

La costruzione della compatibilità relazionale nei rapporti interpersonali



Dr. Antonio Castriotta

*Psicologo Psicoterapeuta ad indirizzo psicoanalitico e sistemico-relazionale
Giudice Onorario Corte d'Appello di Bari*

Tratto o disturbo di personalità?

È importante tenere a mente il «continuum» che esiste tra normalità e patologia e prendere in considerazione il fatto che le caratteristiche personali e interpersonali dei vari disturbi possono essere presenti in qualsiasi persona. Esse non sono necessariamente espressione di disturbo.

È la loro pervasività e rigidità che fa la differenza. Come sostiene Johnson (1994), a seconda di quanto le caratteristiche (o tratti) siano rigide, pervasive e radicalizzate, si potrà parlare di **stile di personalità**, **nevrosi della personalità**, **disturbo della personalità**

Tratti di personalità

Considerati le dimensioni di base della personalità. Attualmente con il termine tratto si intende una modalità costante di percepire, rappresentare e pensare sé stessi e il mondo, che si manifesta in un'ampia varietà di situazioni sociali e personali.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Stili di personalità

Una configurazione più o meno stabile di tratti di personalità che definisce una struttura psicologica più generale.

Il costrutto di stile della personalità cerca di fornire una descrizione più globale del funzionamento individuale indagando il modo in cui i diversi tratti tendono ad organizzarsi in maniera più o meno costante.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Definizione di personalità o carattere

L'organizzazione della personalità di ciascuno, organizzazione concepita come abbastanza tipizzata e regolare perché si possano prevedere, per esempio, le reazioni del soggetto in rapporto a tale o tal'altra situazione.

In questo senso, la nozione di carattere rinvia soprattutto a ciò che è apparente in ciascuno.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Nevrosi di carattere/personalità

L'idea di nevrosi del carattere, cioè di una patologia che non presenta specifici sintomi isolabili e percepiti con chiarezza dal soggetto, ma è caratterizzata da un'organizzazione d'insieme della personalità concepita come un'organizzazione patologica.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Disturbo di personalità

Quando queste modalità di agire, percepire, rapportarsi e pensare diventano eccessivamente rigide e disadattive e interferiscono con il funzionamento relazionale e lavorativo di un individuo o con il senso di benessere suo e delle persone con cui vive e lavora, allora è possibile parlare di un disturbo di personalità.

È una modalità pervasiva di difendersi dal disagio psichico messa in atto da un soggetto di fronte ad una "pressione" interna.

Sia l'emozione provata che la modalità con cui il soggetto se ne difende dipendono dalle esperienze di accadimento e di crescita nelle relazioni con i caregivers.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Tratti – Stili - Disturbi

Tratti, stili e disturbi si differenziano quantitativamente e non qualitativamente.

I disturbi di personalità quindi rappresentano una distorsione o esagerazione dei normali tratti di base.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Tratti – Stili - Disturbi

Altro aspetto da tenere in considerazione è il fatto che solo in circa un terzo dei casi un individuo rientra in modo preponderante in un unico tipo.

Nella maggioranza dei casi nella maggioranza della popolazione si raggruppano, "con peso differenziato", tratti riconducibili a due o tre tipi di personalità.

Si può parlare di una buona o discreta organizzazione se tali tratti sono tra loro contigui o affini.

Siamo in presenza di disorganizzazione, invece, quando i tratti appaiono molto contraddittori tra loro.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Caratteristiche della personalità nevrotica

Si può considerare una personalità nevrotica, una personalità che ricorre alle difese più mature ed evolute, cioè usa anche difese primitive ma esse non hanno grande rilevanza nel funzionamento globale, cioè la presenza di difese primitive non elimina la diagnosi di carattere nevrotico come invece può fare la mancanza di difese mature.

La persona nevrotica ha un senso integrato della propria identità (coerenza e continuità del sé, narrazioni particolareggiate della propria esperienza e delle proprie relazioni) e ha un solido contatto con la realtà.

Tale soggetto vive come qualcosa di strano parte di ciò che l'ha spinto a chiedere aiuto, cioè ha coscienza del suo disagio ed è cosciente di aver bisogno di aiuto, per cui la psicopatologia è ego-distonica (cioè non è strutturante e strutturata nell'Io) o può diventarlo.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Caratteristiche della personalità borderline

Questa organizzazione di personalità impiega difese primitive, per cui questi soggetti quando si trovano in una fase regressiva sono indistinguibili dagli psicotici ma da essi si differenziano perché hanno una maggiore integrazione di personalità.

