

«Il coraggio di essere timidi» di Massimo Ammanniti

Un limite, o forse un antidoto al pensiero unico

È dopo aver illustrato diversi casi che l'autore delinea «il coraggio» del timido addirittura come antidoto alla esasperazione di comportamenti dominanti. «Ci vuole coraggio a non farsi condizionare. Occorre accettare di andare controcorrente sconfiggendo il conformismo psicologico»

di FABIO SCANDONE

L'incedere ricurvo, lo sguardo basso, le frasi biascicate: fenomenologia del timido. Uno scudo impenetrabile per la socialità tutto apparire e incline al mutevole e vacuo caleidoscopio dei social. Perché proprio in quell'universo schivo e taciturno può celarsi invece una straordinaria dimensione interiore capace perfino di fare da antidoto al pensiero unico corrente.

Ragione di più allora per immergersi nella lettura de *Il coraggio di essere timidi* di Massimo Ammanniti (Milano, Raffaello Cortina Editore, 2026, pagine 175, euro 16). L'autore, psicoanalista e ordinario di Psicopatologia dello sviluppo di lunga data alla Sapienza di Roma, invita infatti a una riflessione a tutto campo su uno dei modi di comportamento più problematici e diffusi al mondo. Il timido infatti non conosce confini e la sua ritrosia ad accettare i comportamenti sociali dominanti accomuna figure in apparenza distantissime tra loro.

Che cosa potrebbe, se non una strenua ritrosia agli altri, unire personaggi del calibro di Charles Darwin e il Mahatma Ghandi? Lo scienziato inglese avrebbe rischiato addirittura

di non pubblicare mai *L'origine della specie* se la moglie Emma non si fosse risolta a una paziente *moral suasion* sul marito. Mentre solo l'irriducibile distanza dai canoni formali riuscì al profeta della non violenza a riunire milioni di indiani fino a far barcollare

l'impero britannico. Segno della carica rivoluzionaria che anche i timidi possono assumere nel campo della ricerca scientifica e in quello della politica. E in questo senso, fin dal titolo del libro si segnala un radicale cambio di paradigma ribaltando il *refram* del timido come definitivo emarginato della società.

E invece no: anche il timido, se ben indirizzato può a suo modo rivelarsi fattore di crescita sociale invertendo atteggiamenti dominanti stratificati.

Del resto si parla di fenomeni noti fin dall'antichità classica visto che nel primo secolo avanti Cristo il drammaturgo romano Publilio Siro annotava: *Perculi timidus etiam quae non sunt videt* ("Il pauroso vede anche i pericoli che non ci sono"). E qui si varca uno dei capitoli più affascinanti e coinvolgenti del saggio di Ammanniti: la timidezza non è mai a sé stante, vi si accompagnano ansia e paura.

La prima attiene alla possibilità di situazioni sgradevoli per il timido quali una platea di sconosciuti mentre la paura riguarda il timore del giudizio negativo degli altri. Una triade ad alta carica problematica che induce il timido a irrigidirsi nei suoi comportamenti abituali. Eppure c'è una dimensione che si potrebbe definire «timidezza, istruzioni per l'uso». Quali vettori possono mitigare la personalità del timido? L'autore non ha dubbi: famiglia e scuola. E qui ricorrono altri

capitoli fondamentali del saggio.

La famiglia quale «cellula base della società» può rivelarsi decisiva al pari della scuola. Un genitore che abbia scorto nel figlio comportamenti



da timido, potrà provare ad avvicinare il bambino a un suo coetaneo perché ne nasca una amicizia preferenziale caratterizzata da un profondo senso di apertura e di intimità. Mentre in classe l'insegnante potrà lavorare per integrare il più possibile lo scolarotto con il gruppo degli altri bambini. È dopo aver illustrato i casi di Silvia, Lorenzo e altri ancora che Ammanniti delinea «il coraggio di essere timidi» addirittura come antidoto alla esasperazione di comportamenti dominanti.

«Potremmo dire che ci vuole coraggio a essere timidi e a non farsi condizionare. Occorre accettare di essere soli e di andare controcorrente sconfiggendo il conformismo psicologico che spinge a adeguarsi alle aspettative altrui». Una dimensione di frontiera nei rapporti umani che può anche farsi più aperta, inclusiva, affettuosa.