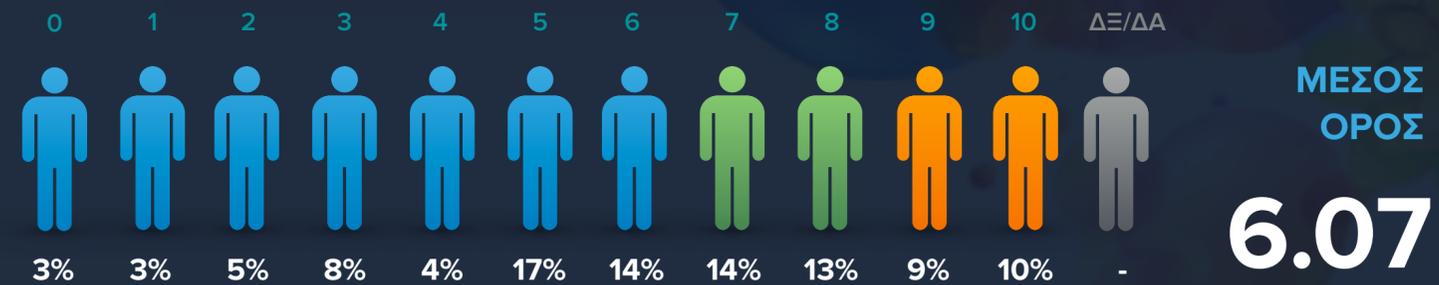


Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (4/28)

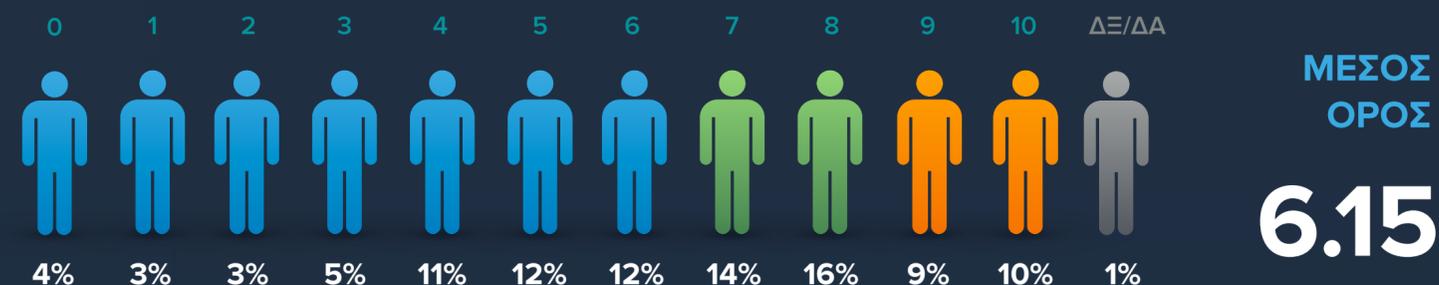
Πιστεύω πως η ζωή μου έχει νόημα και αξίζει να τη ζήσω



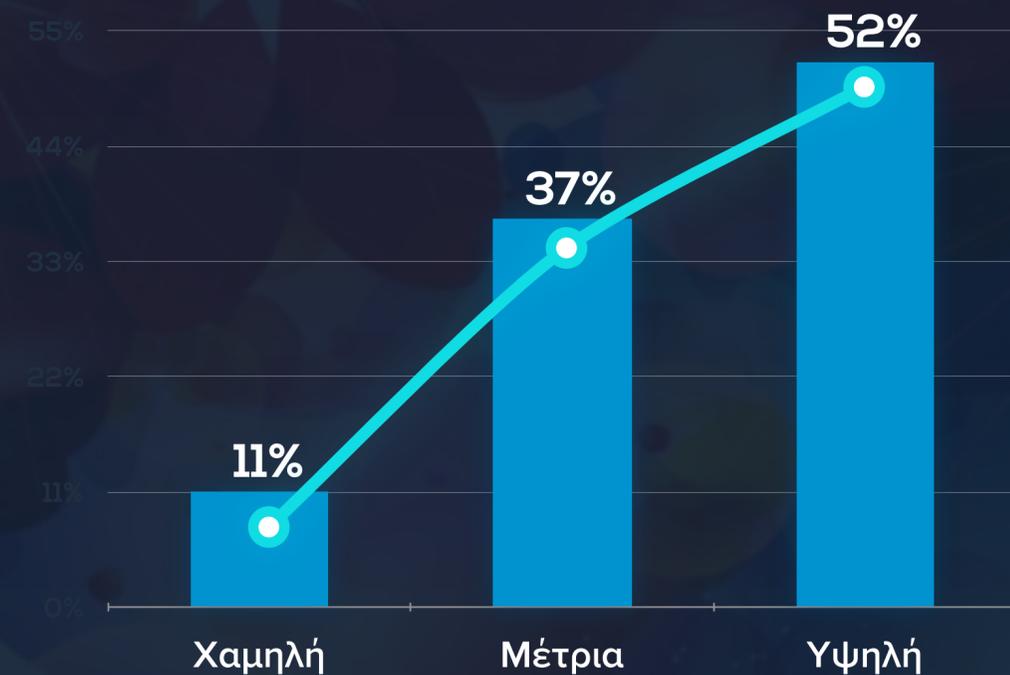
Παρατηρώ νέα και θετικά πράγματα πιο συχνά από ότι αρνητικά και γνωστά πράγματα



Έχω επίγνωση των συναισθημάτων μου χωρίς να τα αφήνω να με ελέγχουν



Συνολική Αξιολόγηση Βαθμού Αντίληψης

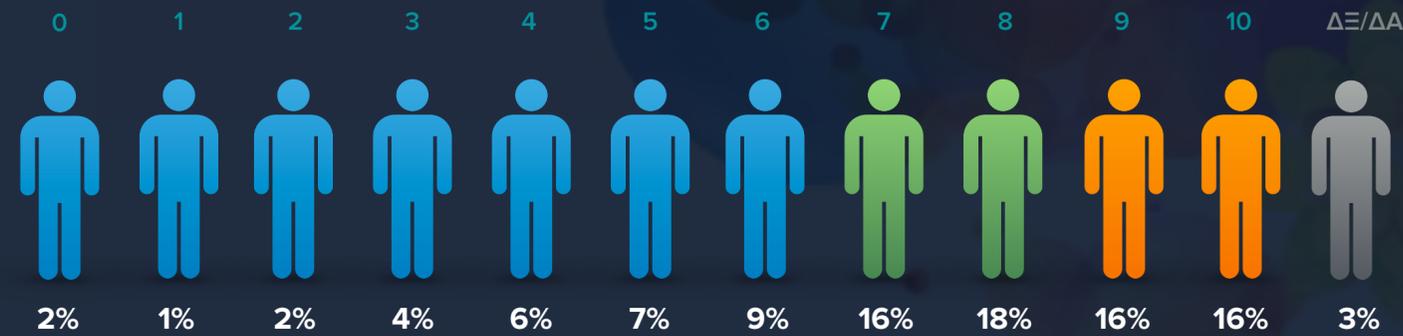


10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (5/28)

Απόκτηση του ελέγχου της ζωής

Πιστεύω ότι μπορώ να επηρεάσω την κατάσταση της ζωής μου και δεν είμαι θύμα των περιστάσεων

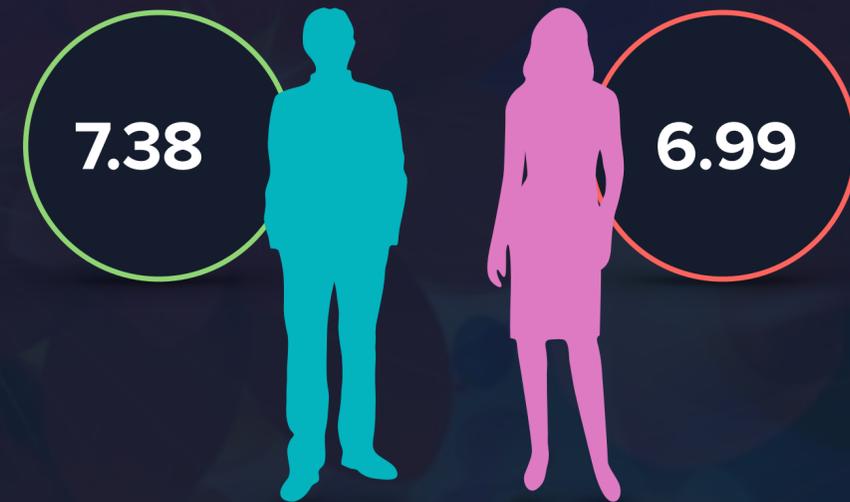


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

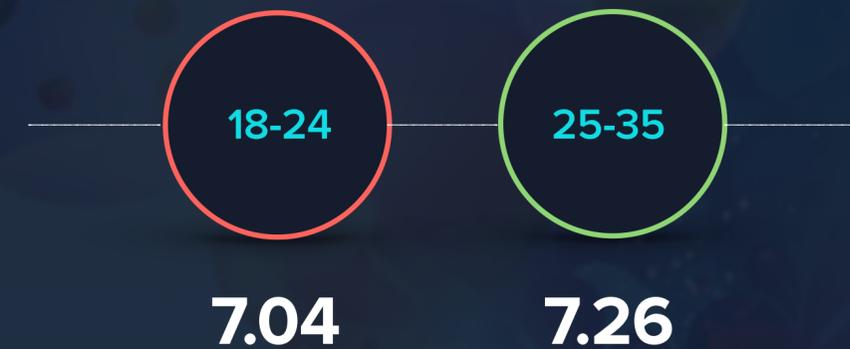
7.13

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



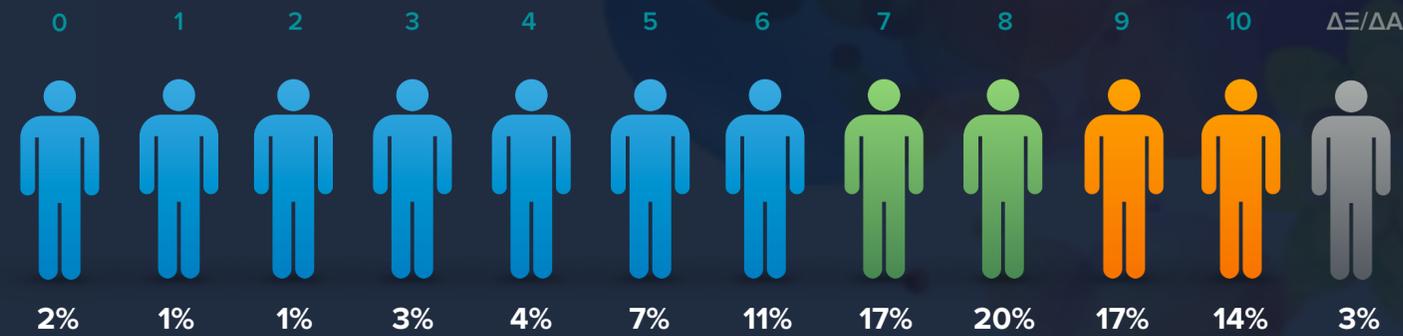
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (6/28)

Απόκτηση του ελέγχου της ζωής

Προσεγγίζω τα πράγματα (ευχάριστα και δυσάρεστα)
και αναλαμβάνω δράση

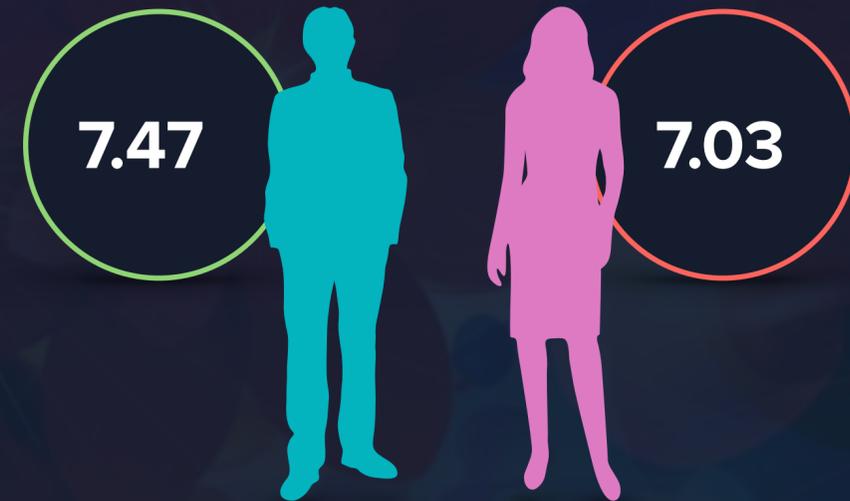


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

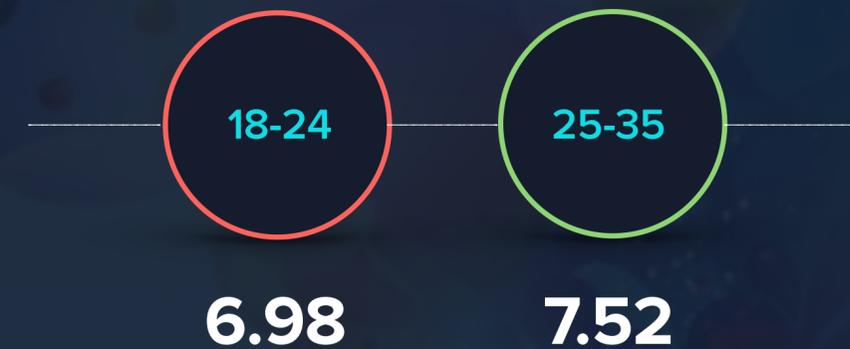
7.19

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



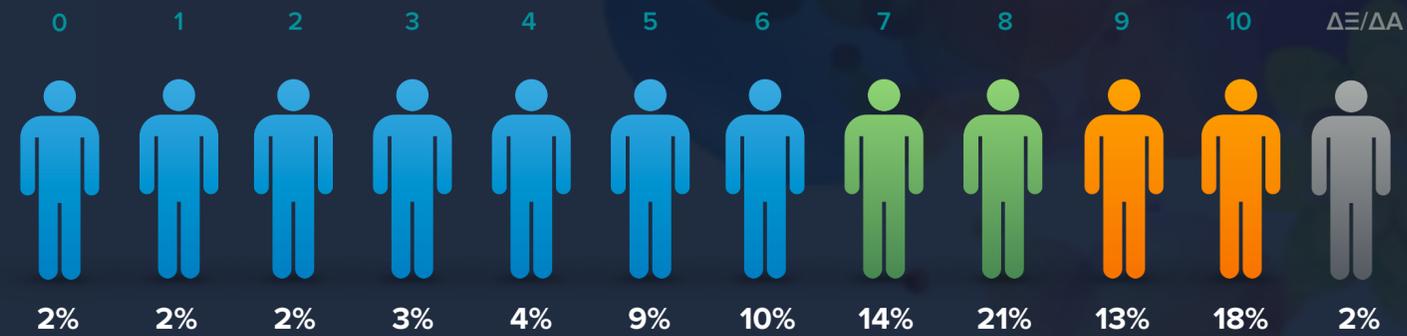
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (7/28)

Απόκτηση του ελέγχου της ζωής

Θέτω σαφείς προτεραιότητες στη ζωή μου

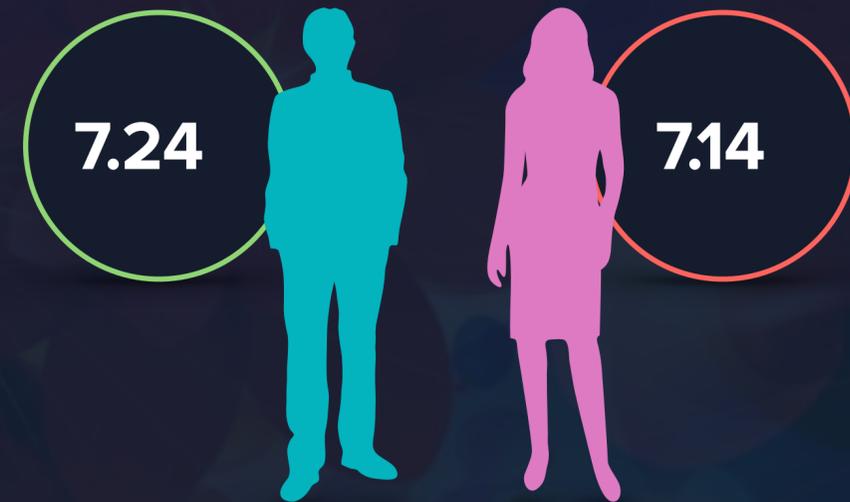


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

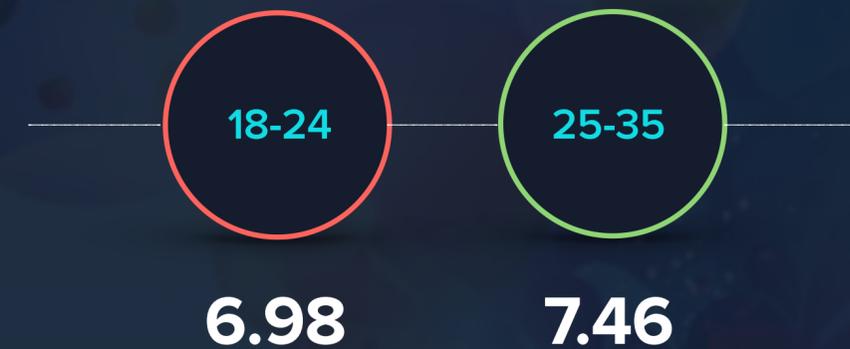
7.17

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ

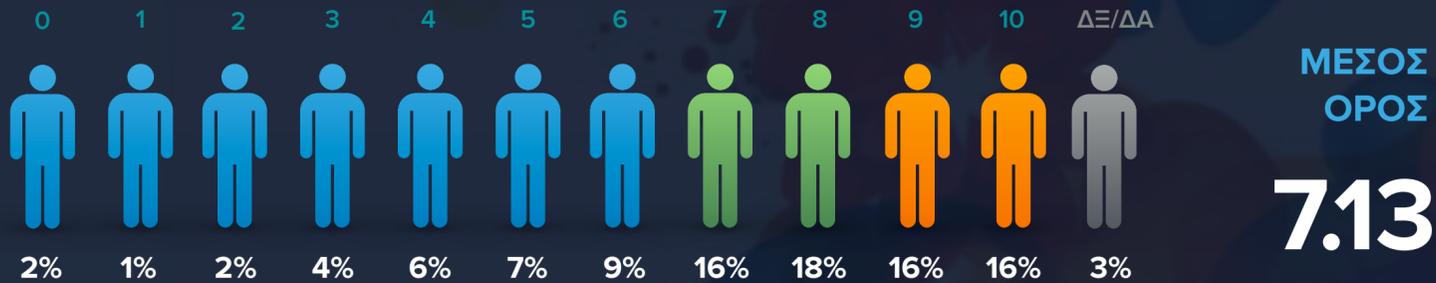


ΗΛΙΚΙΑ

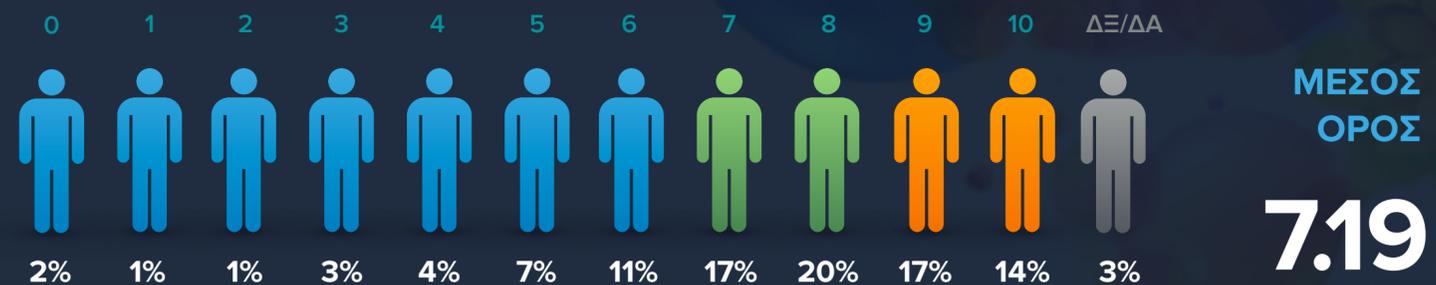


Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (8/28)

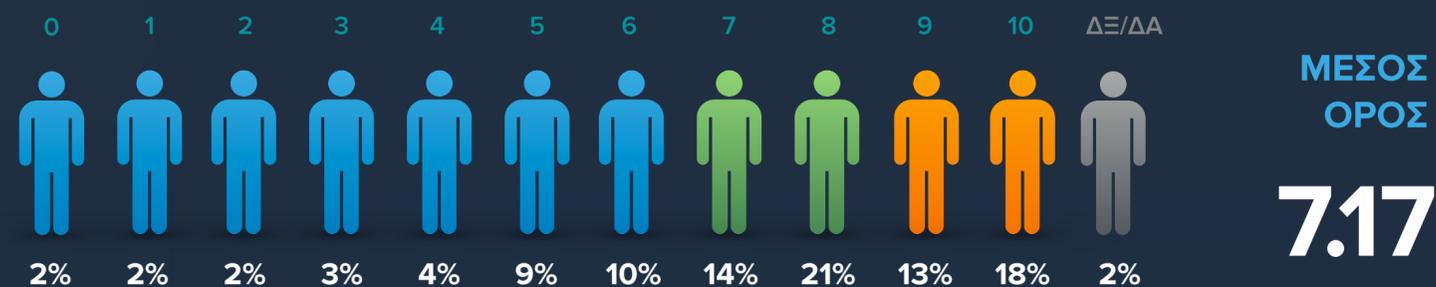
Πιστεύω ότι μπορώ να επηρεάσω την κατάσταση της ζωής μου και δεν είμαι θύμα των περιστάσεων



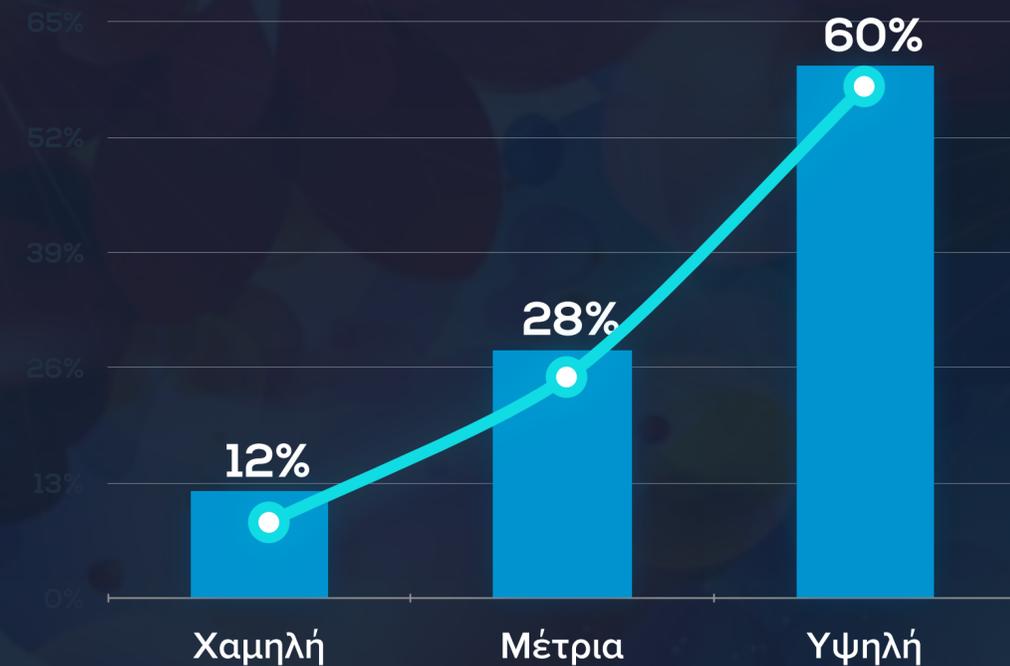
Προσεγγίζω τα πράγματα (ευχάριστα και δυσάρεστα) και αναλαμβάνω δράση



Θέτω σαφείς προτεραιότητες στη ζωή μου



Συνολική Αξιολόγηση Απόκτηση του ελέγχου της ζωής

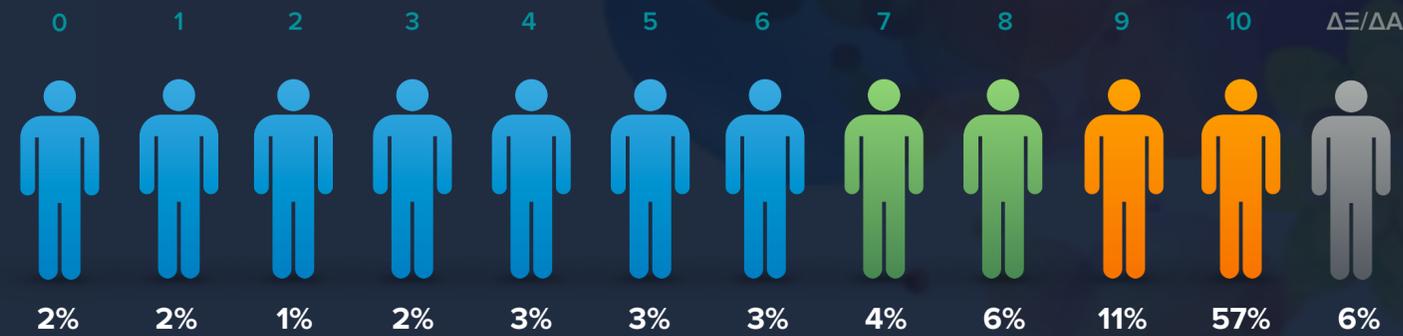


10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (9/28)

Διαμόρφωση Σχέσεων

Έχω τουλάχιστον ένα άτομο στη ζωή μου, με το οποίο μπορώ να μοιραστώ τα πάντα - καλά και κακά

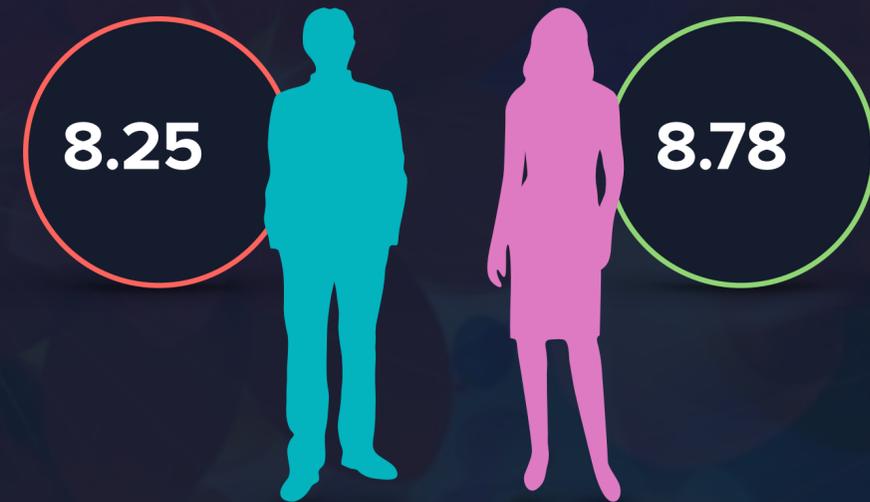


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

8.58

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



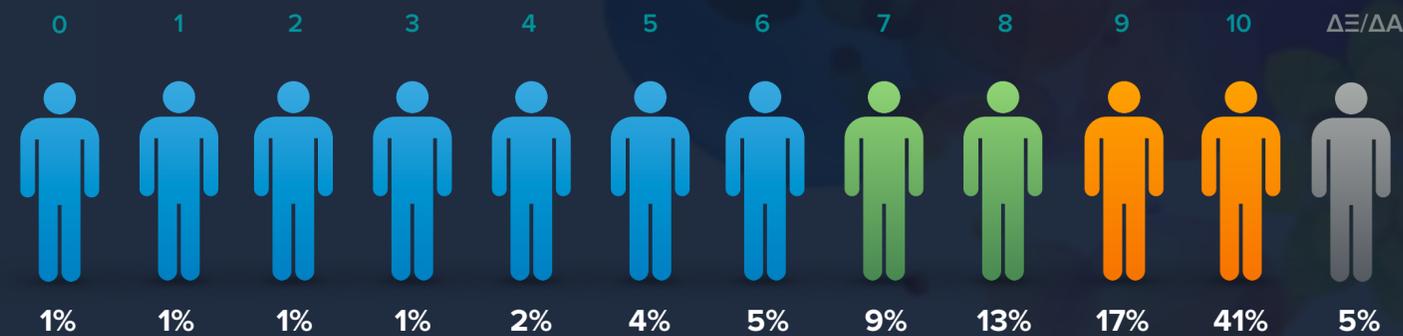
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (10/28)

