



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI GUGLIELMO MARCONI

FACOLTÀ DI SCIENZE DELLA FORMAZIONE

CORSO DI LAUREA IN PSICOLOGIA

« FOBIE E PANICO NELL'EPOCA
POSTMODERNA »

Relatore:
Chiar.^{ma} Prof.ssa
CRISTINA DE ROSE

Candidato:
JESSICA ROSA LOMBARDO
Matr. N°: SFO03759LM-51

ANNO ACCADEMICO

2015/2016

INDICE

Introduzione	1
1. I disturbi d'ansia	3
1.1 Premessa	3
1.2 Ansia: definizione e caratteristiche	5
1.3 Cenni storici	9
1.4 Ansia fisiologica e ansia patologica	12
1.5 I disturbi d'ansia	16
2. Il disturbo di panico	24
2.1 Definizione	24
2.2 Storia del termine	28
2.3 Caratteristiche	29
2.4 Eziopatogenesi	32
2.5 Epidemiologia	33
2.6 La personalità del paziente con disturbo di panico	34
2.7 Curiosità	35
3. Le fobie	39
3.1 Definizione	39
3.2 Storia del termine	43
3.3 Caratteristiche	45
3.4 Eziopatogenesi	47
3.5 Epidemiologia	49
3.6 Fobie e disturbo di panico: somiglianze e differenze	50
4. Le fobie nell'epoca post-moderna	53
4.1 Premessa	53

4.2 Atarassofobia	55
4.3 Biofobia	56
4.4 Dismorfofobia	58
4.5 Islamofobia	59
4.6 Nomofobia	62
4.7 Nosofobia	64
4.8 Oicofobia	67
4.9 Omofobia	69
4.10 Pauperofobia	72
4.11 Tecnofobia	73
4.12 E tu di che fobia sei?	75
5. La terapia dei disturbi d'ansia	77
5.1 Premessa	77
5.2 Terapia farmacologica	78
5.3 Psicoterapia	82
5.4 Psicoterapia psicoanalitica	84
5.5 Psicoterapia cognitivo-comportamentale	86
5.6 Psicoterapia sistemico-relazionale	91
5.7 Psicoterapie a confronto	92
5.8 Terapie alternative ed autoterapie	93
Conclusioni	99
Bibliografia e sitografia	103

Abstract: I disturbi d'ansia sono specifici proprio del nostro tempo, al punto di essere spesso definiti il malessere del XXI secolo.

Il presente lavoro di tesi ha tentato di mettere in luce lo stretto legame esistente tra disturbi d'ansia e tarda modernità.

In periodi di grandi cambiamenti, come quello attuale, le fobie e il panico possono rappresentare una sorta di rifugio, di ancoraggio, un modo per evadere dalla realtà.

La seguente trattazione si è posta come obiettivo quello di esaminare le paure comuni della nostra epoca, figlie dello sviluppo tecnologico e del progresso.

Le tematiche sono state analizzate attraverso un'approfondita ricerca bibliografica.

Lo svolgersi della ricerca, mi ha condotta a classificare le fobie contemporanee in *atarassofobia* (paura di vivere senza stimoli), *biofobia* (paura delle catastrofi ambientali), *dismorfofobia* (paura di apparire brutti e deformati), *islamofobia* (paura dei musulmani e degli attacchi terroristici da essi compiuti), *nomofobia* (paura di rimanere fuori dal contatto di rete mobile), *nosofobia* (paura di contrarre malattie), *oicofobia* (paura dell'intromissione di terzi nel nostro privato), *omofobia* (paura degli omosessuali), *pauperofobia* (paura di sembrare poveri) e *tecnofobia* (paura della tecnologia).

Si tratta di paure collettive, che coinvolgono ognuno di noi ma che poi, alla fine, ci troviamo da soli a fronteggiare.

Il seguente lavoro, inoltre, offre una descrizione dei principali approcci psicoterapeutici e farmacologici oggi disponibili per la cura dei disturbi d'ansia.

Si è delineato, inoltre, il ruolo di terapie alternative ed autoterapie, che da qualche tempo si stanno diffondendo accanto alle terapie tradizionali, come il disegno, la meditazione, la musicoterapia e lo yoga. Quest'ultimo, in particolar modo, sta procurando ottimi risultati nella popolazione generale per la

diminuzione dell'ansia, soprattutto se associato alla psicoterapia cognitivo-comportamentale.

