

## Tra innamoramento e competizione: il caso di Fabrizio

Marianna Trimboli<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Psicologa, Psicoterapeuta Cognitiva

### *Riassunto*

Il seguente caso clinico descrive il processo psicoterapeutico con cui un uomo adulto, Fabrizio, riconosce come un'ossessione amorosa sia in realtà un meccanismo sintomatologico della propria patologia, ovvero un Disturbo di Personalità Narcisistico. Durante la descrizione del caso, condotto nei termini della psicologia cognitivista, particolare attenzione viene data ai processi cognitivi e metacognitivi che caratterizzano tale malattia. Il percorso è passato dalla condivisione delle caratteristiche personologiche di Fabrizio alla ricerca di strategie più funzionali che presupponessero un maggiore utilizzo di funzioni metacognitive. Grande importanza ha assunto la relazione terapeutica, come strumento e strategia di cambiamento.

### *Summary*

The following clinic case describes the psychotherapeutic process by which an adult man, Fabrizio, recognizes it as an obsession love is actually a symptom of his disease mechanism, which is a Narcissistic Personality Disorder. During the description of the event, conducted in terms of Cognitive Psychology, special attention is given to cognitive and metacognitive processes that characterize the disease. The route went from sharing in personality characteristics of Fabrizio looking for more functional strategies which assumes a greater use of metacognitive functions. Has assumed great importance the therapeutic relationship, as a tool and strategy for change.

### **Descrizione del problema del paziente**

Fabrizio, 39 anni, sposato con tre figli, vive in una cittadina dell'Abruzzo ed è un operaio metalmeccanico. Viene inviato da una collega con cui collaboro, la quale aveva avuto in terapia la moglie (Sara) per un disturbo agorafobico, e che quasi costringe il marito ad effettuare una consulenza psicologica, poiché esasperata dai modi dello stesso nella gestione delle attività

Marianna Trimboli, *Tra innamoramento e competizione: il caso di Fabrizio*, N. 8, 2011, pp. 74-97

Psicoterapeuti in-formazione è una rivista delle scuole di formazione APC e SPC. Sede: viale Castro Pretorio 116, Roma, tel. 06 44704193 pubblicata su [www.psicoterapeutiininformazione.it](http://www.psicoterapeutiininformazione.it)

quotidiane familiari ed in specifico nell'educazione dei figli: Fabrizio tende ad imporre il suo punto di vista in maniera autoritaria, avvalendosi spesso dell'uso della violenza verbale e fisica, ha un umore a dire della moglie altalenante, che lo porta ad assumere comportamenti diametralmente opposti in famiglia, spesso indipendenti dalla situazione in sé; questo genera una profonda confusione soprattutto nei suoi bambini, che ultimamente si rifiutano di stare con il padre e sembrano sollevati nei vari momenti di assenza dello stesso. Il tentativo della moglie di confrontarsi su questi meccanismi viene vissuto da Fabrizio con profonda rabbia ed amplifica gli episodi di aggressività, che verso la moglie viene espressa prevalentemente con un atteggiamento di denigrazione e sfiducia nei confronti del suo operato. Fabrizio si difende dagli attacchi della moglie giustificandosi, in quanto ritiene che il comportamento educativo di Sara sia eccessivamente accomodante e poco di insegnamento per i suoi figli; la rabbia diviene una esasperazione che Fabrizio mette in atto a suo dire per reagire ai comportamenti di una famiglia senza regole. Il timore di Fabrizio è che un'educazione troppo accondiscendente i bisogni dei figli possa arrecare un danno agli stessi nel loro futuro, in quanto non insegna a gestirsi nelle situazioni di vita; a tal proposito riporta il seguente esempio: *“l'altro giorno ho deciso di fare la pizza con i miei figli; ho pensato che potesse essere un buon esercizio per sviluppare la manualità fine!. Francesco tutto ad un tratto si è sporcato ed io l'ho rimproverato; lui ha detto che era stanco ed ha iniziato a frignare; ma si può essere stanchi facendo queste cazzate?! Lì mi è partita la brocca ed ho iniziato a dirgli che la colpa era di sua madre, che li coccola e gliela passa tutte e che così non diventerà mai un uomo indipendente”*. Al momento dell'invio la moglie di Fabrizio minaccia di lasciarlo, ovvero ammette una sua stanchezza ed un'incapacità nel comprendere gli “scatti” del marito, al punto che quasi lo costringe a mettersi in gioco con una terapia per comprendere se effettivamente i suoi comportamenti siano corretti o meno. Al primo colloquio, in cui erano presenti entrambe, il mio lavoro è stato, oltre a quello di raccogliere dei dati significativi e che mi riconducessero ad una eventuale sintomatologia, quello di sensibilizzare come una terapia psicologica debba essere legata ad una buona motivazione, se non al cambiamento, quanto meno alla comprensione dei propri meccanismi; l'atteggiamento di Fabrizio, inizialmente, era screditante ed ironico sia nei confronti delle affermazioni della moglie che del terapeuta. Tale comportamento è cambiato nel momento in cui ho cercato di comprendere il sistema di significato che reggeva i suoi comportamenti e valorizzare le sue idee, validandolo cognitivamente (T: *“sicuramente se lei si relaziona in maniera aggressiva con la sua famiglia avrà i suoi buoni motivi, ma è probabile che io non riesca a comprenderli appieno poiché non la conosco e perché non conosco quello che succede prima e che lo porta a reagire così”*). Lasciare uno spazio di personale incapacità del terapeuta a comprendere

