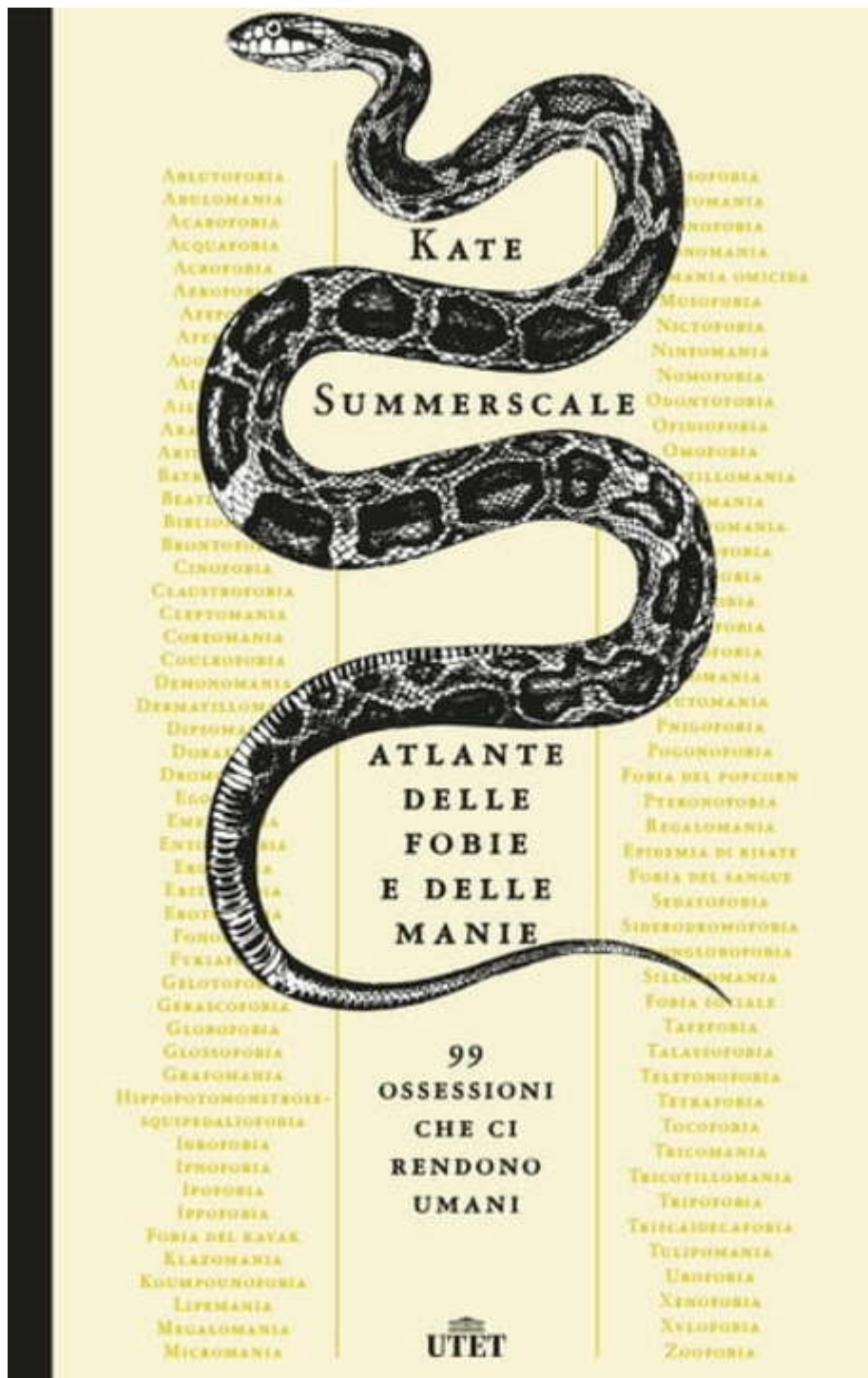


## Un Atlante per conoscere tutte le fobie e le manie

[ansa.it/sito/notizie/cultura/libri/2023/03/19/un-atlante-per-conoscere-tutte-le-fobie-e-le-manie\\_a9bb2ad4-2a8d-4ce4-9c60-29572c47f45a.html](https://ansa.it/sito/notizie/cultura/libri/2023/03/19/un-atlante-per-conoscere-tutte-le-fobie-e-le-manie_a9bb2ad4-2a8d-4ce4-9c60-29572c47f45a.html)

