



## Viviendo en modo "sobrevivencia": 58% de los chilenos siente que no está en control de su vida 69% admite que tuvo que cambiar sus prioridades

Desde que se inició la pandemia por el Covid-19, han surgido diversas reacciones emocionales en la población. Una falta de seguridad, de confianza o de certeza sobre algo, que reconocemos como incertidumbre, y que ha sido la emoción predominante existente en los chilenos, siendo el común de las vivencias como ambiguas, complejas, impredecibles y/o probabilísticas. Como la información no está dispo-

nible o es inconsistente las personas se han sentido inseguras acerca de su propio estado de conocimiento o del estado de conocimiento en general. Todas estas características se conjugaron perfectamente en la "tormenta perfecta" que ha sido esta difícil pandemia. (Fuente: La Tercera)



**Psico-Dato:** La incertidumbre asociada a la pandemia ha dañado a la población, generando angustia y estrés, buscando necesariamente ayuda psicológica.

## La incertidumbre y la ansiedad invaden la elección vocacional en pandemia de personas en 2050

Los adolescentes que deben elegir una carrera unigustados por no saber que elegir. También hay una estudiar. Ha habido un gran número de jóvenes que ha que profesión desean tomar, dado que las sensaciones angustiado y paralizado. La pandemia y su modo de una elección que de por sí ya es compleja. (Fuente: El



versitaria en pandemia están más que nunca a gran porción que ya no piensan en la opción de requerido ayuda profesional para poder dilucidar de incertidumbre por un futuro poco claro, los ha vida virtual, insegurizó a muchos, complejizando país)

**Psico-Dato:** La decisión vocacional debiera ser un proceso reflexionado y tranquilo, ya que el escenario laboral actual es notoriamente más cambiante que el de las generaciones anteriores.

## Casi el 40% de los trabajadores tienen ansiedad por incorporarse presencialmente a su puesto de trabajo

Con el positivo avance de la vacunación la vuelta a la presencialidad en las oficinas se está imponiendo de forma generalizada. Sin embargo, con la variante Delta poniendo aún contra las cuerdas al sistema sanitario, los trabajadores están viviendo esta vuelta con incertidumbre y, en muchos casos, incluso con episodios de ansiedad, así como trastornos del sueño y de comportamiento. Esto es lo que



se desprende de una encuesta realizada entre más de mil personas durante el mes de agosto por Eki-lur, aplicación especializada en bienestar, y que revela que dos de cada cinco personas sienten ansiedad por tener que incorporarse presencialmente a su puesto de trabajo. Fenómeno que es necesario analizar con atención. (Fuente: La razón)

**Psico-Dato:** La vuelta a la realidad presencial exigirá que ocupemos todas nuestras habilidades sociales.

