

## *La personalità ossessivo-compulsiva*

Claudia Ciotti\*

**L'**azione formativa si rivolge alla persona nella sua totalità. Non sembra inutile qualche conoscenza più approfondita degli aspetti psicodinamici della personalità. Poterli descrivere ci permette di comprendere meglio la persona, di farci un'idea del suo modo di affrontare la vita, verso quali schemi mentali e comportamentali, di relazione e affettivi è più incline.

Nel presente articolo, affronto lo *stile* di personalità chiamato «ossessivo-compulsivo». Non tratto, quindi, la variante nevrotica o apertamente patologica di questo disturbo, ma mi riferisco a caratteristiche che si ritrovano nella persona normale e per altri aspetti ben sviluppata dal punto di vista interiore e sociale.

Ho voluto integrare i dati che deriviamo dai manuali di psicologia clinica<sup>1</sup> con il vissuto di fede cristiana, nella speranza di aiutare il lettore a comprendere quanto una conoscenza più approfondita delle dinamiche psichiche, se usata correttamente, faciliti la comprensione profonda della persona e favorisca il formatore nell'attuare le forme di intervento più utili per una appropriazione dei valori vocazionali.

### ***Il bisogno di tenere tutto sotto controllo e la rigidità affettiva***

A livello esistenziale, il problema della personalità ossessivo-compulsiva (da ora in poi nominata con la sigla O-C) è quello di saper padroneggiare un'ansia di fondo che non le permette di affrontare la realtà con la giusta tensione e con la capacità di saper gustare gli aspetti di riposo e di piacere, necessari per mantenere un buon equilibrio a tutti i livelli.

L'ansia deriva dal bisogno di avere tutto sotto controllo e si associa a sensi di colpa sproporzionati e spesso ad atteggiamenti autopunitivi. Per queste persone è fonte di troppa ansia quella circostanza o situazione che si presenta come rischio, eventualità, imprevisto, come lo è la necessità di prendere decisioni, che chiederebbe creatività e fiducia per essere affrontata. Tanto più forte è questa ansia, tanto più la persona sviluppa atteggiamenti ad essa proporzionali: dall'apprensione al senso di

---

\* Psicologa, Milano. Insegnante all'Istituto Superiore per Formatori.

responsabilità, all'impegno fino al perfezionismo, alla scrupolosità, o addirittura ad una «quasi paralisi» che porta all'incapacità di decidere. Queste persone, anche quando ottengono qualche buon risultato non riescono a provare gusto e soddisfazione per i loro successi, magari conseguiti con sforzo e dedizione. Tendono, invece, a viverli come qualcosa di dovuto, a sentirsi sempre inadeguati, a considerarsi non meritevoli dei complimenti o della gratitudine degli altri.

Potrebbe essere facile prendere a prima vista questo atteggiamento per umiltà. Ma nella personalità O-C questo atteggiamento non sarebbe tanto l'esito di una virtù quanto invece di una costrizione interna: lui/lei non possono fare diversamente. La controprova del fatto che non sembra un atteggiamento virtuoso è data dal tono emotivo della persona stessa. Incapace di provare soddisfazione, essa mostra un tipo di affetto coartato, tendente all'ansia e alla depressione o all'irritazione; non mostra la serena disposizione di chi apprezza i successi e tuttavia non vi attacca il cuore. Pensiamo a quanto sia difficile per tali persone sviluppare quel senso di gratitudine liberante che deriva dall'aver scoperto la «perla preziosa» del Regno di Dio (Mt 13,46)! Quella scoperta viene subito tradotta in compito da eseguire.

Questo bisogno di avere tutto sotto controllo e di dare sempre e comunque risposte corrette e la conseguente rigidità del mondo affettivo possono ostacolare o rendere più difficile la crescita nei valori vocazionali. L'ostacolo è proprio nella qualità costrittiva, non-liberante, auto-impositiva del sentire ossessivo-compulsivo che porta a vivere i valori più come regole morali da osservare che invito a giocare in libertà.