Διαμόρφωση Σχέσεων

Βρίσκω χρόνο για τους ανθρώπους που είναι σημαντικοί για μένα

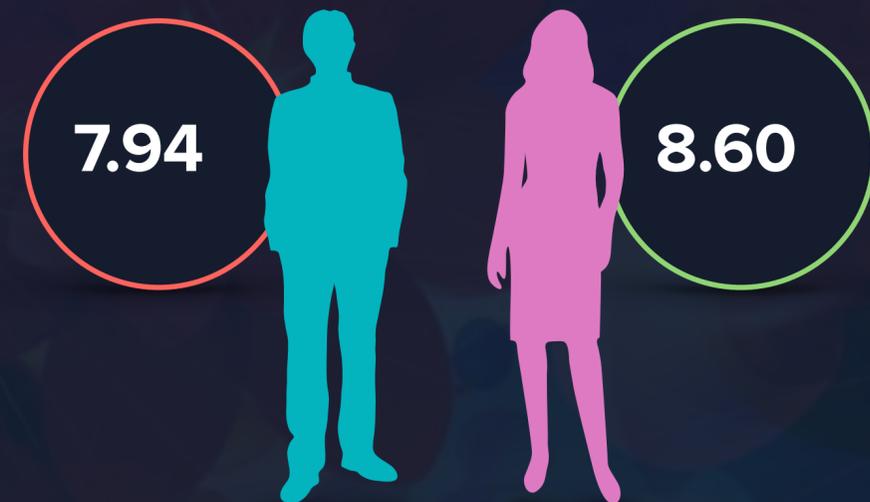


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

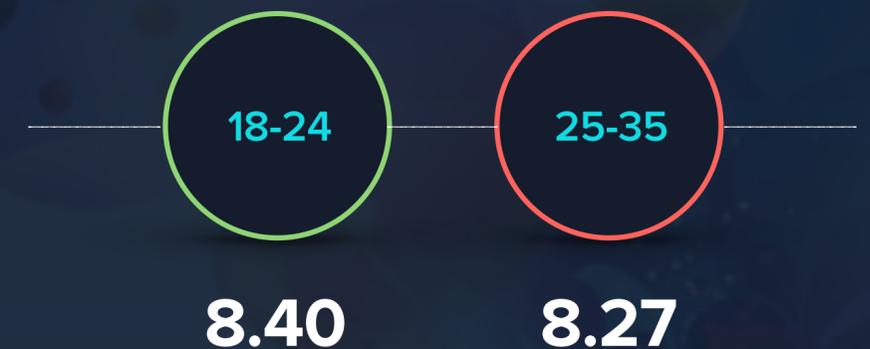
8.35

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



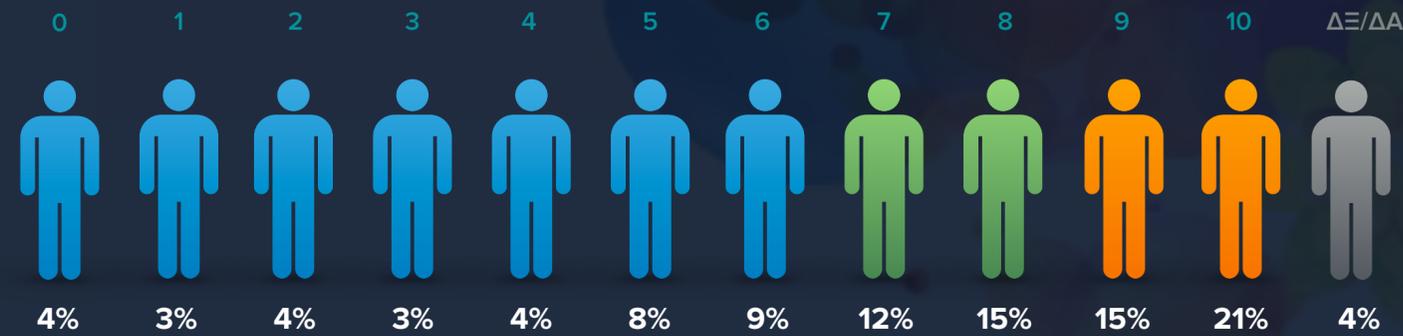
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (11/28)

Διαμόρφωση Σχέσεων

Έχω πίστη στους άλλους και μπορώ να βασιστώ στην υποστήριξή τους όταν τη χρειάζομαι

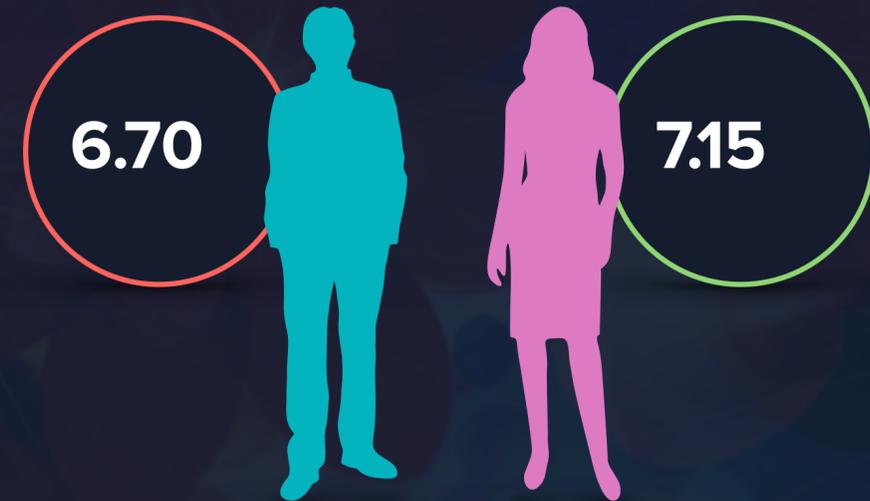


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

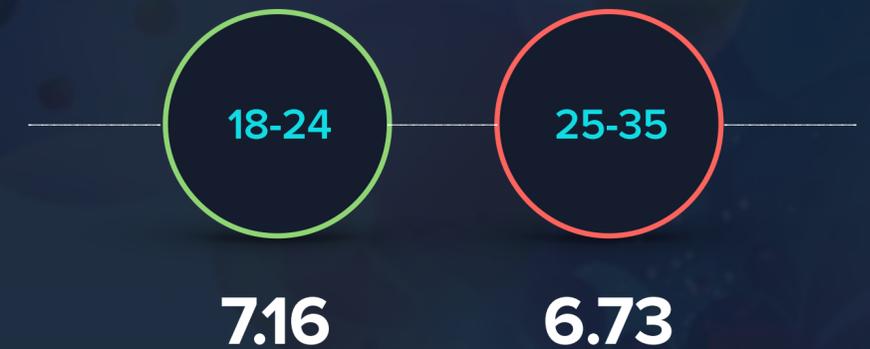
6.99

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ

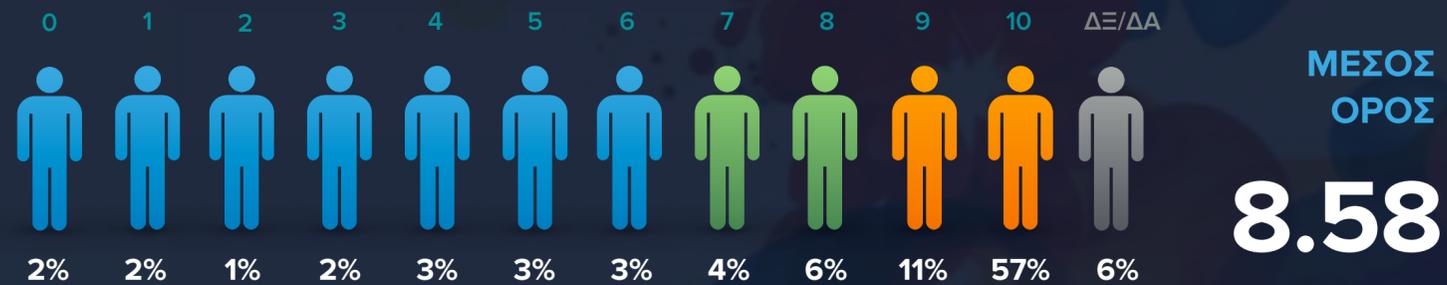


ΗΛΙΚΙΑ

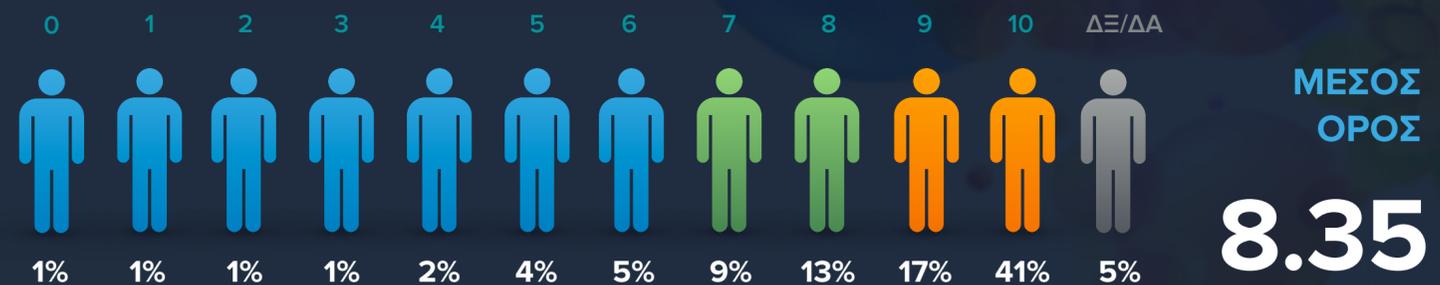


Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (12/28)

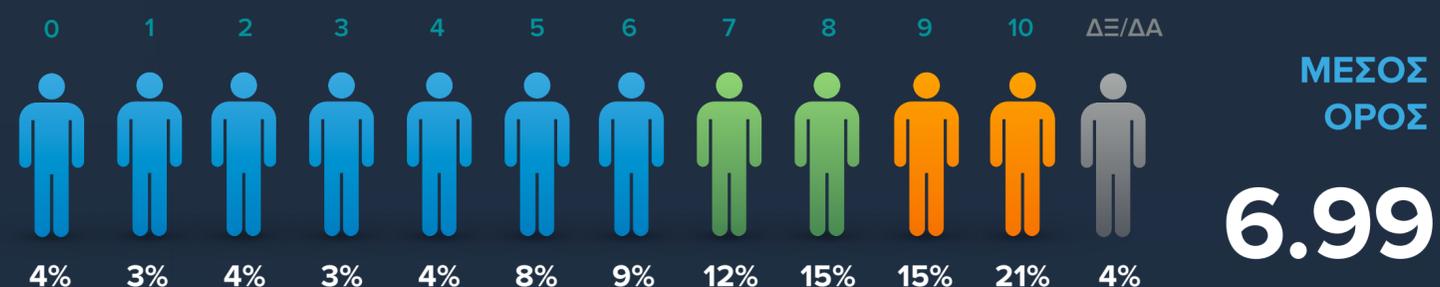
Έχω τουλάχιστον ένα άτομο στη ζωή μου, με το οποίο μπορώ να μοιραστώ τα πάντα - καλά και κακά



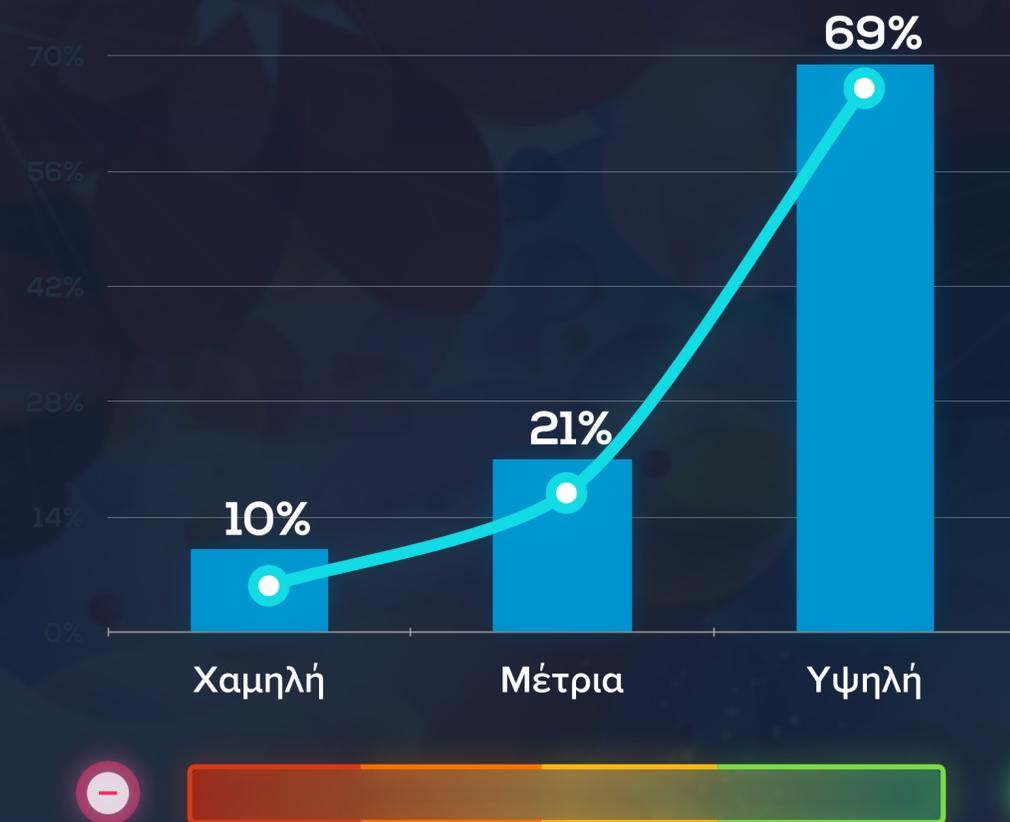
Βρίσκω χρόνο για τους ανθρώπους που είναι σημαντικοί για μένα



Έχω πίστη στους άλλους και μπορώ να βασιστώ στην υποστήριξή τους όταν τη χρειάζομαι



Συνολική Αξιολόγηση Διαμόρφωση Σχέσεων

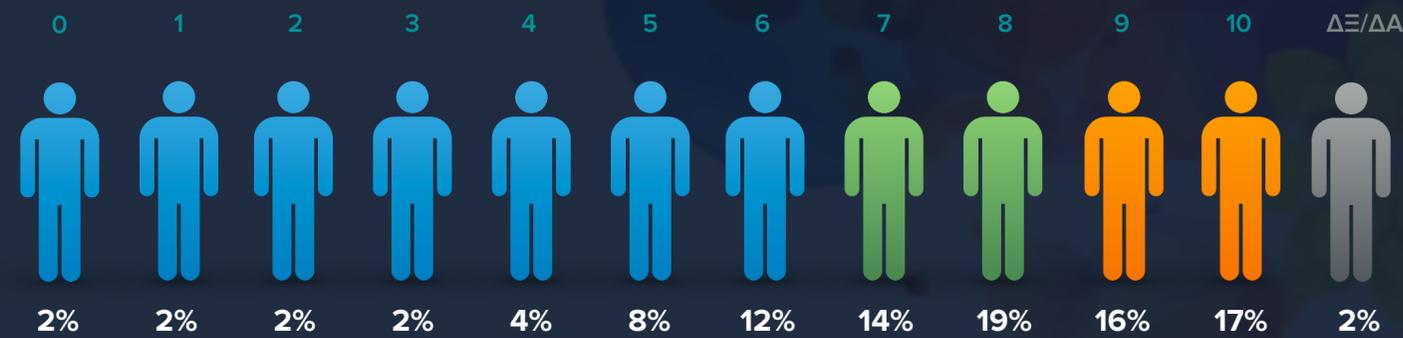


10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (13/28)

Αποδοχή και Αισιόδοξη Σκέψη

Προσβλέπω σε ένα λαμπρό μέλλον και ξέρω ότι μπορώ χειριστώ τις δυσκολίες

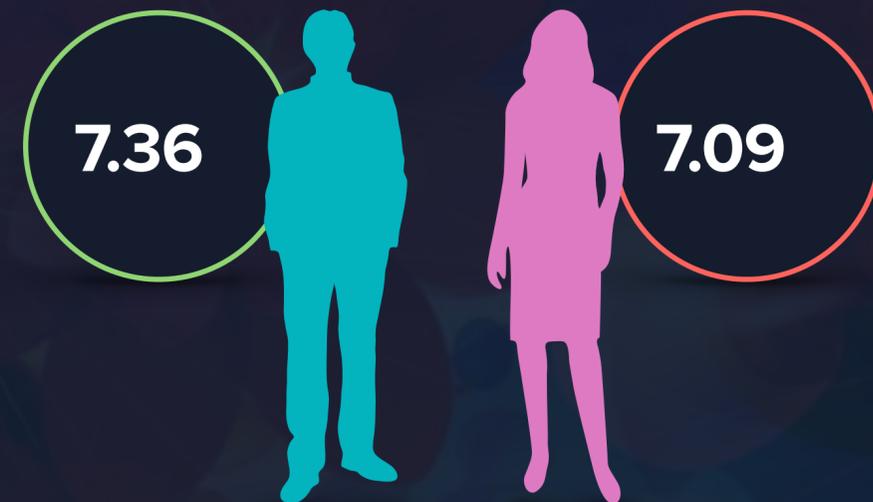


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

7.19

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



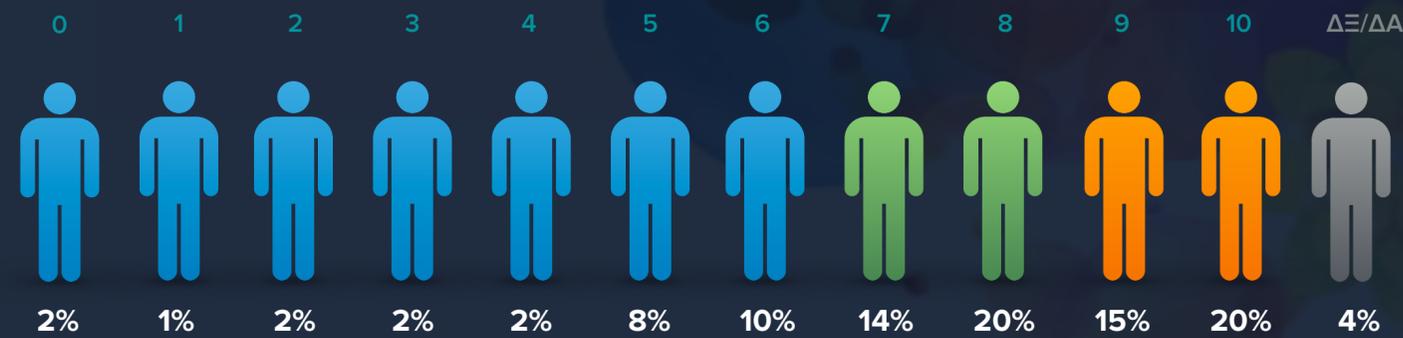
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (14/28)

Αποδοχή και Αισιόδοξη Σκέψη

Αξιολογώ τις εμπειρίες μου και μαθαίνω από τα λάθη, καθώς και από τις επιτυχίες

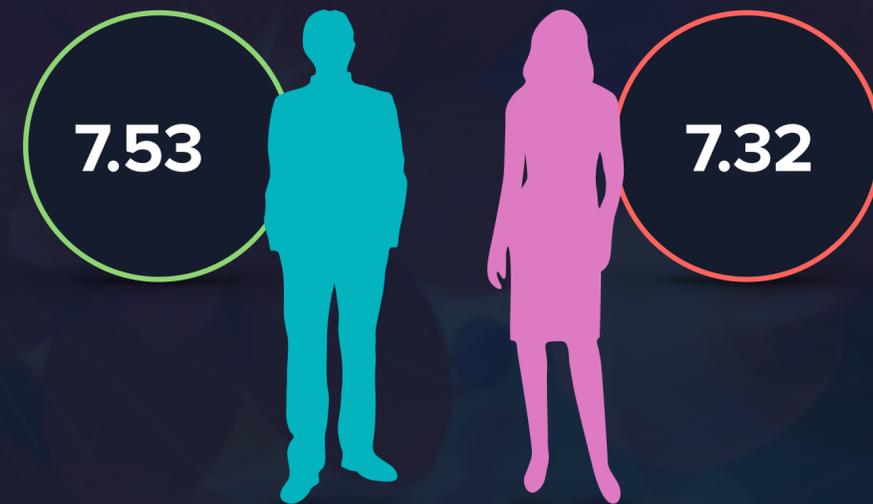


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

7.41

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



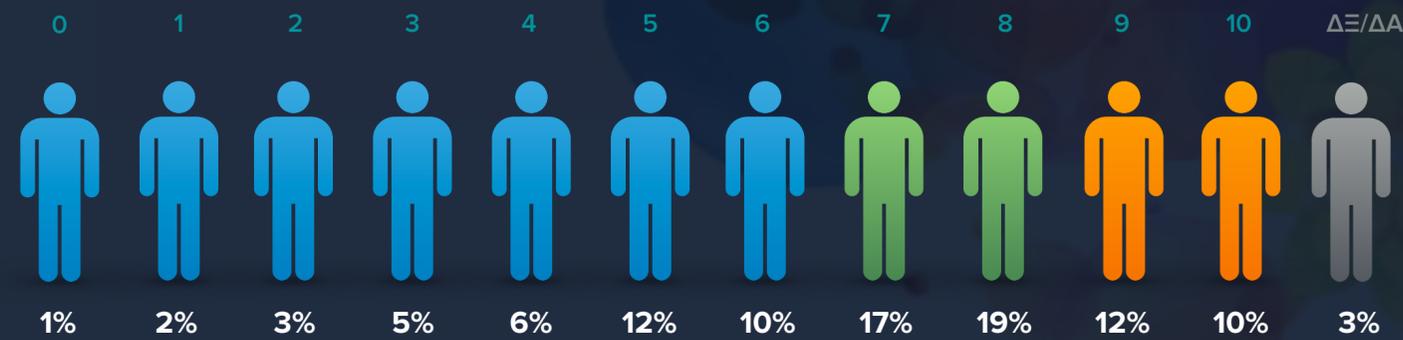
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (15/28)

Αποδοχή και Αισιόδοξη Σκέψη

Προσαρμόζομαι με ευελιξία στην αλλαγή και δέχομαι εύκολα το αμετάβλητο

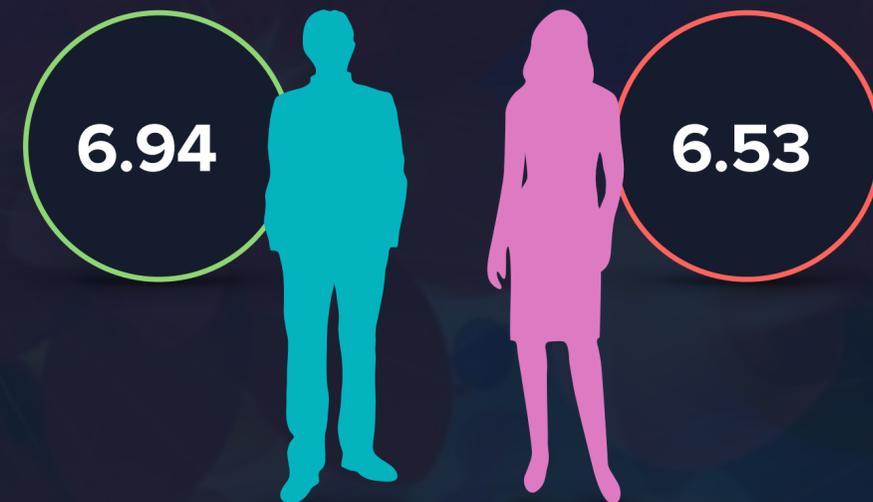


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

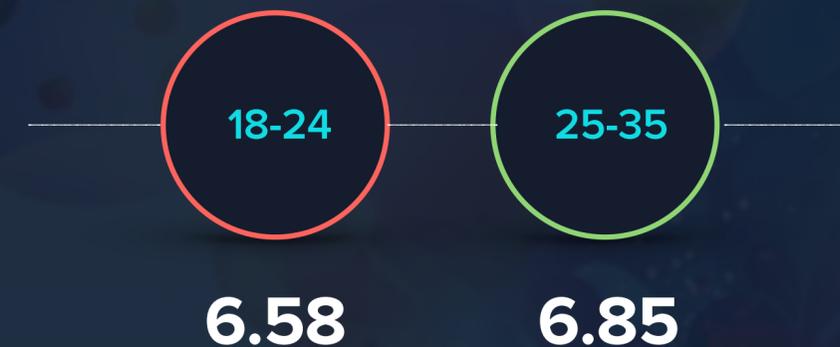
6.68

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ

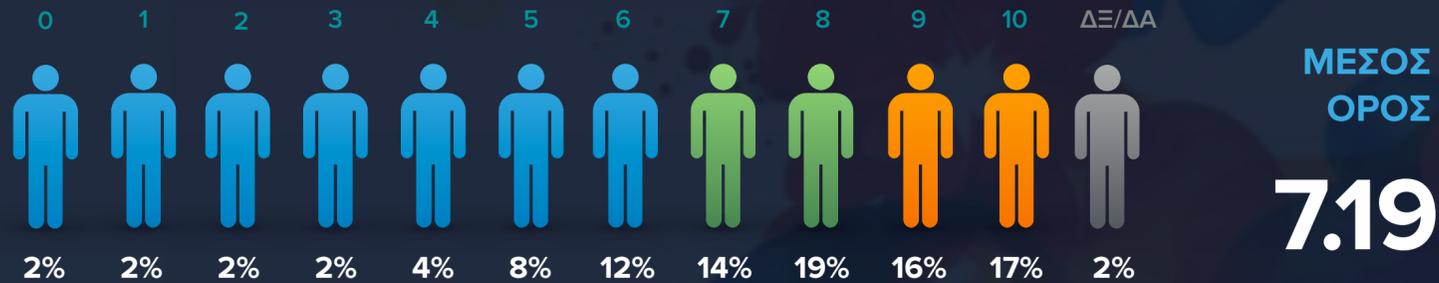


ΗΛΙΚΙΑ

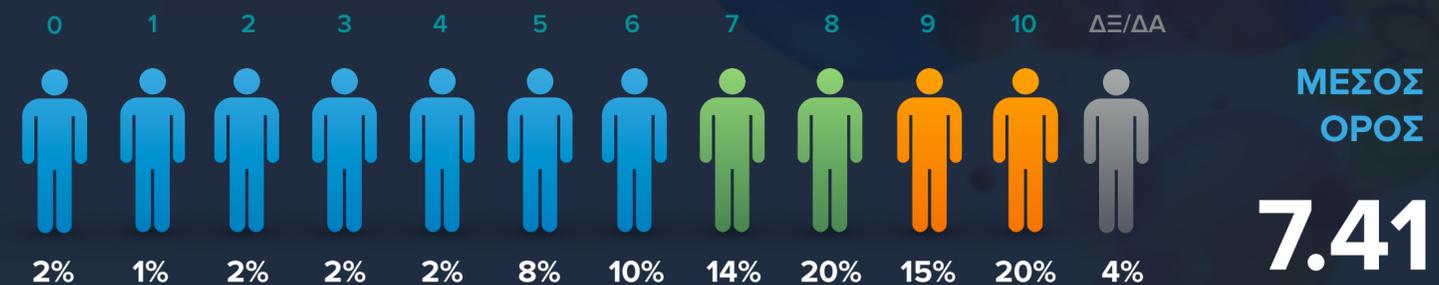


Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (16/28)

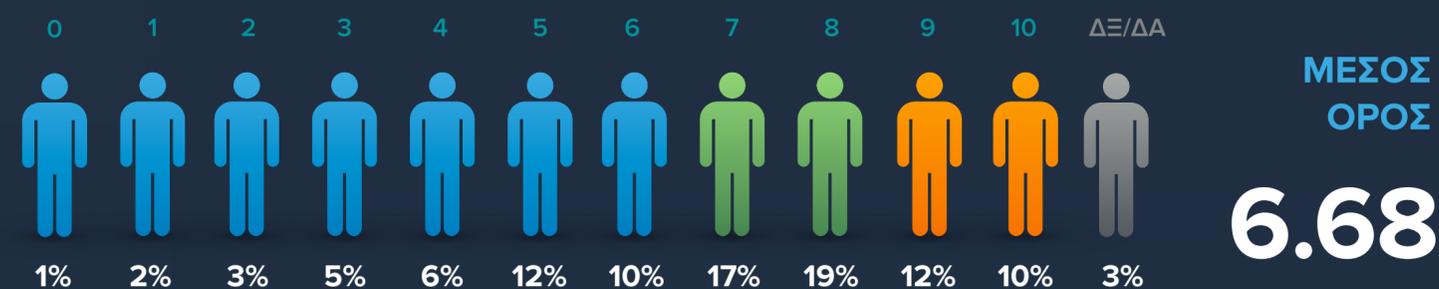
Προσβλέπω σε ένα λαμπρό μέλλον και ξέρω ότι μπορώ χειριστώ τις δυσκολίες