Le fobie e il panico si prestano perfettamente a comunicare quelle che sono state le trasformazioni socio-culturali e tecnologiche della nostra epoca, in un mondo che sembra darci sempre più ragioni per avere paura.

BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA

Adams H.E., Jr Wright L.W., Lohr B.A., *Is homophobia associated with homosexual arousal?*, in *J Abnorm Psychol*, 105(3) (1996), pp. 440-5.

Altomonte A., *Attacchi di panico e ricerca di un senso: Integrazione tra la teoria cognitivo-comportamentale e la logoterapia*, Padova, libreriauniversitaria.it Edizioni, 2015.

Angelino F., *Intervista ad Assunta Porcu "musicoterapeuta" all'ospedale Villa Scassi di Genova*, in «clicMedicina» (www.clicmedicina.it) [ultimo accesso: 24.08.2016]

APA, *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*, vol. IV-TR, Washington, American Psychiatric Association, 2002.

APA, *Diagnostic and statistical manual of mental disorder*, vol. 5, Washington, American Psychiatric Association, 2013.

Aquilar F., Del Castello E., *Psicoterapia delle fobie e del panico*, Milano, Franco Angeli, 1998.

Bandelow B., Späth C., Tichauer G.A., Broocks A., Hajak G., Rüther E., *Early traumatic life events, parental attitudes, family history, and birth risk factors in patients with panic disorder*, in *Compr Psychiatry*, 43(4) (2002), pp. 269-78.

Barbetta P., Catini B., *L'aspetto clinico della melanconia: un kòsmos tinto di nero*, 2013.

Barlow D.H., Sakheim D.K., Beck J.G., *Anxiety increases sexual arousal*, in *J abnorm Psychol*, 92(1) (1983), pp. 49-54.

Bianchi K.N., Carter M.M., *An experimental analysis of disgust sensitivity and fear of contagion in Spider and Blood Injection Injury Phobia*, in *J Anxiety Disord*, 26(7) (2012), pp. 753-61.

Bienvenu O.J, Stein M.B., Samuels J.F., Onyke C.U., Eaton W.W., Nestadt G., *Personality disorder traits as predictors of subsequent first-onset panic disorder or agoraphobia*, in *Compr Psychiatry*, 50(3) (2009), pp. 209-14.

Borgna E., *Le figure dell'ansia*, Milano, Feltrinelli, 1998.

Boyd J.H., Rae D.S., Thompson J.W., Burns B.J., Bourdon K., Locke B.Z., Regier D.A., *Phobia: prevalence and risk factors*, in *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 25(6) (1990), pp. 314-23.

Bragazzi N.L., Del Puente G., *A proposal for including nomophobia in the new DSM-5*, in *Psychol Res Behav Mang*, 7 (2014), pp. 155-60.

Brambilla P., Como G., Isola M., Taboga F., Zuliani R., Goljevscek S., Ragogna M., Brondani G., Baiano M., Perini L., Ferro A., Bazzocchi M., Zuiani C., Balestrieri M., *White-matter abnormalities in the right posterior hemisphere in generalized anxiety disorder: a diffusion imaging study*, in *Psychol Med*, 42(2) (2012), pp. 427-34.

Busch F.N., Milrod B.L., Sandberg L.S., *A study demonstrating efficacy of a psychoanalytic psychotherapy for panic disorder: implications for psychoanalytic research, theory, and practice*, in *J Am Psychoanal Assoc* 57(1) (2009), pp. 131-48.

Carderi A., *Le fobie specifiche: nosofobia*, in «clicMedicina» (www.clicmedicina.it) [ultimo accesso: 29.07.2016]

Cardiello G., *Genesi, Diagnosi differenziale e Terapia del DAP*, in «Lidap onlus» (www.lidap.it) [ultimo accesso: 5.07.2016]

Cardin J., in «Jo Cardin. Fine Art Photographer» (www.cardinphotography.com) [ultimo accesso: 7.07.2016]

Caselli G., *Che cos'è la psicoterapia?*, in «State of mind. Il giornale delle scienze psicologiche» (www.stateofmind.it) [ultimo accesso: 24.08.2016]

Cavusoglu M., Dirik G., *Fear or disgust? The role of emotions in spider phobia and blood-injection-injury phobia*, in *Turk Psikiyatri Derg*, 22(2) (2011), pp. 115-22.

Chard A.N., Finneran C., Sullivan P.S., Stephenson R., *Experiences of homophobia among gay and bisexual men: results from a cross-sectional study in seven countries*, in *Cult Health Sex*, 17(10) (2015), pp. 1174-89.