Anche in questi soggetti le descrizioni che danno di sé e degli altri sono evasive e non differenziate ma non lo sono mai al punto da divenire bizzarre come nel caso dell'organizzazione psicotica.

Nell'incoerenza e discontinuità di questi tipi di personalità non si trova lo stesso livello di terrore esistenziale dello schizofrenico, cioè possono avere confusione dell'identità ma sanno di esistere.

Soggetti così strutturati sono più ostili degli psicotici nelle relazioni, inoltre mantengono l'esame di realtà, anche se hanno una capacità di osservare la propria patologia abbastanza limitata.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Caratteristiche della personalità psicotica

Se conclamata non è difficile diagnosticarla, sono presenti deliri allucinazioni, pensiero illogico, discorso incoerente ma al contempo ci sono persone con carattere psicotico che non mostrano segni evidenti della propria confusione interiore a meno che non vengano sottoposti ad una grande tensione.

Personalità organizzate a questo livello sono caratterizzate dall'uso di difese primitive, preverbal e prerazionali che proteggono l'io dello psicotico dalla disintegrazione; hanno difficoltà relative alla loro identità fino a non essere sicuri di esistere o se la loro esistenza sia soddisfacente.

La descrizione propria e degli altri è vaga, evasiva e visibilmente distorta.

Un soggetto con un'organizzazione psicotica della personalità non è ancorato alla realtà, manca di capacità di simbolizzazione e astrazione (un soggetto organizzato psicoticamente non è in grado di cogliere il senso delle metafore)

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

I TRE CLUSTER: l'Ansioso

I Disturbi di Personalità vengono raggruppati in tre cluster: Ansioso, Drammatico e Bizzarro.

Il cluster **Ansioso** riguarda le manovre difensive legate ai temi dell'ansia e alla sua gestione. All'interno di questo cluster l'ansia è pensabile ed in qualche modo gestibile. Essa è l'esperienza soggettiva del conflitto interno tra il desiderio e la paura.

L'**Evitante**, per esempio, desidera entrare in relazione con l'altro ma ha paura di farlo ed è questa che prevale e lo porta a stargli lontano, a non cercare o accettare l'interazione.

Il **Dipendente**, al contrario, cerca costantemente la vicinanza dell'altro perché ha paura di non riuscire a cavarsela da solo. Vorrebbe sentirsi competente, capace di gestire la sua vita, ma pensa di non essere in grado di farlo ed ha paura di allontanarsi da chi gli fornisce quel sostegno che ritiene essere per lui vitale.

In entrambi i casi siamo in presenza di un conflitto tra un desiderio (di dipendenza e di autonomia) e una preoccupazione (di essere umiliato e di non farcela) che premono dall'interno, e delle pervasive soluzioni che possono essere tentate da ciascun soggetto per difendersi dal disagio.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

I TRE CLUSTER: il Drammatico

Il cluster **Drammatico** riguarda le manovre difensive legate ai temi dell'angoscia, la quale, non riuscendo ad essere pensata e gestita, come l'ansia, viene dal soggetto agita.

L'operazione di «mentalizzazione» dell'angoscia non può essere gestita da persone poco strutturate, come quelle che ricorrono a queste soluzioni difensive più gravi.

Il soggetto viene sopraffatto dall'angoscia perché la sua fragilità personale gli impedisce di pensarla e comunicarla.

L'angoscia viene quindi agita. L'**Antisociale** sfrutta, truffa, ruba, ammazza; il **Narcisista** ricerca continuamente consensi, sfoggia altezzoso i suoi successi e si isola o attacca sdegnato quando si sente criticato; l'**Istrionico** si prodiga in una incessante ed eccessiva richiesta di attenzioni, il **Borderline** agisce le sue instabili ed intense emozioni.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

I TRE CLUSTER: il Bizarro

Il cluster **Bizarro** è quello che ha a che fare con i disturbi del pensiero.

Da questo cluster possono uscire le forme bizzarre che danno corpo alle gravi malattie mentali. Le grandi emozioni sono arrivate qui a danneggiare i pensieri, cioè lo strumento di conoscenza che ci permette, tra l'altro, di leggere e gestire le relazioni interpersonali.