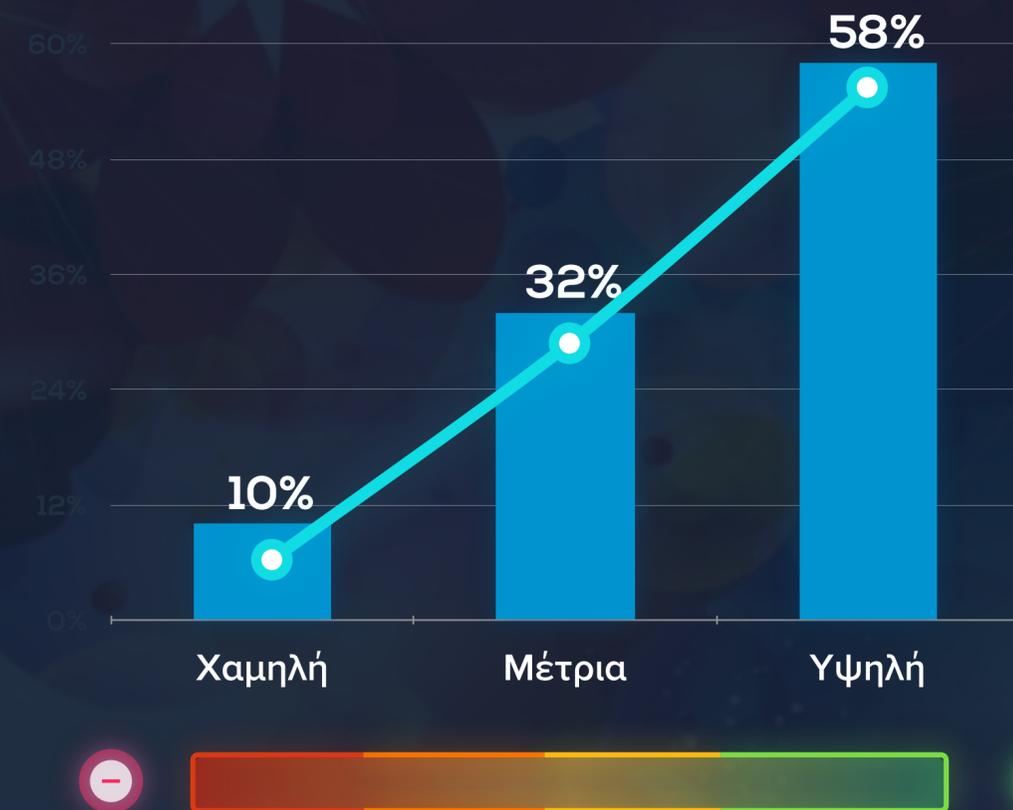
Αξιολογώ τις εμπειρίες μου και μαθαίνω από τα λάθη, καθώς και από τις επιτυχίες



Προσαρμόζομαι με ευελιξία στην αλλαγή και δέχομαι εύκολα το αμετάβλητο



Συνολική Αξιολόγηση Αποδοχής και Αισιόδοξης Σκέψης

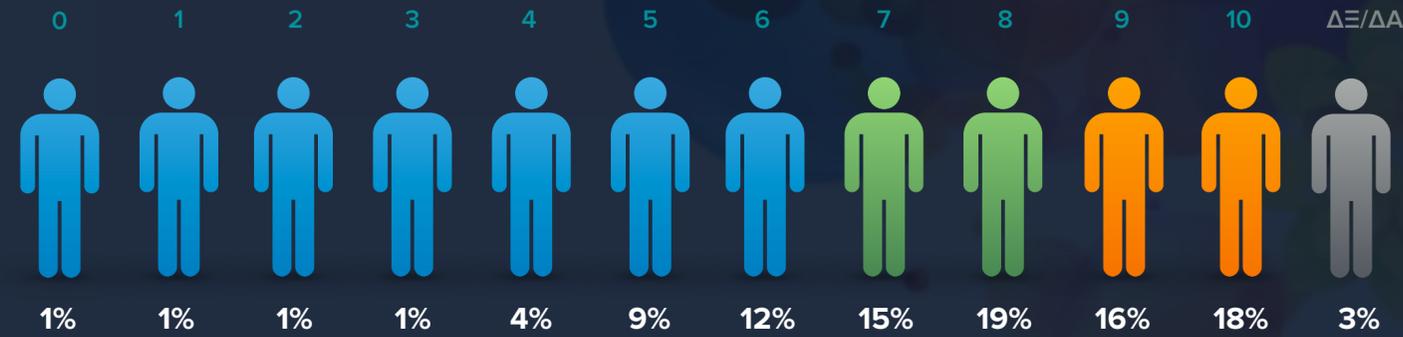


10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (17/28)

Προσανατολισμός σε Στόχους και Λύσεις

Προτιμώ να βρίσκω λύσεις παρά να αναζητώ λάθη και κάποιον για να αποδώσω τις ευθύνες

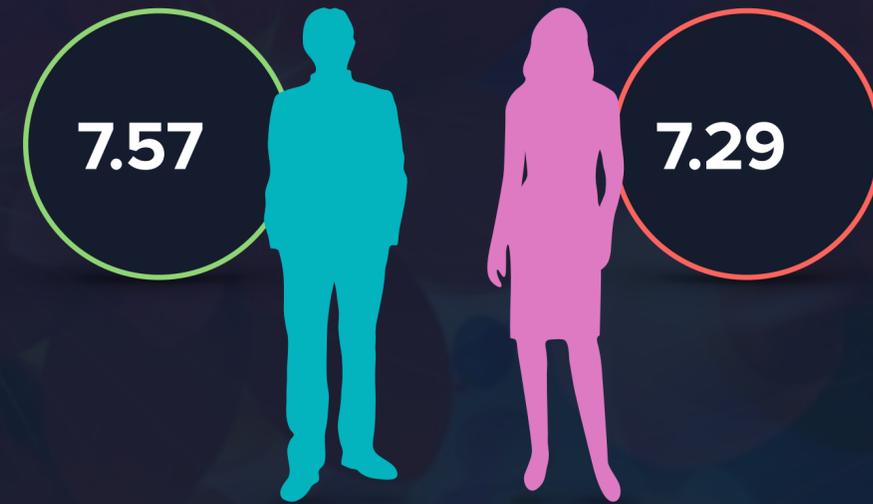


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

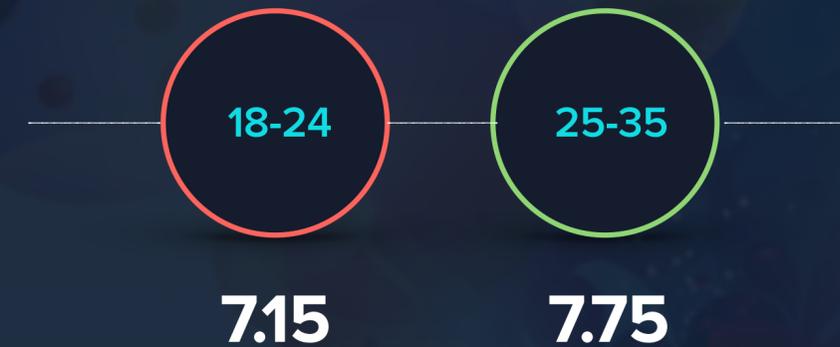
7.38

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



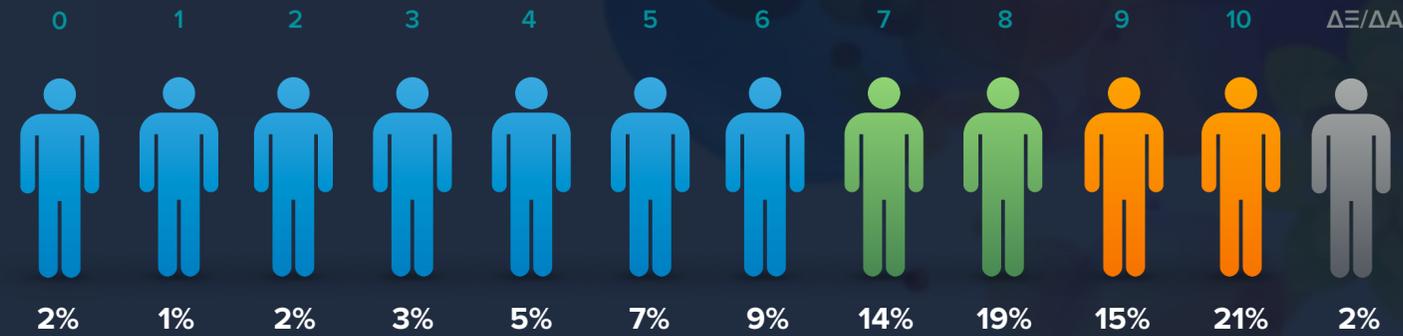
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (28/28)

Προσανατολισμός σε Στόχους και Λύσεις

Γνωρίζω τα όνειρά μου και είμαι έτοιμος/η να εκπληρώσω τις επιθυμίες μου

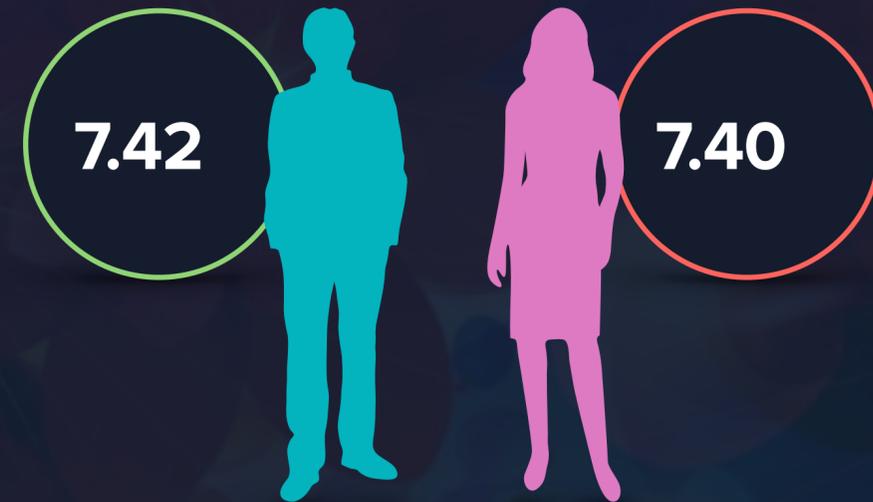


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

7.41

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



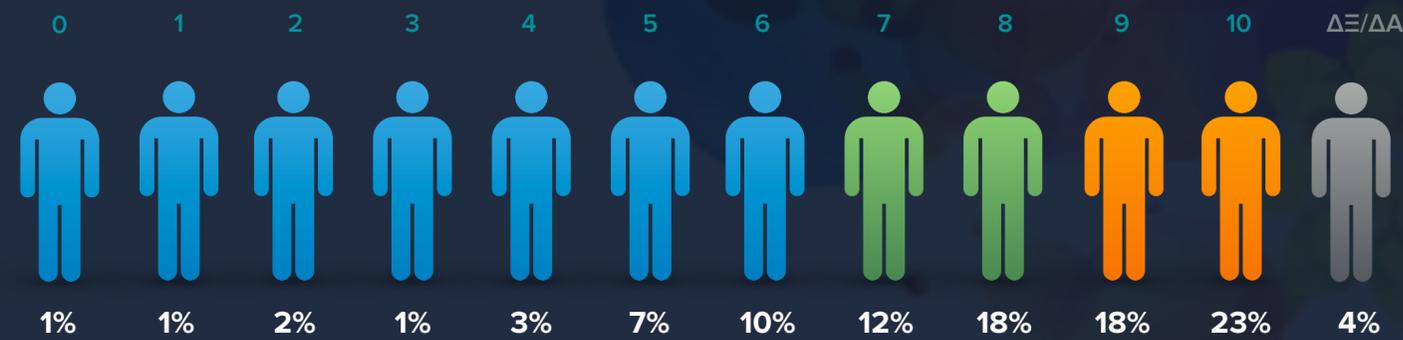
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (19/28)

Προσανατολισμός σε Στόχους και Λύσεις

Έχω στόχους στη ζωή μου και οι στόχοι μου είναι συνεπείς με τις αξίες μου

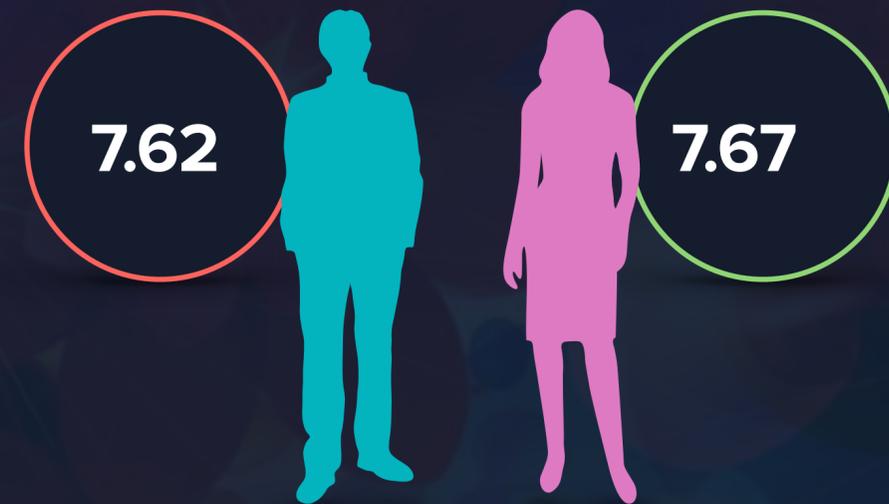


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

7.66

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



ΗΛΙΚΙΑ

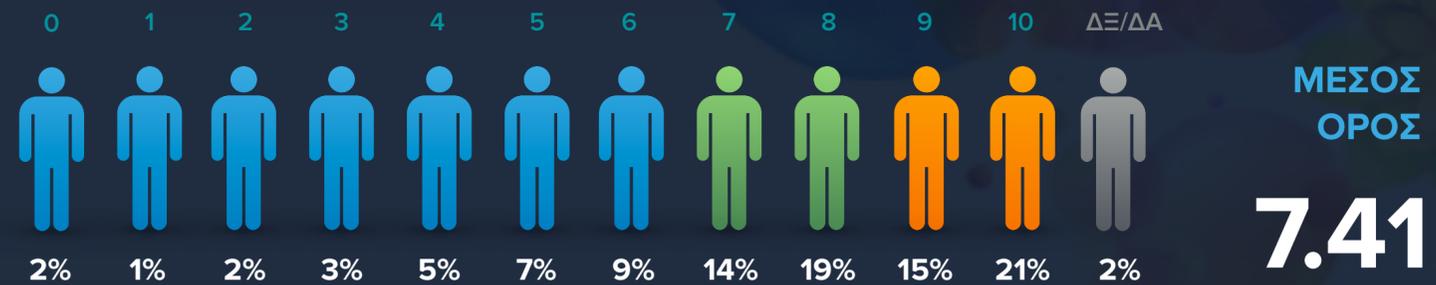


Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (20/28)

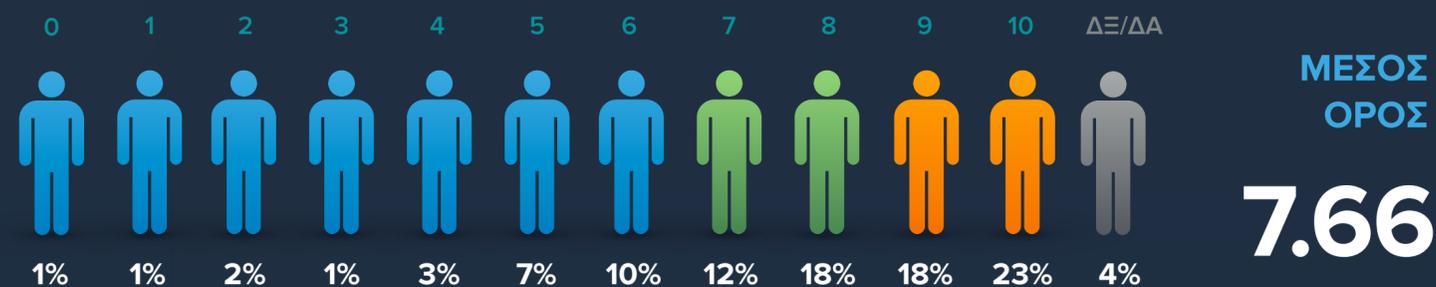
Προτιμώ να βρίσκω λύσεις παρά να αναζητώ λάθη και κάποιον για να αποδώσω τις ευθύνες



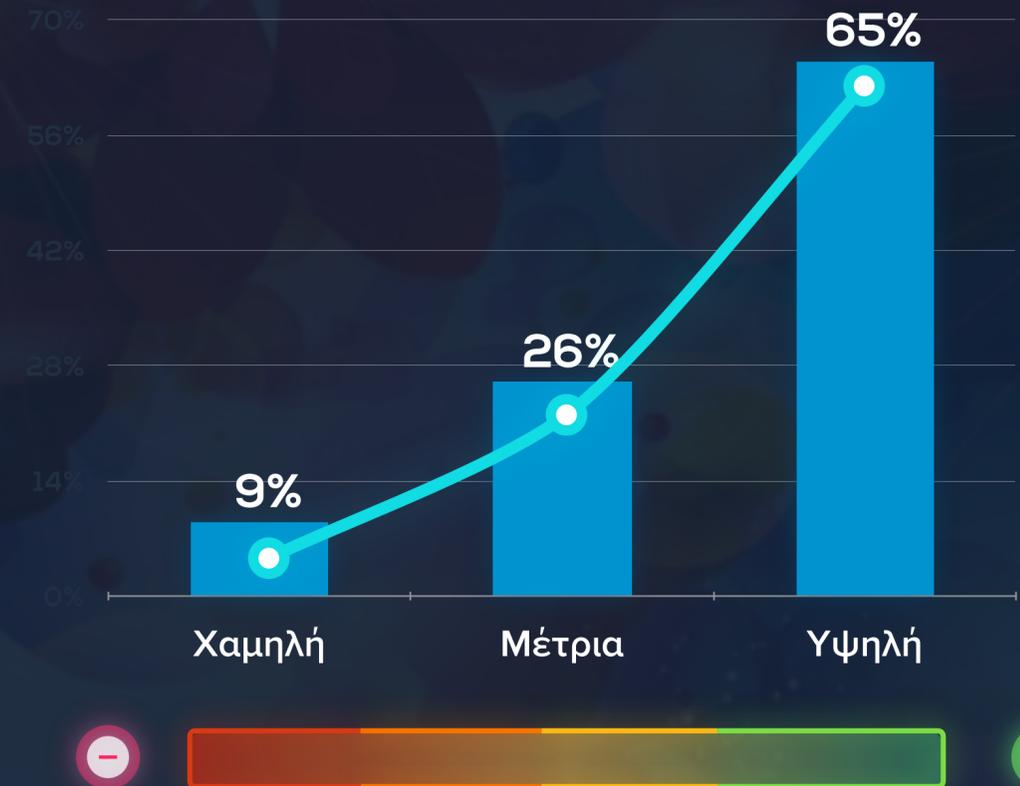
Γνωρίζω τα όνειρά μου και είμαι έτοιμος/η να εκπληρώσω τις επιθυμίες μου



Έχω στόχους στη ζωή μου και οι στόχοι μου είναι συνεπείς με τις αξίες μου



Συνολική Αξιολόγηση Προσανατολισμού σε Στόχους και Λύσεις

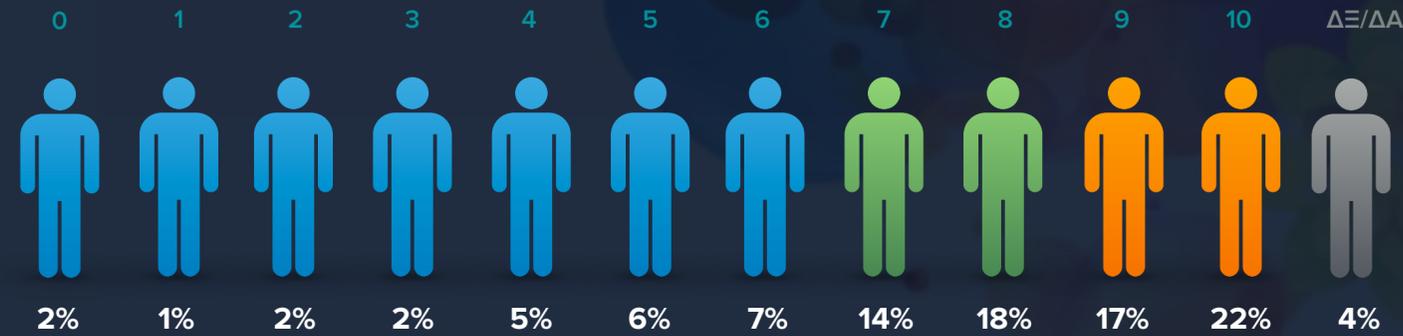


10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (21/28)

Υγιής τρόπος ζωής

Είμαι σημαντικός/ή για μένα και φροντίζω καλά τον εαυτό μου

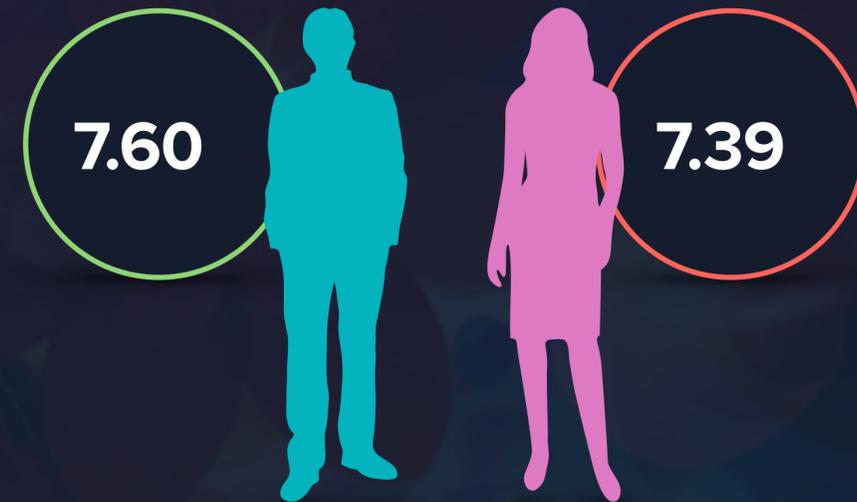


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

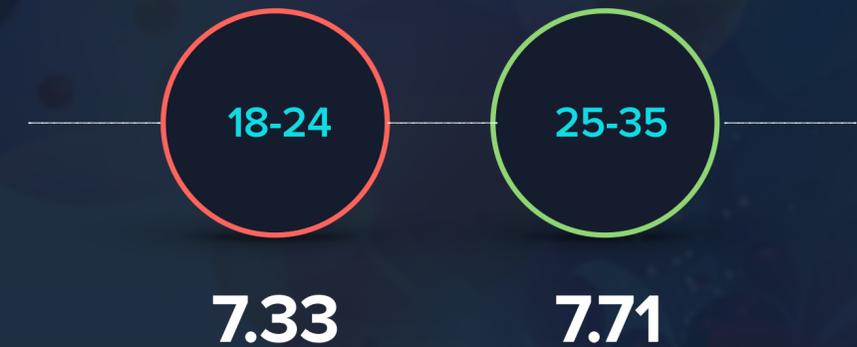
7.47

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



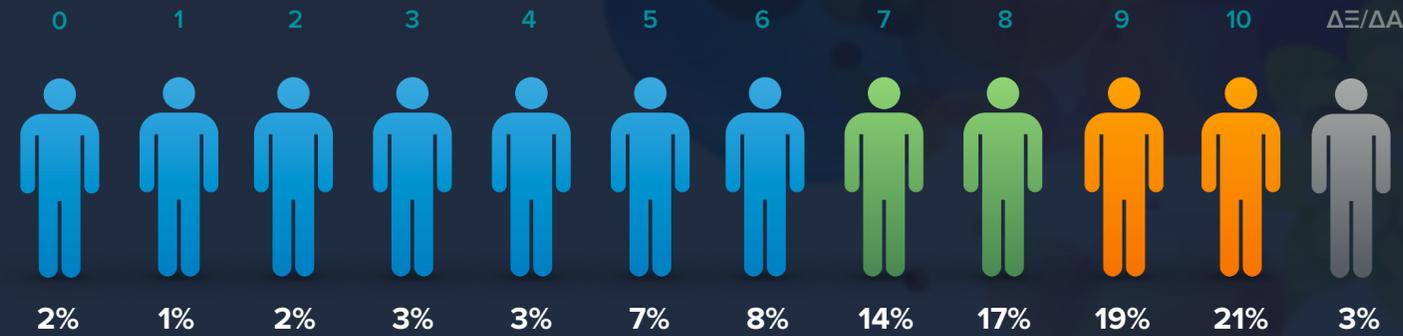
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (22/28)

Υγιής τρόπος ζωής

Είμαι σε επαφή με το σώμα μου και νιώθω τι είναι καλό για μένα και τι όχι

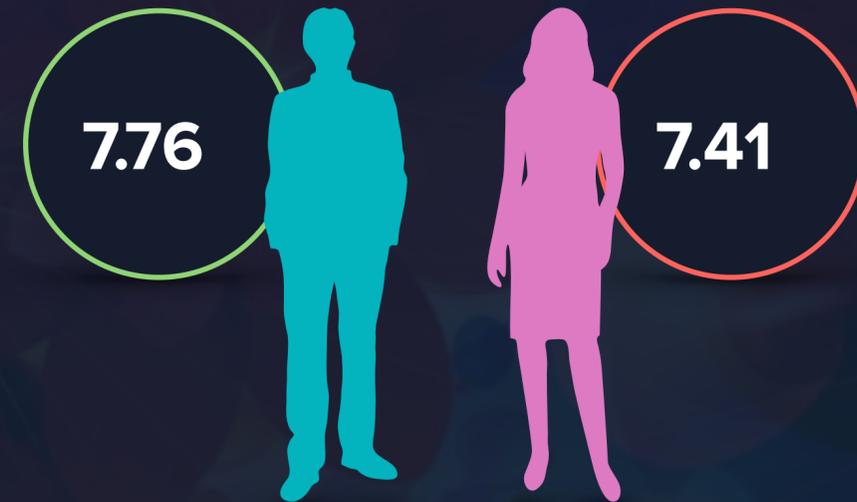


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

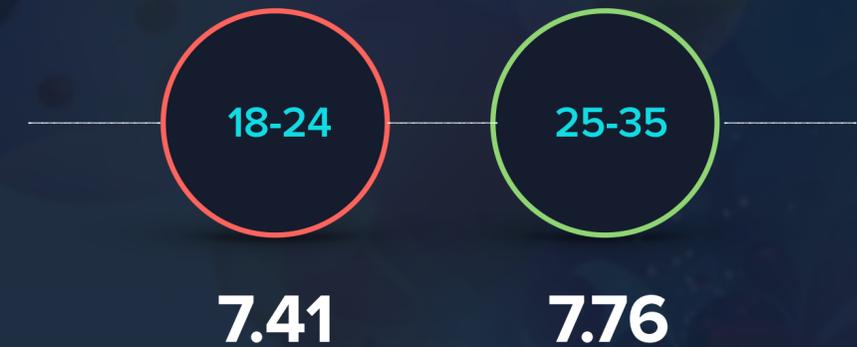
7.55

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



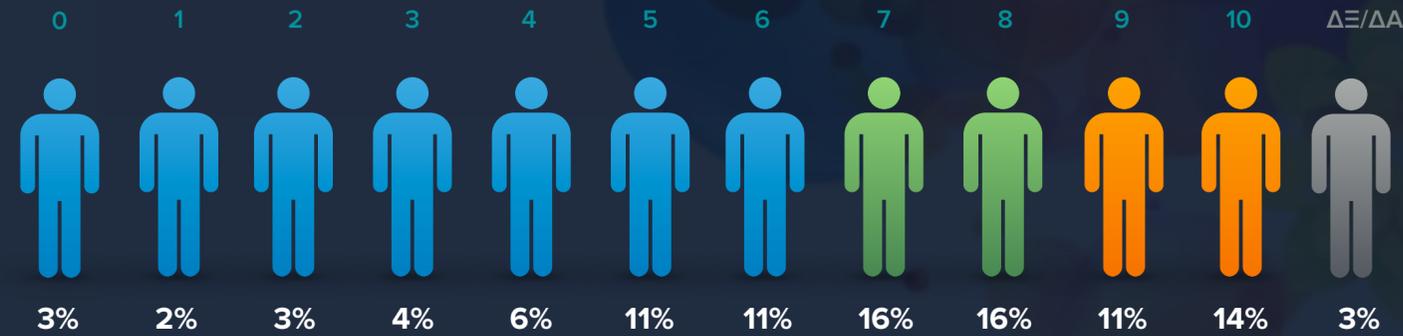
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (23/28)

Υγιής τρόπος ζωής

Σε μια δύσκολη κατάσταση, βάζω τη δική μου υγεία πάνω από τις προσδοκίες των άλλων

