coggle
made for free at coggle.it

Dépression

Facteurs aidants

Stratégies de coping

- Faire de l'activité physique (Chen et al., 2021 ; Khan et al., 2020 ; Lai et al., 2020 ; Li et al., 2021 ; Xiang et al., 2020)
  - Faire des tâches ménagères (Khan et al., 2020 ; Xiang et al., 2020)
- Avoir des informations fiables sur la Covid-19 (Lai et al., 2020 ; Xiong et al., 2020)
- Pratiquer des loisirs (Khan et al., 2020 ; Li et al., 2021)

Facteurs personnels

- Avoir un bon sommeil (Chen et al., 2021 ; Majumdar et al., 2020)
- Avoir une bonne conscience du temps (Majumdar et al., 2020 ; Xiong et al., 2020)
  - Augmente 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)
- Faire preuve de résilience (Lai et al., 2020)
- Apprécier 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)

Facteurs aggravants

Facteurs personnels

- Stress financier (Essadek et Rabeyron, 2020 ; Khan et al., 2020 ; Li et al., 2021)
- Augmentation de l'utilisation des technologies (Majumdar et al., 2020)
  - Exposition fréquente aux médias (Huckins et al., 2020 ; Khan et al., 2020)
  - Diminue le sentiment de solitude (Majumdar et al., 2020)
  - Surproduction de mélatonine (Majumdar et al., 2020)
    - Troubles de sommeil (Majumdar et al., 2020)
  - Diminution du sommeil (Majumdar et al., 2020)
- Sexe féminin (Chen et al., 2021 ; Essadek et Rabeyron, 2020 ; Son et al., 2020)
- Solitude (Essadek et Rabeyron, 2020)
- État de santé vulnérable (Song et al., 2020)

Facteurs scolaires

- Études à distance (Lai et al., 2020 ; Song et al., 2020)
- Incertitudes face à l'entrée dans le marché du travail (Son et al., 2020 ; Song et al., 2020)
- Pression pour obtenir de bons résultats scolaires (Chen et al., 2021)
- Études dans un autre domaine que la médecine (Meng et al., 2021)

Facteurs Covid

- Peur d'être infecté par le Covid-19 (Essadek et Rabeyron, 2020 ; Khan et al., 2020 ; Li et al., 2021)
- Inquiétudes par rapport à la santé des proches (Lai et al., 2020)
- Symptômes physiques reliés au Covid-19 (Li et al., 2021)