



JORNAL DA USP



Home > Atualidades > [Como enfrentar as agruras do isolamento social](#)

Atualidades - 22/04/2020

Como enfrentar as agruras do isolamento social

Segundo o psicanalista Christian Dunker, o isolamento social pode causar sentimentos indesejáveis, mas existem formas de enfrentá-los

Editorias: [Atualidades](#), [Rádio USP](#) - URL Curta: jornal.usp.br/?p=316290



00:00

00:00

[download do áudio](#)

Rádio USP OUÇA AQUI EM TEMPO REAL

Nos últimos tempos, as famílias estão aprendendo a lidar com uma nova rotina, o isolamento social imposto pela pandemia de covid-19. A convivência 24 horas por dia pode gerar desgaste, irritação e estresse emocional. A repórter Sandra Capomaccio conversou com o psicanalista Christian Ingo Lenz Dunker, professor titular do Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, sobre como conciliar a rotina da quarentena com o home office, tarefas domésticas e até mesmo com os relacionamentos afetivos. O especialista também falou daqueles que estão vivendo este momento sozinhos, sejam os profissionais da saúde ou os que já moram sozinhos. Este é um momento de reencontro consigo mesmo. Acompanhe.

AJUDE A USP A AUMENTAR SUAS PESQUISAS CONTRA A COVID-19

CONHEÇA O PROGRAMA USP VIDA E VEJA COMO FAZER SUA DOAÇÃO



CLIQUE AQUI PARA DOAR



Política de uso

A reprodução de matérias e fotografias é livre mediante a citação do Jornal da USP e do autor. No caso dos arquivos de áudio, deverão constar dos créditos a Rádio USP e, em sendo explicitados, os autores. Para uso de arquivos de vídeo, esses créditos deverão mencionar a TV USP e, caso estejam explicitados, os autores. Fotos devem ser creditadas como USP Imagens e o nome do fotógrafo.

ARTIGOS

Um pacto pela ciência

28/09/2020

Por Jacques Marcovitch, ex-reitor da USP e Professor Emérito da Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade (FEA) da USP