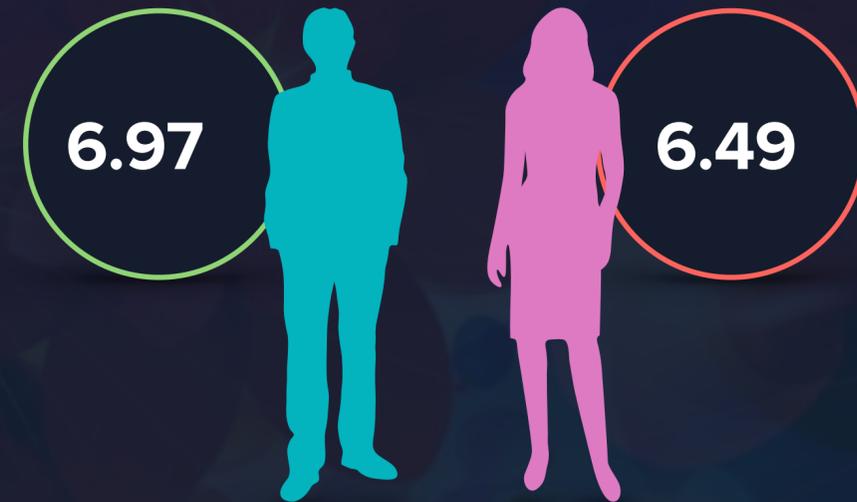


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

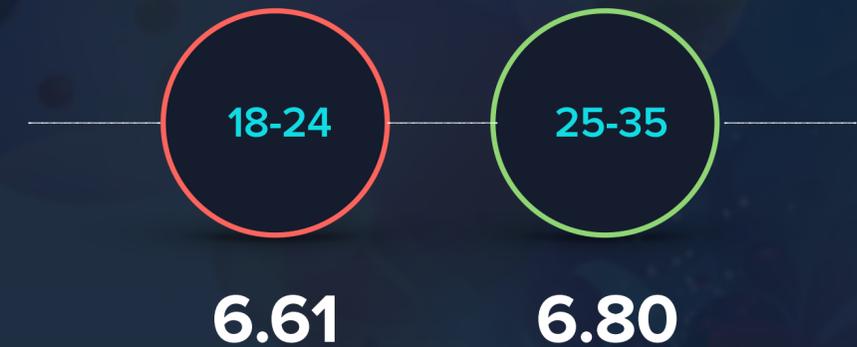
6.68

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ

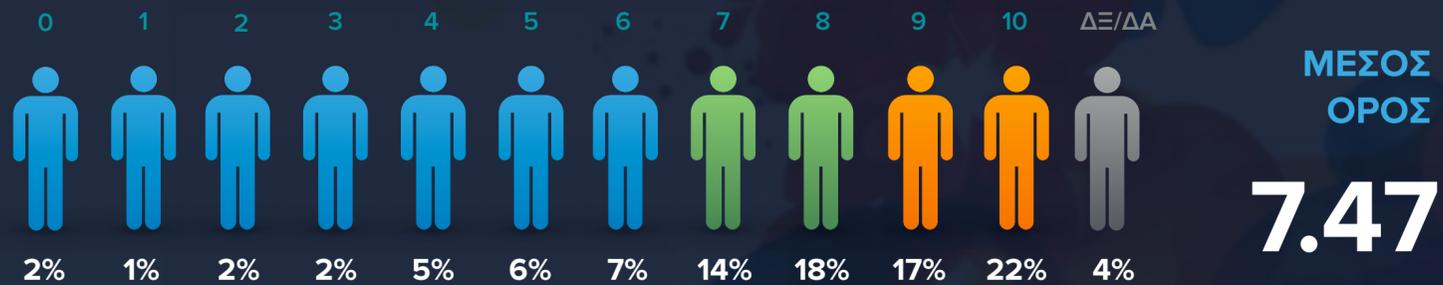


ΗΛΙΚΙΑ

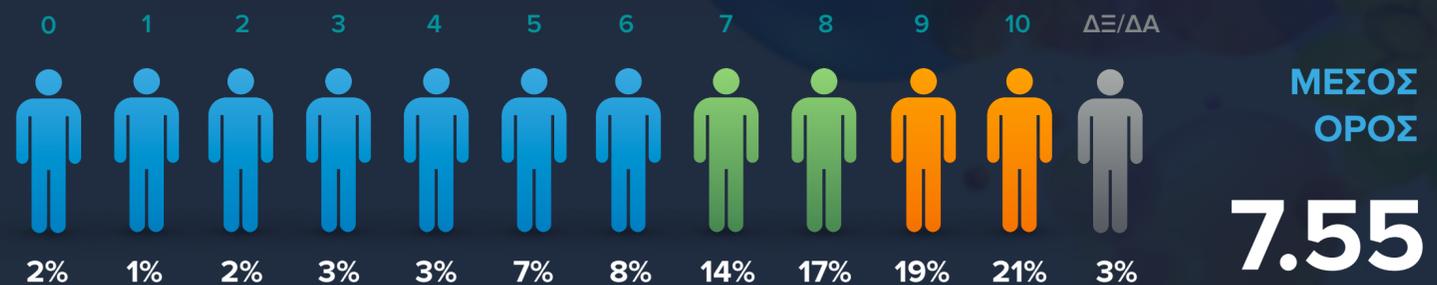


Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (24/28)

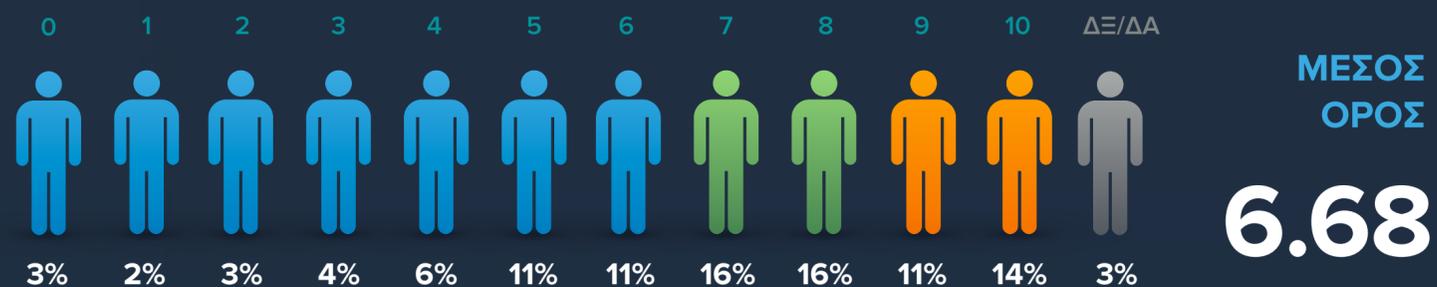
Είμαι σημαντικός/ή για μένα και φροντίζω καλά τον εαυτό μου



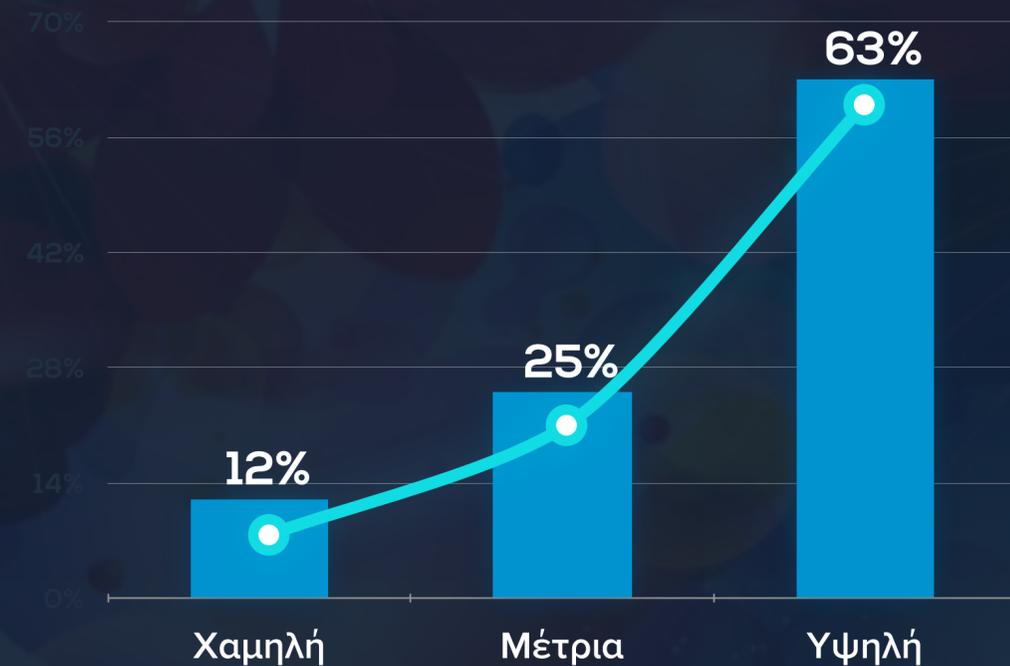
Είμαι σε επαφή με το σώμα μου και νιώθω τι είναι καλό για μένα και τι όχι



Σε μια δύσκολη κατάσταση, βάζω τη δική μου υγεία πάνω από τις προσδοκίες των άλλων



Συνολική Αξιολόγηση Υγιούς τρόπου ζωής

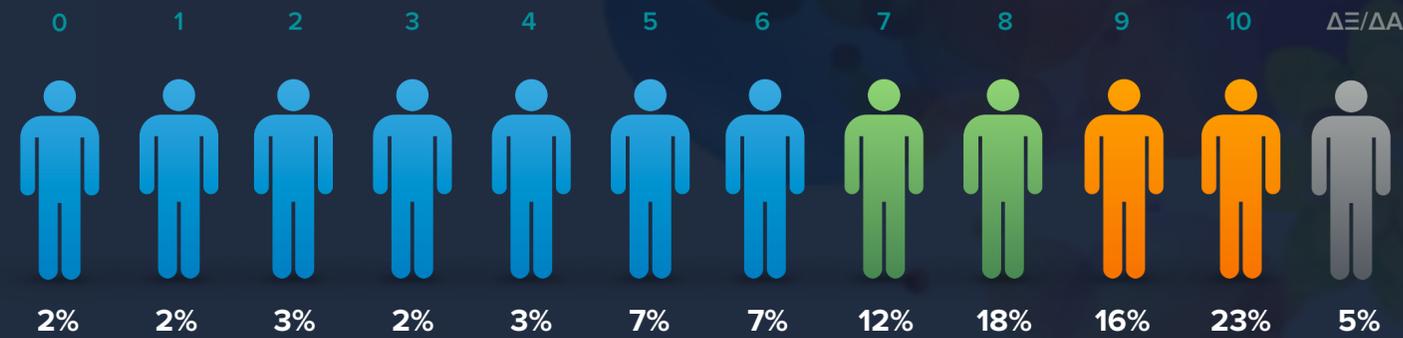


10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (25/28)

Αυτεπάρκεια

Ξέρω ότι είμαι ικανός/ή και έχω εμπιστοσύνη στον εαυτό μου

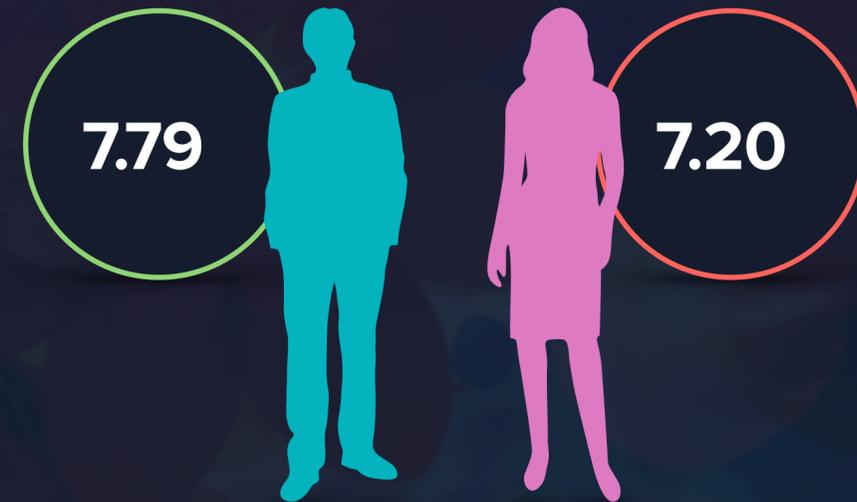


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

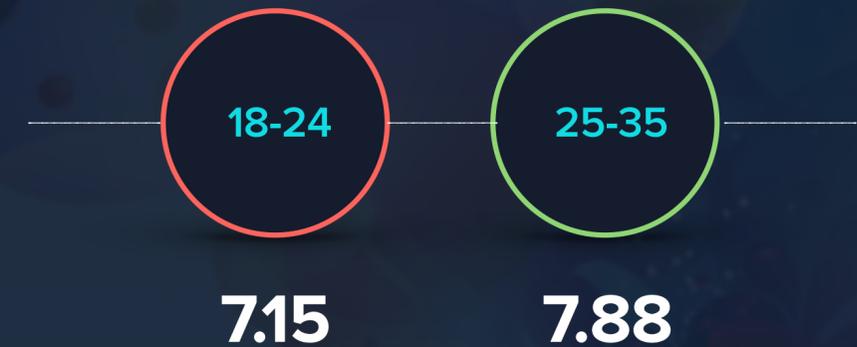
7.43

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



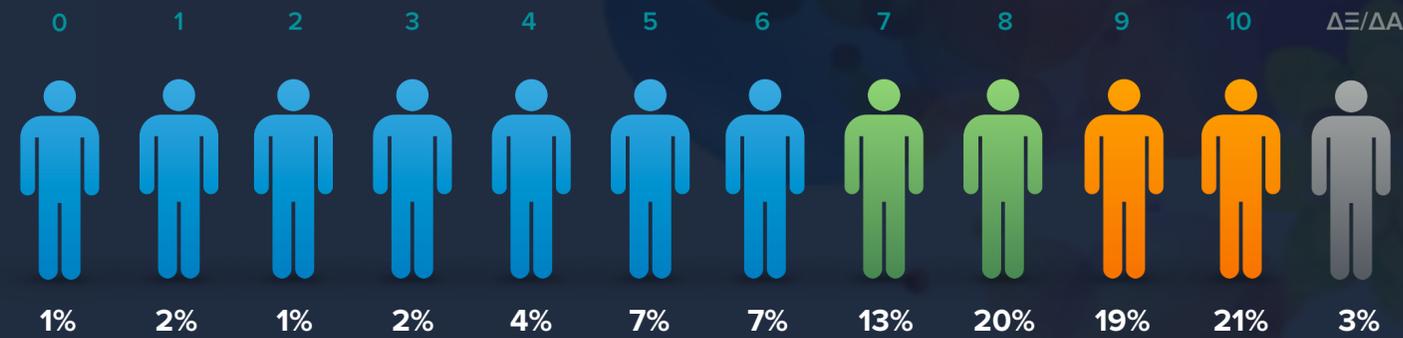
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (26/28)

Αυτεπάρκεια

Μπορώ να βασίζομαι στις δικές μου ικανότητες και δυνάμεις στις δύσκολες στιγμές

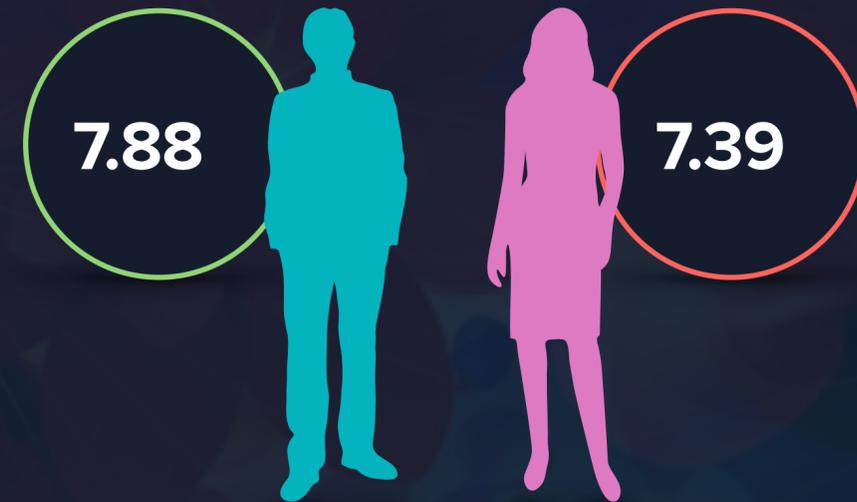


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

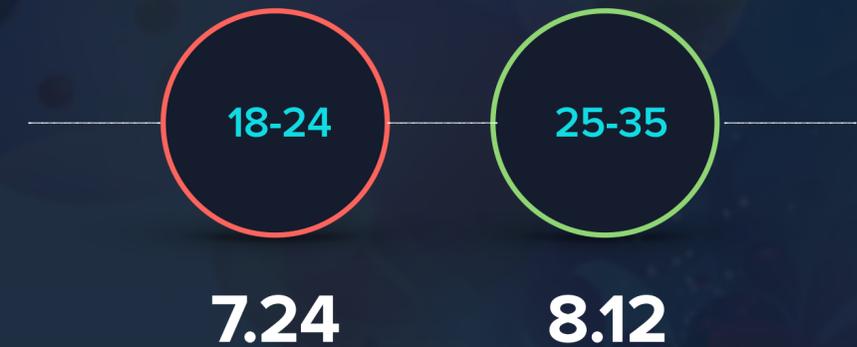
7.58

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ



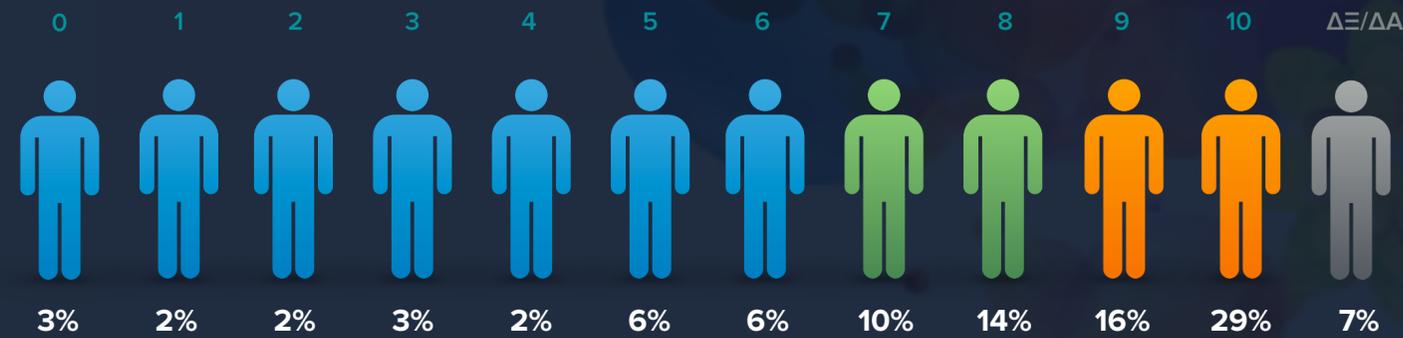
ΗΛΙΚΙΑ



Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (27/28)

Αυτεπάρκεια

Πιστεύω στον εαυτό μου

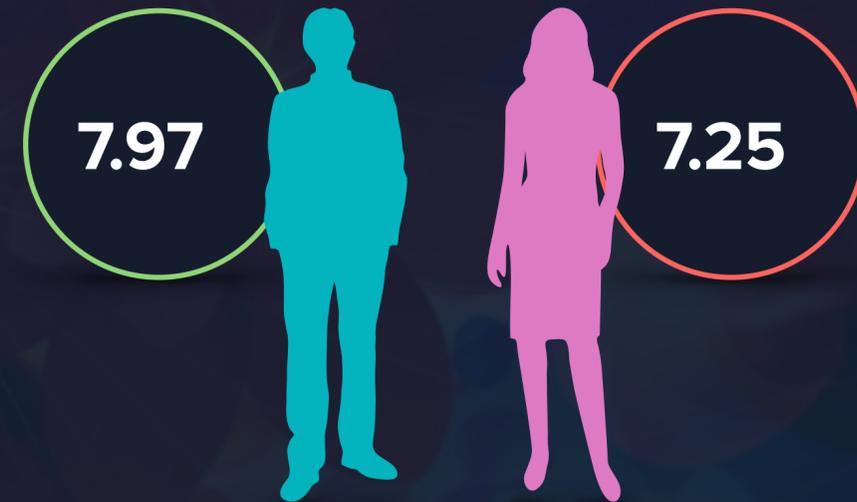


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

7.53

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

ΦΥΛΟ

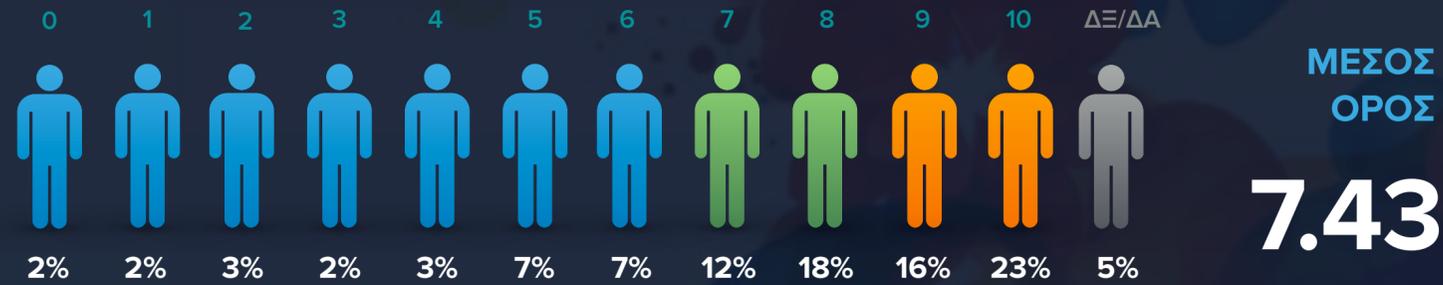


ΗΛΙΚΙΑ

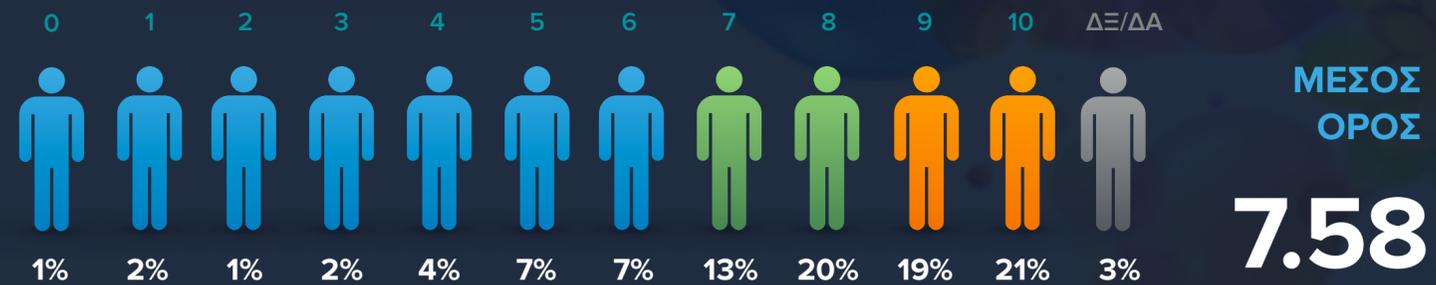


Αποτύπωση Ψυχικής Ανθεκτικότητας (28/28)

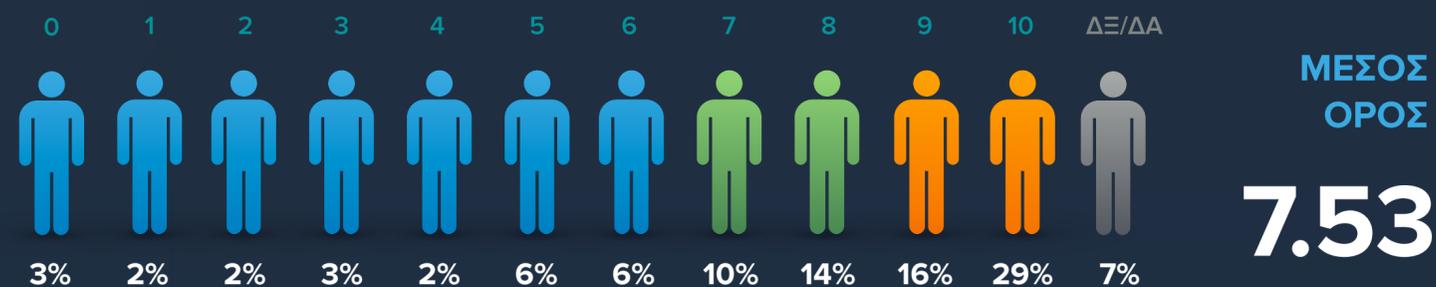
Ξέρω ότι είμαι ικανός/ή και έχω εμπιστοσύνη στον εαυτό μου



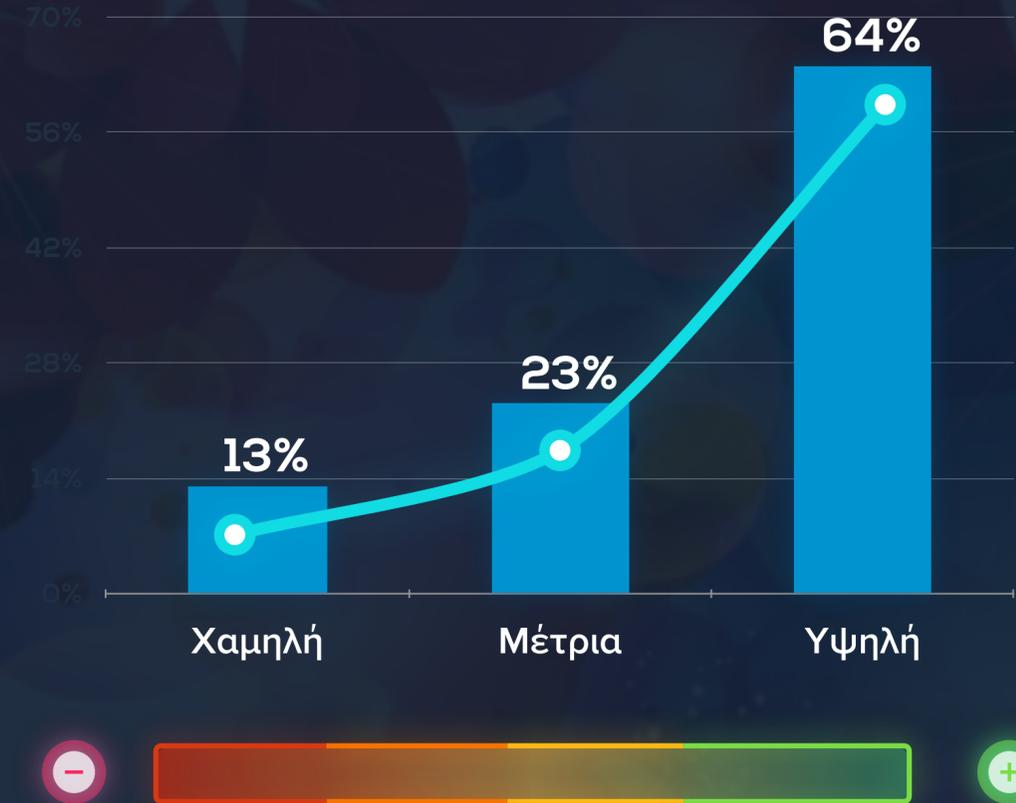
Μπορώ να βασίζομαι στις δικές μου ικανότητες και δυνάμεις στις δύσκολες στιγμές



Πιστεύω στον εαυτό μου



Συνολική Αξιολόγηση Βαθμού Αυτεπάρκειας

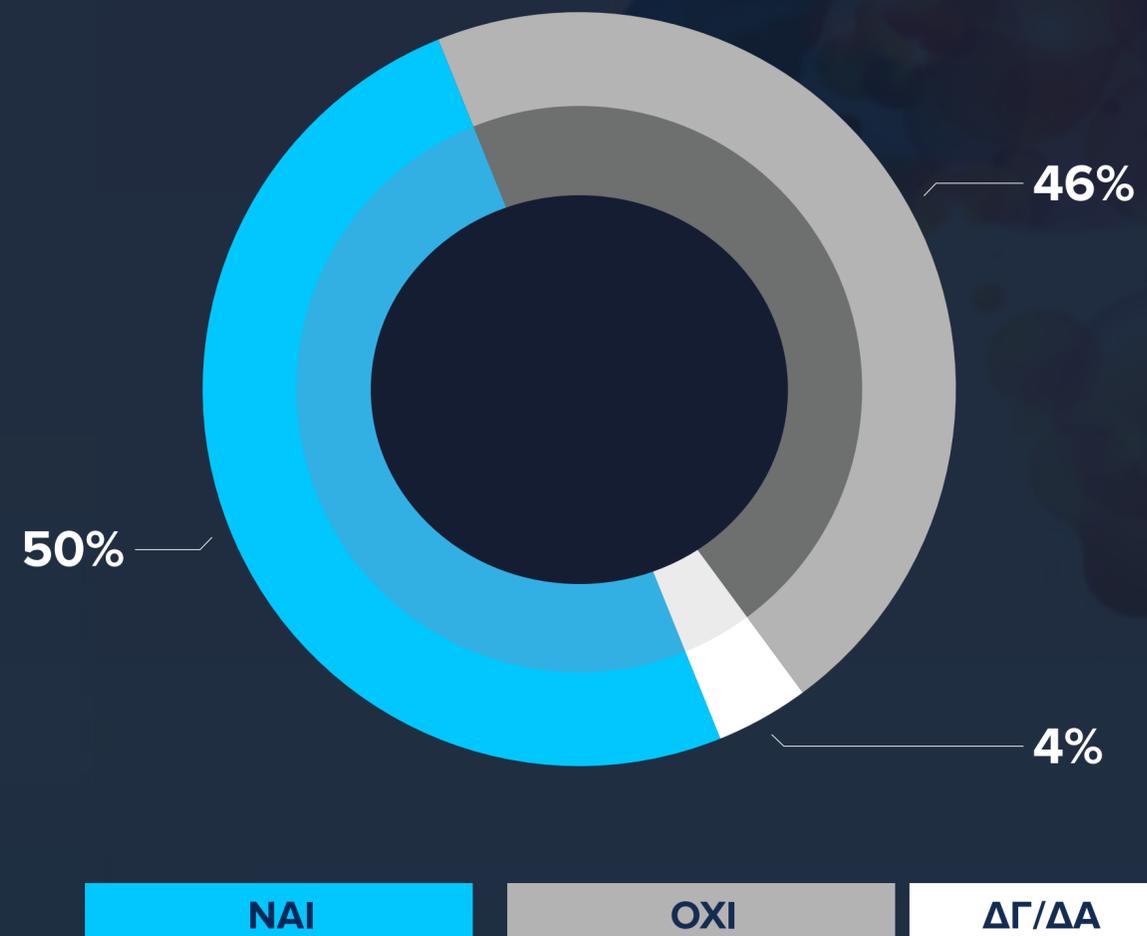


10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 0=ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΘΟΛΟΥ ΚΑΙ 10=ΙΣΧΥΕΙ ΑΠΟΛΥΤΑ

