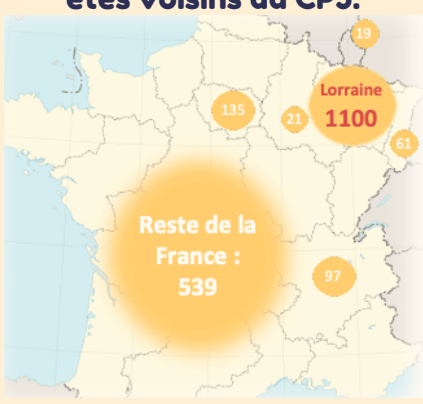
CENTRE PIERRE JANET | Recherche Formation Consultation
Psychothérapie intégrative

VOTRE VÉCU EN CONFINEMENT

Vous avez été 1875 à répondre à ce questionnaire sur votre ressenti du confinement.
Merci à vous !

70% d'entre vous, êtes voisins du CPJ.



Vous êtes majoritairement des femmes à nous avoir répondu (82%). Pour les 2/3 en couple, et la moitié avec au moins 1 enfant.

Vous étiez confiné.e.s avec un accès extérieur (84%), en famille (80%), et avec un animal (50%).

75% Actif.ve.s

75% Professions Intermédiaires et Supérieures

62% Télétravail
28% En arrêt ou chômage partiel

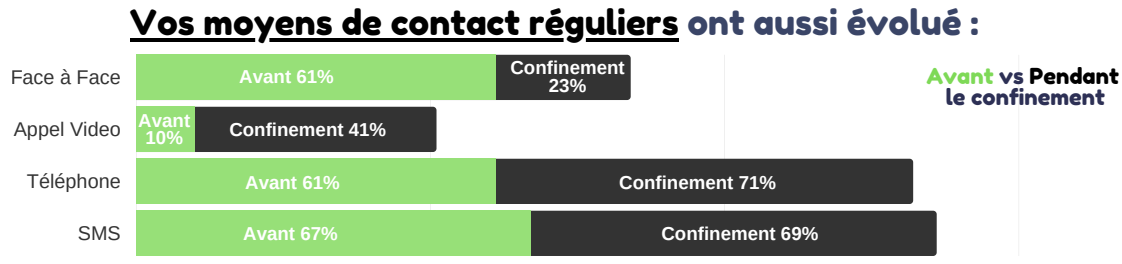
Pour vous occuper à la maison, vous avez surtout :

23% | 24% | 18% | 14%

Face au stress, vous vous êtes majoritairement aidé de :

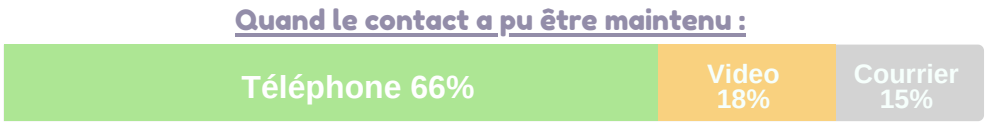
40% | 26% Aucune aide | 15% | 15% téléconsultation

Vos moyens de contact réguliers ont aussi évolué :



Si vous aviez un (grand-)parent en EHPAD (14%) :
25% n'ont eu aucun contact avec eux

Quand le contact a pu être maintenu :



Vos inquiétudes :

53% des répondant.e.s pensent que le confinement a eu un impact sur leur budget, mais seul.e.s 18% pensent que ça les conduira à une situation de précarité.

8% ont été contaminé.e.s eux-mêmes par le virus. Ce chiffre monte à 25% dans leur entourage familial et 16% parmi leurs proches (amis, voisins, collègues).

50% connaissent au moins 1 personne contaminée dans leur entourage.

5% ont eu un décès dans leur entourage.

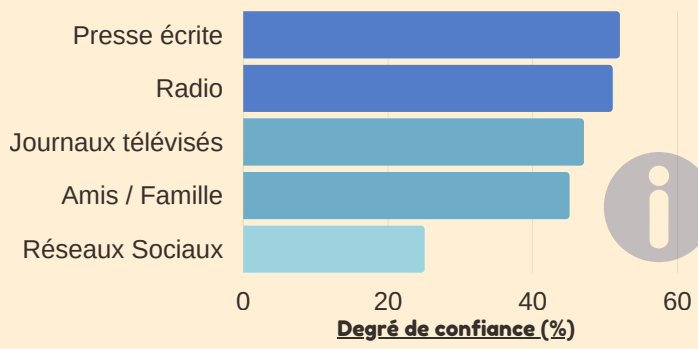
56% d'entre vous estiment avoir eu suffisamment de soutien durant cette période

Votre confiance :

80 % ont déclaré faire confiance aux chercheurs pour sortir de cette crise et trouver un vaccin/traitement.

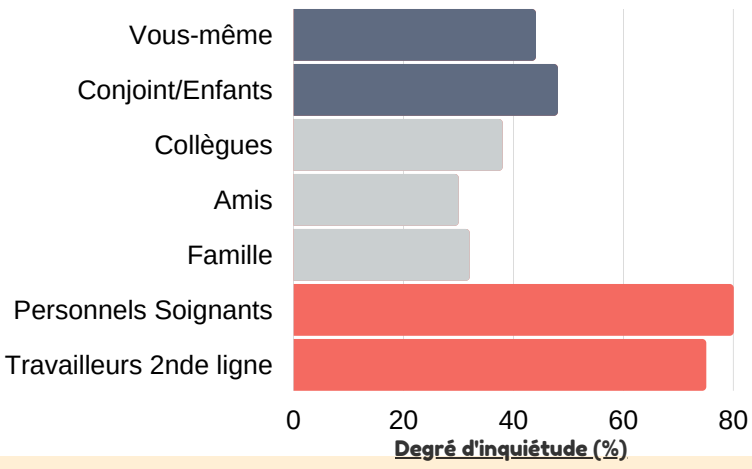
En revanche, seul.e.s 35% avaient confiance dans les informations du gouvernement.

... dans les informations :



Votre vie avec le virus

Votre niveau d'inquiétude passe de moyen à très élevé selon qu'il s'adresse à vous ou aux personnels soignants et travailleurs de 2nde ligne :



Votre niveau de stress

Le niveau global de stress concernant le travail est resté inchangé avant et pendant le confinement à 45%.

Mais cela cache de fortes évolutions : pour 42% des répondant.e.s, il a augmenté durant le confinement.

Votre niveau de stress personnel lui est passé de 43 à 51% pendant le confinement.

D'une façon général, vous vous êtes sentis plus stressé.e.s (votre ressenti moyen est passé de 46 à 52%).

Votre Ressenti

Votre niveau de bien-être psychologique lui aussi est resté relativement bon, sans se retrouver particulièrement impacté par la situation.
(score moyen de 49,4
(sur une échelle de 14 à 70))

Votre niveau d'optimisme est resté moyen durant cette situation. Cela démontre un optimisme non altéré par cette crise.
(score moyen de 12,8
(sur une échelle de 0 à 24))

Ces résultats sont le reflet de l'ensemble de nos répondant.e.s, et peuvent varier en fonction de l'âge, des situations particulières, ou encore de l'impact de la maladie par exemple.

Des analyses plus poussées ont déjà débuté, et pourront nous donner une vision plus fine de la situation, grâce à vos réponses.

THANK YOU!

UNIVERSITÉ DE LORRAINE

HTTP://CENTREPIERREJANET.UNIV-LORRAINE.FR

NANCY METZ APEMAC 4360