coggle
made for free at coggle.it

Anxiété

Facteurs aidants

Stratégies de coping

- Faire de l'exercice physique (Khan et al., 2020 ; Lai et al., 2020 ; Xiang et al., 2020)
- Faire preuve de résilience psychologique (Duc et al., 2020 ; Lai et al., 2020)
- Pratiquer un loisir (Khan et al., 2020)
- Avoir des informations fiables sur la Covid-19 (Xiong et al., 2020)
- Adopter des stratégies de coping positifs (Xiong et al., 2020)

Facteurs personnels

- Avoir un bon sommeil (6h et plus) (Chen et al., 2021; Majumdar et al., 2020)
- Avoir une bonne conscience du temps (Majumdar et al., 2020 ; Xiong et al., 2020)
  - Améliore la qualité du sommeil (Majumdar et al., 2020)
  - Augmenté par la présence de marqueurs de temps (ex. : évènement qui se déroule régulièrement à la même heure) (Majumdar et al., 2020)
- Être personnellement satisfait de l'utilisation des cours en ligne (Fawaz et Samaha, 2021)
- Vivre dans un endroit où le taux de personnes infectées par le virus est moindre (Chen et al., 2021)
- Avoir un attachement de type sécure ou évitant (Xiong et al., 2020)

Facteurs aggravants

Facteurs Covid

- Peur d'être infecté par le virus ou inquiétudes par rapport à la santé (Essadek et Rabeyron, 2020 ; Feng et al., 2021 ; Fu et al., 2021 ; Garbóczy et al., 2021 ; Khan et al., 2020 ; Lai et al., 2020 ; Meng et al., 2021 ; Wang et al., 2020)
- Exposition aux médias abordant les informations sur le Covid-19 (Huckins et al., 2020 ; Li et al., 2021 ; Wheaton et al., 2021 ; Zhai et Du, 2020)
- Instabilités de la vie quotidienne (Dhar et al., 2020 ; Feng et al., 2021)
- Symptômes physiques reliés au Covid-19 (Khan et al., 2020 ; Li et al., 2021 ; Meng et al., 2021)
- Accès difficile à des informations fiables en lien avec la Covid (Lai et al., 2020)
- Inquiétudes par rapport à la santé es proches (Lai et al., 2020)

Facteurs personnels

- Stress financier (Baloran, 2020 ; Dhar et al., 2020 ; Essadek et Rabeyron, 2020 ; Fu et al., 2021; Khan et al., 2020; Li et al., 2021)
- Sexe féminin (Chen et al., 2021 ; Essadek et Rabeyron, 2020 ; Garbóczy et al., 2021 ; Hannigan et Saini, 2020)
- Âge - 26-30 ans (Fu et al., 2021 ; Meng et al., 2021)
- Stratégies de coping sur les émotions plutôt que sur le problème (Garbóczy et al., 2021)
- État de santé vulnérable (Song et al., 2020)
- Mauvaise qualité de sommeil (Duc et al., 2020)
- Faible soutien social (Dhar et al., 2020)

Facteurs scolaires

- École à distance (Lai et al., 2020 ; Li et al., 2021 ; Song et al., 2020)
  - Diminution de la qualité de la communication avec l'enseignant (Hasan et Bao, 2020)
  - Défis technologiques (Hasan et Bao, 2020)
  - Coûts reliés aux cours en ligne ((Hasan et Bao, 2020)
- Pression pour obtenir de bons résultats scolaires (Chen et al., 2021 ; Hasan et Bao, 2020)
- Incertitudes face à l'entrée sur le marché du travail (Song et al., 2020)
- Ne pas être en première année d'étude (Fu et al., 2021)
- Diminution de la capacité d'attention (Hicks et al., 2021)
- Diminution motivation scolaire (Hicks et al., 2021)
  - Diminution engagement scolaire (Hicks et al., 2021)
- Études dans un autre domaine que la médecine (Meng et al., 2021)