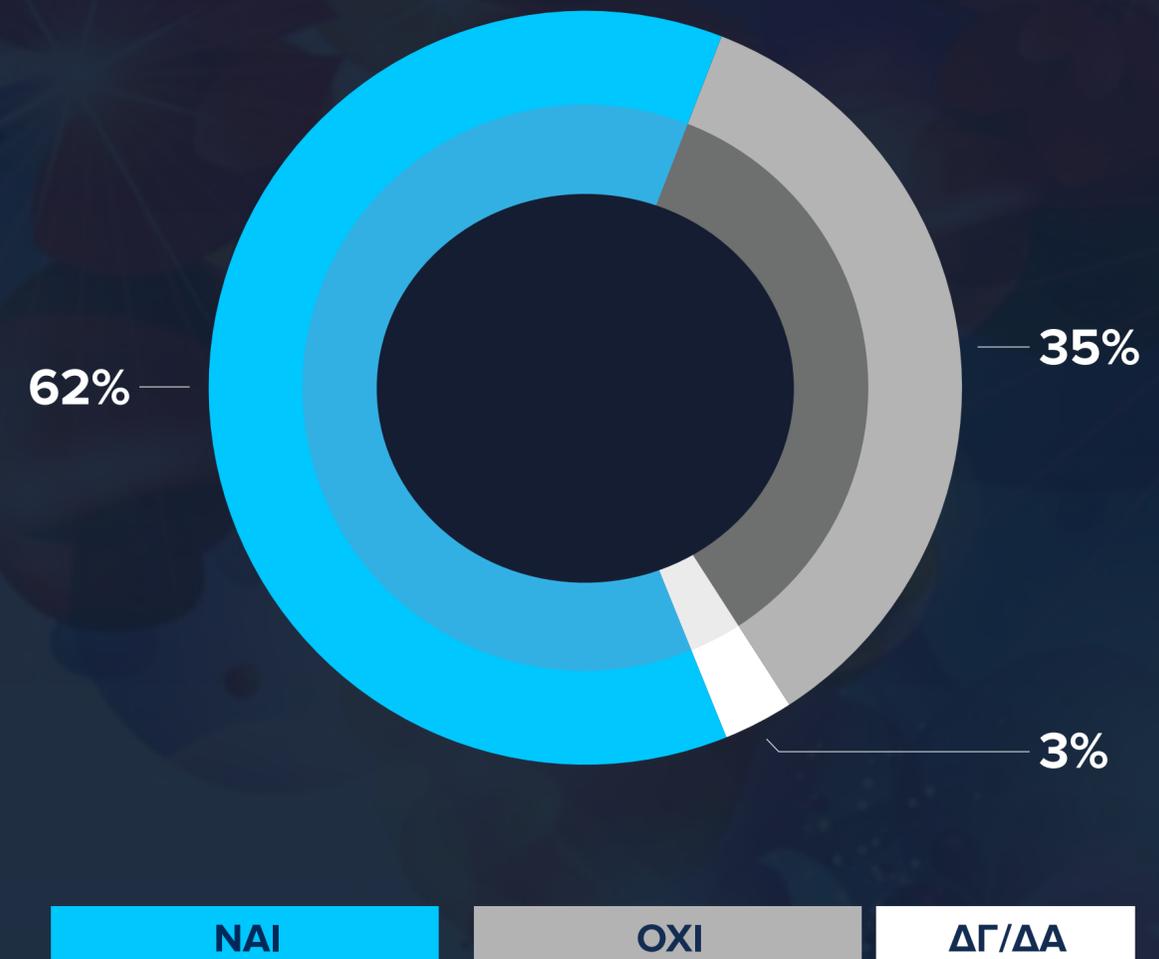
ΕΝΟΤΗΤΑ Β:

Γενικές απόψεις και αντιλήψεις για την ψυχική υγεία

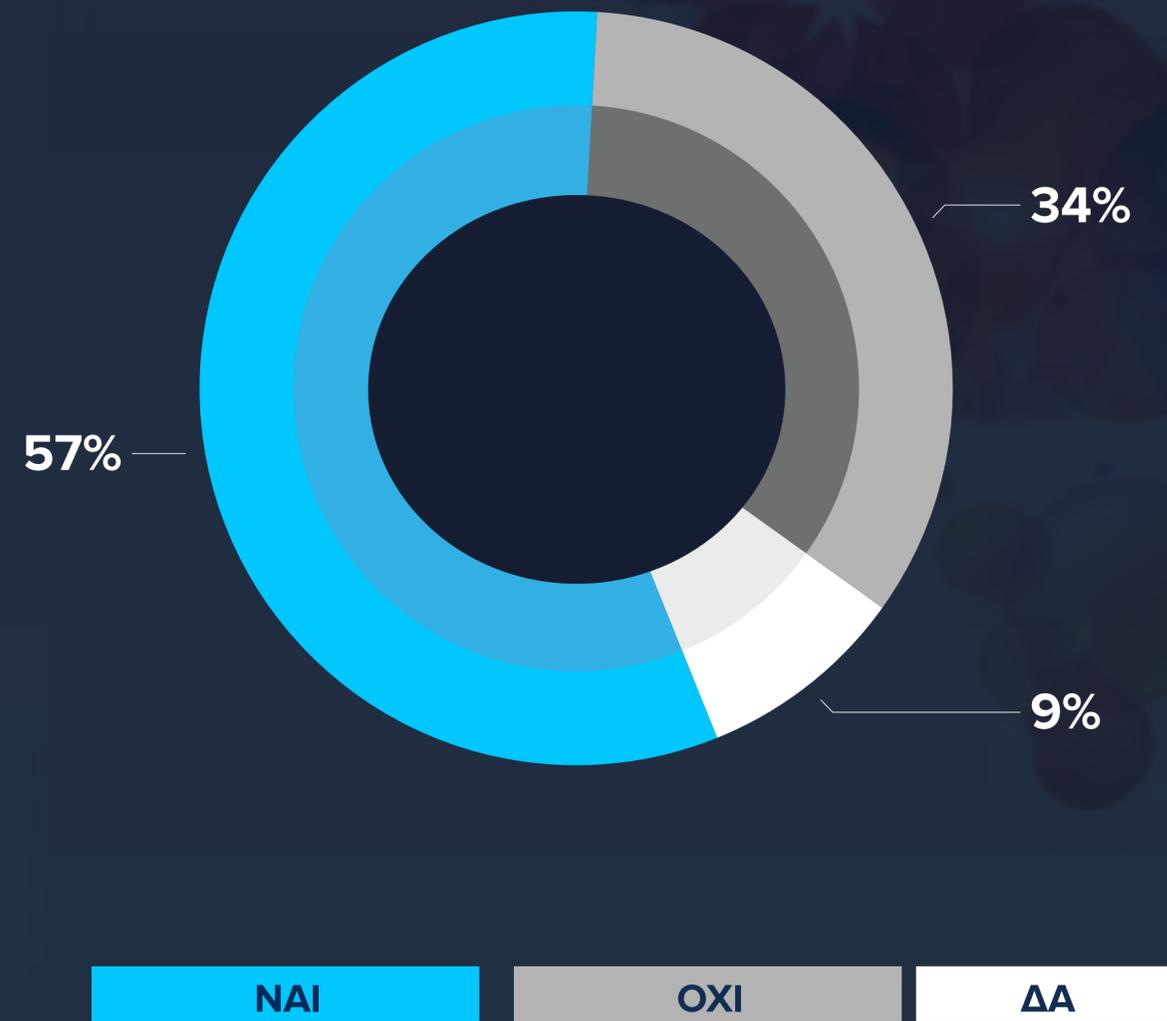
Γνωρίζετε άτομα που έχουν αποταθεί σε κάποιον επαγγελματία ψυχικής υγείας στον στενό οικογενειακό σας κύκλο;



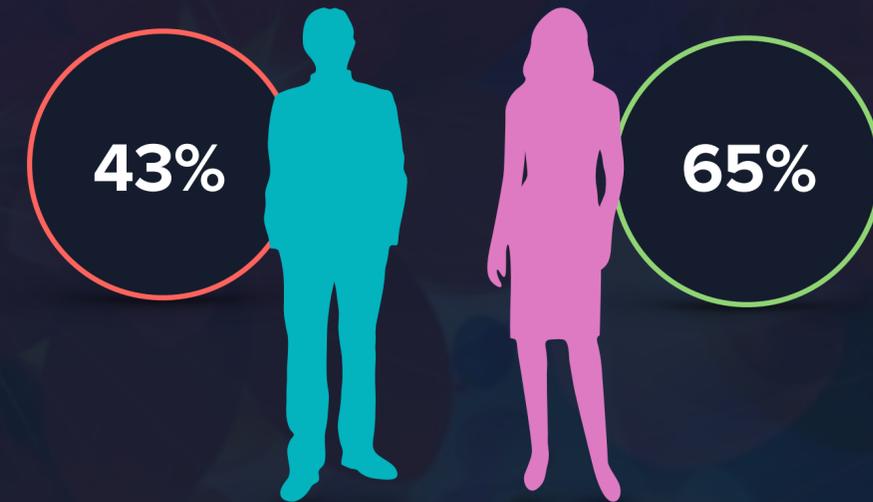
Γνωρίζετε άτομα που έχουν αποταθεί σε κάποιον επαγγελματία ψυχικής υγείας στον στενό φιλικό σας κύκλο;



Αισθανθήκατε ποτέ την ανάγκη να επισκεφθείτε κάποιον επαγγελματία ψυχικής υγείας;



ΦΥΛΟ



ΗΛΙΚΙΑ

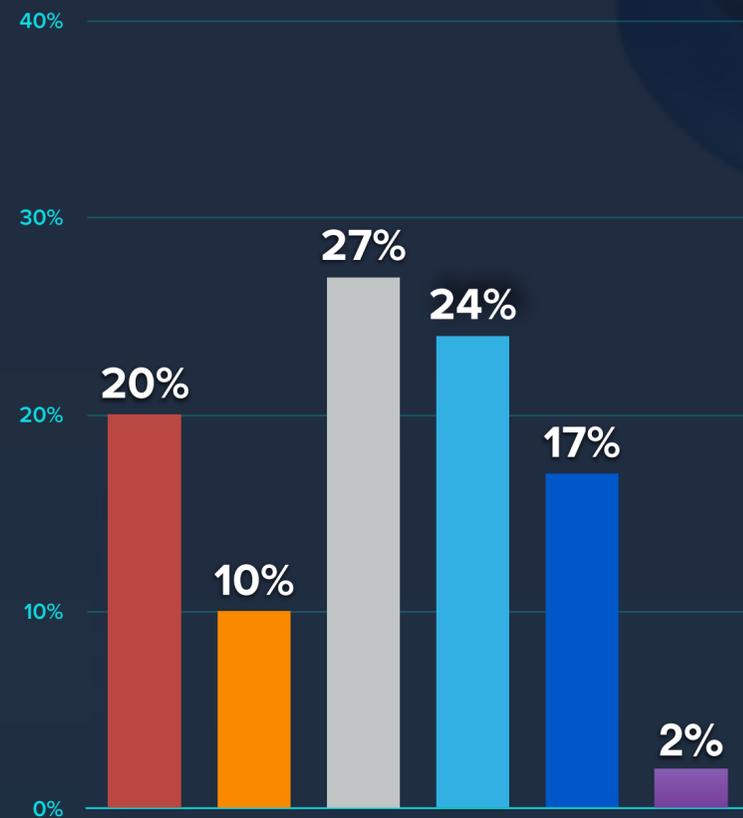


ΒΑΣΗ: ΟΣΟΙ ΑΠΑΝΤΗΣΑΝ ΘΕΤΙΚΑ

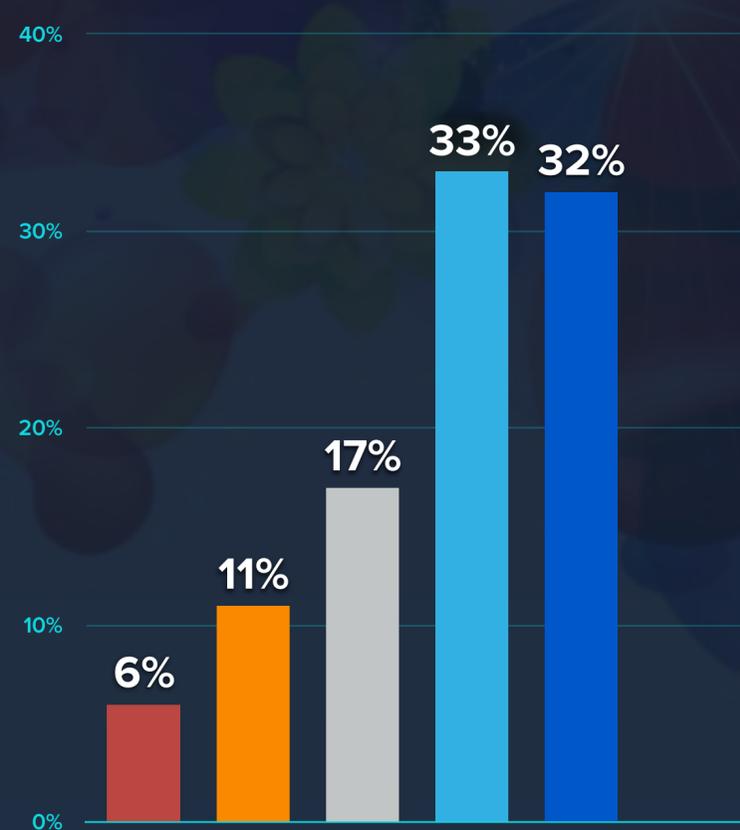
Σε ποιο βαθμό συμφωνείτε ή διαφωνείτε με τις πιο κάτω δηλώσεις που έχουν να κάνουν με την ψυχική υγεία:

■ Διαφωνώ απόλυτα ■ Μάλλον διαφωνώ ■ Ούτε συμφωνώ, ούτε διαφωνώ ■ Μάλλον συμφωνώ ■ Συμφωνώ απόλυτα ■ ΔΓ/ΔΑ

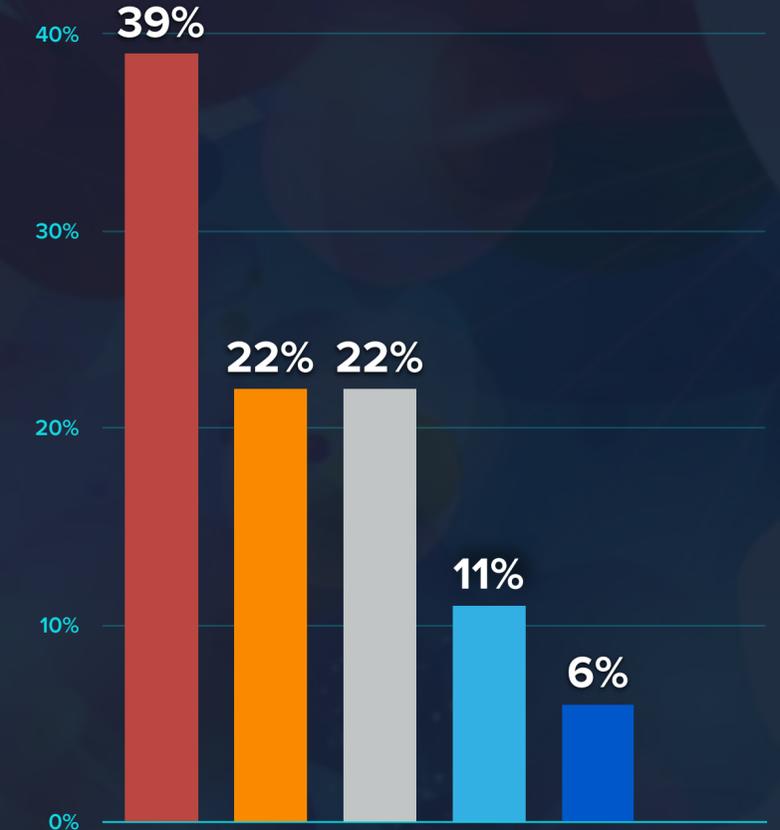
Πιστεύω ότι η ψυχική υγεία είναι ένα θέμα που αποτελεί ταμπού



Υπάρχουν μέρες που νιώθω ότι χρειάζομαι ψυχολογική υποστήριξη



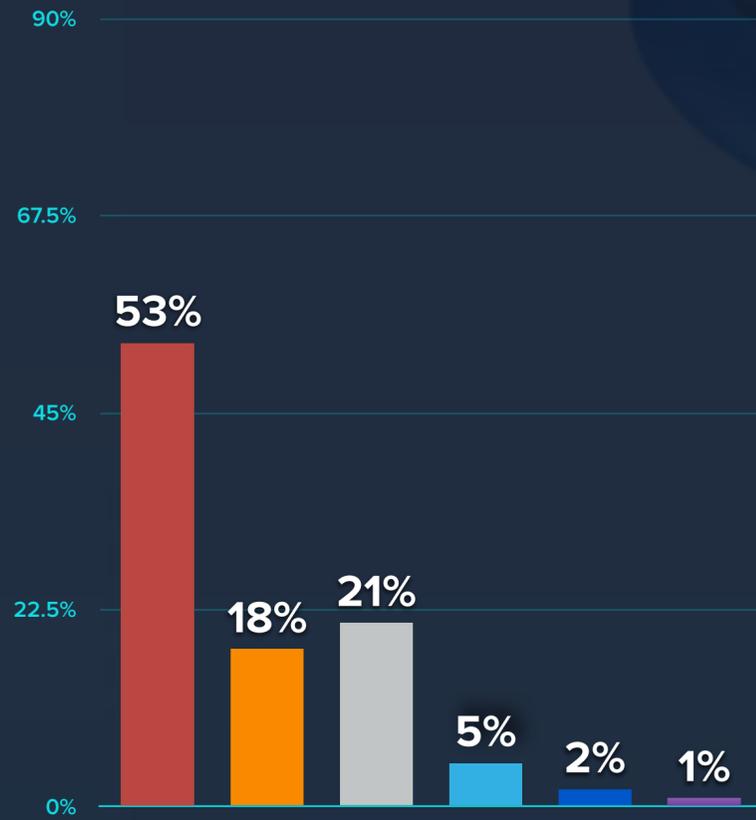
Δεν θα ένιωθα άνετα να επισκεφθώ έναν επαγγελματία ψυχικής υγείας



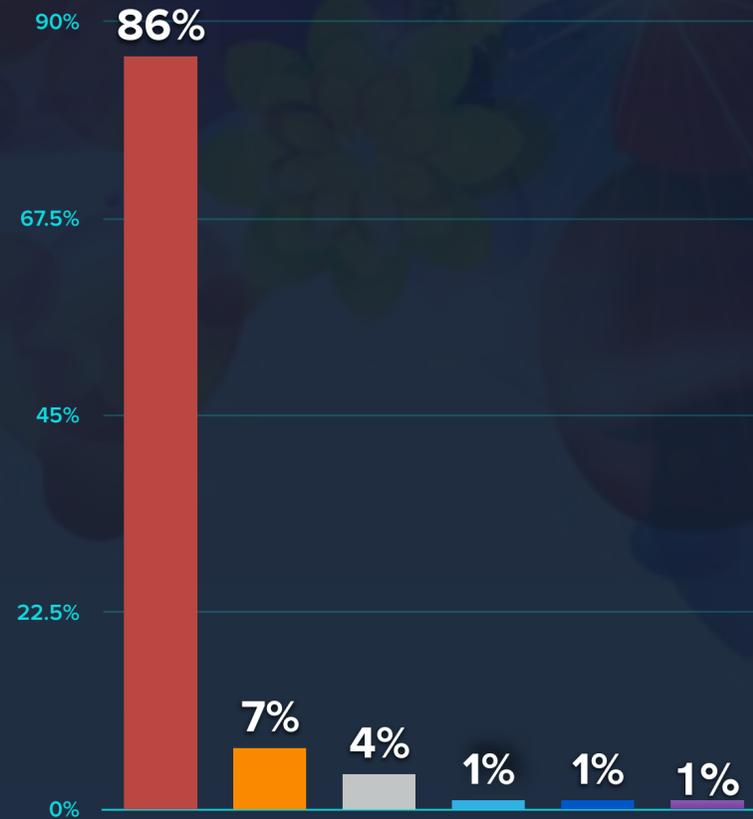
Σε ποιο βαθμό συμφωνείτε ή διαφωνείτε με τις πιο κάτω δηλώσεις που έχουν να κάνουν με την ψυχική υγεία:

■ Διαφωνώ απόλυτα
 ■ Μάλλον διαφωνώ
 ■ Ούτε συμφωνώ, ούτε διαφωνώ
 ■ Μάλλον συμφωνώ
 ■ Συμφωνώ απόλυτα
 ■ ΔΓ/ΔΑ

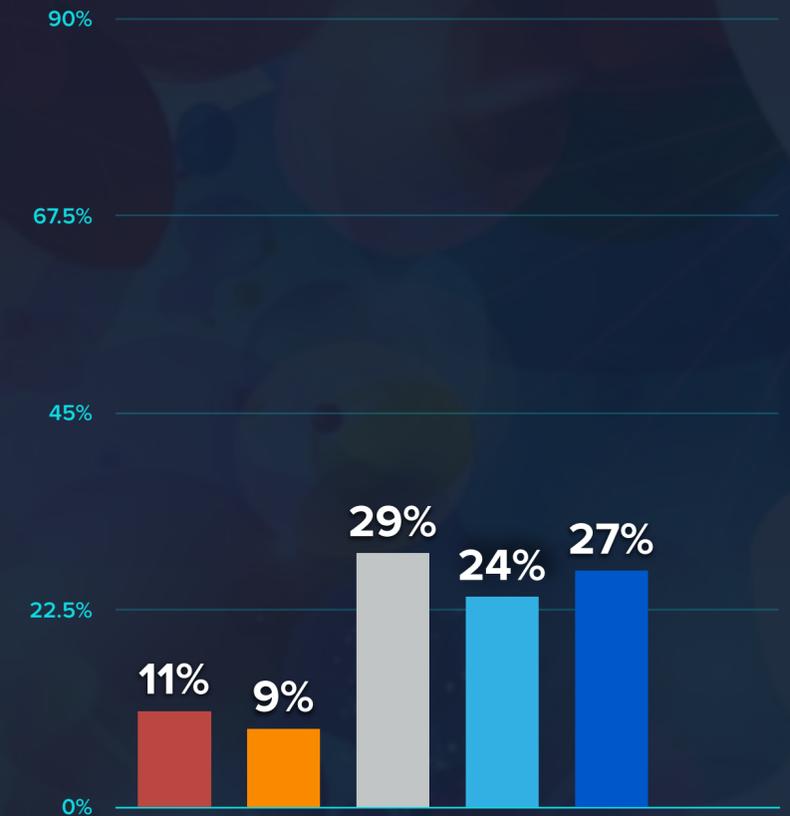
Τα άτομα που επισκέπτονται επαγγελματίες ψυχικής υγείας, υποφέρουν από κάποια σοβαρή ψυχική διαταραχή



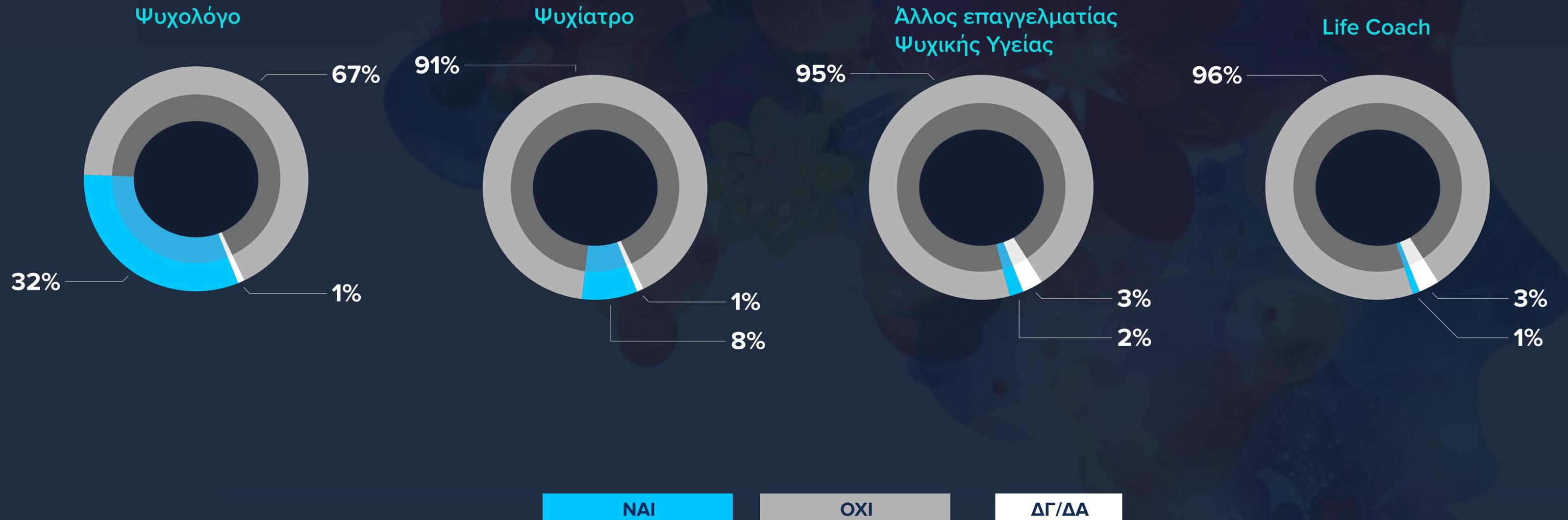
Δεν θα ήθελα να έχω φίλους άτομα που επισκέπτονται ψυχίατρο/ψυχολόγο



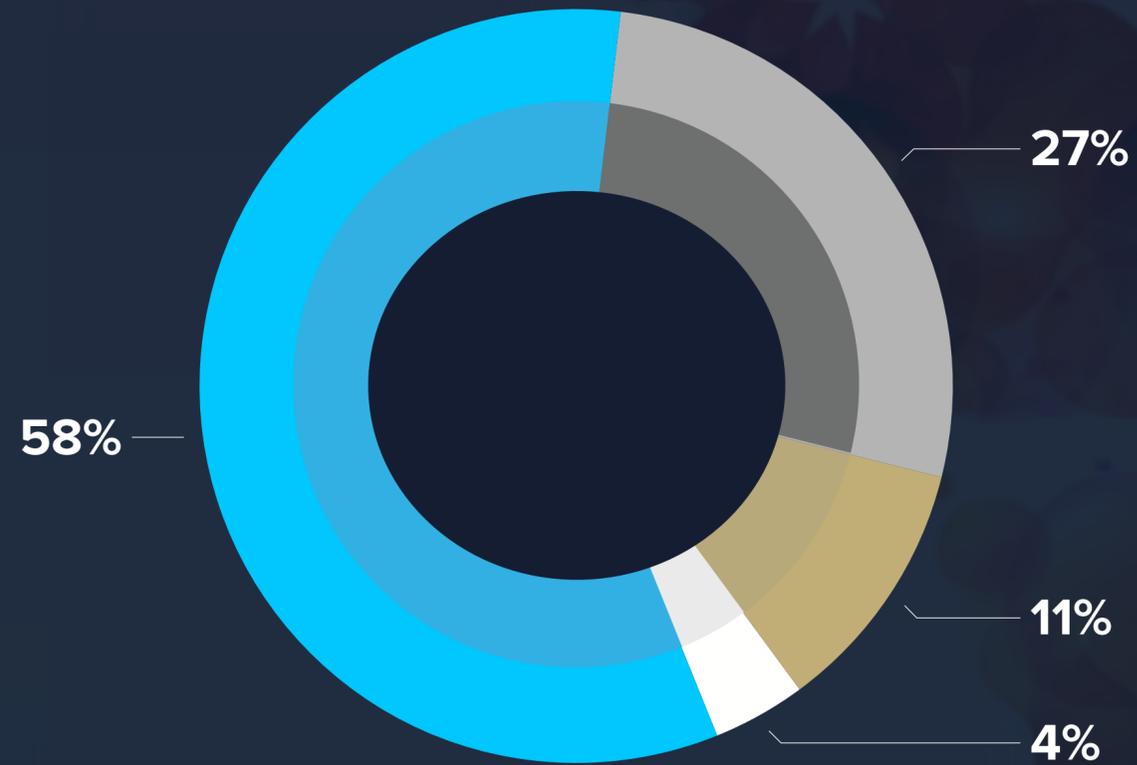
Τα άτομα που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας θα πρέπει να αντιμετωπίζονται με ανεκτικότητα



Έχετε επισκεφθεί ποτέ οποιονδήποτε από τους ακόλουθους επαγγελματίες ψυχικής υγείας;



Ήταν δική σας επιλογή να επισκεφθείτε επαγγελματία ψυχικής υγείας;