Quando sopraffatto da intense ed ingestibili emozioni e lasciato solo in condizioni di carenza, il soggetto, per poter continuare in qualche modo a funzionare, ha bisogno di ricorrere a potenti meccanismi di difesa, tra cui la modificazione della percezione della realtà che la rende sopportabile, fino al delirio.

Le forme bizzarre del pensiero sono meccanismi difensivi attuati in situazioni drammatiche, soprattutto per la mancanza, per la mente immatura e fragile del soggetto, di un supporto empatico di una figura di riferimento che permette di sostenere il disagio. Perciò il soggetto modifica la percezione del reale onde evitare di sperimentare stati intollerabili. Privo di sostegni fugge nei suoi pensieri.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Il Cluster Ansioso: il Dipendente



Caratteristiche interpersonali

Il Dipendente presenta il forte bisogno di relazionarsi con una persona dominante, che dovrebbe continuamente offrirgli cure e guida.

Il desiderio del Dipendente è quello di mantenersi costantemente in contatto con questa persona, dandosi da fare per soddisfare i suoi desideri, anche se questo può significare sottomettersi a lei ed arrivare a tollerare l'abuso.

Il Dipendente pensa di essere incompetente dal punto di vista strumentale, incapace di prendersi cura dei propri bisogni e di risolvere i problemi che deve affrontare. Pertanto crede di non poter sopravvivere senza avere vicino la persona dominante.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Il Cluster Ansioso: il Dipendente



Principali deficit

Incapacità di stare da solo per la vitale necessità di relazioni interpersonali accudenti. Conseguenti ansia di separazione e sentimento di vuoto e umore depresso in assenza della persona da cui dipende.

Difficoltà a prendere le decisioni quotidiane, o iniziare progetti, in assenza di consigli e rassicurazioni. Difficoltà ad esprimere il disaccordo verso gli altri.

L'incapacità di usare la propria testa e di avere propri scopi porta il Dipendente a credere di volere quello che desidera la persona che lo accudisce.



Mancanza di fiducia nelle proprie capacità strumentali, con conseguente richiesta di continue conferme e rassicurazioni.

La sua famiglia ha le caratteristiche tipiche dell'invischiamento, fusionalità e difficoltà di separazione.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Il Cluster Ansioso: il Dipendente



Storia evolutiva

Il bambino è stato eccessivamente protetto in un ambiente carico di ansia contagiosa. Ha subito la potente squalifica implicita nella compulsione genitoriale ad aiutare, consigliare, fare al posto suo, mettere in guardia.

Invece di lasciare che il bambino imparasse a fare autonomamente le cose, il genitore ha continuato a fornirgli aiuto e protezione, più per una sua necessità che per i reali bisogni del figlio, inibendolo.

Entrambi i genitori possono aver alimentato tale simbiosi, oppure può essere mancato l'intervento protettivo del padre contro l'atteggiamento simbiotico della madre e di eventuali altri parenti, tipicamente la nonna materna.



Il Dipendente ha sviluppato così un grande senso di inadeguatezza personale ed il bisogno di stare vicino e dipendere da qualcun altro, considerato rassicurante, che abbia le risorse per affrontare le difficoltà e le incombenze, anche a costo di sottomettersi a lui. Tali modalità hanno trovato conferma e rinforzo nelle relazioni sociali successive.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Il Cluster Ansioso: il Dipendente



Conseguenze funzionali

Tali pazienti possono presentare una compromissione della vita lavorativa e delle relazioni affettive. In ambito lavorativo sono presenti difficoltà a prendere decisioni autonome e tendenza ad assecondare le richieste di capi e colleghi, per poi sentirsi sfruttati o non adeguatamente considerati.

Le relazioni sociali ed amicali possono diventare difficili quando il soggetto ha una relazione sentimentale in atto; ciò a causa del suo investire tutto il tempo e le energie nella relazione affettiva col partner, trascurando il resto.

I rapporti affettivi possono infine essere fonte di sofferenza a causa del grande investimento di energie nel soddisfare le esigenze e i desideri dell'altro, senza avere in cambio analogo trattamento né riconoscimenti.



Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Il Cluster Ansioso: il Dipendente



Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Il Cluster Ansioso: il Dipendente

Condizioni che attivano lo schema di risposta

Condizioni in cui si prevede l'autonomia e la solitudine.