Cionini L., *Psicoterapie. Modelli a confronto*, Roma, Carocci, 2001.

Cioran E.M., *Syllogismes de l'amertume*, vol. 52, Parigi, Gallimard, 1952.

Come gestire l'ansia con la meditazione e la creatività, in «clicMedicina» (www.clicmedicina.it) [ultimo accesso: 24.08.2016]

Comer J.S., Mojtabai R., Olfson M., *National trends in the antipsychotic treatment of psychiatric outpatients with anxiety disorders*, in *Am J Psychiatry* 168(10) (2011), pp. 1057-65.

Curtis G.C., Magee W.J., Eaton W.W., Wittchen H.U., Kessler R.C., *Specific fears and phobias. Epidemiology and classification*, in *Br J Psychiatry*, 1998, pp. 173:2012-7.

Dalla Ragione L., Mencarelli S., *L'inganno dello specchio. Immagine corporea e disturbi del comportamento alimentare in adolescenza*, Milano, Franco Angeli, 2012.

Dannon P.N., Lowengrub K., Iancu I., Kotler M., *Paroxetine in panic disorder: clinical management and long-term follow-up*, in *Expert Rev Neurother* 4(2), pp. 191-8.

De Girolamo G., Polidori G., Morosini P., Mazzi F., Serra G., Scarpino V., Reda V., Visonà G., Falsirollo F., Rossi A., *Prevalence of common mental disorders in Italy, risk factors, health status, and utilization of health services: the ESEMeD-WMH project*, in *Epidemiol Psichiatr Soc*, 14(4 Suppl), pp. 1-100.

Del Corno F., Lang M., *Modelli di colloquio in psicologia clinica*, Milano, Franco Angeli, 1996.

De Rose A.F., *Carenza di testosterone determina l'avversione per le tecnologie*, in «*clicMedicina*», (www.clicmedicina.it) [ultimo accesso: 4.08.2016]

De Rose C., *Metodologia di intervento nel disagio emotivo*, Università degli studi Guglielmo Marconi, inedito, 2013.

Devereux G., *Saggi di etnopsichiatria generale*, Roma, Armando Editore, 1978.

Di Mauro J., Dominques J., Fernandez G., Tolin D.F., *Long-Term effectiveness of CBT for anxiety disorders in an adult outpatient clinic sample: a follow-up study*, in *Behav Res Ther* 51(2)(2013), pp. 82-6.

Di Salvo S., *Depressione, ansia e panico: racconti di storie*, Napoli, Di Salvo, 2014.

Dismorfofobia. Quando il corpo diventa un nemico, in «*State of Mind. Il giornale delle scienze psicologiche*», (www.stateofmind.it) [ultimo accesso: 4.08.2016]

Fadda E., *Il fenomeno di stress e ansia. Cosa sono, quanto sono diffusi in Italia*, in «*State of mind. Il giornale delle scienze psicologiche*» (2013), (www.stateofmind.it) [ultimo accesso 27.06.2016]

Fassino S., Abbate Daga G., Leombruni P., *Manuale di psichiatria biopsicosociale*, Torino, Centro Scientifico Editore.

Fava G., Rafanelli C., Savron G., *L'ansia*, in *Caleidoscopio Italiano* 121 (1998), pp. 3-79.

Ferraris A.O., *Psicologia della paura: Nuova edizione riveduta e aggiornata*, Torino, Bollati Boringhieri, 2013.

Ferri P., *I nuovi bambini: Come educare i figli all'uso della tecnologia, senza diffidenze e paure*, Milano, Bur, 2014.

Fobia in «Universe del corpo», (www.treccani.it) [ultimo accesso 16.07.2016]

"Fotografato" il panico, in «clicMedicina» (www.clicmedicina.it) [ultimo accesso: 4.07.2016]

Galassi F., *La terapia Integrata dei disturbi d'Ansia*, Milano, Franco Angeli, 2009.

Gennaro A., Bucolo G., *Psicologia del profondo. Modelli e tecniche di psicoterapia psicodinamica*, Milano, Franco Angeli.

Ghezzani N., *Uscire dal panico. Ansia, fobie, attacchi di panico. Nuove strategie nella gestione e nella cura*, Milano, Franco Angeli, 2003.