Il bisogno e l'importanza attribuita alle regole, all'impegno a costo del sacrificio personale, il desiderio di perfezione, del fare le cose bene e con criterio, sono tutti atteggiamenti che, di per sé, non sono negativi e anzi possono essere molto utili nel cammino di formazione. Ma nell'ossessivo-compulsivo diventano espedienti per tamponare il pericolo di non avere tutto sotto controllo, pericolo che deve fuggire perché se si dovesse realizzare gli comporterebbe il rischio di fare scelte personalizzate il che è da lui/lei avvertito come minaccia o almeno come indebito arbitrio. Sono, quindi, al servizio di una pretesa inconscia di dominare il mondo interno ed esterno. Diminuiscono la sua libertà di movimento e rischiano di assumere la tonalità del legalismo, della cocciutaggine e ostinazione, del perfezionismo e della colpa, suggerendo atteggiamenti di intransigenza e rigidità verso se stessi e verso gli altri

Un formatore o accompagnatore vocazionale dovrebbe essere attento a cogliere questi segni per valutare quanto la persona stia effettivamente crescendo nei valori o quanto invece sia più preoccupata ad aderire a regole e norme che diano certezze, che le evitano l'ansia di dover decidere in prima persona, avviando un processo illusorio di crescita che prima o poi mostrerà tutta la sua inconsistenza. La scheda in appendice può aiutare a fare le debite distinzioni.

Ma da dove viene questa modalità inautentica? Abbiamo già detto che la personalità O-C tende all'osservanza delle regole perché ha bisogno di avere sotto controllo la situazione. Si sforza di fare ordine, di prevedere l'imprevedibile, di non essere trovata indegna o inadeguata. Circa le origini di questo atteggiamento sottolineo due aspetti che mi sembrano significativi: è un atteggiamento che risponde ad una paura di fondo e nasce da una precomprensione illusoria.

## ***La paura del contatto con i propri sentimenti***

La paura è quella di subire la punizione (forse solo immaginata e irrealistica) da parte delle figure autorevoli e significative nel caso che si venga trovati inadeguati. Ma la paura è anche quella di venire a contatto con la propria aggressività: quel potenziale reattivo che genera autonomia e affermazione di sé, che dà l'energia per rischiare, per prendere le distanze dagli altri, per prendersi le proprie responsabilità. La rabbia, invece, è avvertita come qualcosa di difficilmente controllabile, e potenzialmente distruttiva, e per questo fa paura.

Questi aspetti emotivi profondi si trovano ad un livello per lo più inconscio della personalità ed è difficile aiutare la persona a scoprirli e a liberarsene. Di fatto la personalità O-C mostra una scarsa consapevolezza del proprio mondo emotivo, che tende spesso a reprimere, preferendo affrontare la realtà con le armi della logica e della ragione. Queste difese di tipo intellettualistico le permettono di evitare il contatto con le proprie risonanze affettive. Possono avere una loro utilità in molte circostanze, ma se usate in modo rigido ed esclusivo producono un approccio parziale alla realtà. Le decisioni – difficili da prendere se ci si attiene solo a considerazioni razionali – avranno il sapore dell'imposizione («si deve fare così») e saranno dovute più al volontarismo che alla forza di volontà.

Da ciò deriva anche la difficoltà a provare una genuina contentezza per ciò che si vive. Sul gioire per il lavoro che si sta facendo prevale la preoccupata coscienziosità. Tutti abbiamo in mente esempi di quell'espressione sempre tesa e corruciata, tendente alla lamentosità e all'irritazione, di persone preoccupate dell'esecuzione puntuale dei doveri, ma incapaci di gioia cristiana. Evidentemente, tale sentimento profondamente evangelico – che fin dai testi paolini è ritenuto un dono dello Spirito Santo (Gal 5,22) – stenta a fiorire sotto la tirannia del dover sempre essere come dei bravi soldatini.

Inibendo la dimensione emotiva della vita, anche le relazioni interpersonali sono vissute nella lealtà e nella correttezza, ma rischiano di essere un po' distaccate, fredde, poco coinvolgenti, molto improntate sulle cose da fare, ma in cui difficilmente emerge a consapevolezza il rapporto personale come gratuitamente significativo. Tutto ciò che è gratuito, libero, spontaneo, non è molto familiare alla personalità O-C.

