

MENTALE GESUNDHEIT



**DIE STILLE PANDEMIE UND
DIE UNMÖGLICHE SUCHE NACH GLÜCK**

HAVAS

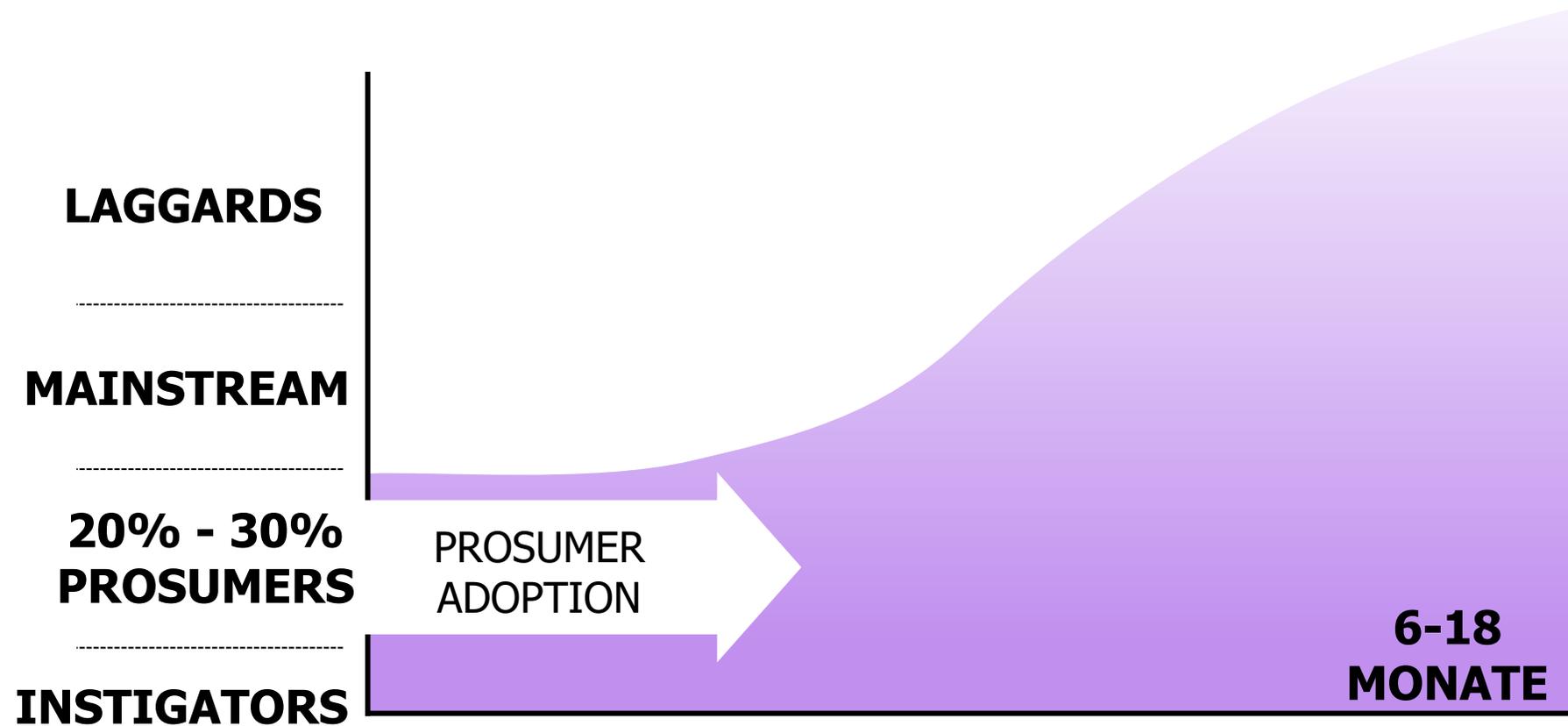


30 MÄRKTE

African Region • Argentina • Austria • Brazil • Canada • China • Colombia
Czech Republic • Denmark • Finland • France • Germany • Greece
India • Ireland • Italy • Japan • Mexico • Peru • Philippines • Poland
Portugal • Russia • Saudi Arabia • Singapore • South Africa • Spain •
United Arab Emirates • United Kingdom • United States

14 000 MENSCHEN

WER SIND PROSUMERS?