Convinzioni su di Sé

“Sono debole, bisognoso e impotente se sono solo” “La peggior cosa è essere abbandonato, devo fare di tutto per mantenere la relazione, sottomettermi e non offendere” “Ho paura di essere solo e non voglio contraddire” .

Convinzioni sull'altro

Assoluto bisogno di protezione, guida sostegno (una “stampella” senza cui è impossibile vivere).

Convinzioni su di Sé in relazione all'Altro

- Sottomissione, generosità, compiacimento. Accudimento compulsivo, si tenta di costringere l'altro con la “bontà” ad occuparsi di sé.
- Ricerca continua della vicinanza. Impossibilità di intimità e di autonomia.
- Forte paura del distacco.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Il Cluster Ansioso: il Dipendente

Tematiche relazionali

Aspettative del soggetto

- Consapevole: ricevere protezione dal rischio, guida e sostegno.
- Inconsapevole: di essere abbandonato

Comportamenti del soggetto

Evita ogni confronto, differenziazione o contrasto per i quali si teme il peggio: la rottura e l'abbandono. Priva la relazione di ogni stimolo che possa alterarne la stabilità e la vicinanza (priva di intimità).

Risposta dell'ambiente (gli Altri)

- Potrebbe farti sentire un mito. È presente il rischio che si riproduca il ciclo simbiotico disfunzionale (fino ad arrivare ad una vera e propria relazione sado-masochistica),
- Oppure, il rischio opposto, che l'altro infastidito dalla vischiosità e passività del dipendente, alla lunga lo abbandoni.

Risposta del soggetto

Ansia, panico, depressione abbandonica, rabbia, aggressività, gelosia

Coerenza delle tematiche relazionali

Ricerca la conferma del copione abbandonica.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

II Cluster Ansioso: l'Evitante



Caratteristiche interpersonali

L'Evitante prova una intensa paura dell'umiliazione e del rifiuto. Sentendosi inadeguato, sta lontano dagli altri e dalle situazioni sociali e si controlla in modo da evitare possibili imbarazzi.

Desidera intensamente amore ed accettazione, ma riesce ad aprirsi e ad essere intimo solo con le poche persone che hanno dimostrato nel tempo, dopo aver superato scrupolosi esami, che sanno essere veramente affidabili e sicure.

Quando stabilisce una relazione, tende ad assumere un atteggiamento sottomesso per paura di perderla e ritornare ad essere solo. Occasionalmente può succedere che perda il controllo e che abbia esplosioni di rabbia.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

II Cluster Ansioso: l'Evitante



Principali deficit

Convinzione di valere poco, di essere poco interessante ed attraente. Profondo senso di inadeguatezza nella vita di relazione, timore delle critiche e disapprovazione degli altri.

Paura del giudizio altrui, predisposizione a vergognarsi di sé, timidezza estrema, tendenza a farsi da parte, ad isolarsi. È colpito il senso di appartenenza alla famiglia e alle relazioni.

Sentimento di estraneità e di esclusione.

Deficit di monitoraggio, cioè scarsa capacità di riconoscere gli stati interni, le proprie emozioni.

L'Evitante è una persona opaca a se stessa e agli altri. Tuttavia ciò avviene ad un livello moderato. "L'Evitante saprebbe raccontare al suo diario i propri sentimenti, ma non comunicare a parole la dolorosa difficoltà del vivere con gli altri" (Dimaggio e Semerari, 2003)

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Il Cluster Ansioso: l'Evitante



Storia evolutiva

Il bambino ha fatto esperienze ripetute in cui ha provato sentimenti di vergogna e si è sentito impossibilitato a esprimere apertamente i propri pensieri ed emozioni.

L'atteggiamento di controllo e critica subito lo hanno portato a sentirsi bloccato e ad adottare atteggiamenti di formale compiacenza.

Per lui la vicinanza ha sempre significato scegliere tra sentirsi costretti o umiliati.

Ha preferito pertanto coltivare relazioni che consentissero di mantenere una distanza di sicurezza.

L'accudimento familiare è stato formale e piuttosto distaccato.



Spesso queste persone ricordano di non aver avuto un rapporto significativo con uno dei genitori, vissuto come critico e sarcastico. Modestamente compensatorio l'atteggiamento dell'altro genitore.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Il Cluster Ansioso: l'Evitante



Storia evolutiva

Secondo la Benjamin in famiglia era presente un eccessivo controllo finalizzato alla costruzione, nel bambino, di una immagine sociale fonte di apprezzamento. Veniva attribuito grande valore alle opinioni esterne alla famiglia.

