

RÉSULTATS DES ÉTUDES EN LIEN AVEC LA COVID-19 :

Perception du temps et santé mentale

4 965 participants nous ont parlé de leur **perception du temps** pendant la pandémie (à quelle vitesse le temps passait, ou s'il semblait s'arrêter)



Plus de personnes avec des troubles de santé mentale ont signalé de **nombreux changements dans leur perception du temps** par rapport aux personnes sans trouble de santé mentale

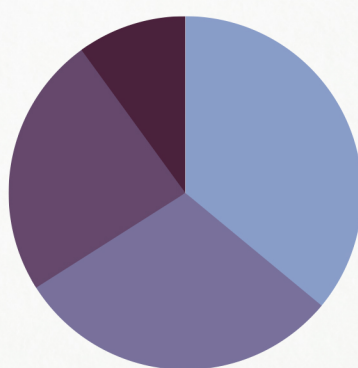
Comment la perception du temps a changé



Mixte (accélération et ralentissement/arrêt)

10%

Ralentissement
24%



Accéléré
30%

Changement minimal
36%



Que les personnes aient ou non des problèmes de santé mentale préexistants :

Les personnes qui pensaient que le temps s'accélérait et ralentissait (**mixte**) éprouvaient plus de symptômes d'**anxiété sociale** et de symptômes **délirants**

Les personnes qui avaient l'impression que le temps **ralentissait ou s'arrêtait** présentaient des symptômes plus graves d'une mauvaise santé mentale, en particulier pour le **stress**, l'**anxiété** et la **dépression**



Au fur et à mesure que la pandémie progressait, la **perception du temps avait tendance à revenir à la normale** et les **symptômes d'une mauvaise santé mentale diminuaient**

Conclusion :

Il semble y avoir un **lien entre la perception du temps et la santé mentale, qui peut être affectée par des événements stressants, comme la pandémie**



c19survey@theroyal.ca