Von einer Pandemie zur nächsten

The New York Times



The Guardian



Le Monde

Santé mentale : « Il faut sortir de cette situation qui condamne des millions de nos concitoyens à subir leur maladie »



1/8

+28%

der Menschen weltweit leben mit einem mentalen gesundheitlichen Problem - WHO

Anstieg von Angstzuständen und depressiven Störungen im Jahr 2020.

Mentale Gesundheit im Social Fokus

Forbes

The Rise Of Mental Health Awareness Among Gen-Z: What This Means For Brand Marketing



Christian Brown Forbes Councils Member
Forbes Business Council COUNCIL POST | Membership (Fee-Based)

Mar 10, 2023, 09:15am EST



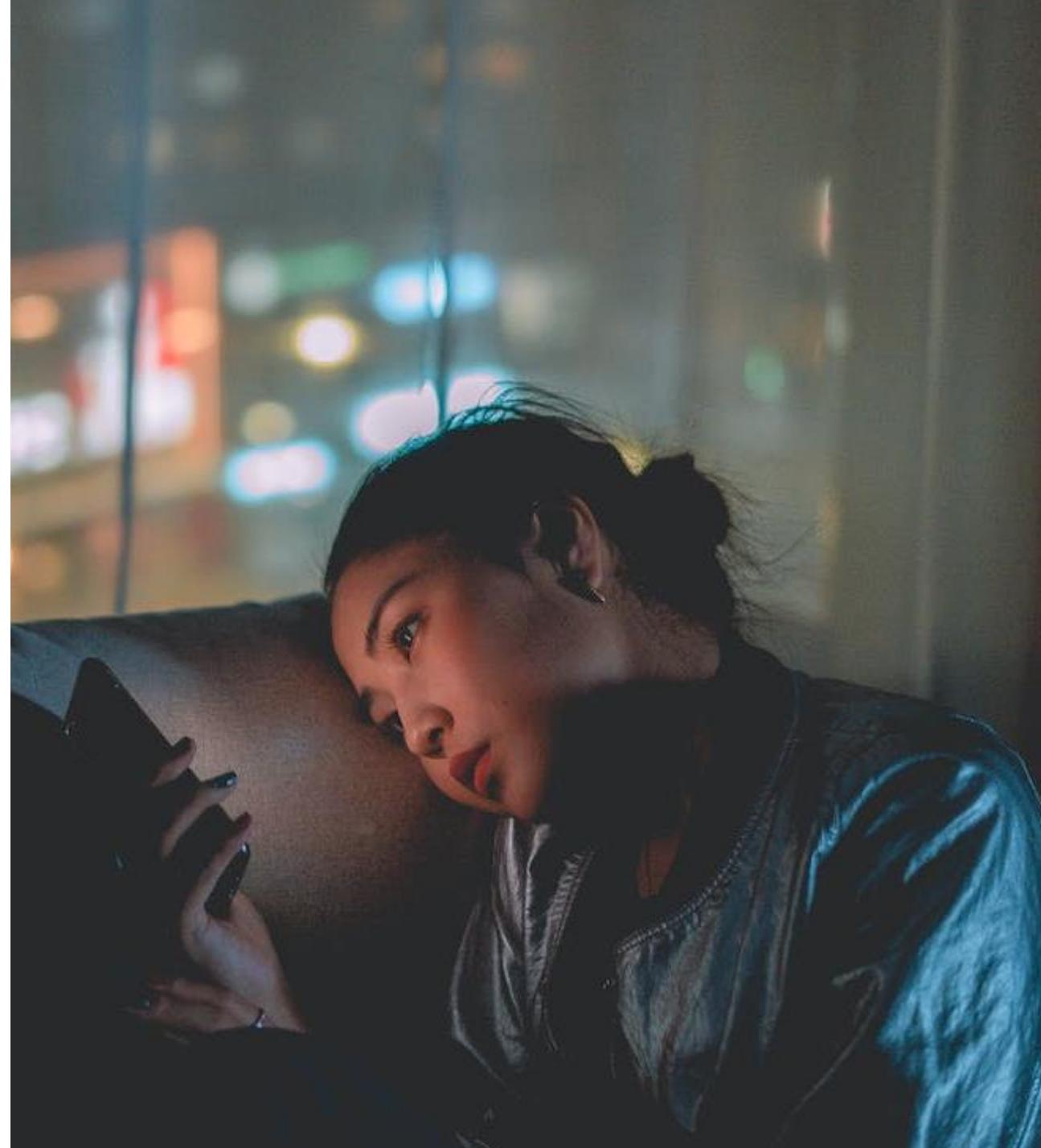
#mentalhealthawareness

21.5B vues



#mentalhealth

47912814
publications





Eine neue weltweite Belastung

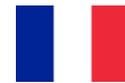
89%
PROSUMERS

79%
MAINSTREAM

Die psychische Gesundheit ist eines
der wichtigsten Themen unserer Zeit.



71/68



82/69



91/75



87/80



93/75



97/87



91/88

80%
GEN Z

73%
BOOMERS

Wohlbefinden ist ein individuelles Recht

Die Behandlung von Fragen der psychischen Gesundheit ist entscheidend für:

82%

PROSUMERS

73%

MAINSTREAM

Unser persönliches Wohlbefinden



The New York Times

What Rainn Wilson Learned Searching for Joy Around the World

In a new travel series, the actor explores the world's happiest (and unhappiest) countries to try and unlock the secrets of well-being.





Und eine Pflicht zum Wohle der Gesellschaft

*Die Behandlung von Fragen der psychischen Gesundheit ist
entscheidend für:*

80%

PROSUMERS

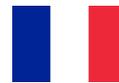
67%

MAINSTREAM

Das allgemeine Wohl der Gesellschaft



63/65



78/62



75/62



86/69



72/69



93/80



88/64

