

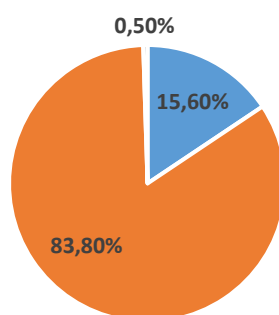
# Résumé des résultats du sondage en France sur l'impact émotionnel du confinement sur les pratiquants de yoga Iyengar®

**Nota :** en aucun cas ce sondage ne constitue une référence scientifique. Les résultats exposés ici sont une compilation des données basée sur les réponses fournies. Il vous est présenté afin de rendre compte des résultats, ce qui pourrait intéresser notamment les personnes ayant eu la gentillesse de participer.

## Données de base pour l'analyse

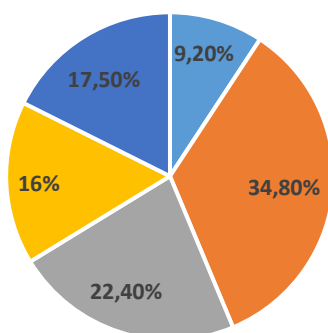
- Nombre de réponses : 749
- Age moyen : 51,1 ans
- Tranche d'âge : de 12 à 82 ans

### Sexe



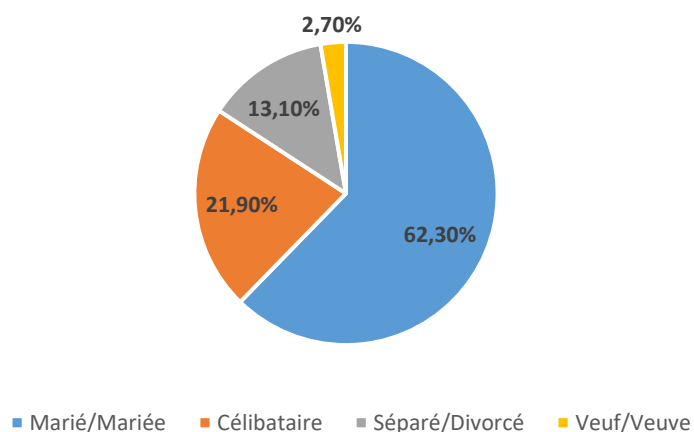
■ Hommes ■ Femmes ■ Ne souhaite pas dire

### Education



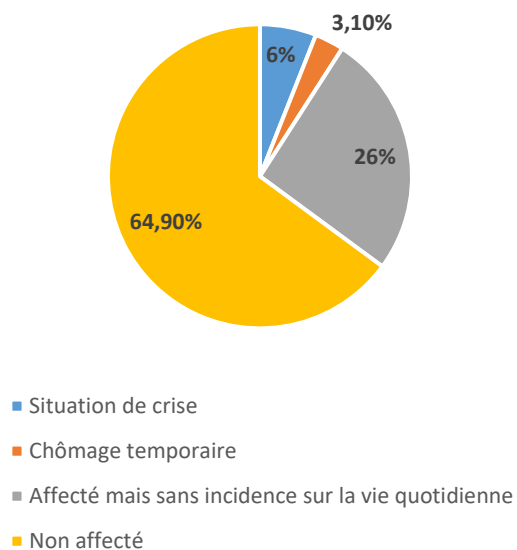
■ Doctorat ■ Licence ■ Diplôme universitaire ■ Lycée ■ Professionnel

### Situation maritale

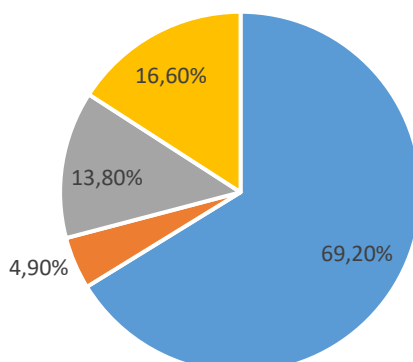


## Données associées à la pandémie COVID / au confinement

### Impact financier



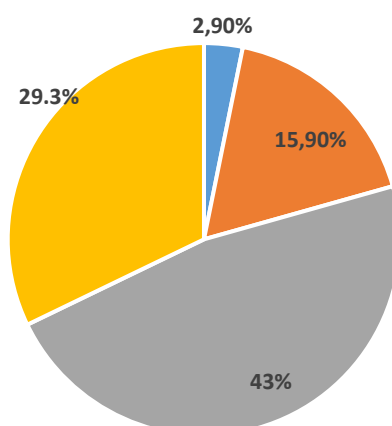
## Individus et membres de la famille affectés par le COVID