Giolitto S., *Panico. Quando la paura va sfidata*, in «Lidap onlus» (www.lidap.it) [ultimo accesso 4.07.2016]

Giusti E., Montanari C., Iannazzo A., *Psicoterapie integrate. Piani di trattamento per psicoterapeuti con interventi a breve, medio e lungo termine*, Amsterdam, Elsevier srl, 2004.

Gli italiani e la privacy online: un diritto inviolabile, ma è scarsa la consapevolezza sugli strumenti per difendersi, in «Censis» (www.censis.it) [ultimo accesso: 4.08.2016]

Gloster A.T., Hauke C., Höfler M., Einsle F., Fydrich T., Hamm A., Sthrohle A., Wittchen H.U., *Long-term stability of cognitive behavioral therapy effects for panic disorder with agoraphobia: a two-year follow-up study*, in *Behav Res Ther* 51(12) (2013), pp. 830-9.

Guest, *Gestione dell'ansia: piccolo vademecum*, in «State of mind. Il giornale delle scienze psicologiche» (www.stateofmind.it) [ultimo accesso: 24.08.2016]

Iketani T., Kiriike N., Stein M.B., Nagao K., Nagata T., Minamikawa N., Shidao A., Fukuhara H., *Relationship between perfectionism, personality disorders and agoraphobia in patients with panic disorder*, in *Acta Psychiatr Scand*, 106(3) (2002), pp. 171-8.

Infrasca R., *I disturbi da attacchi di panico. Dalla comprensione alla terapia*, Milano, Franco Angeli, 2000.

I 50 comuni più a rischio, in «Lidap Onlus» (2011) (www.lidap.it) [ultimo accesso: 27.02.2016]

Khalsa M.K., Greiner-Ferris J.M., Hofmann S.G., Khalsa S.B., *Yoga-enhanced cognitive behavioural therapy (Y-CBT) for anxiety management: a pilot study*, in *Clin Psychol Psychoter* 22(4) (2015), pp. 364-71.

King A.L., Valença A.M., Nardi A.E., *Nomophobia: the mobile phone in panic disorder with agoraphobia: reducing phobias or worsening of dependence?*, in *Cogn Behav Neurol*, 23(1) (2010), pp. 52-4.

Krishnakumar D., Hamblin M.R., Lakshmanan S., *Meditation and Yoga can Modulate Brain Mechanisms that affect Behavior and Anxiety- A Modern Scientific Perspective*, in *Anc Sci* 2(1) (2015), pp. 13-19.

Laufer O., Israeli D., Paz R., *Behavioral and Neural Mechanisms of Overgeneralization in Anxiety*, in *Curr Biol*, 26(6) (2016), pp. 713-22.

Lee S.H., Ahn S.C., Lee Y.J., Choi T.K., Yook K.H., Suh S.Y., *Effectiveness of a meditation-based stress management program as an adjunct to pharmacotherapy in patients with anxiety disorder*, in *J Psychosom Res* 62(2) (2007), pp. 189-95.

Lejoyeux M., *Non è mai troppo tardi per vincere la paura della malattia*, Roma, Armando Editore, 2006, p. 19.

Lenoir F., *Vivere è un'arte*, Milano, Edizioni Mondadori, 2011.

L'Isis fa paura agli italiani: crollano I viaggi in Egitto, Tunisia e Marocco. Resiste la Grecia, in *Leggo*, 27.07.2015.

Maffei G., *Gli occhi della bruttezza. Dismorfofobia*, Milano, La biblioteca di Vivarium, 2012.

Marconi M., *Vivere senza disturbi d'ansia*, Roma, Armando Editore, 2007.

Márquez M., Arenoso H., Caruso N., *Efficacy of alprazolam sublingual tablets in the treatment of the acute phase of panic disorder*, in *Actas Esp Psiquiatr* 39(2) (2011), pp. 88-94.

Marrone G., *Risso: «Negli italiani raddoppiata la paura di stragi dell'Isis»*, in *Giornale di Sicilia*, 14.04.2016.

Marullo M., *Un'interpretazione cognitiva dell'attacco di panico*, in «Lidap onlus» (www.lidap.it) [ultimo accesso: 4.07.2016]

Mazzucchelli C., *Nei labirinti della tecnologia*, Milano, Delos Digital srl, 2014.

Miller J.J., Fletcher K., Kabat-Zinn J., *Three-year follow-up and clinical implications of a mindfulness meditation-based stress reduction intervention in the treatment of anxiety disorders*, in *Gen Hosp Psychiatry* 17(3) (1995), pp. 192-200.