Glück ist zur Pflicht geworden

66%
PROSUMERS

61%
MAINSTREAM

Zu sagen, dass alles in Ordnung ist, auch wenn es nicht stimmt ist: Eine gesellschaftliche Konvention
Ich will andere nicht mit persönlichen Problemen belästigen



Unser konsumorientiertes System ist schuldig

Was sind Ihrer Meinung nach die Gründe dafür, dass wir zunehmend unter psychischen Problemen leiden?

60%
PROSUMERS

56%
MAINSTREAM

Konsumismus:
In der Gesellschaft dreht sich alles
nur noch um Geld



53/62



60/50



46/47



59/53



66/55



62/61



55/51



Unsere sozialen Verbindungen sind zu Abhängigkeiten geworden

Was sind Ihrer Meinung nach die Gründe dafür, dass wir mehr unter psychischen Problemen leiden?



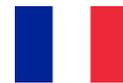
56%
PROSUMERS

53%
MAINSTREAM

Soziale Medien und digitale Abhängigkeiten



53/51



49/44



46/53



47/44



63/61



57/64



47/51

Wir sind jetzt einsamer denn je

Was sind Ihrer Meinung nach die Gründe dafür, dass wir zunehmend unter psychischen Problemen leiden?

60%

PROSUMERS

53%

MAINSTREAM

Der Mangel an Interaktionen mit unseren Liebsten

Einer von fünf Amerikanern hat niemanden, mit dem er reden kann.



Eine Generation, die sich zerbrechlicher fühlt

60%

GEN Z

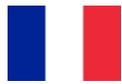
60%

BOOMERS

Ich glaube, die jüngere Generation ist mental schwächer als frühere Generationen.



44/54



52/54



44/58



63/67



68/58



77/73



73/80





**Obwohl sie
sehen, dass
alle ihre
Vorbilder
offener über
psychische
Gesundheit
sprechen.**

Klappe halten & weitermachen

57%

GEN Z

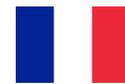
26%

BOOMERS

Es fällt mir schwer, mit meinen Freunden, Verwandten oder meinem Partner über meine psychischen Probleme zu sprechen.



