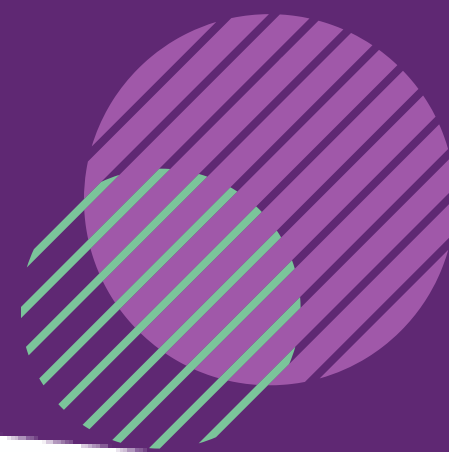




Výsledky dotazníku

Průzkum mezi 383 mladými lidmi ze šesti evropských zemí ukázal, že většina z nich zažívá střední až vysokou míru stresu. Pouze 4 % z nich uvedla velmi nízkou úroveň stresu, což poukazuje na silnou potřebu preventivní podpory a zdrojů pro zvládání stresu.



Hlavními stresovými faktory jsou finanční problémy, obavy související se zaměstnáním a studijní tlaky.

Účastníci uváděli, že stres vede především ke zvýšené úzkosti (22 %), potížím se spánkem (16 %) a potížím se soustředěním (15 %).

Účastníci projevili velký zájem o bezplatné semináře o zvládání stresu, přičemž 31 % z nich se jich „velmi pravděpodobně“ a 46 % „spíše pravděpodobně“ zúčastní.

Cílem projektu EMERGE Youth je řešit tyto problémy tím, že mladí Evropané získají základní dovednosti pro zvládání stresu, které jim pomohou zvládat náročné situace a vyniknout v budoucí kariéře.



EMERGE YOUTH

Unlocking Potential, One Breath at a Time



Co-funded by
the European Union

Financováno Evropskou unií. Názory vyjádřené jsou názory autora a neodráží nutně oficiální stanovisko Evropské unie či Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA za vyjádřené názory nenese odpovědnost.

Číslo projektu: 2023-2-FR02-KA220-YOU-000175097

#EmergeYouth