Milrod B., Leon A.C., Busch F., Rudden M., Schwalberg M., Clarkin J., Aronson A., Singer M., Turchin W., Klass E.T., Graf E., Teres J.J., Shear M.K., *A randomized controlled clinical trial of psychoanalytic psychotherapy for panic disorder*, in *Am J Psychiatry* 164(2) (2007), pp. 265-72.

Minestrone L., *Comprendere il consumismo: società e cultura dai classici al postmoderno*, Milano, Franco Angeli, 2006.

Montanari M., *Discorso a parte*, in «Lidap onlus» (www.lidap.it) [ultimo accesso: 5.07.2016]

Moran A.P., *Sport and Exercise Psychology: A Critical Introduction*, UK, Psychology Press, 2004.

Mullur L.M., Khodnapur J.P., Bagali S., Aithala M., Dhanakshirur G.B., *Role of yoga in modifying anxiety level in women*, in *Indian J Physiol Pharmacol* 58(1) (2014), 92-5.

Mura F., *Ideazione fobica e comportamenti ossessivi*, in «Psychomedia» (www.psychomedia.it) [ultimo accesso: 16.07.2016]

Nardone G., *Oltre I limiti della paura: Superare rapidamente le fobie le ossessioni e il panico*, Milano, BUR Rizzoli.

Nardone G., Valteroni E., *La terapia degli attacchi di panico: Liberi per sempre dalla paura patologica*, Milano, Ponte alle Grazie.

Nicolas G., Skinner A.L., "That's so gay!" *Priming the general negative usage of the word gay increases implicit anti-gay bias*, in *J Soc Psychol*, 152(5) (2012), pp. 654-8.

Offredi A., *Psicoterapia cognitivo comportamentale per l'ansia: efficacia dei trattamenti*, in «State of mind, il giornale delle scienze psicologiche» (www.stateofmind.it) [ultimo accesso: 24.08.2016]

Omotransfobia, Arcigay presenta il report: "In Italia è ancora un fenomeno letale", in «Arcigay» (www.arcigay.it) [ultimo accesso: 2.08.2016]

Pagnanelli R., *L'ansia. Come affrontarla, come curarla*, Roma, Armando Editore, 2009.

Panico e Vip, in «Attacchi di Panico-Ansia-Agorafobia» (www.attacchidipanico-ansia-agorafobia.blogspot.com) [ultimo accesso: 7.07.2016]

Paura, paure, in «XXI Secolo», (www.treccani.it) [ultimo accesso: 4.08.2016]

Pazzagli A., Carchia G., *Ansia* in «Universo del corpo», (www.treccani.it) [ultimo accesso 26.06.2016]

Perna G., *Fobie. Conoscerle e sconfiggerle per ritrovare la libertà perduta*, Casale Monferrato, Edizioni Piemme, 2011.

Pollack M.H., Doyle A.C., *Treatment of panic disorder: focus on paroxetine*, in *Psychopharmacol Bull* 37 Suppl 1 (2003), pp. 53-63.

Pozzi G., *Interventi farmacologici*, in «Fondazione Policlinico Universitario A. Gemelli. Università Cattolica del Sacro Cuore» (www.policlinicogemelli.it) [ultimo accesso: 27.06.2016]

Pravettoni M., Miglioretti M., *Processi cognitivi e personalità. Introduzione alla psicologia*, Milano, Franco Angeli, 2002.

Prunesti A., Perciavalle M., *Offline è bello. Il percorso di Digital Detox per migliorare relazioni, lavoro e benessere*, Milano, Franco Angeli, 2016.

Purgato A., *Fobie. Le nuove ossessioni del XXI secolo*, Roma, Castelvechi, 2006.

Rathgeb-Fuetsch, G. Kempter, A. Feil, T. Pollmächer, A. Schuld, *Short- and long- term efficacy of cognitive behavioral therapy for DSM-IV panic disorder in patients with and without severe psychiatric comorbidity*, in *J Psychiatr Res* 4(9) (2011), pp. 1264-8.

Redazione, *Omofobia: paura del diverso o paura di se stessi?*, in «State of mind. Il giornale delle scienze psicologiche» (www.stateofmind.it) [ultimo accesso: 4.08.2016]

Ridley M., *Il gene agile: La nuova alleanza fra eredità e ambiente*, Milano, Adelphi.