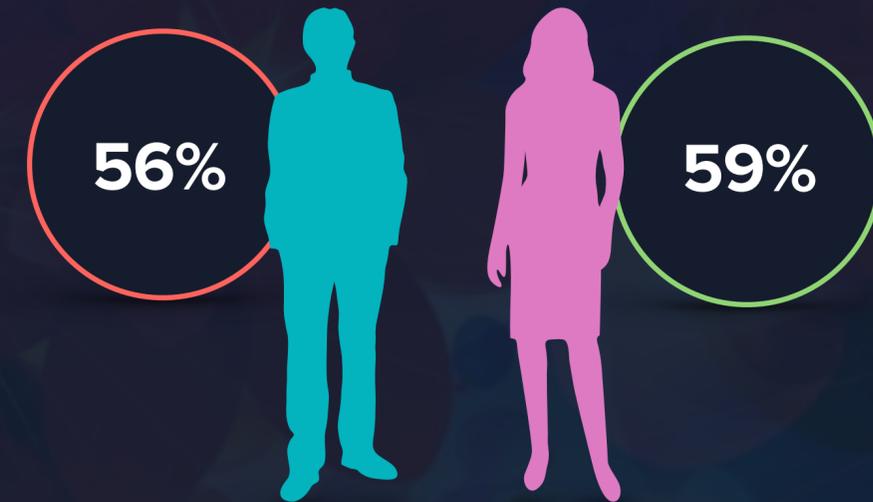
ΝΑΙ, ΗΤΑΝ ΔΙΚΗ ΜΟΥ ΕΠΙΛΟΓΗ

ΑΠΟΦΑΣΙΣΑ ΝΑ ΠΑΩ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΕΝΘΑΡΡΥΝΣΗ

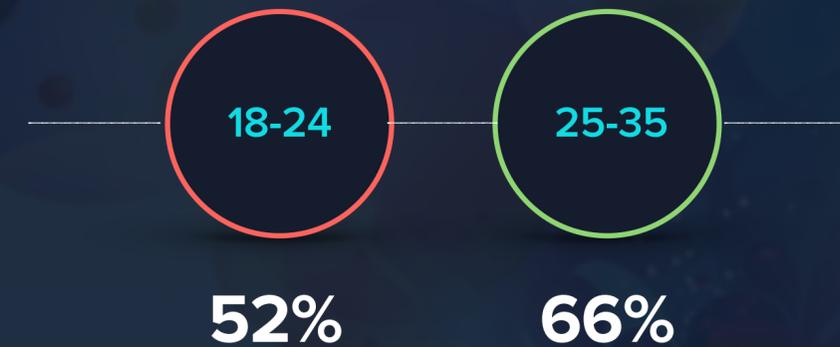
ΑΝΑΓΚΑΣΤΗΚΑ ΝΑ ΠΑΩ

ΔΑ

ΦΥΛΟ

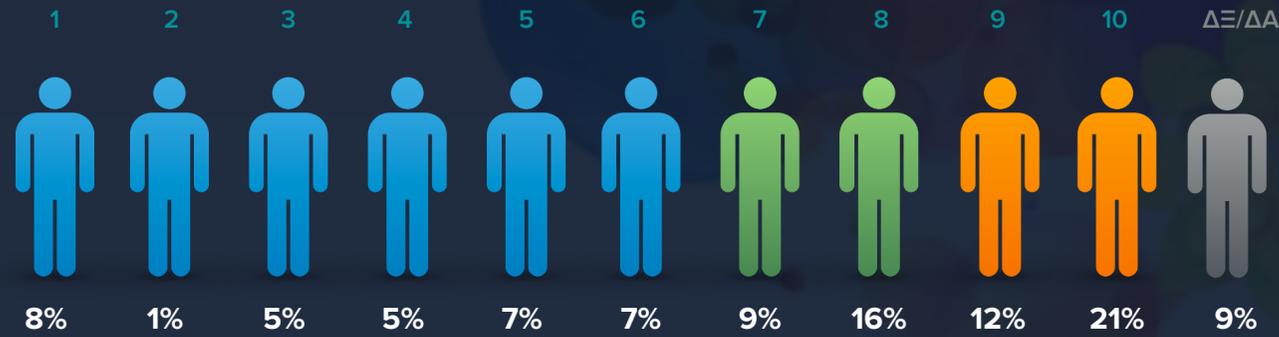


ΗΛΙΚΙΑ



ΒΑΣΗ: ΟΣΟΙ ΑΠΑΝΤΗΣΑΝ ΟΤΙ ΗΤΑΝ ΔΙΚΗ ΤΟΥΣ ΕΠΙΛΟΓΗ

Σε ποιο βαθμό θα λέγατε ότι σας έχει βοηθήσει η επίσκεψή σας στον/στην Ψυχολόγο;

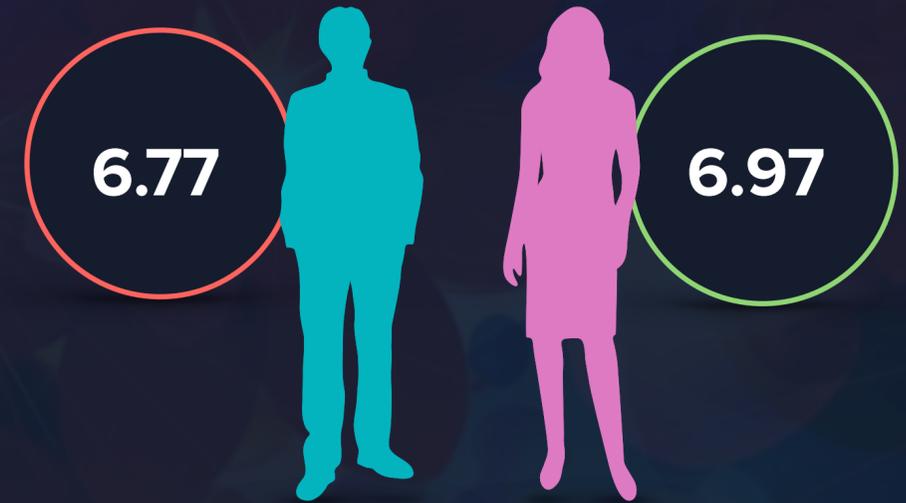


ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

6.94

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 1 = ΚΑΘΟΛΟΥ 10 = ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ

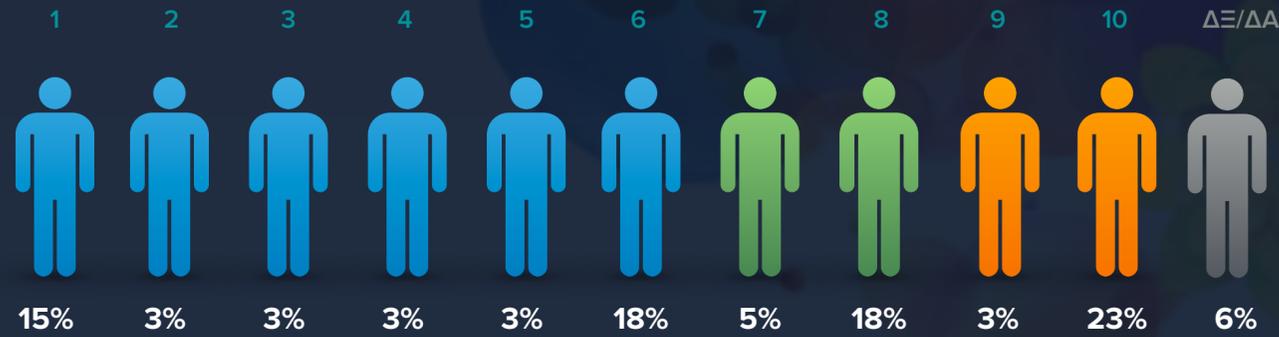
ΦΥΛΟ



ΗΛΙΚΙΑ



Σε ποιο βαθμό θα λέγατε ότι σας έχει βοηθήσει η επίσκεψή σας στον/στην Ψυχίατρο;



ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ

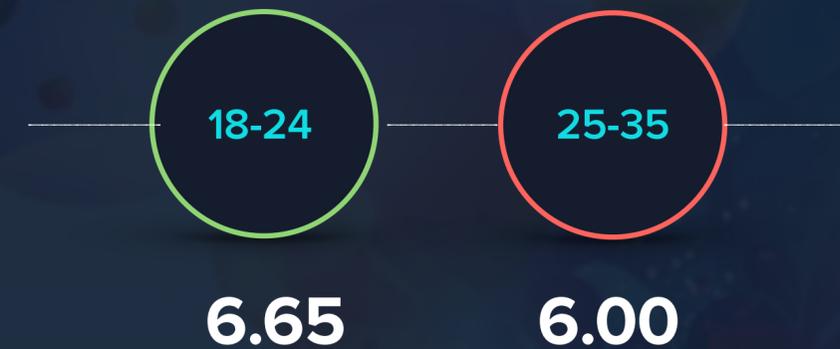
6.42

10 ΒΑΘΜΙΑ ΚΛΙΜΑΚΑ: 1 = ΚΑΘΟΛΟΥ 10 = ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ

ΦΥΛΟ



ΗΛΙΚΙΑ

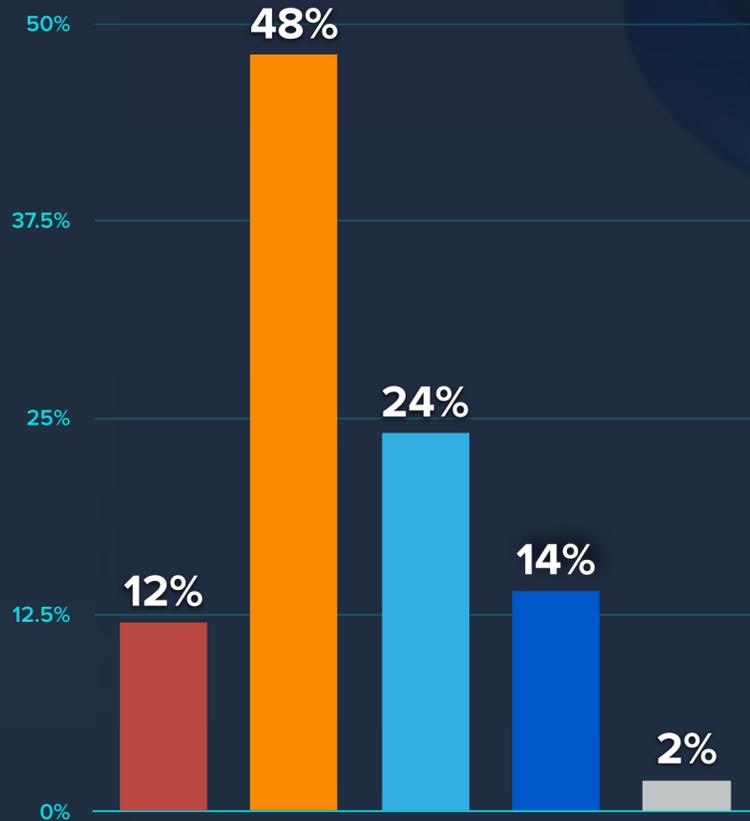


Κλίμακα Αξιολόγησης Κατάθλιψης [PHQ-9]

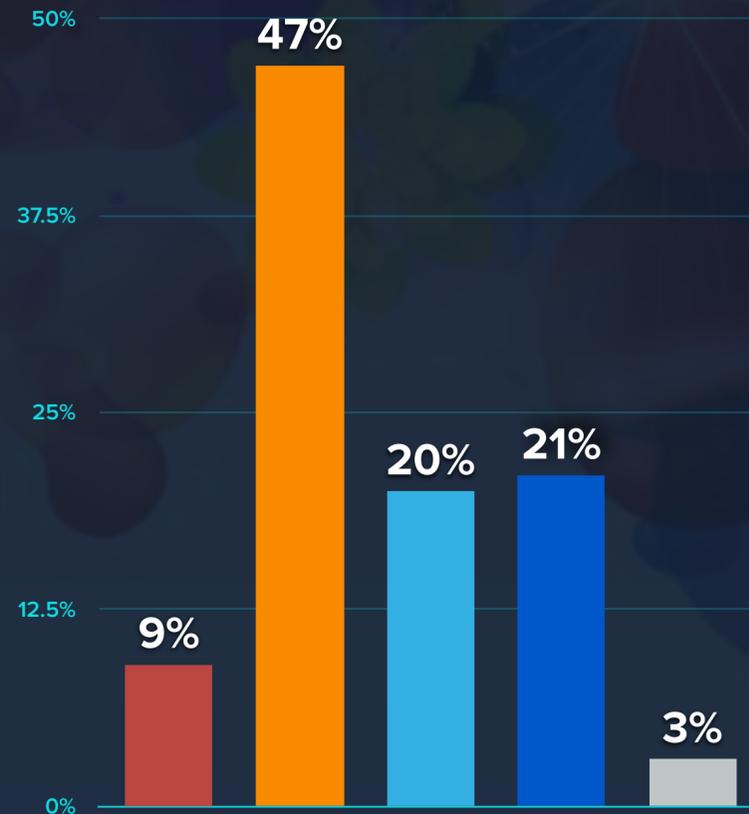
Κατά τις τελευταίες δύο εβδομάδες, πόσο συχνά νιώσατε:

■ Ποτέ
 ■ Κάποιες μέρες
 ■ Περισσότερες από τις μισές ημέρες
 ■ Σχεδόν κάθε μέρα
 ■ ΔΑ

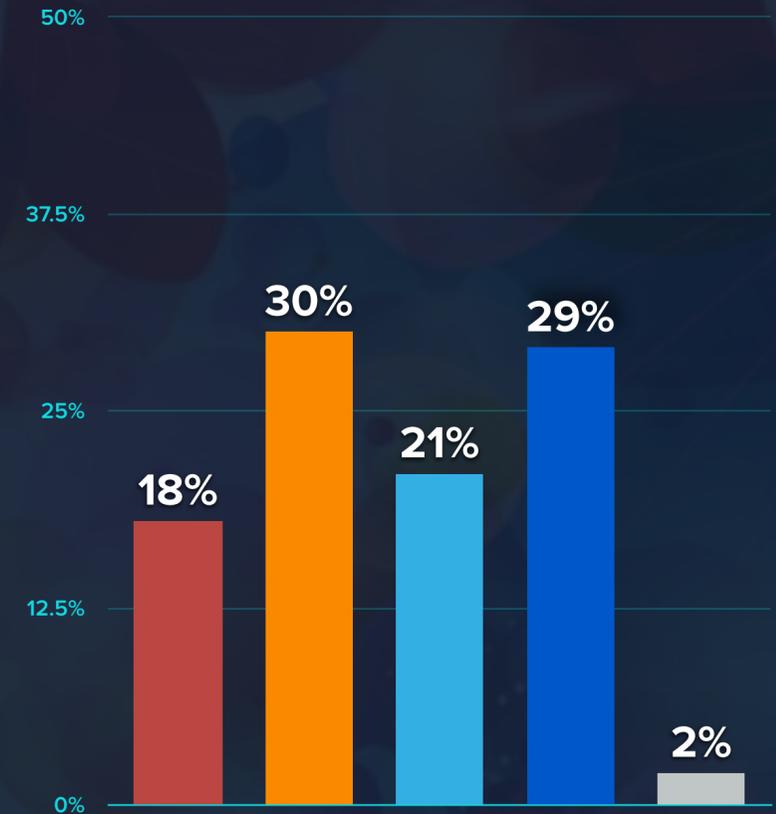
Μειώθηκε το ενδιαφέρον σας ή η ευχαρίστηση που παίρνετε από τις καθημερινές σας ασχολίες;



Νιώθατε στενοχώρια ή λύπη ή μελαγχολία ή απογοήτευση;



Είχατε προβλήματα με τον ύπνο σας, π.χ. να αργεί να σας πάρει ο ύπνος ή να ξυπνάτε ενδιάμεσα ή πιο νωρίς απ' ότι επιθυμείτε

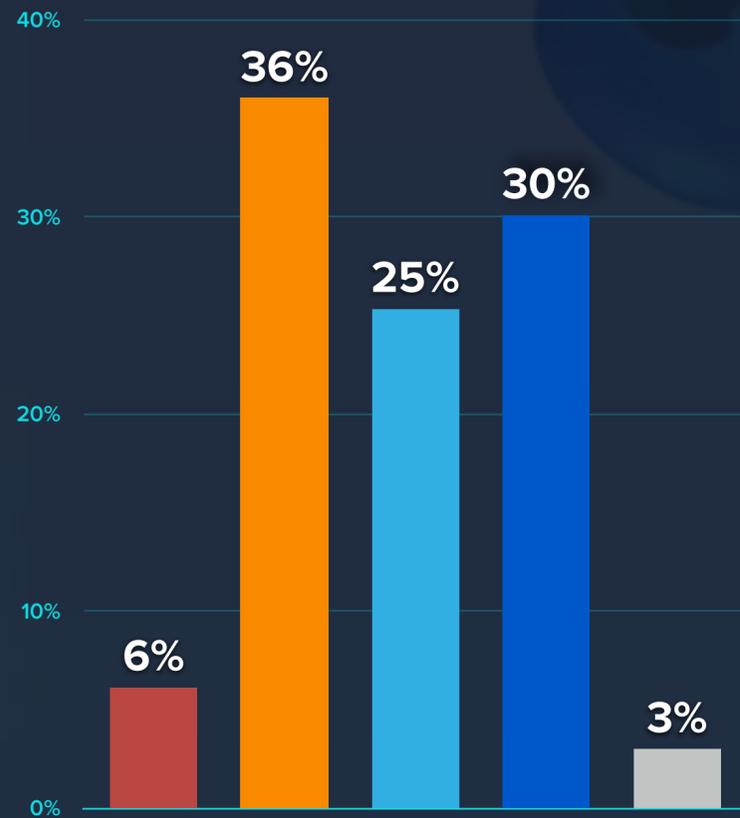


Κλίμακα Αξιολόγησης Κατάθλιψης [PHQ-9]

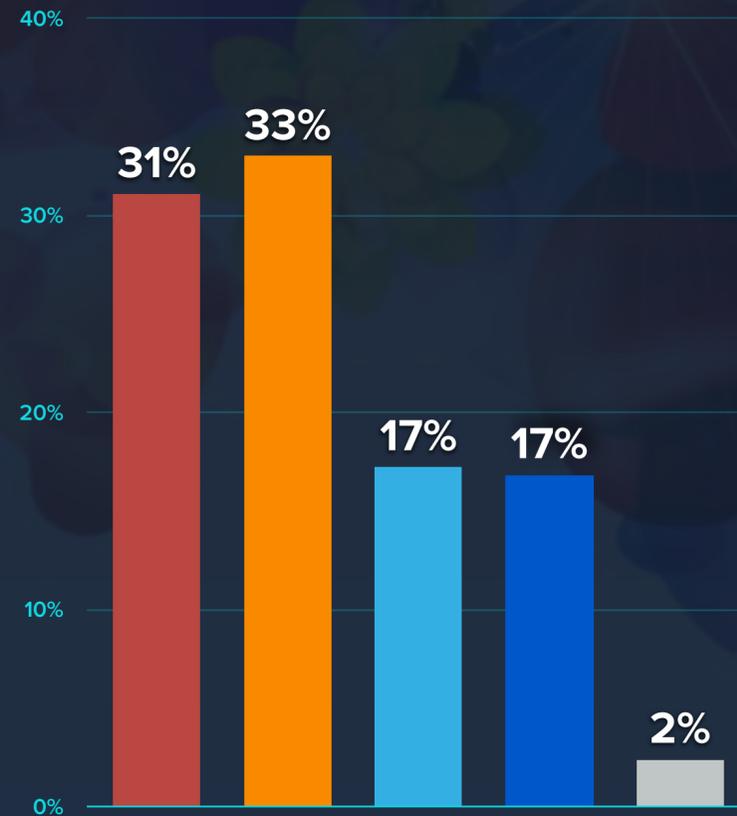
Κατά τις τελευταίες δύο εβδομάδες, πόσο συχνά νιώσατε:

■ Ποτέ
 ■ Κάποιες μέρες
 ■ Περισσότερες από τις μισές ημέρες
 ■ Σχεδόν κάθε μέρα
 ■ ΔΑ

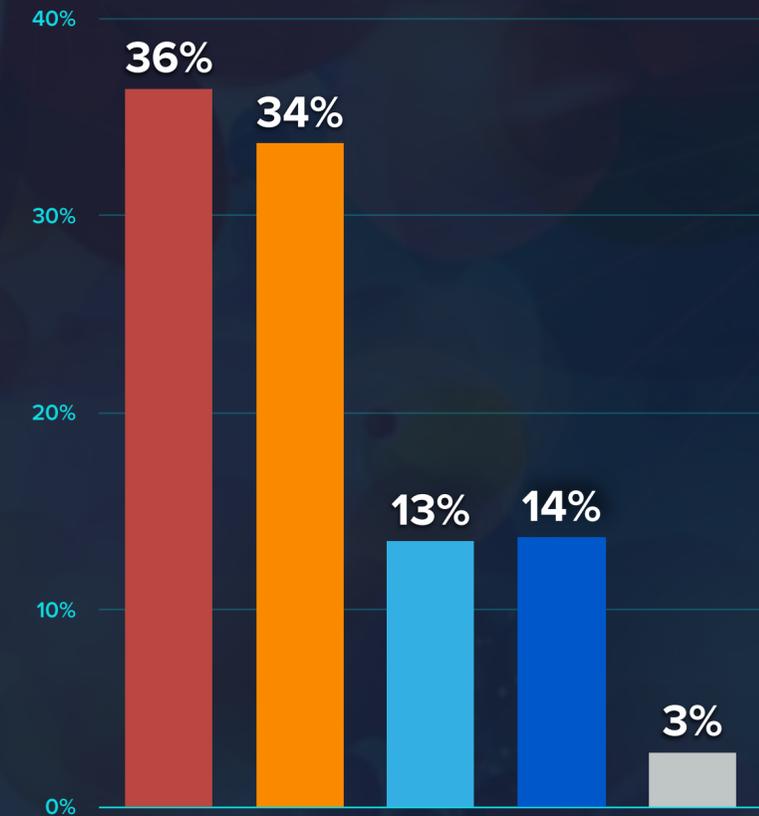
Νιώθατε κόπωση ή καταβολή ή ατονία ή έλλειψη ενέργειας;



Είχατε προβλήματα με το φαγητό σας, όπως να μειώθηκε η όρεξη σας να φάτε ή αντίθετα να αυξήθηκε περισσότερο από το συνηθισμένο;



Νιώθατε άσχημα για το εαυτό σας ή να σκέφτεστε ότι δεν αξίζετε ή ότι είστε ανεπαρκής ή ότι έχετε απογοητεύσει τον εαυτό σας ή τους δικούς σας;

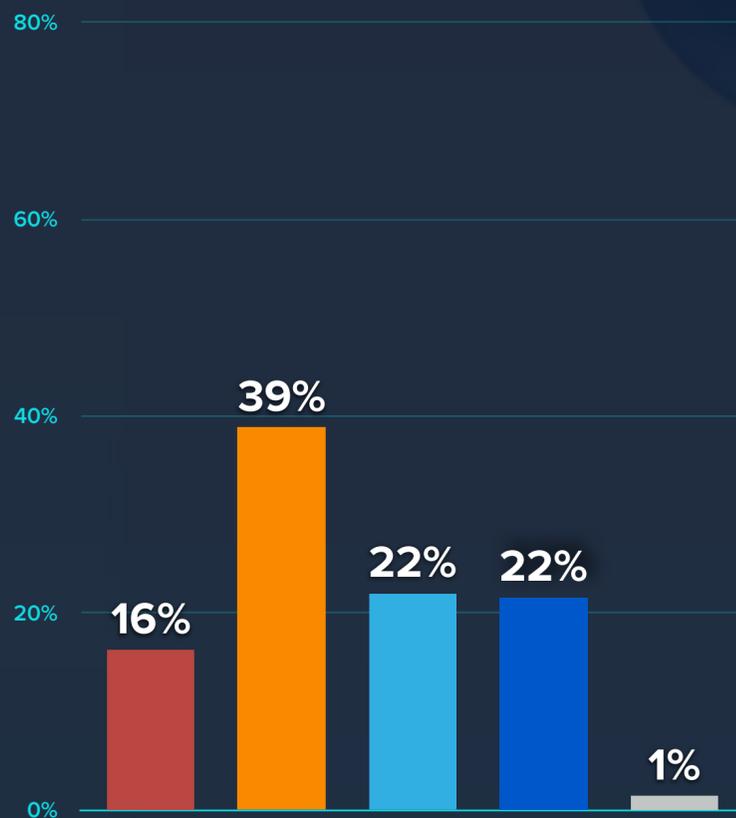


Κλίμακα Αξιολόγησης Κατάθλιψης [PHQ-9]

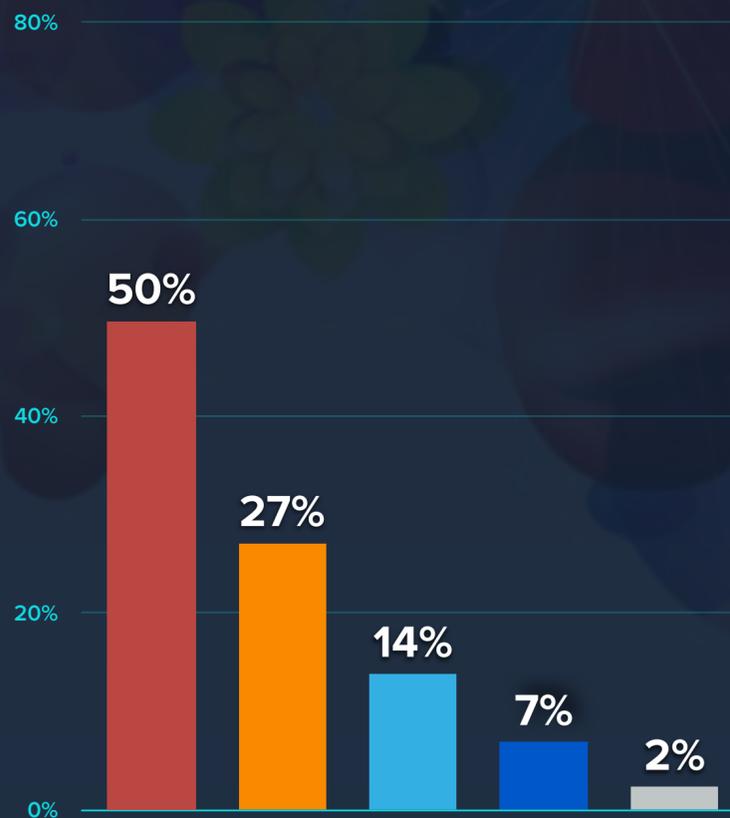
Κατά τις τελευταίες δύο εβδομάδες, πόσο συχνά νιώσατε:

■ Ποτέ
 ■ Κάποιες μέρες
 ■ Περισσότερες από τις μισές ημέρες
 ■ Σχεδόν κάθε μέρα
 ■ ΔΑ

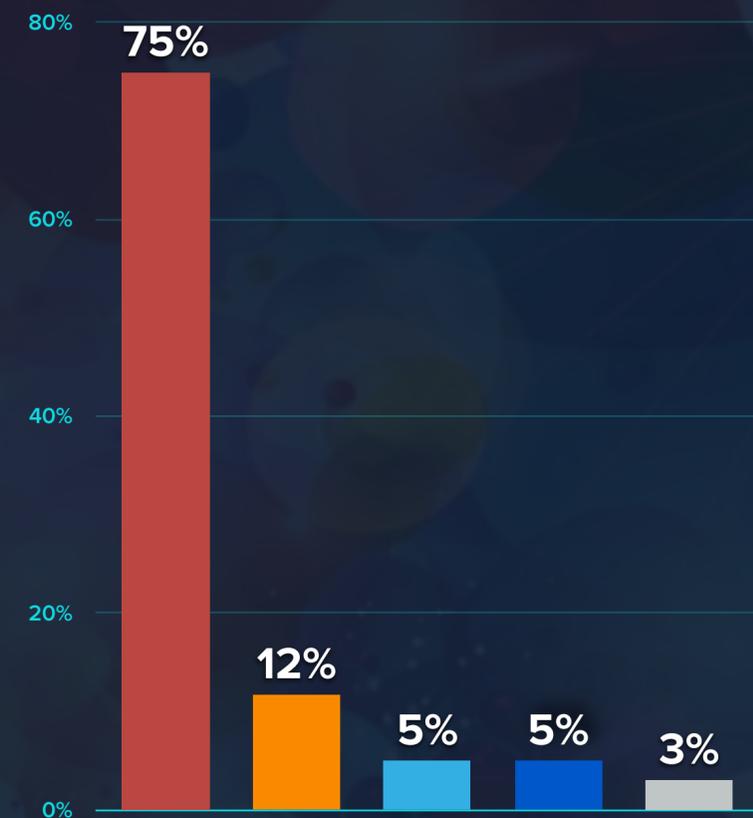
Είχατε δυσκολία να συγκεντρωθείτε για να κάνετε διάφορα πράγματα, όπως, να διαβάσετε κάτι ή να παρακολουθήσετε τηλεόραση;



Αντιληφθήκατε να κινείστε ή να μιλάτε πιο αργά από ότι συνήθως τόσο που να μπορεί να γίνει αντιληπτό από τους άλλους; Η' το αντίθετο, να είστε τόσο ανήσυχοι και αναστατωμένοι που να γυροφέρνετε πολύ περισσότερο από ότι συνήθως;