alcune reazioni di Fabrizio, lo hanno portato ad accettare la terapia quasi più per farmi capire le sue ragioni che non per sé stesso. Questa accettazione è stata rinforzata dalla moglie, la quale nutriva fortissime aspettative relativamente alla possibilità che la terapia psicologica potesse aiutare Fabrizio a modificare i suoi comportamenti. La sensazione del terapeuta è che Fabrizio accetti la terapia sia per convincere il terapeuta della correttezza del proprio operato che per avere una “alleata” da mettere in campo nei molteplici litigi con la moglie ed in specifico quando veniva attaccato dalla stessa sulla scorrettezza dei suoi modi di fare (*“vedremo se quando la dottoressa capirà cosa succede nella nostra casa se darà ragione a me o a te”*). Questo compromesso ha richiesto una scadenza temporale dei nostri incontri: è stata così proposta una terapia trimestrale per riflettere su dinamiche personali ed interpersonali e capire se esse abbiano un ruolo negli attuali problemi di coppia e familiari.

Dai racconti del paziente emergono le seguenti caratteristiche:

- Rabbia espressa ed aggressività verso oggetti e persone della sua famiglia (figli e moglie);
- Necessità di dover fare attività adrenaliniche che gli consentano di provare delle esperienze forti, poiché nella quotidianità si sente spesso annoiato. Per questo ha moltissimi hobbies: motocicletta, barca, sci, viaggi, che coltiva per un breve periodo e dopo interrompe per passare ad altro.
- Atteggiamento freddo e distaccato nei confronti di situazioni emotive molto forti (*“un giorno ho avuto un incidente con la moto; ero con un amico che quando mi ha visto cadere si è spaventato ed è caduto pure lui; stavo in mezzo alla strada, con le macchine che mi sfrecciavano, dolorante; nonostante ciò ho avuto la prontezza di alzarmi, raccogliere la mia moto ed andare dal mio amico per controllare che stesse bene”*);
- Anaffettività a cui viene dato un significato positivo (*“se sono un mostro o un genio io non lo so, so soltanto che nelle situazioni di stress rendo meglio perché non mi spaventano, ma mi attivano”*), poiché gli consente di essere efficace ed efficiente in tutte le situazioni di vita quotidiana (in una seduta Fabrizio racconta di aver avuto una settimana movimentata a causa della scoperta della leucemia del padre; nel momento in cui il terapeuta cerca di focalizzare sullo stato emotivo, che non emergeva né dall’aspetto verbale dei suoi racconti né dal non verbale, lui risponde: *“mi sono sentito fortissimo, perché sono riuscito a gestire la situazione prontamente, facendogli iniziare subito la chemio”*);
- Percezione di superiorità personale;
- Tendenza a comportarsi in modo autoritario ed ironico per screditare l’Altro ed affermare la propria superiorità;

- Bisogno di ricevere gratificazione e riconoscimento da parte dell'Altro;
- Dinamiche interpersonali di competizione/confronto (*“sono sempre stato bello, bravo in tutto, a casa, a scuola, i miei amici erano bravi ragazzi, in parrocchia; mio fratello strimpellava un attimo uno strumento; a lui era detto sempre bravo, a me mai una volta; a tutt’oggi non so suonare nessuno strumento, secondo me perché l’idea che a mio fratello venisse sempre detto in quel modo mi ha impedito di imparare a suonare qualunque strumento musicale”*).