March 19, 2023

### Come quella di Hitchcock per le uova o Johnny Depp per i clown



© ANSA

## +CLICCA PER INGRANDIRE

(di Anna Lisa Antonucci) (ANSA) - ROMA, 19 MAR - KATE SUMMERSCALE, ATLANTE DELLE FOBIE E DELLE MANIE (DeAgostini Libri, 9,99 Euro). Alcune sono quasi innocue e non interferiscono o limitano troppo la nostra vita, come quella di Alfred Hitchcock per le uova, o quella di Johnny Depp per i clown, ma le fobie di cui soffre il genere umano sono molte ed alcune assai gravi. Il libro che esce il 4 aprile per le edizioni Utet, "Atlante delle fobie e delle manie", scritto da Kate Summerscale, ne elenca 99, distinguendo tra la fobia, e cioè l'impulso a evitare qualcosa, e la mania, l'impulso a fare qualcosa, come ad esempio lo shopping compulsivo o la tricotillomania, che porta a strapparsi i capelli.

L'Atlante le elenca in ordine alfabetico e raggruppate per temi come le fobie nei confronti degli animali, tra le più comuni la paura dei ragni, gatti, uccelli, rane, cavalli; o quelle nei confronti degli oggetti, la repulsione per l'ovatta, le piume, le pellicce, o per le parti del corpo, la paura del sangue, del dentista o del vomito.

"Ho paura delle uova" confessò alla giornalista Oriana Fallaci nel 1963, il regista degli "Uccelli". "Quel coso bianco, tondo, senza buchi... Brrr!" raccontò Hitchcock aggiungendo che le uova non erano la sua unica fobia. Anzi, disse, era "l'uomo più pauroso e più vigliacco" che si poteva incontrare. Sostenne di chiudersi a chiave in camera ogni notte, "come se dall'altra parte dell'uscio ci fosse un pazzo pronto a scannarmi" e disse di aver paura anche dei suoi film: "Io non vado mai a vedere i miei film. Io non capisco come faccia la gente a vedere i miei film". Di una morbosa paura dei clown, come riporta il libro, ha raccontato di soffrire l'attore Johnny Depp. "Ho sempre avuto l'impressione che dentro di loro alberghi un'oscurità", ha detto al "San Francisco Examiner", "un vero potenziale maligno. Credo di averne paura perché, grazie a quei sorrisi dipinti, è impossibile capire se siano allegri o se stiano per strapparti via la faccia a morsi". La coulrofobia, secondo il libro è condivisa anche da molti bambini: lo ha dimostrato un'indagine su 250 piccoli pazienti dell'ospedale di Sheffield dalla quale ha dissentito l'Association of Hospital Clowns secondo cui clown dottori riducono stanchezza, dolore e stress nei bambini. Ma la maggior parte delle voci dell'atlante, redatto da Kate Summerscale, scrittrice e giornalista inglese, e tradotto da Costanza Prinetti, descrivono, invece, patologie reali, i disturbi d'ansia più comuni dei nostri giorni: uno tra tutti quello nei confronti del telefono cellulare tra la fobia di perderlo e la paura che suoni. Per essere diagnosticata come fobia, secondo il Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali (2013) dell'American Psychiatric Association, una paura deve essere esagerata, irrazionale e durare da sei o più mesi; e deve aver spinto chi ne soffre a evitare la situazione o l'oggetto temuti tanto da interferire con le normali funzioni.

Salvador Dalí, ad esempio soffriva di una tale entomofobia (dal greco 'entoma', insetti), da trovare alcuni insetti più terrorizzanti della morte stessa. "Se fossi sul ciglio di un precipizio e una grossa cavalletta mi saltasse addosso - raccontò - preferirei buttarmi nel baratro che sopportare quell'orrida 'cosa'". Anche la star del cinema Scarlett Johansson confessò di avere il terrore degli scarafaggi da quando, ancora bambina, si era svegliata trovandosene uno in faccia. Il libro dice, infatti che certe fobie sono molto più comuni nei

bambini che negli adulti, che le percentuali si dimezzano negli anziani, ma anche che le donne sono due volte più fobiche degli uomini. In media, quindi, soffre di una fobia specifica una donna su dieci e un uomo su venti. Ma, una strada per guarire da fobie e manie c'è, suggerisce infine il libro, ed è la terapia cognitivo-comportamentale. (ANSA).

**RIPRODUZIONE RISERVATA © Copyright ANSA**