Robiglio S., *La musicoterapia: un'esperienza di sonorità interiore*, in «clicMedicina» (www.clicmedicina.it) [ultimo accesso: 24.08.2016]

Robiglio S., *Storia dell'ansia*, in «clicMedicina» (www.clicmedicina.it) [ultimo accesso 26.06.2016]

Ruggiero G.M., *Non è più il tempo dell'inconscio e dell'underground nella psicoterapia moderna*, in «State of mind. Il giornale delle scienze psicologiche» (www.stateofmind.it) [ultimo accesso: 24.08.2016]

Sanità: tanta informazione sui mass media, ma poi si fa quello che dice il dottore, in «Censis» (www.censis.it) [ultimo accesso: 1.08.2016]

Sanz-Carrillo C., García-Campayo J.J., Sánchez Blanque A., *Personality in patients with panic disorder*, in *Actas Luso Esp Neurol Psiquiatr Cienc Afines*, 21(6) (1993), pp. 243-9.

Sarteschi P., Maggini C., *Manuale di Psichiatria*, Noceto, Edizioni SMB, 1989.

Sassaroli S., Lorenzini R., Ruggiero G.M., *Psicoterapia Cognitiva dell'Ansia. Rimuginio, controllo ed evitamento*, Milano, Raffaello Cortina Editore, 2006.

Savron G., *Le fobie*, in *Caleidoscopio Italiano*, 174 (2004), pp. 3-115.

Sconfiggere gli attacchi di panico si può!, in «clicMedicina» (www.clicmedicina.it) [ultimo accesso: 24.08.2016]

Se la sicurezza alimentare diventa una priorità, in «Censis», (www.censis.it) [ultimo accesso: 28.07.2016]

Seligman M.E., Walker E.F., Rosenhan D.L., *Abnormal psychology*, New York, Norton, 2001.

Sighvatsson M.B., Kristjànsdóttir H., Sigurdsson E., Sigurdsson J.F., *Efficacy of cognitive behavioral therapy in the treatment of mood and anxiety disorders in adults*, in *Laeknabladid* 97(11) (2011), pp. 613-9.

Sonino N., Peruzzi P., *A psychoneuroendocrinology service*, in *Psychother Psychosom*, 78(6) (2009), pp. 346-51.

Sontag S., *Malattia come metafora. AIDS e cancro*, Torino, Einaudi, 1997.

Soriano G., *Malomondo: in lode della stupidità*, Roma, Fazi Editore, 2013.

s.v. *Ansia*, in *Enciclopedia generale*, vol. I, Novara, 1996.

s.v. *Fobia*, in *Dizionario medico per la famiglia – Volumi singoli*, Bologna, Script edizioni, 2011.

s.v. *Fobia*, in *Synthesis AZ Curcio. Enciclopedia delle lettere, delle scienze e delle arti*, Roma, Armando Curcio Editore, 1980.

Tecnofobia, in «Fobie.org», (www.fobie.org) [ultimo accesso: 4.08.2016]

Terapie e consigli, in «clicMedicina» (www.clicmedicina.it) [ultimo accesso: 4.07.2016]

Teoria umorale, in «Wikipedia, l'enciclopedia libera» (www.wikipedia.org) [ultimo accesso 26.06.2016]

Vahia V.N., Shetty H.K., Motiwala S., Thakkar G., Fernandes L., Sharma J.C., *Efficacy of meditation in generalized anxiety disorder*, in *Indian J Psychiatry* 35(2) (1993), pp. 87-91.

Viola D., *Il ragazzo dai capelli rosa. Esercitazioni per la prevenzione dell'omofobia e del bullismo omofobico*, Roma, Edizioni FerrariSinibaldi, 2012.

Vorkapic C.F., Rangé B., *Reducing the symptomatology of a panic disorder: the effects of a yoga program alone and in combination with cognitive-behavioral therapy*, in *Front Psychiatry* (2014), pp. 5-177.

Weber S.R., Wehr A.M., Duchemin A.M., *Prevalence of antipsychotic prescriptions among patients with anxiety disorders treated in inpatient and outpatient psychiatric settings*, in *J Affect Disord* 191 (2016), pp. 292-9.

Yates W.R., *Phenomenology and epidemiology of panic disorder*, in *Ann Clin Psychiatry*, 21(2) (2009), pp. 95-102.

Yudofsky S.C., Hales R.E., Roberts L.W., *Manuale di Psichiatria: American Psychiatric Publishing*, Milano, Edra Masson, 2015.