

# Palermo

Province: [PALERMO](#) [AGRIGENTO](#) [CALTANISSETTA](#) [CATANIA](#) [ENNA](#) [MESSINA](#) [RAGUSA](#) [SIRACUSA](#) [TRAPANI](#)

Cerca nel sito

METEO

## "Paura di ammalarsi o di diventare poveri": le angosce da Coronavirus raccontate alla psicologa



*All'Università di Messina uno sportello di ascolto e intervento dedicato a chi vive lo stress dell'emergenza. Cento chiamate in pochi giorni*

di MANUELA MODICA

ABBONATI



12 marzo 2020

“Alcuni chiamano dicendosi in preda ad attacchi di panico, qualcuno lo è davvero, altri non esattamente. Tutti sono in preda ad ansie, paure e anche a rabbia: un groviglio di emozioni acute dall'incertezza di un'emergenza come questa”, così racconta Marina Quattropani, docente di psicologia all'università di Messina. L'ateneo messinese ha attivato infatti da due giorni un Centro di ricerca e intervento psicologico (Cerip) aperto non solo agli studenti ma a tutta la cittadinanza.

Da quando è stato attivato, dal 9 marzo pomeriggio, hanno chiamato quasi un centinaio di persone: “All'inizio soprattutto studenti ma via via che si è saputo hanno chiamato anche altre persone”, ha spiegato la psicologa.

Aperto dalle 9 alle 13 e dalle 15 alle 19 pure di sabato e domenica, si può chiamare via skype digitando il contatto Cerip Unime oppure si può chiamare il numero 3295457990. A rispondere alle richieste di intervento sono 14 tra psicologi e psicoterapeuti, di cui 9 docenti dell'Ateneo e 5 professionisti in supporto del Centro.

Provano così a gestire la paura scatenata dalla emergenza del Coronavirus e dall'isolamento: “La paura di impoverirsi, ma anche quella di una morte imminente e dell'incombente fine del mondo, paure spesso preesistenti, oggi acute dallo stato di emergenza e di isolamento”, continua la psicologa messinese. Tutte paure - secondo la docente di psicologia - aumentate dalle fake news e dalla circolazione senza sosta di notizie non verificate attraverso i social. Per questo la psicologa dà precisi consigli per gestire l'ansia: “Non leggere e aggiornarsi sulle notizie 24 al giorno. Sarebbe bene pensare anche ad altro, darsi delle regole anche all'interno di una giornata casalinga: stabilire un orario in cui aggiornarsi seguendo tg o leggendo i giornali solo una volta al giorno, e poi ritagliarsi orari per altre attività”.

A chiamare per primi gli studenti, in ansia per gli esami e per il timore di non finire in tempo gli studi: “Si parte da lì, ma poi scavando si capisce che l'ansia ha origini più profonde”.

E così vale per tutti quelli che chiedono l'intervento psicologico: “L'isolamento può provocare dei disagi inaspettati: si può essere costretti a stare in casa con colleghi universitari che non si sopporta. O all'interno di nuclei familiari che non danno serenità”. Ma a spingere verso l'apertura del centro soprattutto la considerazione che molti potrebbero essere a casa da soli: “Certamente abbiamo in qualche modo attivato la possibilità di raggiungerci perché molti potrebbero avere poche possibilità di comunicare con gli altri - spiega Quattropani -. Il momento aggrava solitudini già esistenti, ma osservare la distanza sociale non significa essere isolati, significa comunicare attraverso altri mezzi. Può essere l'occasione per fare più telefonate, per avviare uno scambio più intenso rispetto a come poteva essere prima”.

Per non alimentare il senso di solitudine, quindi l'ansia, ma anche per sfruttare il momento come fosse un'opportunità: “Tutto può essere trasformato - ricorda Quattropani - e quante volte ci siamo detti che non avevamo il tempo per leggere quel libro, per pensare un po' a noi stessi o alle nostre relazioni? Ecco, quel momento è arrivato, pensiamola così”.