- Pas affecté
- J'ai été affecté
- Les membres de la famille immédiate ont été affectés
- Des amis proches ont été affectés

- Praticants de yoga Iyengar® : 679
- Années de pratique : entre 1 et 40 ans de pratique
- Nombre d'années moyen de pratique : 8,6 années

## Avez-vous pratiqué pendant le confinement



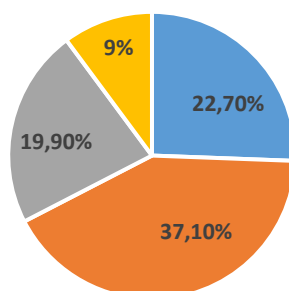
- Jamais
- Quelquefois
- Assez souvent
- Tous les jours



**La durée moyenne de pratique pendant le confinement s'élève à 5,4 heures par semaine.**

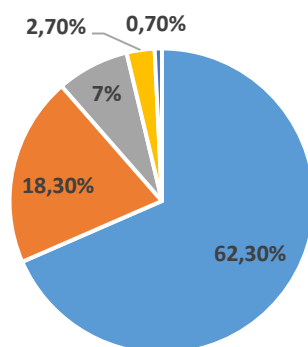
## Impact émotionnel de la pandémie / du confinement chez les pratiquants

Etiez-vous frustré ?



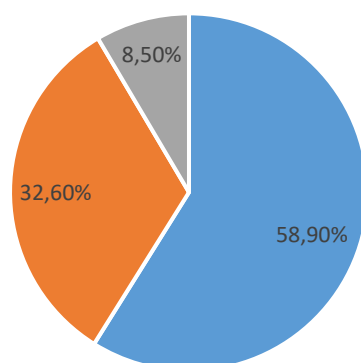
■ 1 (Jamais) ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5 (tout le temps)

Vous êtes-vous ennuyé pendant le confinement



■ 1 (Jamais) ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5 (Tout le temps)

## Etat émotionnel en terme d'anxiété et dépression avant le confinement

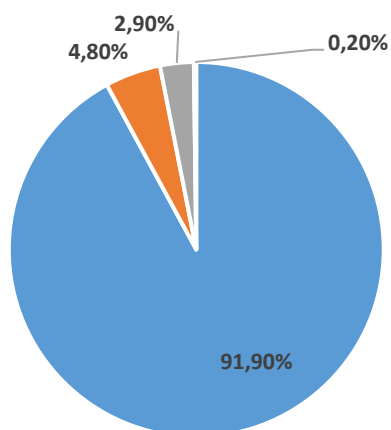


■ Aucun problème   ■ Oui mais ne suis plus en thérapie   ■ oui et encore en thérapie



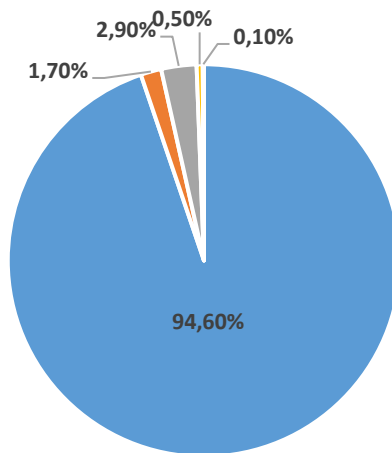
**Il est intéressant d'observer que beaucoup de personnes ne sont plus en thérapie après le confinement.**

## Niveau de stress durant le confinement



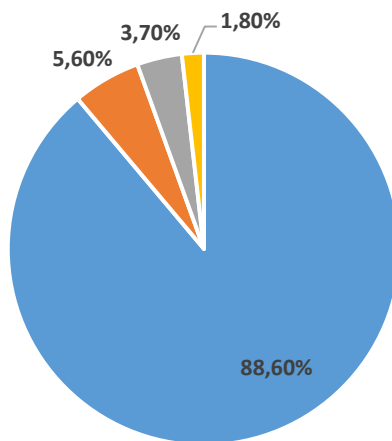
■ Normal   ■ Léger   ■ Moyen   ■ Sévère

### Niveau d'anxiété durant le confinement



■ Normal ■ Léger ■ Moyen ■ Sévère ■ Extrêmement sévère

### Niveau de dépression durant le confinement



■ Normal ■ Léger ■ Moyen ■ Sévère

## Peur du COVID durant le confinement