Se in seguito alla prima seduta, in cui era presente anche la moglie, la richiesta di aiuto era quella di provare a capire se veramente i suoi comportamenti fossero “causa” dei dissapori con la moglie, in seguito emerge una tematica verso cui Fabrizio è molto sensibile, per la quale chiede un aiuto concreto: liberarsi dall’*“ossessione”* per la cognata, Caterina, sorella della moglie, per la quale ammette di provare un sentimento fortissimo, legato anche al fatto che con quest’ultima abbia condiviso una relazione amorosa a tutt’oggi interrotta ma della quale non riesce a fare a meno. Oggi i rapporti con quest’ultima si sono raffreddati, sia perché lei ha deciso di allontanarsi, ma anche perché lui stesso non ammetteva l’ipotesi di essere considerato un marito non encomiabile (*“non riesco a fare a meno dei nostri incontri, ma poi quando ci ripensavo sapevo che la nostra storia non avrebbe avuto futuro; non avrei mai potuto accettare l’idea di essere considerato negativamente dai miei suoceri o dai miei figli”*).

#### *Definizione del problema secondo il paziente*

Al momento dell’inizio il paziente non è assolutamente preoccupato per le lamentele effettuate dalla moglie, che ritiene sia esagerata nei racconti ed inconsapevole che i suoi metodi educativi e comportamentali in genere siano i più corretti tra i due; Fabrizio tende molto a screditare la propria partner, poiché a suo dire ha un atteggiamento eccessivamente emotivo, poco incline al rigore ed al rispetto, per cui tutto quello che lei dice ed anche i tentativi della stessa di difendere i loro figli nei momenti di rabbia di Fabrizio non vengono accettati, poiché è ritenuta fondamentalmente incapace di gestire la famiglia (*“come posso dare retta ad una che in gita a Capri mi chiede a mezzogiorno di mangiare una cioccolata calda, che insegnamento diamo ai nostri figli sugli orari, sul bisogno di mangiare in maniera ordinata....anche lì mi sono incazzato ed è stato un macello quella gita!”*). Nel primo incontro accetta la terapia per dimostrare di provare a mettersi in gioco ed ammette di non avere molta motivazione a riguardo. Fabrizio riconosce gli scatti violenti ed aggressivi ma ritiene siano giustificati dal comportamento della persona che in quel momento ha di fronte (figli, moglie, amici, colleghi); il suo atteggiamento screditante viene riconosciuto e concepito proprio

perché convinto di avere delle caratteristiche di superiorità rispetto all'Altro che inevitabilmente lo portano a doversi imporre per fare la *“cosa più giusta”*. Questa credenza è, a suo parere, confermata dal fatto che moltissime persone gli chiedono consigli e lo ringraziano per la correttezza degli stessi, e perché in tutte le attività effettuate nel passato come anche oggi abbia dimostrato di essere vincente. La rabbia si manifesta tutte le volte in cui gli altri non fanno come lui vuole; soprattutto in famiglia il suo comportamento aggressivo nei confronti dei figli e della moglie è dettato da modi di fare sbagliati che gli stessi hanno e che lui deve correggere per essere *“un buon padre ed un buon marito”* (*“quando mio figlio ha rifiutato di mangiare gli spinaci ho preso quel piatto e l'ho scaraventato per terra; non è possibile che non capisca che se gli dico che li deve mangiare deve fare come dico io”*). Tale manifestazione emotiva non è percepita in quel momento, ma a posteriori, quando viene messo di fronte alle sue reazioni soprattutto dalla moglie o quando i figli si mostrano notevolmente spaventati da lui.