## ***L'attesa recondita***

La precomprensione illusoria è che il mondo e la vita possano e debbano essere totalmente sotto controllo. Si comprende la caratteristica illusoria di tale pretesa, che probabilmente affonda le sue radici in un vissuto infantile di bisogno di sicurezza male appagato (troppo o troppo poco), di relazioni familiari dove ha prevalso uno stile educativo rigoroso, dove valori e regole erano tenuti in grande considerazione, e la persona ha sviluppato un ideale di perfezione, ma dove era scarsa o contraddittoria la comunicazione dei sentimenti e degli affetti.

Nella vita adulta è facile che si produca una tendenza a minimizzare o ad escludere dal proprio campo di coscienza le emozioni, tranne l'ansia e talvolta la rabbia. Quest'ultima si presenta facilmente come spontanea e automatica indignazione verso

la trasgressione (di solito più velocemente scoperta negli altri che ammessa in se stessi). Lo scandalizzarsi facile, la difficoltà ad entrare in contatto con l'ambivalenza della realtà (sempre esposta alla grandezza del valore morale, ma anche al disvalore) sono atteggiamenti abbastanza comuni tra le personalità O-C. L'ambivalenza della propria interiorità spesso viene by-passata con l'esclusione del contatto cosciente con quelle risonanze emotive che potrebbero farne sospettare l'esistenza e al loro primo emergere subito censurate come tentazioni disdicevoli (salvo poi ricuperarle nella sfera delle fantasie private tenute fortemente nascoste). L'imposizione del «dover essere» (in modo intransigente anche ai propri occhi) sembra la soluzione più indolore. Tutto ciò che riguarda il mondo emotivo ed affettivo è per definizione poco controllabile e fluido e rappresenta una sfida per la personalità O-C.

Essendo illusoria, la precomprensione si rivelerà prima o poi come tale e se all'inizio serviva per tacitare l'ansia e la rabbia, alla fine non farà che aumentare questi due sentimenti, innescando un circolo vizioso in cui il bisogno di controllo e la frustrazione conseguente, crescono sempre di più.

Nel caso in cui l'ansia è la reazione di base più pervasiva, essa può dare origine a sentimenti di inadeguatezza, atteggiamenti colpevolizzanti, e talora anche inclinare verso un umore depresso (=prevalenza dell'aspetto ossessivo). Se invece prevalgono i sentimenti di rabbia, quando superano il livello di tolleranza possono debordare (*acting-out*) in azioni incontrollate, sporadiche ma intense (=prevalenza dell'aspetto compulsivo).

### ***Pregi che non devono diventare ostacoli***

Una persona che tende alla perfezione, che è dedita alla causa, fedele nel lavoro, coscienziosa, ordinata, riflessiva, non è forse funzionale all'istituzione religiosa, alla comunità, ai valori del servizio e della giustizia, all'annuncio del vangelo?

Da quanto detto finora possiamo concludere che le caratteristiche della personalità O-C diventano un problema nella misura in cui sono inconsapevoli e rigide e riducono lo spazio della libertà. È in tal caso che la persona si trova schiacciata da una dialettica di frustrazione e non da una dialettica di rinuncia. La differenza tra una tensione di frustrazione e una di rinuncia è che nella prima la persona non cresce, la tensione non produce una evoluzione, ma lascia la persona sempre più stanca e debole. Perché, invece, ci sia una reale tensione di rinuncia che risponde al «se vuoi...» di Gesù è necessario un certo grado di consapevolezza interiore<sup>11</sup>. Provo ad offrire alcuni esempi di tensione che non produce crescita:

\* Il tendere alla perfezione quando è vissuto come un dovere e nella paura di rendere conto ad un giudice implacabile, non come desiderio di somigliare sempre di più a Dio che ci ama così come siamo, aspetta con pazienza la nostra conversione e alla fine ci farà dono della somiglianza a lui «compiendo in noi l'opera che ha iniziato» (Cf Sal 138,8; Fil 1,6) indipendentemente dal nostro merito.

\* Una modalità eccessivamente ansiosa di vivere la vita, che non consente di gustare l'affidamento all'amore misericordioso di Dio.

\* La paura di sbagliare che porta a passare in rassegna tutte le possibilità e infinite alternative facendo diventare degli eterni indecisi.

- \* Un tipo di relazione formale e distante che blocca il calore dell'incontro fraterno.
- \* Una scrupolosità che promuove atteggiamenti autopunitivi e induce a ricercare continuamente il sacramento della riconciliazione, senza riuscire mai a gustare la gioia del perdono.