26/35



23/35



12/48



130/47



52/47

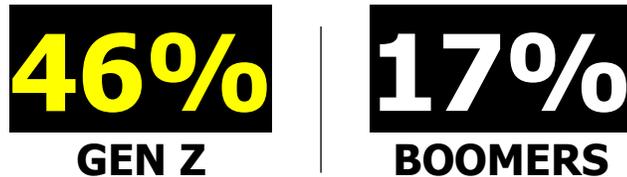


64/30



65/52

Sie bleiben unverstanden



Ich habe das Gefühl niemand versteht meine mentalen Probleme.



Hong Kong's hidden youth: societal pressure driving city's young into apathy and reclusiveness

- Hikikomori trend is widely known in Japan, but receives little attention here, where up to 2 per cent of the population may be withdrawn
- Confucian societies are seen as more susceptible because of parental pressure and peer expectations

These Chinese Millennials Are 'Chilling,' and Beijing Isn't Happy

Young people in China have set off a nascent counterculture movement that involves lying down and doing as little as possible.

Soziale Plattformen sind schuldig im Sinne der Anklage

51%

GEN Z

33%

BOOMERS

Soziale Netzwerke sollten für die psychische Gesundheit ihrer Nutzer verantwortlich gemacht werden.

 TikTok
Mental Health
Awareness Month



Andere Alternativen tauchen auf

71%
PROSUMERS

62%
MAINSTREAM

Die Bewältigung von Problemen der psychischen Gesundheit beginnt mit Willenskraft, nicht mit Drogen.



68%
GEN Z

52%
BOOMERS

The New York Times

A Major Problem With Compulsory Mental Health Care Is the Medication

June 2, 2023, 5:00 a.m. ET





Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper

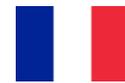
87%
PROSUMERS

75%
MAINSTREAM

Eine gesunde Lebensweise (gesunde Ernährung, Sport, Körperpflege) ist der beste Weg, um psychische Probleme zu vermeiden.



71/75



93/70



80/68



97/79



78/70



95/86



96/87

Die Heilkraft der Natur

Wenn Sie sich ängstlich oder deprimiert fühlen, was tun Sie dann, um sich besser zu fühlen?

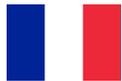
59%
PROSUMERS

49%
MAINSTREAM

Raus in die Natur gehen



63/59



60/40



63/43



75/58



49/43



61/50



77/52

How a Bit of Awe Can Improve Your Health

Experts say wonder is an essential human emotion — and a salve for a turbulent mind.



WELLNESS

7 Small Habits That Will Give Your Emotional Wellbeing A Serious Boost, According To An Expert

BY ANA MORALES
16 April 2023

1. Take a walk outdoors first thing



Employee Disengagement at work costs an estimated **\$7.8 trillion** each year



Physical inactivity creates a **\$67.5 billion** annual burden, including direct healthcare costs and productivity losses



Indoor and outdoor air pollution is responsible for an estimated **\$8.1 trillion** per year in health costs

6 KEY LEVERS THAT DRIVE HOLISTIC WELLBEING AT THE WORKPLACE

Responsible leadership

Supportive managers

Sense of community

Autonomy & fulfilment

Health

Enabling work environment

Source: Wellbeing - The Indisputable Superpower (Wellness Report 2022)

Forbes INDIA

Können wir bitte das System ändern?

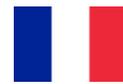
71%
PROSUMERS

64%
MAINSTREAM

Um geistig gesund zu bleiben, müssen wir unser Lebenstempo verlangsamen.



71/71



75/58



75/56



85/68



70/64

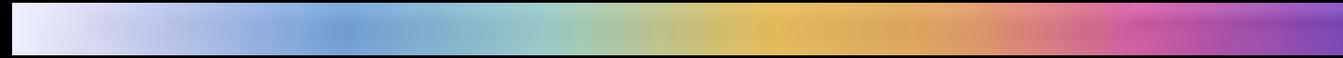


63/63



74/84

MENTALE GESUNDHEIT



**DIE STILLE PANDEMIE UND
DIE UNMÖGLICHE SUCHE NACH GLÜCK**

HAVAS