Nonostante tutto questo, l'unico problema che Fabrizio identifica come tale e che vuole provare a risolvere è *“l'ossessione”* per la cognata, ovvero la sorella della moglie (Caterina), con la quale ha avuto per circa 2 anni un rapporto erotico – seduttivo del quale non riesce a fare a meno. Oggi i rapporti con quest'ultima si sono raffreddati in seguito alla considerazione di entrambe della pericolosità che tale relazione potesse avere per l'equilibrio familiare allargato, ma soprattutto perché le cose che Fabrizio ha fatto in seguito a questa *“ossessione”*, del tipo entrare a casa sua di soppiatto, affacciarsi alla finestra per vedere come fosse vestita, entrare segretamente nella sua mail per controllare le persone che frequenta, hanno fatto sì che Caterina manifestasse apertamente di avere paura di lui ed iniziasse ad allontanarlo anche in maniera brusca. Questi *“controlli ossessivi”*, hanno poi determinato la scoperta da parte di Fabrizio che Caterina stava mantenendo, contemporaneamente alla relazione con lui, anche altre situazioni sentimentali; questo ha fortemente infastidito Fabrizio, che non sentendosi più unico e speciale verso la cognata, ma semplicemente uno tra tanti, è entrato in meccanismi di competizione e confronto, al punto da ammettere apertamente di sentirsi in guerra (*“io il gatto che viene mangiato non lo faccio, piuttosto trovo le strategie per poter mangiare io. Non voglio uscirne sconfitto”*).

Se inizialmente il racconto di tale storia e della sua interruzione era legato ad un tema *“etico – morale”* (*“non posso avere una relazione extra coniugale, per di più con la zia del piano di sotto dei miei figli perché darei un'immagine pessima a loro ed a tutti”*), in seguito emerge come in realtà Fabrizio sia stato rifiutato da Caterina e come questo lo danneggi tantissimo nella sua autostima; la rabbia che spesso manifesta in famiglia, avviene soprattutto in seguito agli incontri-scontri con la cognata (*“sono sceso di sotto con la cassetta degli attrezzi, dicendole se avesse bisogno di*

*qualcosa; lei mi ha subito guardato male ed ho capito che non aveva piacere che fossi lì; mi ha proprio detto che ormai faccio parte della squadra avversaria, per cui mi ha cacciato; quando lei utilizza queste metafore, con cui è bravissima, io non riesco.....allora me ne sono andato ma sono stato disturbato per tutto il tempo; a casa sono stato irascibile”).* Quello che Fabrizio spera di ottenere con la terapia è una “Tecnica” per annientare la cognata nei suoi scontri verbali e fisici.

#### *Risultati Test*

I tests sono stati somministrati in seguito a dei colloqui di assessment, in cui le indagini vertevano sulla possibilità di discriminare tra due aspetti: da una parte un disturbo di personalità e dall'altro capire se i suoi comportamenti fossero dettati da un umore instabile e nello specifico da una disforia riconducibile ad un disturbo maniacale o bipolare di I o II grado. Non sono emersi dati a sostegno di quest'ultima tesi, poiché l'altalenanza umorale è stato – dipendente; dipende cioè da specifici stati mentali. Non sono stati riscontrati episodi depressivi e relativamente all'episodio maniacale va detto che Fabrizio non presenta i sintomi DSM per i seguenti motivi:

- l'autostima è grandiosa sempre, ovvero è presente una valutazione eccessiva di sé costante e quando delle situazioni intaccano tale considerazione Fabrizio reagisce con gli episodi di rabbia;
- non presenta diminuito bisogno di sonno o loquacità eccessiva, né fuga delle idee, distraibilità ed agitazione psicomotoria;
- il desiderio sessuale sembra essere presente sempre ed è legato al bisogno di sentirsi prestante; lo stesso vale per le attività ludiche o come lui definisce, adrenaliche, che vengono effettuate per un bisogno di dimostrazione della propria prestanza e non per altro;
- tali atteggiamenti non determinano una marcata compromissione del funzionamento lavorativo o delle attività sociali abituali o da richiedere l'ospedalizzazione.

I tests sono stati scelti sia sulla base delle caratteristiche emerse dai colloqui di assessment, sia da un protocollo che utilizzo personalmente con i miei pazienti.

**RISULTATI SCID II:** I risultati evidenziano la presenza di particolari sintomi tali da soddisfare i criteri per il Disturbo Narcisistico di Personalità (DNP), classificabile sull'asse II del DSM-IV.

**RISULTATI SCL90-R:** Non ci sono aree indagate che sembrano avere una rilevanza clinica per il paziente.

**RISULTATI STAI-Y:** I risultati del soggetto conducono l'Ansia di Stato e l'Ansia di Tratto a punteggi nella norma, che dimostra come la personalità del soggetto non sia orientata alla manifestazione dell'ansia intesa come tratto di personalità.