La scheda in appendice può aiutare a distinguere la direzione adattiva (tensione di rinuncia) oppure disadattiva (tensione di frustrazione) dello stesso e identico tratto di comportamento.

***Ossessività e compulsività: due manifestazioni diverse con una radice comune.***

Tra le personalità O-C ve ne sono alcune più ossessive che compulsive e viceversa.

Entrambe condividono il tentativo di evitare il senso di colpa che insorge qualora si accetti di prendere una decisione. Entrambe temono quell'autonomia che consiste nel trovare il coraggio di affermarsi con le proprie scelte. Entrambe difendono l'autostima evitando di entrare in contatto con l'ambivalenza del proprio sentire o del proprio pensare.

La differenza è che gli ossessivi fronteggiano queste ansie comuni usando il pensiero, mentre i compulsivi «preferiscono»<sup>iii</sup> l'azione.

Tutti noi probabilmente sperimentiamo delle forme di pensiero ossessivo o di azione compulsiva, ma queste diventano patologiche solo quando raggiungono certi livelli di disadattamento, quando sfociano o si associano ad uno stile di rigidità o sono dei veri e propri sintomi di disagio psichico. È a questo punto che si parla di un disturbo di personalità ossessivo-compulsivo (OCPD) o di disturbo ossessivo-compulsivo (DOC)<sup>iv</sup>.

*Gli ossessivi*, quando una decisione è ormai improrogabile, sviluppano pensieri insistenti, che possono presentarsi a diversi livelli di problematicità: da una forma di meticolosa analisi dei pro e contro fino a forme di pensiero intrusivo, disturbante e indesiderato, che abbinate al senso di colpa producono scrupolosità<sup>v</sup>. L'O-C «pensa» che frazionare in pezzi la realtà e analizzarli uno ad uno con pignoleria salvi la precomprensione illusoria del controllo della realtà. Tali persone arrivano alla decisione dopo lunghe trafilate di valutazioni approfondite, ma ci arrivano più per spossatezza che per libera convinzione. I manuali parlano di ruminazione, intendendo con ciò quell'attività continua e spesso inconcludente che caratterizza il pensiero ossessivo. Il dubbio esistenziale la fa da padrone: è quello che i primi psicoanalisti chiamarono «mania dubitativa»<sup>vi</sup>, che può portare a non scegliere per la paura di non controllare le conseguenze della propria scelta (spesso immaginate come nefaste), e per il fatto che ci si sente in colpa all'idea di darsi la libertà di prendere l'iniziativa. Se l'attività ruminativa è cospicua la persona si perde nel valutare, ma non giunge ad una operatività né compulsiva né deliberata. È facile immaginare il disagio che questa dinamica può creare quando la persona ha responsabilità di governo, è un padre/madre di famiglia, o è in un cammino di ricerca vocazionale rendendolo inconcludente.

*I compulsivi*, invece, per alleviare l'ansia che le riflessioni e i pensieri susciterebbero passano all'azione. Ma è un'azione automatica, che sfugge al controllo razionale in quanto più che propositiva è una via di fuga da uno stato di disagio. Non è quindi in grado di dare sollievo duraturo. Anzi ha l'esigenza di essere ripetuta sempre più frequentemente.

Nel suo ripetersi compulsivo l'azione elude la presa di coscienza che è in atto una scelta, diventando fine a se stessa. Ad esempio, l'aiutare gli altri può diventare una premura così insistente ed assillante da essere soffocante per chi è aiutato e sproporzionata rispetto alle effettive necessità. Ci sono anche azioni compulsive inutili (come controllare ripetutamente se abbiamo chiuso il gas, rifare i conti cento volte...) quando non anche dannose (come il lavarsi ripetutamente le mani fino a prodursi escoriazioni); ma qui siamo già sul versante patologico.