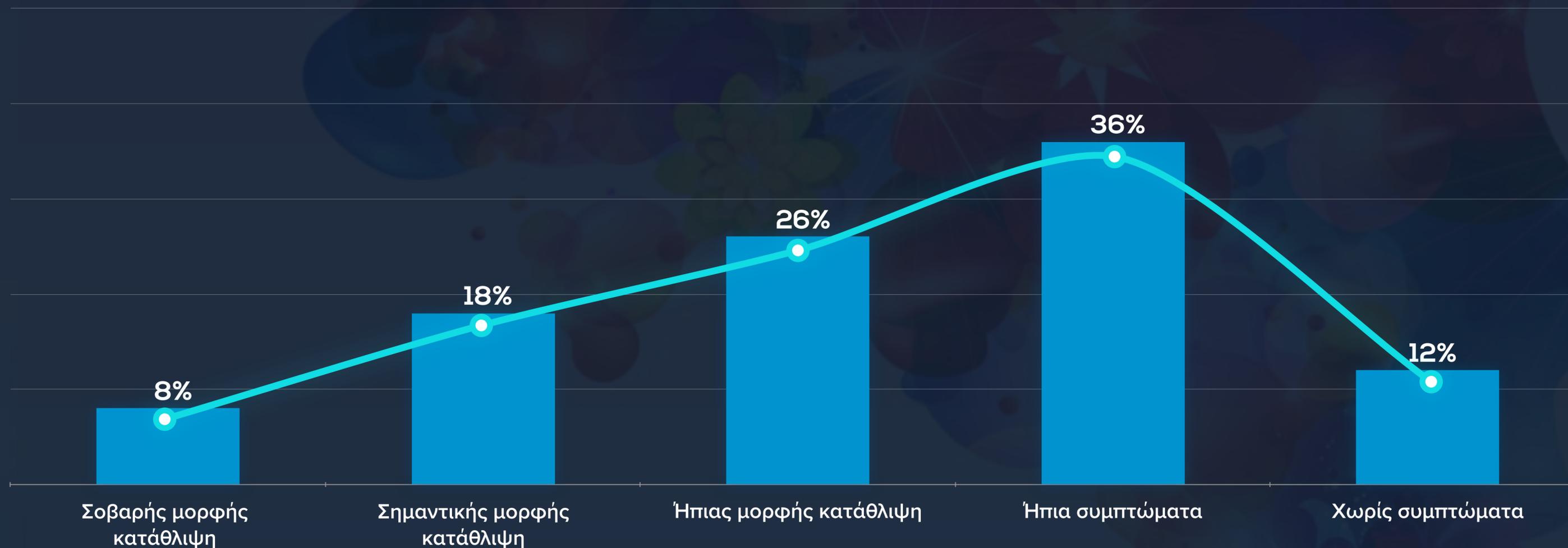


Σκεφτόσασταν ότι θα ήταν καλύτερα για σας εάν είχατε πεθάνει ή σκεφτόσασταν να κάνετε εσείς κακό στον εαυτό σας με οποιονδήποτε τρόπο;



Κλίμακα Αξιολόγησης Κατάθλιψης [PHQ-9]

Συνολική Αξιολόγηση

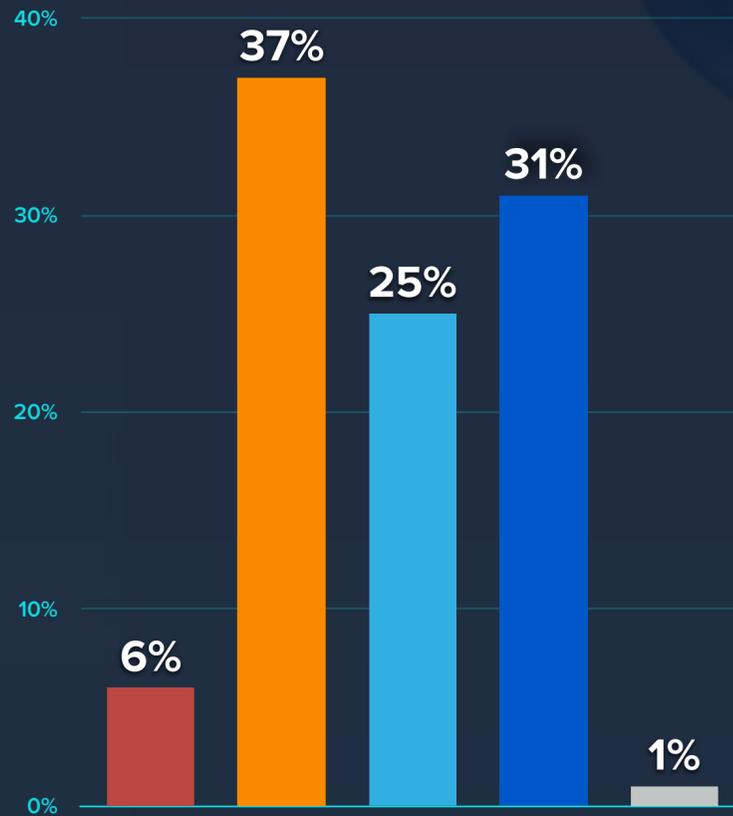


Κλίμακα Αξιολόγησης Άγχους [GAD-7]

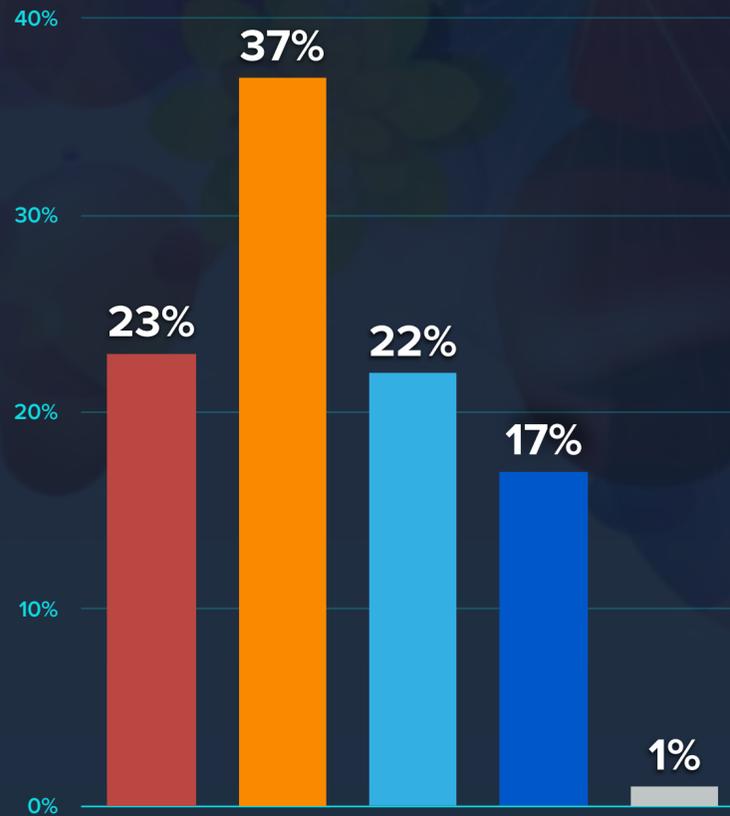
Κατά τις τελευταίες δύο εβδομάδες, πόσο συχνά νιώσατε:

■ Ποτέ
 ■ Κάποιες μέρες
 ■ Περισσότερες από τις μισές ημέρες
 ■ Σχεδόν κάθε μέρα
 ■ ΔΑ

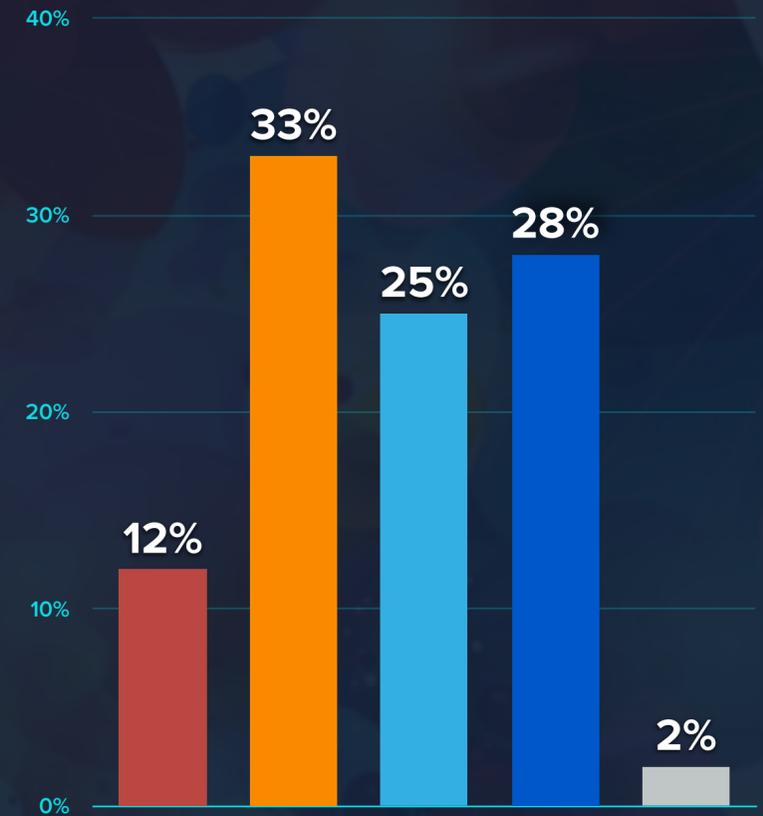
Νιώσατε νευρικός(η), αγχωμένος(η) ή σε υπερένταση



Δεν μπορούσατε να σταματήσετε ή να ελέγξετε το άγχος σας



Ανησυχούσατε υπερβολικά για διάφορα πράγματα

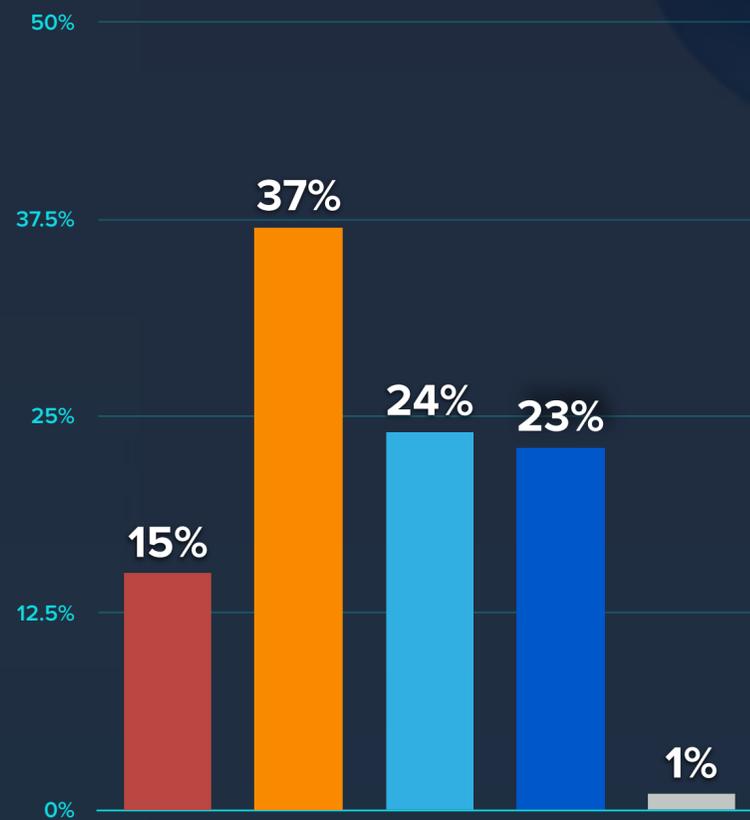


Κλίμακα Αξιολόγησης Άγχους [GAD-7]

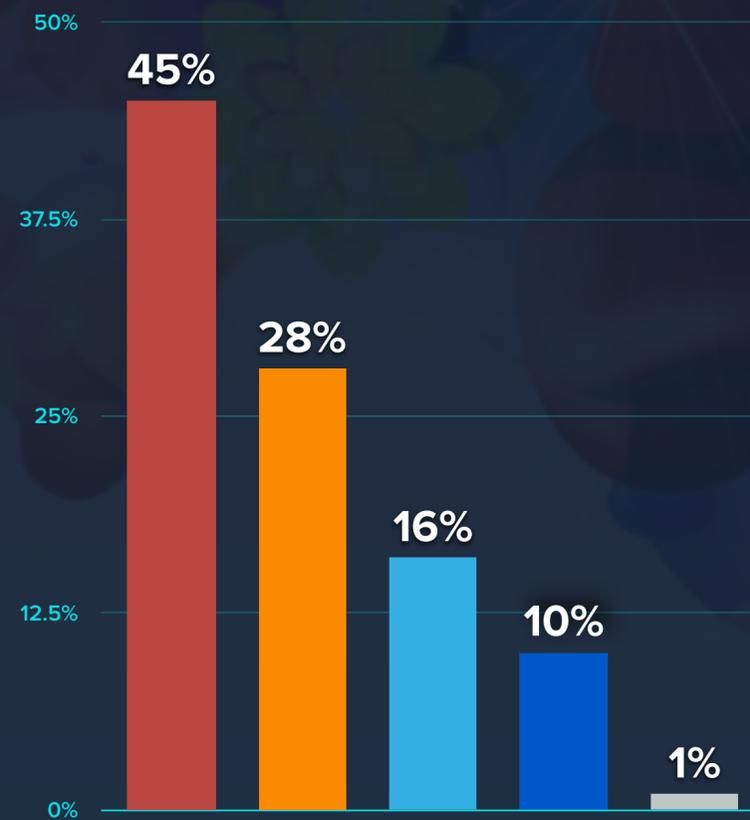
Κατά τις τελευταίες δύο εβδομάδες, πόσο συχνά νιώσατε:

■ Ποτέ
 ■ Κάποιες μέρες
 ■ Περισσότερες από τις μισές ημέρες
 ■ Σχεδόν κάθε μέρα
 ■ ΔΑ

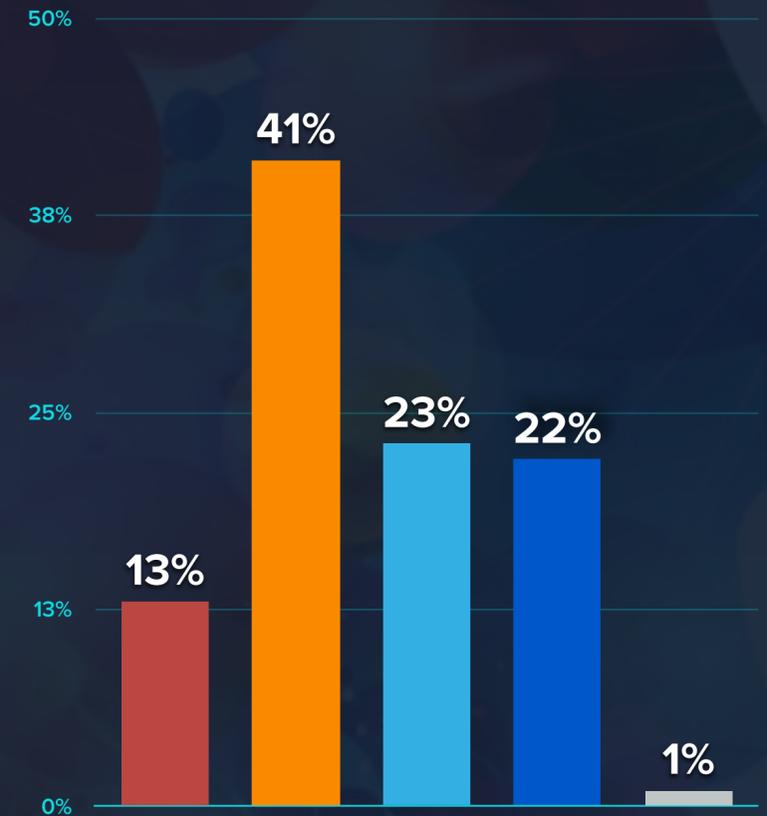
Δυσκολευόσασταν να χαλαρώσετε



Είχατε τόσο μεγάλη ανησυχία που δεν μπορούσατε να καθίσετε ακίνητος(η)



Νιώθατε εύκολα ενόχληση ή εκνευρισμό

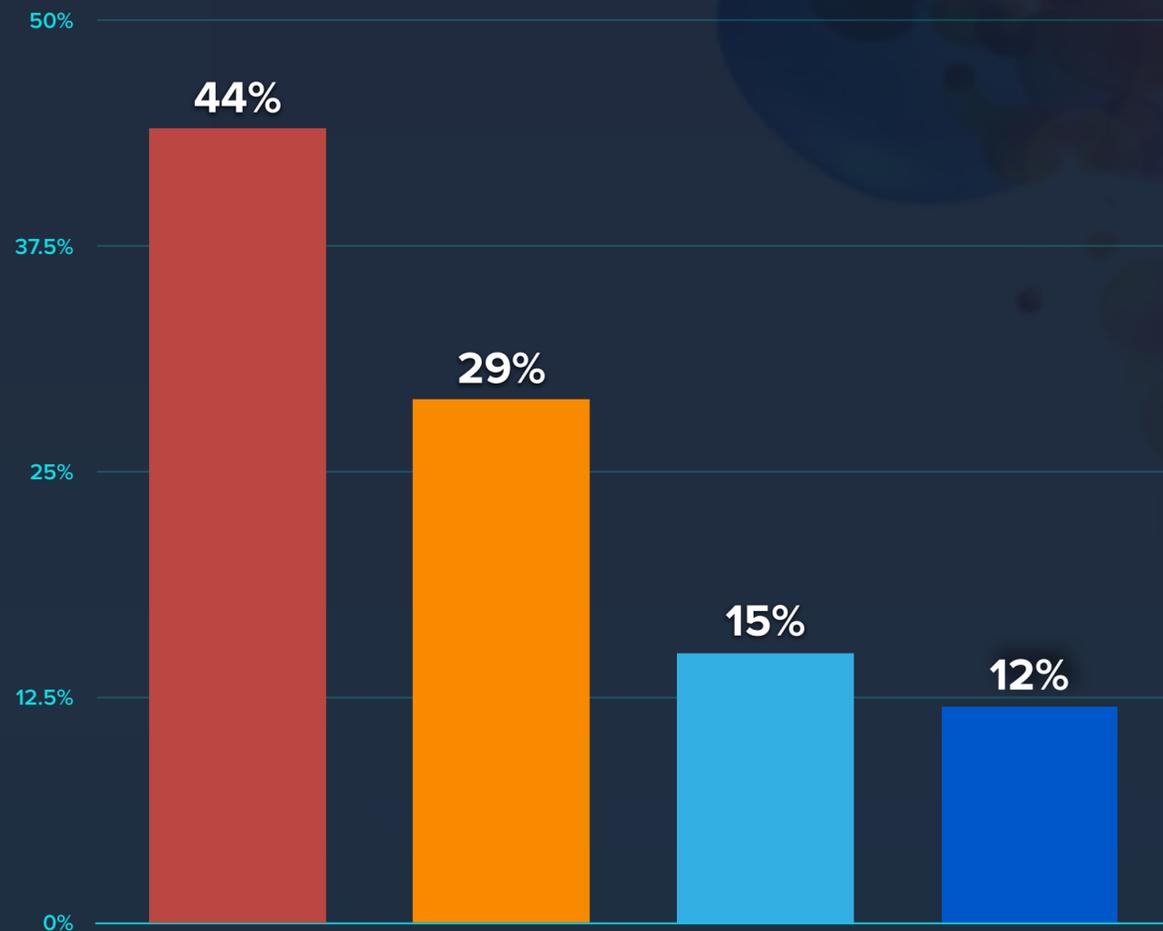


Κλίμακα Αξιολόγησης Άγχους [GAD-7]

Κατά τις τελευταίες δύο εβδομάδες, πόσο συχνά νιώσατε:

- Ποτέ
- Κάποιες μέρες
- Περισσότερες από τις μισές ημέρες
- Σχεδόν κάθε μέρα

Φοβόσασταν ότι κάτι φρικτό μπορεί να συμβεί



Συνολική Αξιολόγηση

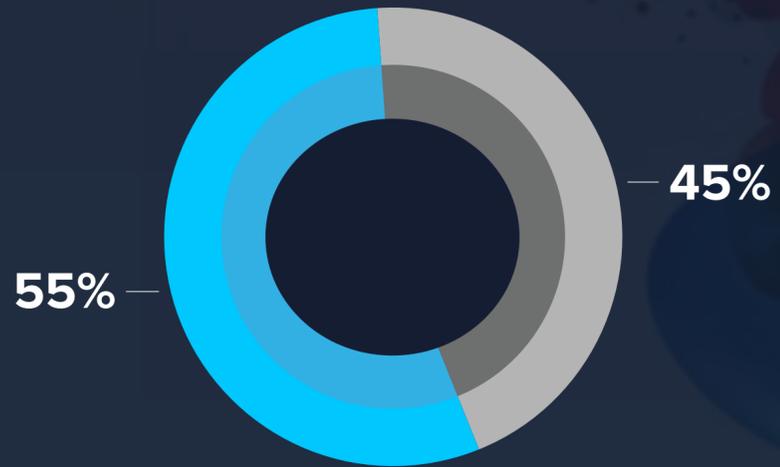


ΕΝΟΤΗΤΑ Γ:

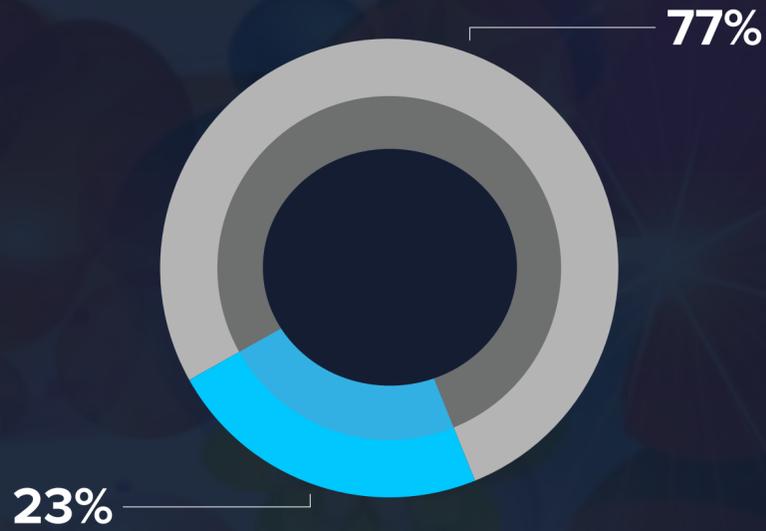
Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας/ Υποστήριξης

Ποιες από τις ακόλουθες υπηρεσίες/δομές που παρέχουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας/ ψυχολογικής υποστήριξης γνωρίζετε;

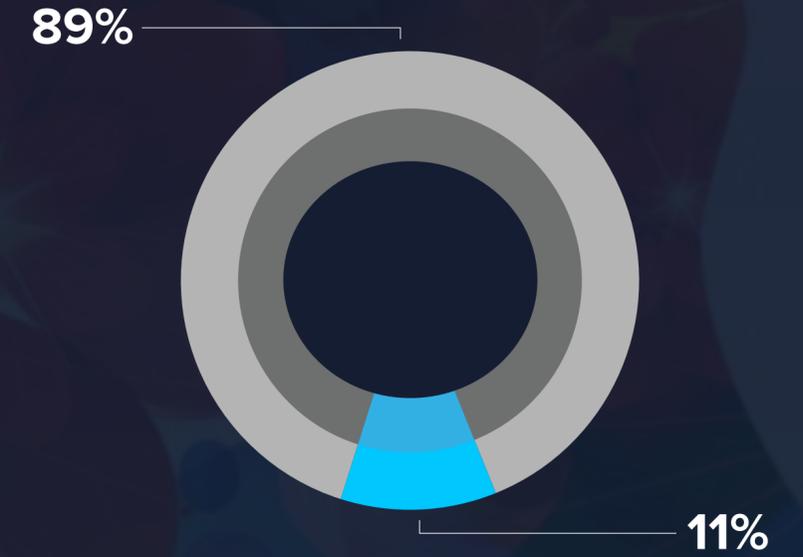
Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας (ΟΚΥΠΥ)



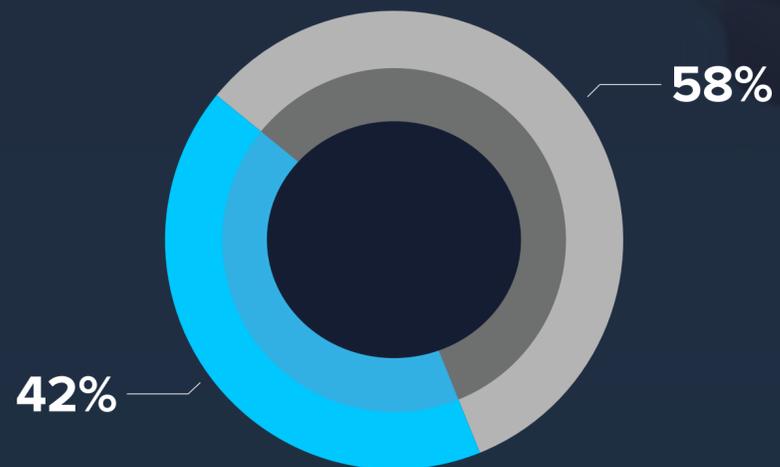
Πολυδύναμα Κέντρα



ΚεΣΥ



Γραμμή 1410



Συμβουλευτική Μέσω Διαδικτύου



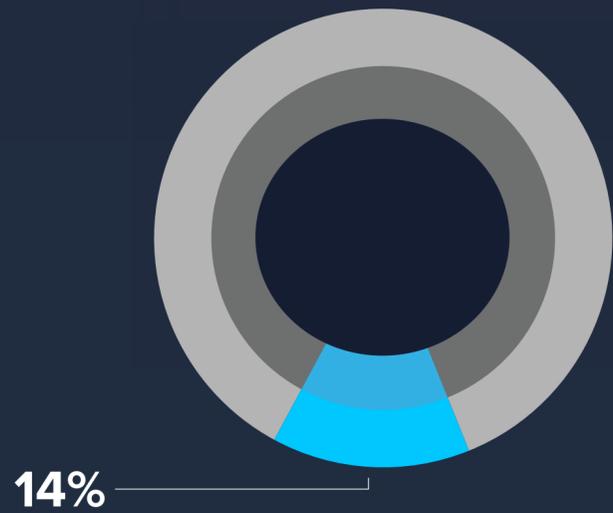
ΝΑΙ

ΟΧΙ

Ποιες από τις ακόλουθες υπηρεσίες/δομές που παρέχουν υπηρεσίες ψυχικής υγείας/ ψυχολογικής υποστήριξης γνωρίζετε;

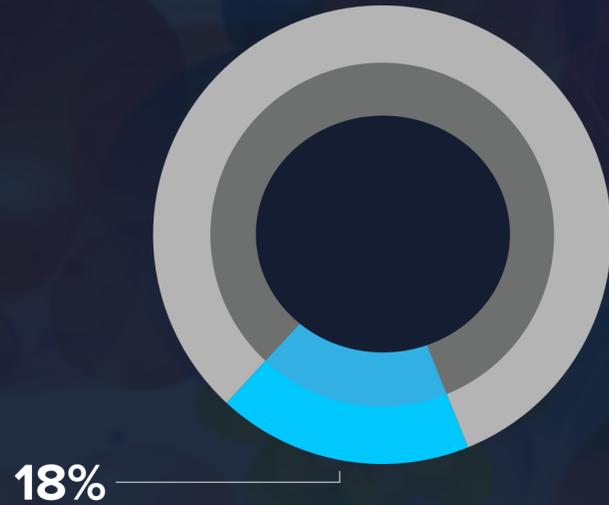
Συμβουλευτικές Υπηρεσίες Πρόταση - ΟΝΕΚ

86%



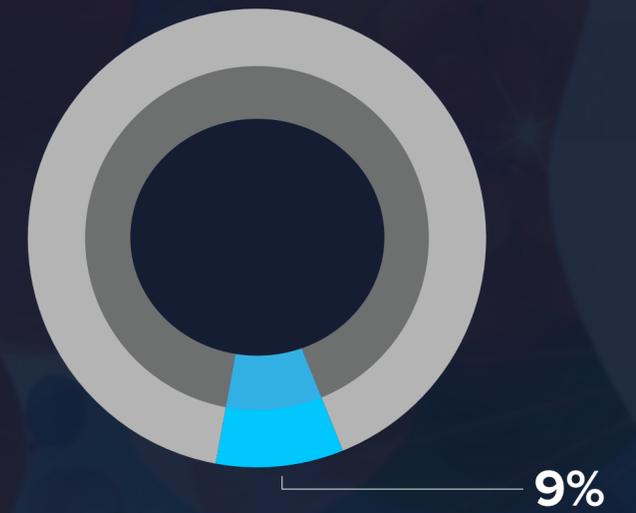
Πρόγραμμα Ψυχοκοινωνικής Ενδυνάμωσης Νέων "Μικρή Άρκτος" - ΟΝΕΚ

