
Coronavirus Covid-19: Austria, pastorale telefonica. Breitwieser, “affrontare le paure condividendole e scoprendo come agire concretamente”

In questi giorni, quando i contatti sociali devono essere ridotti al minimo, la consulenza del “telefono amico” è richiesta come mai prima d'ora. "Gli argomenti al telefono sono ora al 90% sulla pandemia del coronavirus", ha detto Silvia Breitwieser, capo della consulenza telefonica nell'Alta Austria, in un messaggio della diocesi di Linz. "Si tratta della paura della solitudine e dell'isolamento, della cura dei parenti. Paure per la propria salute nel caso di una malattia, e paure per l'incertezza relativa allo svolgimento di appuntamenti familiari programmati". Da alcuni giorni, le persone segnalano sempre più "che hanno paura di essere infettate dal virus e i chiamanti non sono in grado di partecipare ad appuntamenti importanti come le terapie per l'astinenza dall'alcol e cercano di colmare il problema con la consulenza telefonica", ha detto Breitwieser. Il virus corona è visto come una "minaccia sconosciuta che non possiamo vedere, odorare o conoscere". Ciò potrebbe portare a perdite della lucidità. Breitwieser ha avvertito che lo stress costante delle paure potrebbe avere un impatto negativo sul proprio sistema immunitario. È meglio affrontare le proprie paure condividendole con qualcuno e scoprendo insieme come puoi agire concretamente. Breitwieser: "Questo rafforza l'autoefficacia. L'energia viene rimossa dalla paura e portata all'azione, la paura è ridotta".

Massimo Lavena