L'esempio appena fatto dell'aiuto agli altri può essere ampliato con riferimento alla compulsività nel lavoro. La persona che si sente in dovere di essere sempre attiva e lavorare può essere molto utile alle esigenze comunitarie. Anzi, l'ambiente stesso, con le sue richieste, può rafforzare questo atteggiamento senza preoccuparsi delle motivazioni profonde (e spesso inconsce) che spingono la persona ad agire con tale generosità. Ma in questo modo non ci si rende conto che si sta rinforzando il senso di colpa e di inadeguatezza, ossia che si sta esasperando la persona. Qualche volta sarebbe opportuno rallentare nel dare troppi incarichi, per permettere a persone così (generalmente individuabili dalla pesantezza con cui fanno fronte agli impegni quotidiani) di incontrarsi con la paura di sentirsi inutili e non all'altezza della situazione. La vicinanza di qualcuno che le accompagna con calore ed umanità nel momento del «vuoto» operativo può essere un dono grandissimo per liberarsi da dinamiche psichiche immature e lasciare che emerga la domanda: «io valgo per quello che faccio o per quello che sono?».

### ***Suggerimenti educativi***

L'obiettivo di fondo dovrebbe essere quello di ampliare la visione del mondo e di sé abbastanza costringitiva e limitata che l'O-C mostra di avere. Attorno a questo obiettivo ruotano i seguenti suggerimenti.

1. *Attenzione a non approfittarsi.* Come già visto, alcuni tratti ossessivi-compulsivi posso fare comodo per i programmi e le attività delle istituzioni e possono assicurare i formatori sulla bontà e applicazione dell'interessato. Tuttavia conviene non abusare troppo di questi vantaggi né dormire sonni tranquilli sulla bontà «apparente». Nel tempo, l'O-C non rimane una formichina laboriosa né si rivelerà un uomo di convinzioni. Se è in atto una dinamica ossessivo-compulsiva, la gradita forza-lavoro diventerà schiavitù dal senso di colpa e il senso del dovere rabbia inconscia per la bontà coatta. Le dinamiche psichiche – anche se, come in questo caso, apparentemente favorevoli – non producono automaticamente vantaggi morali o spirituali. L'invito dunque è che le istituzioni e gli educatori non si relazionino a proprio vantaggio con l'O-C, ma siano attenti alla sua possibile evoluzione o involuzione nel futuro.
2. Favorire l'O-C a *prendere contatto con le proprie emozioni*, attenuando l'ansia o la negazione di esse. A causa del bisogno eccessivo di controllo, dirà di non sentire niente, ma ciò che intende dire è che non può permettersi di esporsi al

pericolo o alla inutilità di sentire. Quelle emozioni possono però essere recuperate aiutando l'O-C ad osservare il suo modo di comportarsi, almeno stimolando la curiosità di sapere cosa c'è. Quando, con la fiducia nell'educatore, egli arriva a permettersi di sentire qualcosa, bisognerà lavorare perché accetti quei sentimenti e quelle emozioni come parte di sé, e non giunga immediatamente ad un giudizio, etichettandole subito come buone/cattive, belle/brutte, positive/negative, utili/inutili. A tal fine valgono alcune distinzioni: sentire non significa acconsentire; accettare non significa subire; emozione non è sinonimo di tentazione ma di energia da gestire...