82%



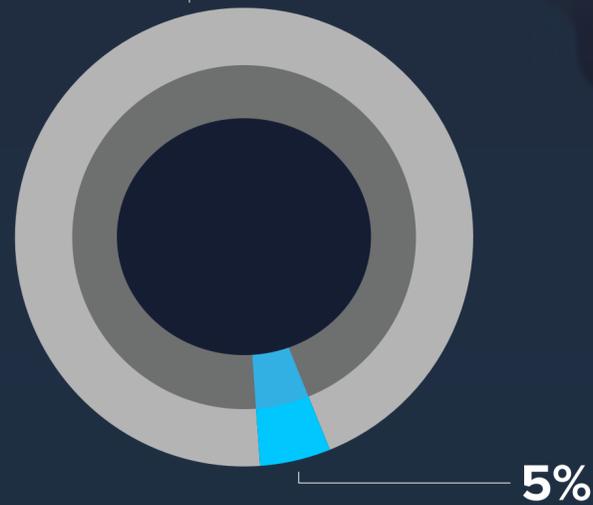
ΚΕΨΥ Πανεπιστημίου Κύπρου

91%



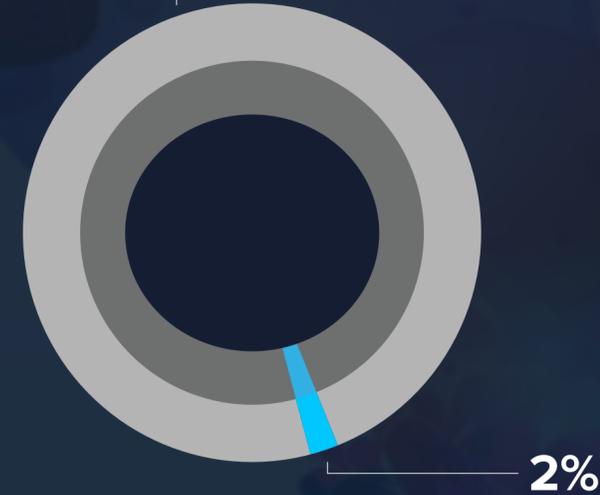
Αγία Σκέπη

95%



Άλλο

98%



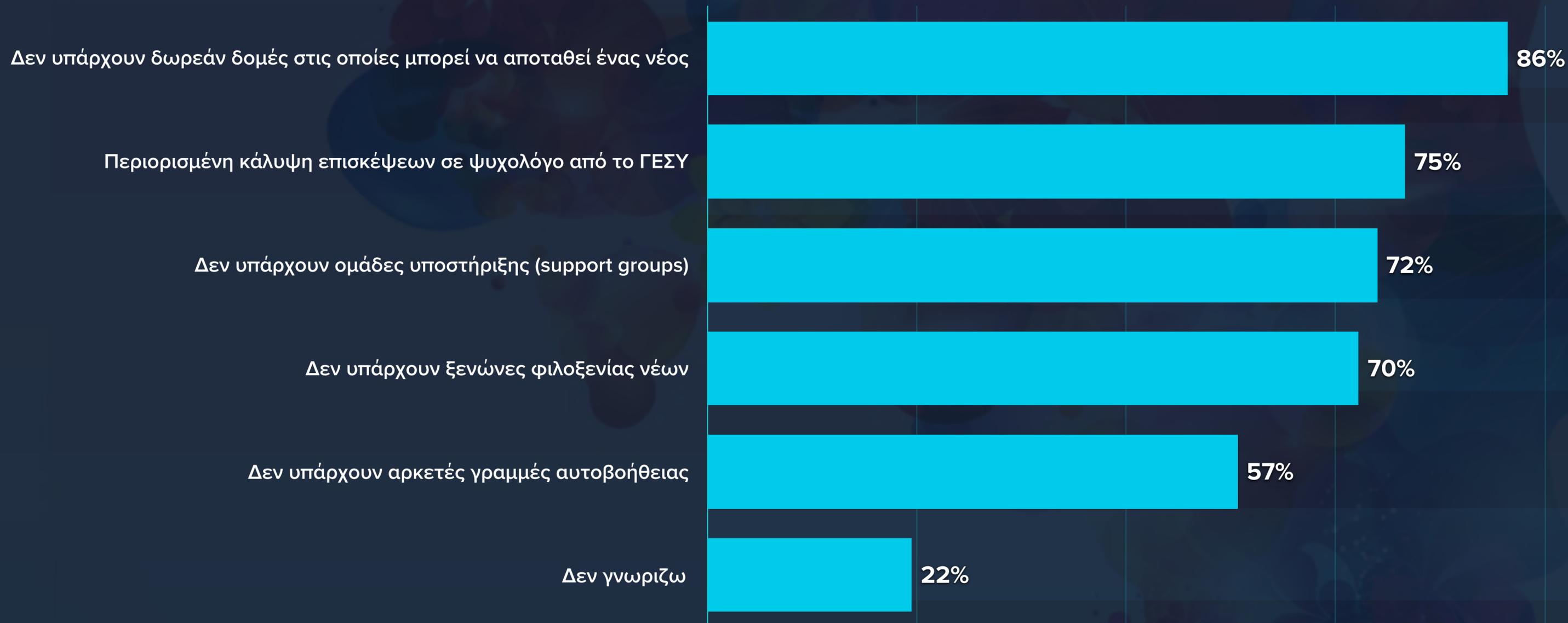
ΝΑΙ

ΟΧΙ

Πόσο ικανοποιητικές θεωρείτε ότι είναι οι υπηρεσίες ψυχικής υγείας που παρέχονται στην Κύπρο;



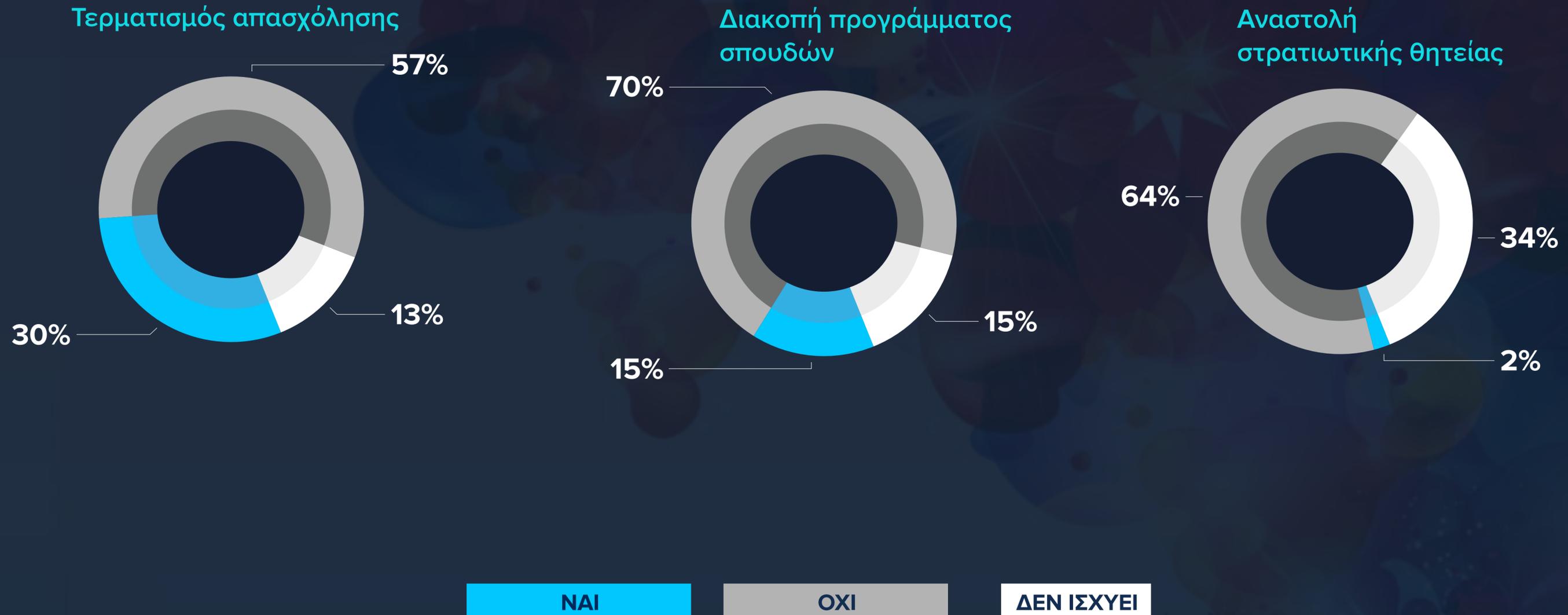
Ποια κενά/ελλείψεις εντοπίζετε στην παροχή ψυχολογικής υποστήριξης προς άτομα της δικής σας ηλικίας;



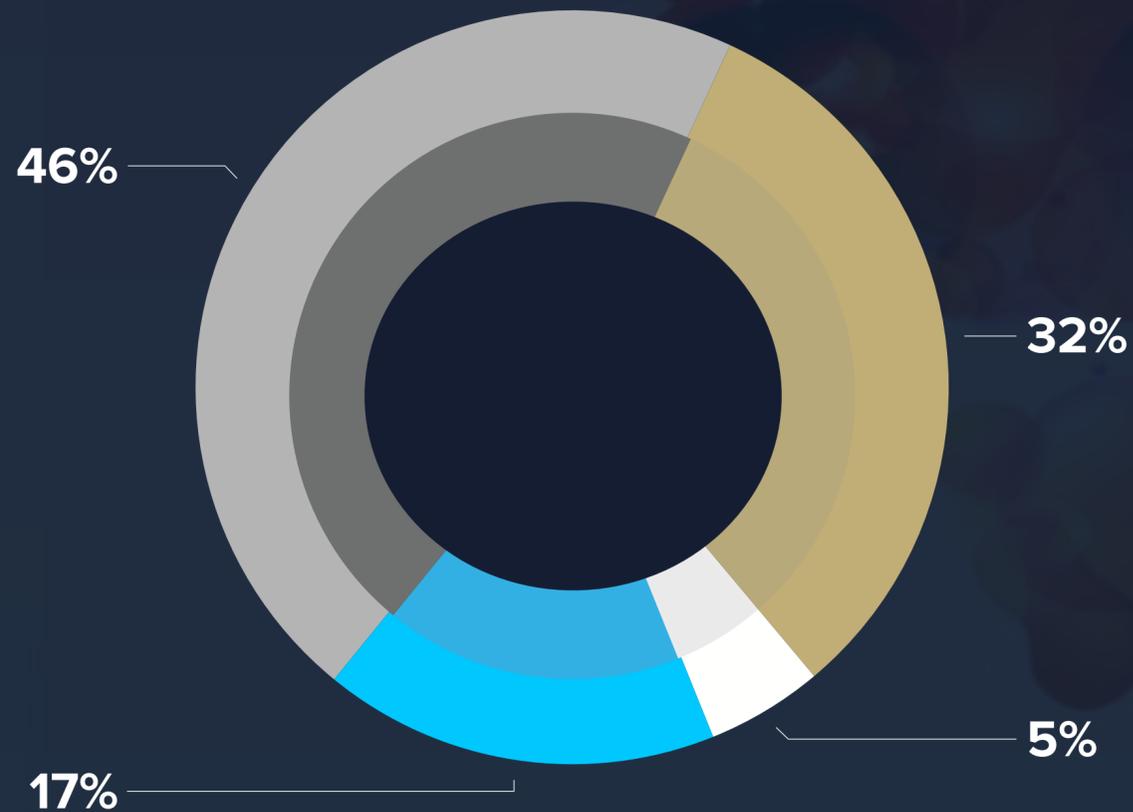
ΕΝΟΤΗΤΑ Δ:

Covid-19

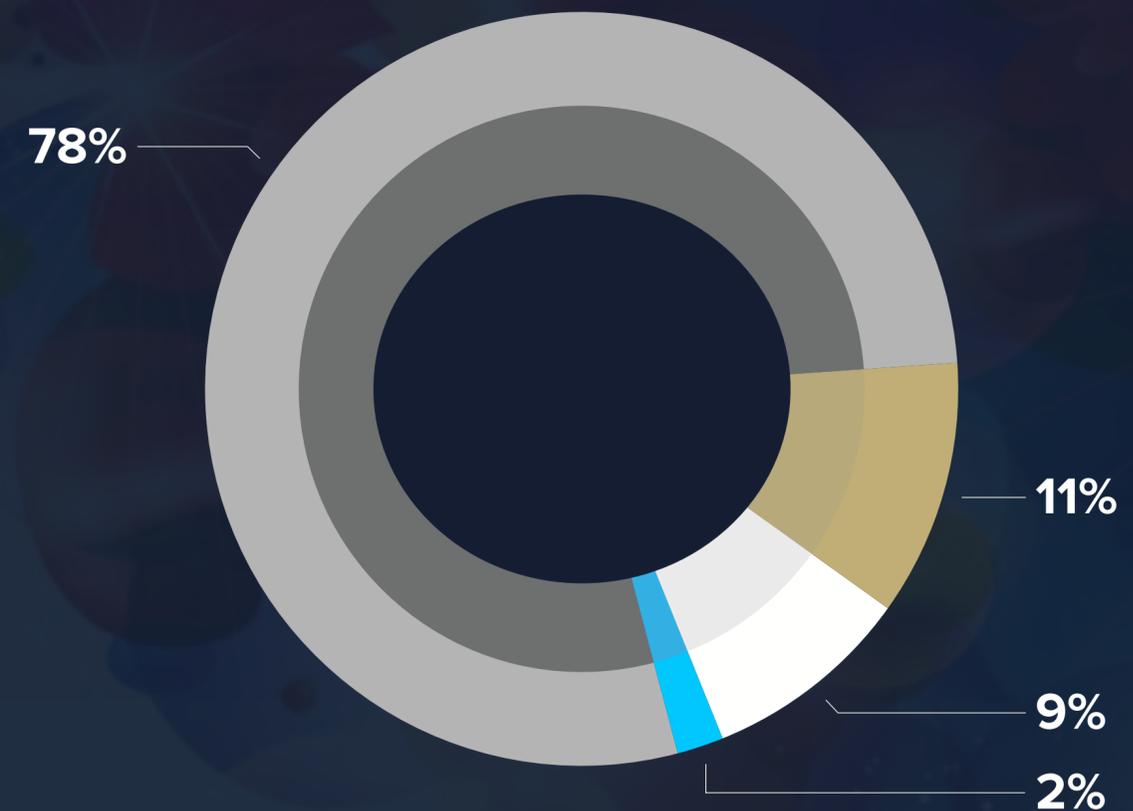
Έχετε βιώσει οποιαδήποτε από τις ακόλουθες αλλαγές στη ζωή σας, ως συνέπεια της πανδημίας;



Πώς έχει επηρεαστεί η κατάσταση της ψυχικής σας υγείας από την πανδημία;



Και όσον αφορά την κυπριακή κοινωνία στο σύνολο της, πώς έχει επηρεαστεί η ψυχική υγεία των πολιτών;



Έχει βελτιωθεί

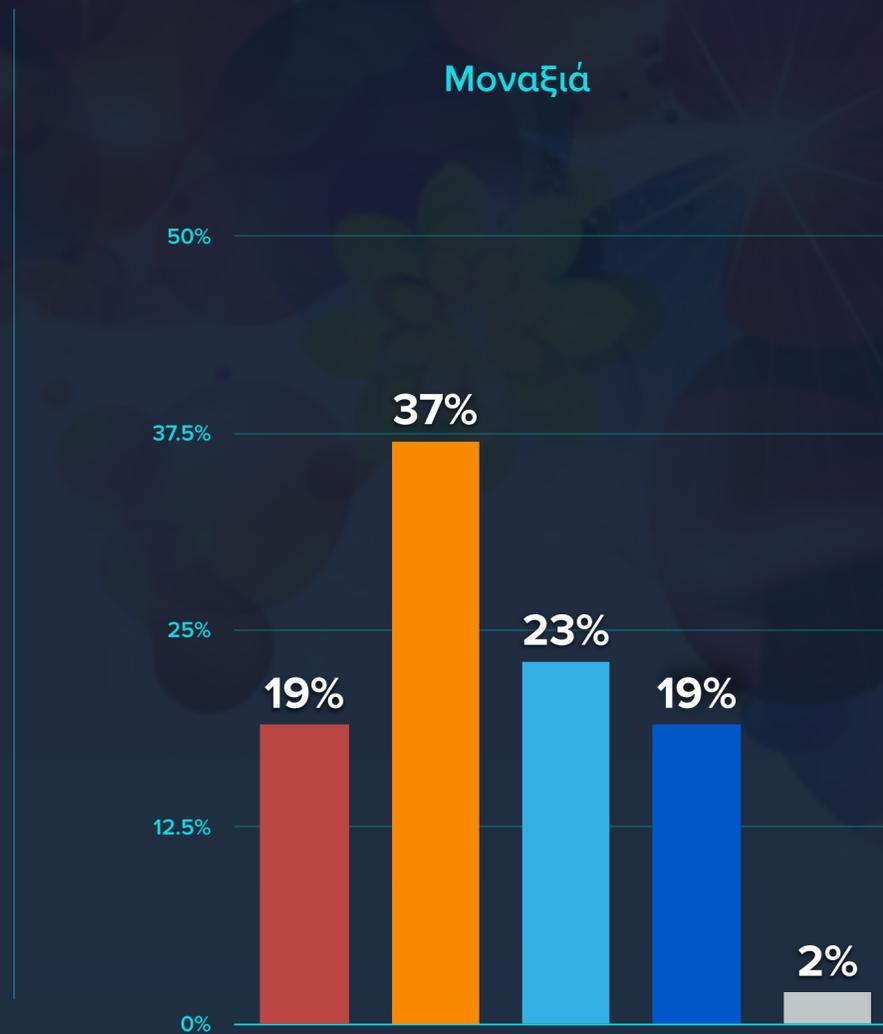
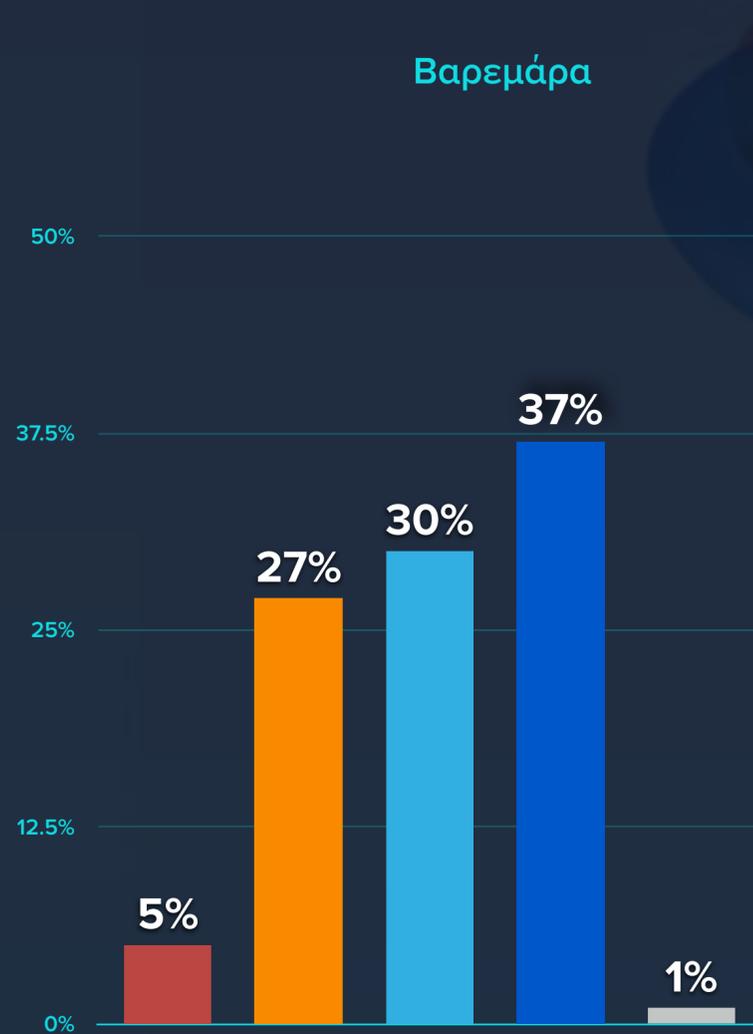
Έχει χειροτερεύσει

Παραμένει η ίδια

ΔΓ/ΔΑ

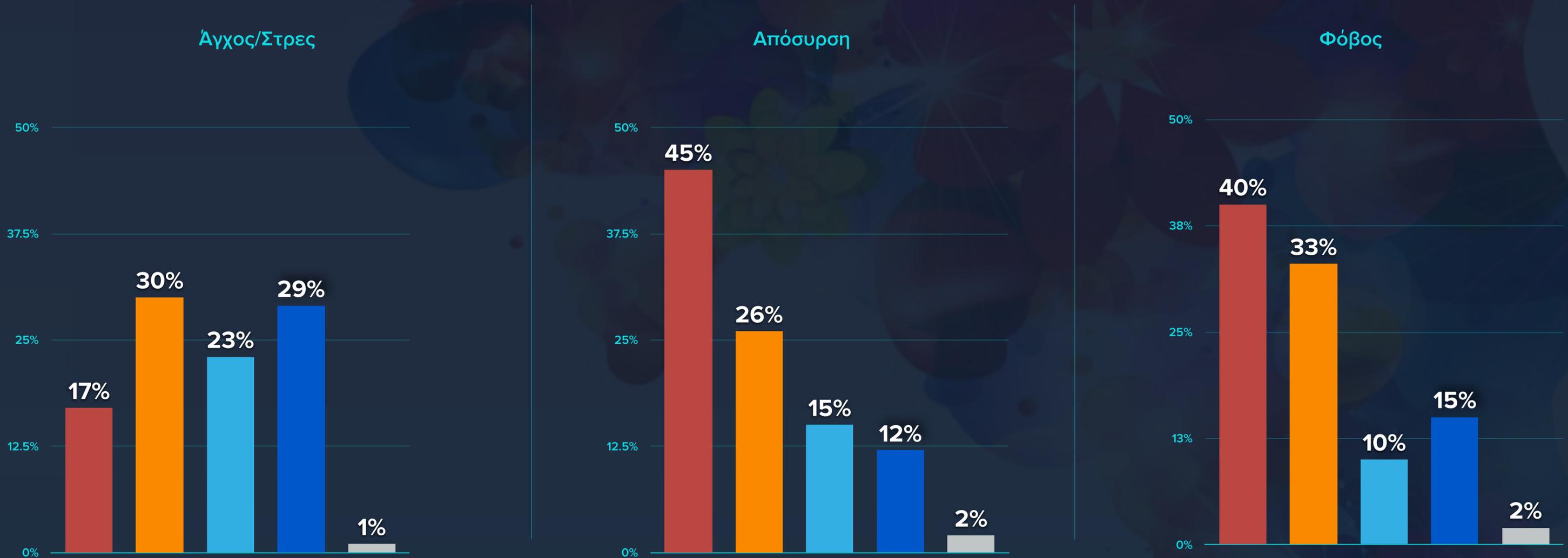
Κατά τη διάρκεια της πανδημίας, πόσο συχνά αισθανθήκατε ότι βιώνετε τις ακόλουθες καταστάσεις/συναισθήματα:

■ Ποτέ ■ Κάποιες μέρες ■ Περισσότερες από τις μισές ημέρες ■ Σχεδόν κάθε μέρα ■ ΔΑ



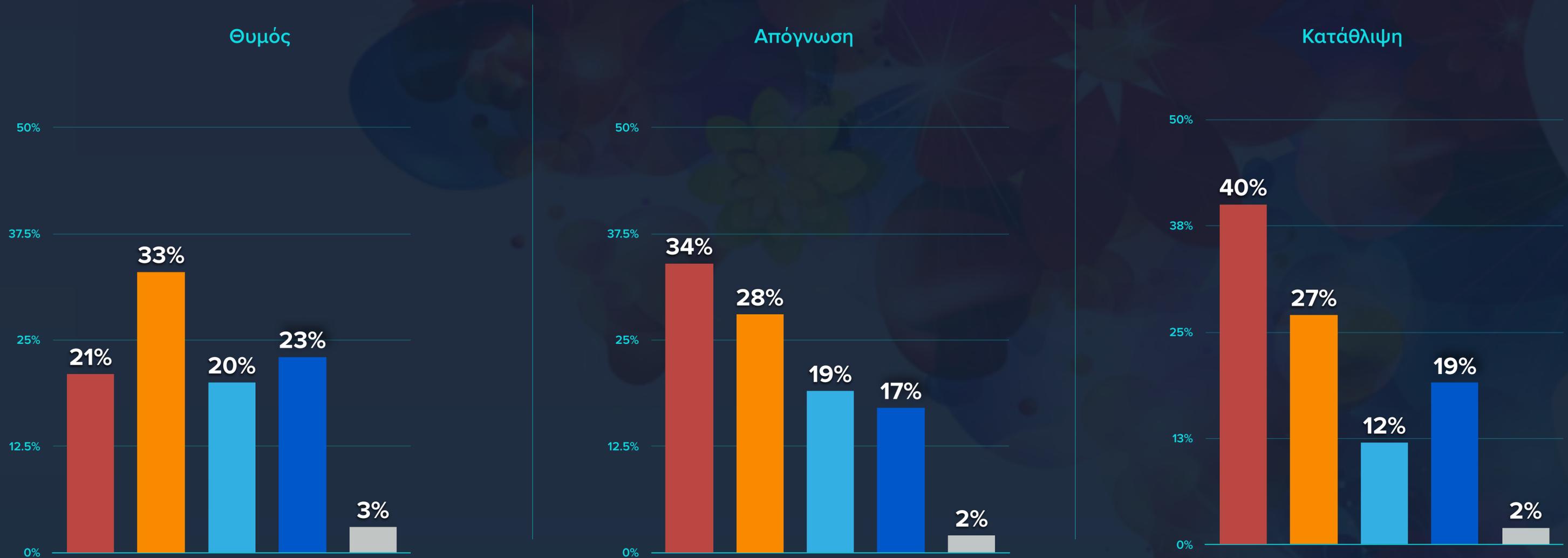
Κατά τη διάρκεια της πανδημίας, πόσο συχνά αισθανθήκατε ότι βιώνετε τις ακόλουθες καταστάσεις/συναισθήματα:

■ Ποτέ ■ Κάποιες μέρες ■ Περισσότερες από τις μισές ημέρες ■ Σχεδόν κάθε μέρα ■ ΔΑ

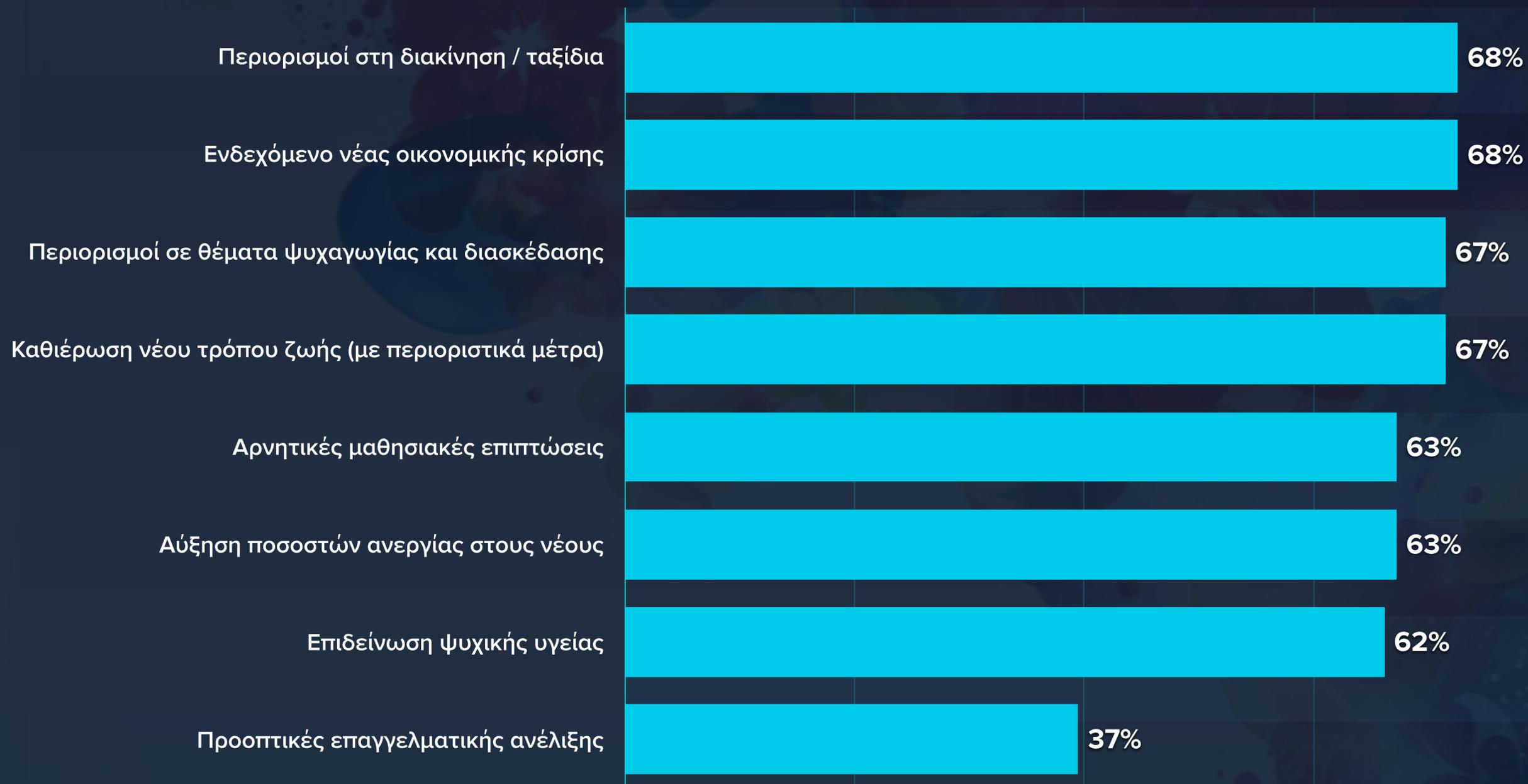


Κατά τη διάρκεια της πανδημίας, πόσο συχνά αισθανθήκατε ότι βιώνετε τις ακόλουθες καταστάσεις/συναισθήματα:

■ Ποτέ ■ Κάποιες μέρες ■ Περισσότερες από τις μισές ημέρες ■ Σχεδόν κάθε μέρα ■ ΔΑ



Ποιες είναι οι μεγαλύτερες ανησυχίες σας, όσον αφορά τις συνέπειες της πανδημίας στη ζωή σας;



The worldwide transition into the era of Big Data and digital transformation, have driven **IMR/University of Nicosia™**, one of the largest market research organizations in Cyprus, to invest in an all new Market Business Intelligence unit. The Business Intelligence unit, through its collaboration with multiple teams of experts both in Cyprus and abroad, offers new and innovative solutions based on real time data collection, advance analytics and tailored-made visualizations endorsing strategic business decisions.

Providing insights to your business™



DEPARTMENT OF COMMUNICATION

T: +357 22 265150

Φ: +357 22 256530

E: pastou.m@unic.ac.cy

Mrs. Marina Pastou

Qualitative Research Manager

For more information about IMR/University of Nicosia™ please visit our website:

www.imr.com.cy

Insights Market Research (IMR) Ltd:

Member of



Certified with

