



## Consecuencias psicológicas del desempleo

Psicología, 03/10/2013



“Nuestro empleo” da una imagen de nosotros mismos y nos proporciona una posición y estatus reconocido socialmente. Además, nos identificamos y sentimos que pertenecemos al grupo donde trabajamos porque en el se produce una continuidad en las relaciones sociales, así, se entiende que el trabajo es el medio principal a través del cual nos relacionamos con el mundo, sintiéndonos útiles, por ello, la falta de empleo o trabajar en condiciones precarias provoca estados de depresión y ansiedad.

La falta de control que se produce en la situación de desempleo, el sentimiento de inferioridad, la “inactividad”, la disminución de las relaciones personales, la percepción negativa de uno mismo, el sentimiento de culpa, etc. pueden desencadenar en serias alteraciones cognitivas y emocionales.

Nadie duda de las consecuencias económicas que se producen en la situación de desempleo, pero no se deben olvidar los efectos psicológicos de esta circunstancia.

Hay una pregunta que se repiten un gran número de desempleados durante su búsqueda de empleo, y esa pregunta es: “¿Qué hago mal?” otras muchas personas que se encuentran en esta misma situación, normalmente los más jóvenes, se sienten frustrados porque a pesar de hacer todo lo que la sociedad pedía para conseguir un buen empleo (formación universitaria, doctorado, máster oficial, estudios de idiomas...) no consiguen ningún puesto de trabajo.

¿Alguien tiene respuestas sinceras?

rocioriverolopez@gmail.com

<https://www.facebook.com/RocioRiveroLopezUnaMiradaPsicologica>

<https://twitter.com/rocio16rivero>