3. In tema di affetti, particolarmente delicati sono quelli circa la *colpa e l'aggressività*. Sono sentimenti che l'O-C associa immediatamente ad immagini di condanna (colpa) e di impulsività sfrenata (aggressività). Li comunica, quindi, all'educatore trasferendo in lui il senso della tragedia imminente che è la tragedia con cui li vive dentro di sé. Sta alla calma dell'educatore accogliere quei sentimenti (senza condannarli e senza approvarli) e da loro tagliare via la componente tragica (senza sostituirla con quella gioiosa): ci sono, non determinano l'esito, aspettano di essere guidati. Si tratta, in altre parole, di educare al rispetto della totalità della vita: proprio perché la vita è vita, essa è fatta anche di colpa e di rabbia, prudenza e perdita di controllo, calcolo e rischio... tutte evenienze gestibili senza dover ricorrere al taglio della scure. In altre parole, l'accettazione dei sentimenti fa leva sulla stima e fiducia che l'O-C accetta di investire in se stesso, contro il senso di inadeguatezza e umiliazione.
4. Favorire un *cambiamento cognitivo della precomprensione illusoria* che il mondo e la vita possano e debbano essere totalmente sotto controllo. Conviene riflettere insieme sul fatto che la perfezione non è legata all'impeccabilità o al bisogno di non sbagliare mai, che tollerare l'ambivalenza insita nell'esperienza umana è un obiettivo degno della maturità. È importante il modo con cui l'educatore svolge quest'opera di allargamento: non con lo spirito di chi si accinge a demolire una stupida precomprensione, prodotta da una mente infantile (ricordiamoci che l'O-C è sempre un po' permaloso). Meglio farlo prendendo sul serio la precomprensione stessa: essa è una risposta comprensibile e logica, elaborata da una persona matura e furba, che ha intravisto bene che la vita da adulti comporta aspetti di rischio e di pericolo, che è un affare su cui riflettere ma anche osare e che, proprio per questo, va considerata con serietà. Solo che la risposta del controllo illusorio non sembra *più* la più appropriata. Cioè: il «genio» adulto ha intuito il problema, ma la sua paura infantile lo ha spinto verso una risposta povera. È importante che la persona stessa impari ad essere più indulgente verso di sé e a trattarsi in modo più flessibile.
5. *Portare a compimento il suo senso del dovere*. Come nel punto precedente, non si tratta di svilire la mentalità da «bravo bambino» o di catalogarla come difensiva e inconsistente: qualcosa da distruggere e di cui vergognarsi con il compito (ancora una volta il compito!) di sostituire l'errore con il giusto. Si tratta di rimettere questa mentalità al suo posto di tappa evolutiva e non di esito: una acquisizione raggiunta e fin qui, forse, anche adeguata e sufficiente, ma ora non più (come i tratti ossessivi-compulsivi stanno a dimostrare). Ora ci sono segnali che dicono che conviene *permettersi* di essere più personali (e meno ansiosi) nell'affrontare la vita. Oltre ad individuare gli avvertimenti di crescita presenti, qui è importante riflettere insieme sulla logica dell'amore e sull'inscindibile richiamo fra «lo faccio per dovere o per amore?»<sup>vii</sup> ricordandosi che per l'O-C la

libertà dell'amore – anche se riconosciuta intellettualmente – suona emotivamente come licenza di fuga, una cosa – dunque – di cui non fidarsi troppo.

6. *Allargare l'immagine interiore di Dio* che la persona porta dentro di sé (a livello emotivo-immediato dato che a livello intellettuale sarà abbastanza elaborata grazie alle intellettualizzazioni che l'O-C sa produrre): quanto contano gli aspetti di giudizio, colpa, paura, limite? Quali brani della Parola sono significativi e quali vengono tralasciati? In che termini sa «disegnare» la sua relazione con Dio? Come, secondo lui/lei Dio lo/la guarda?
7. L'O-C potrà incominciare a vedere che la visione di sé che aveva era fin troppo limitata, e potrà permettersi di essere più coraggioso (e meno ansioso) nell'affrontare la vita quando sarà – di fatto e inequivocabilmente – nel *momento della debolezza e del peccato*. Rivivere quel momento alla presenza dell'educatore significa trasformare in tensione di rinuncia ciò che prima, da solo, viveva come tensione di frustrazione. Anziché riattivare la testardaggine del controllo questo tipo di esperienza può innescare la voglia di invocazione e affidamento. Ciò dipende in larga misura da come l'educatore stesso vive i propri deragliamenti.
8. L'O-C ha bisogno di una calda *cordialità* che non sia, però, né invadente né eccessivamente «vicina». Questi estremi lo spaventano e gli provocano un ulteriore irrigidimento e chiusura. Anche un'eccessiva o intempestiva indulgenza riguardo ai limiti e alle colpe che la persona sente di avere potrebbe ulteriormente irrigidirla. Togliere l'aspetto ossessivo-compulsivo dell'impegno non significa togliere l'impegno. Anzi!

## SCHEDA

### *Personalità ossessivo-compulsiva*

Al polo adattivo evidenziamo le caratteristiche di uno «*stile*» di personalità, mentre al polo disadattivo le stesse caratteristiche, per intensità e qualità, si presentano come dei veri e propri «*disturbi*» (stile e disturbo non sono la stessa cosa). Sull'asse tra i due poli si possono trovare posizioni intermedie più o meno gravi.

