



Servizio attivato su Skype per aiutare la gente ad affrontare le paure generate dall'emergenza



Coronavirus. Università di Messina, consulenza psicologica online per tutta la cittadinanza

BY LA REDAZIONE | 11 MARZO 2020

MESSINA

Il **centro di ricerca e di intervento psicologico (Cerip)** dell'**Università di Messina** ha attivato un servizio di **consulenza psicologica online** destinato agli studenti, ai loro familiari e a tutta la cittadinanza, per fornire suggerimenti psicologici pratici, atti ad affrontare e superare preoccupazioni, paure e incertezze, connesse all'emergenza **Coronavirus**. Il servizio, ad opera degli psicologi del centro, è effettuato sulla piattaforma **Skype**, digitando il contatto Cerip Unime o per via telefonica al numero 3295457990.

"Il servizio è attivo tutti i giorni della settimana, compresi il sabato e la domenica dalle ore 9 alle 13 e dalle 15 alle 19 - spiega la professoressa **Marianna Quattropani** - stiamo ricevendo numerose richieste di supporto da parte di tutta la cittadinanza, le maggiori paure sono legate all'incertezza del momento che stiamo vivendo e soprattutto al fatto che per molti nulla sarà più come prima di questa emergenza. La paura è un'emozione potente e utile, è stata selezionata dall'evoluzione della specie umana per permettere di prevenire i pericoli ed è quindi funzionale a evitarli, ma funziona bene se è proporzionata a questi ultimi. Oggi molti di questi non dipendono dalle nostre esperienze. Ne veniamo a conoscenza perché sono descritti dai media e sono ingigantiti dai messaggi che circolano sulla rete. Succede così che la paura diventi eccessiva rispetto ai rischi oggettivi, è in questi casi che la paura si trasforma in panico e finisce per danneggiarci. Il nostro consiglio è quello tenere in considerazione solo le notizie fornite da fonti ufficiali, di condurre, seppure dentro casa, una vita all'insegna della normalità, quindi di nutrirsi in maniera regolare e senza eccessi di alcol o altre sostanze e anche quello di continuare a fare attività fisica nel caso si fosse abituati a farlo".

Ulteriori informazioni sono consultabili al link [Come affrontare il coronavirus](#), all'interno della sezione dedicata al Centro.

consulenza psicologica online

Coronavirus

Università

CONDIVIDI.



POST CORRELATI

ARTICOLI RECENTI



11 MARZO 2020

Polemiche per il coprifuoco annunciato dal sindaco De Luca



11 MARZO 2020

Coronavirus, in Sicilia due guari ma gli irresponsabili salgono a 20mila. Musumeci invoca "linea ferma"



11 MARZO 2020

Coronavirus. Università di Messina, consulenza psicologica online per tutta la cittadinanza



11 MARZO 2020

Coronavirus, ritirato lo studio che rivoluziona la distanza di sicurezza. Perplexità dei virologi italiani



11 MARZO 2020

Defender Europe 20, giochi di guerra che alimentano i dubbi dei complottisti sul Coronavirus. Ruolo possibile obiettivo

COMMENTI RECENTI

Giovanni Sicari su Coronavirus. De Luca blinda il Comune, dispone nuove misure per affrontare l'emergenza e sollecita umanità

Alessandro su Quanto è convenuta al nord la fuga dei terroristi verso sud

Francesco Sciarrone su Con i quattro casi di contagio Messina e provincia, arriva la paura e si svuotano strade e locali