



Le grandi paure Quei 99 disturbi nell'«Atlante delle fobie e delle manie» Hitchcock temeva le uova, Depp i clown: un saggio della Summerscale

di **Anna Lisa Antonucci**

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 uscirà in formato ebook il 4 aprile per le edizioni **Utet** (euro 9,99), «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». 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 discentito 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, 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. Salvador Dali, 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 buttarci 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.



Atlante delle fobie e delle manie di Kate Summerscale ed. **Utet** ebook euro 9,99.

Luce in fondo al tunnel
L'autrice invita a sconfiggere fobie e manie tramite la terapia

portamentale.