(Flessibilità) Livello adattivo ← → Livello disadattivo (Rigidità)

<b>Stile</b>	<b>Disturbo</b>
Capacità di concentrazione.	Analisi minuziosa dei dettagli (più facili da controllare!), ma perdita della visione d'insieme.
Impegno a fare con competenza e bene.	Perfezionismo che non permette di sentirsi soddisfatti del lavoro fatto e che spinge a non concluderlo mai.
Decisione ponderata, operosa ed efficiente.	Indecisione e dubbio cronico. Dilazione eccessiva.
Rispetto delle norme, ma anche delle persone e del bene comune perché delle norme ne comprende il senso.	Moralismo e legalismo, volontarismo e rigidità nell'applicare la norma.
Rapporti riservati, ma cordiali; all'occorrenza, nel valutare le situazioni sa anche lasciarsi andare ai suggerimenti che vengono dall'affetto.	Apparentemente razionale e controllato, ma formale e incapace di integrare l'affetto nel vissuto relazionale. Si irrigidisce in situazioni che chiedono intimità.
Le emozioni disturbanti sono parzialmente conscie e generalmente sotto controllo.	Le emozioni disturbanti sono subito rimosse per cui, agendo in modo inconscio, portano a reazioni esagerate di rabbia e/o di evitamento.
L'ansia, presente, ma sotto controllo, non impedisce il normale svolgimento delle attività.	L'ansia produce un'agitazione sproporzionata alla situazione che si tenderà di evitare. Sintomi fobici.
Integra l'aggressività nel vissuto ordinario e la sa usare come energia per affrontare le situazioni difficili.	Inibisce l'aggressività perché l'avverte come forza distruttiva.
Senso del dovere molto alto, ma anche capacità di godere di ciò che piace.	Senso del dovere costringente, che non permette autoindulgenza, e concessioni al piacere; sensi di colpa inibenti.
Predilige il tempo del lavoro e vi dedica molte energie, ma sa anche distaccarsene.	È interamente assorbito dal lavoro e non riesce a godere dei tempi liberi e di vacanza; non riposa mai.
Sa fare festa e riposarsi, dedicarsi a interessi personali (con preferenza per quelli che richiedono attenzione analitica), ma che trova rilassanti.	Se è costretto a prendersi tempi di vacanza sta male, li organizza, ma con tensione, come se fossero un lavoro.
Abitudinario, ma capace di flessibilità.	Rigido e testardo, si irrita se qualche cosa viene spostato o cambiato rispetto alla consuetudine o alle previsioni.
Preferisce lavorare da solo, ma sa anche collaborare.	Incapace di collaborare con gli altri, a meno che non entrino nei suoi schemi.
Uso parsimonioso dei soldi, cautela, ma capacità di condivisione.	Tende all'avarizia, in assenza di tornaconto personale manca di generosità.

---

i D. Shapiro, *Stili nevrotici*, Astrolabio, Roma 1969; G.O. Gabbard, *Psichiatria psicodinamica*, Raffaello Cortina Editore, Milano 1995; L.S. Benjamin, *Diagnosi interpersonale e trattamento dei disturbi di personalità*, Las, Roma 1999; L. Sperry, *I disturbi di personalità; dalla diagnosi alla terapia*, McGraw-Hill, Milano 2004; V. Lingiardi, *La personalità e i suoi disturbi*, Il Saggiatore, Milano 2004.

<sup>ii</sup> Su questo tema può essere utile utilizzare anche la scheda editoriale, *Distinguere i tipi di sofferenza* in «Tredimensioni», 3(2006), pp. 73-74: <http://www.isfo.it/files/File/Studi%203D/Terenghi06.pdf>

<sup>iii</sup> Le virgolette segnalano la natura inconscia di tutte queste dinamiche. Per semplicità usiamo in modo improprio verbi che supporrebbero una deliberata volontà di agire in tale modo.

<sup>iv</sup> Ci riferiamo qui alla classificazione ufficiale del *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, (DSM-IV-TR), 2000, pubblicato a cura dell'Associazione Psichiatrica Americana, di diffusione mondiale.

<sup>v</sup> Cf per un approfondimento L. Sperry, *Psicologia ministero e comunità*, EDB, Bologna 2007, pp. 107-109.

<sup>vi</sup> Cf N. McWilliams, *La diagnosi psicoanalitica*, Astrolabio, Roma 1999, p. 315.

<sup>vii</sup> Per l'intreccio dei due aspetti cf A. Manenti, *Vivere gli ideali/2; fra senso posto e senso dato*, EDB, Bologna 2003, pp. 93-108.