Il bambino doveva pertanto coltivare un'immagine sociale ammirevole.

Le imperfezioni e gli sbagli erano vissuti con grande imbarazzo ed umiliazione, sia dal bambino che dalla sua famiglia.

I familiari, oltre ad esortarlo a farsi valere, deridevano in modo umiliante ogni suo fallimento.



Questo spiega la grossa autocritica, la scarsa stima di sé e la grande sensibilità all'umiliazione, al giudizio altrui, proprie dell'Evitante, che, pur essendo capace di fornire prestazioni adeguate, si preoccupa molto di esporsi pubblicamente, teme di fare errori e tende a controllarsi e a limitarsi.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Il Cluster Ansioso: l'Evitante



Conseguenze funzionali

Questi persone tendono generalmente a mantenere un discreto funzionamento sociale e lavorativo.

Sul lavoro si negano ambizioni di carriera e quindi di confronto.

Le relazioni sociali sono piuttosto abituali e familiari.

L'umore depresso, conseguenza di una vita piuttosto rinunciataria, può spingere l'individuo a richiedere l'intervento psicologico.



A volte possono fare uso di sostanze, in particolare alcool, per cercare di affrontare in qualche modo il malessere. Talvolta possono arrivare ad abusare delle stesse.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

Il Cluster Ansioso: l'Evitante

Condizioni che attivano lo schema di risposta

Situazioni sociali in cui si prevede il rifiuto e critica.

Convinzioni su di Sé

"Sono incapace e indesiderabile, gli altri non mi vogliono" "Non posso sopportare sentimenti spiacevoli, meglio che mi distraga pensando ad altro, bevendo un drink, guardando la tv o con uno psicofarmaco" "Meglio non fare nulla che rischiare di sbagliare" "Quando c'è una tensione la relazione è finita, meglio chiuderla". "...Tanto passerà".

Convinzioni sull'altro

È qualcuno da cui tenersi lontani perché potrebbe criticare. È un giudice pericoloso e al tempo stesso un'essenziale fonte di validazione della propria identità.

Convinzioni su di Sé in relazione all'Altro

- Ogni situazione sociale è uno stress: fonte di imbarazzo e di sensazioni di timidezza; costante paura di fare una brutta figura, senso di inadeguatezza.
- Il Sé è percepito costantemente sotto esame.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

II Cluster Ansioso: l'Evitante

Tematiche relazionali

Aspettative del soggetto

Consapevole: consenso e approvazione.

Inconsapevole: disapprovazione, giudizio, esame

Comportamenti del soggetto

Evita le possibili situazioni sociali nuove, limita notevolmente il comportamento esplorativo.

Risposta dell'ambiente (gli Altri)

- È possibile provare nella relazione un senso di fatica e di noia. Questo per la difficoltà dell'evitante ad aprirsi e comunicare le proprie idee ed emozioni.
- L'evitante può stimolare anche un senso di protezione e un discreto coinvolgimento emotivo.
- È possibile provare distanza, non conferma, facilmente lo si giudica, si mostra indifferenza, lo si svaluta.

Risposta del soggetto

Senso di incapacità e indesiderabilità, ansia, ritiro.

Coerenza delle tematiche relazionali

Ricerca di conferma dell'identità negativa attraverso la critica.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com

II Cluster Ansioso: l'Ossessivo-Compulsivo



Caratteristiche interpersonali

L'Ossessivo-Compulsivo vive con la costante, grossa paura di commettere errori, di essere accusato di non fare le cose in modo perfetto.

La ricerca dell'ordine lo porta a biasimare e controllare eccessivamente gli altri.

L'atteggiamento di controllo si alterna all'obbedienza deca all'autorità o a un principio morale.

L'Ossessivo-Compulsivo interagisce volentieri con chi si sottomette facilmente alle sue richieste e ai suoi modi di fare e del quale tende ad ignorare i bisogni.

Sono in lui presenti autodisciplina eccessiva, limitata espressione dei sentimenti, dura autocritica e trascuratezza di sé.

Dr. Antonio Castriotta Via della Repubblica, 19 Bari 338-4492736 a.castriotta@gmail.com