CONSIDERAZIONI DELL'ESAMINATORE: Si segnala come il soggetto dichiara esplicitamente di non porsi in maniera positiva nei confronti dei tests, anzi ammetta di provare una sensazione di fastidio per essere valutato, atteggiamento evidente anche nella somministrazione.

### **Profilo interno del disturbo**

I tests ed i colloqui clinici hanno ricondotto il terapeuta a considerare la possibilità della presenza di un Disturbo di Personalità Narcisistico. Il modello utilizzato per spiegare ed agire su tale disturbo è il modello cognitivo del “Terzo Centro di Psicoterapia Cognitiva”, che fonda l’approccio terapeutico su due ipotesi fondamentali: la prima è che nelle personalità narcisistiche gli elementi che maggiormente compromettono il funzionamento mentale sono le disfunzioni di Decentramento e di Monitoraggio e la tendenza a creare Cicli Interpersonali Disfunzionali. La seconda ipotesi è che si interviene sullo snodo del circuito che il paziente presenta in seduta o in quella fase della terapia. Tale approccio fa riferimento ai seguenti stati mentali, meccanismi metarappresentativi e cicli interpersonali:

*Stati Mentali, contenuti problematici, Euristiche:*

- **Stato Grandioso:** *“quando ho saputo che mio padre aveva la leucemia mi sono sentito fortissimo, perché mi sono subito prodigato per capire come risolvere il problema”*; descritto da continui pensieri di superiorità nei confronti della sua famiglia d’origine e degli eventi di vita in genere, rispetto ai colleghi di lavoro e agli amici: Fabrizio ha moltissimi esempi nella sua vita in cui è stato efficace (fondatore movimento scout nella sua cittadina, sostenitore parrocchia, rappresentante di un gruppo amatoriale di calcetto, richiesta da parte dei suoi superiori di avanzare di grado, etc), e di conseguenza spesso non pretende necessariamente di ricevere dei riconoscimenti da parte di altri, gli basta ottenere ammirazione; in specifico si prodiga per conseguire tale obiettivo mostrandosi disponibile, generoso, altruista nella vita quotidiana extra familiare, per cui colleghi di lavoro, amici del movimento scout o del calcetto. Lo stato grandioso è fortemente ricercato poiché si lega a temi di pensiero di superiorità, autosufficienza, dominio e appartenenza al gruppo dei migliori, e determina emozioni quali euforia, forza, autoefficacia personale e distacco, che non vengono identificate dal soggetto (*“una volta, gliel’ho raccontato, vero?, sono caduto con la moto, io mi sono schiantato per terra e la moto è andata verso le macchine che sfrecciavano nella strada, il mio amico quando mi ha visto cadere in quel modo è caduto pure lui perché si è spaventato, io invece ho avuto la prontezza di alzarmi, uscire dalla strada con la moto ed andare verso il mio amico a soccorrerlo.....se sono speciale o sono un mostro non lo so, ma comunque nelle situazioni di stress mi sento fortissimo, perché rendo meglio”*).

- **Stato Transitorio:** *“la lettura delle mail in cui Caterina flirtava con il suo amico psicologo mi ha fatto scendere un po’, mi ha proprio buttato per terra perché mi ha fatto capire che sono uno tra tanti, non un essere esclusivo per lei; dopo sono stato nervoso per tutto il pomeriggio, i miei figli li ho fatti penare!”*; Fabrizio entra in tale Stato quando percepisce minacce agli scopi che fondano l’autostima (*“sono uno tra tanti, non un essere esclusivo”*). Come conseguenza si attiva la rabbia, legata al senso di ingiustizia subita, e le cause dell’invalidazione o degli insuccessi sono attribuite agli altri. In tale Stato è facile il ricorso agli acting out etero aggressivi ed esperire emozioni non riconosciute di rabbia e vergogna, che però sono transitorie, poiché la sua capacità di acquistare distanza gli consentono di rientrare nello Stato Grandioso.

- **Stato di Vuoto Devitalizzato:** *“io il bravo quarantenne che si dedica alla famiglia e va a mangiare la domenica dai suoceri lo faccio, ma proprio non mi piace, mi annoia da morire, sono cose scontate per me; preferirei non vivere che vivere come i miei coetanei....quando poi sono costretto a fare il padre ed il marito ecco che vado giù di tono, mi chiudo in casa e non faccio niente...fino a quando trovo qualcosa che mi dà la scarica di adrenalina”*, caratterizzato da emozioni quali la noia e la debolezza legate all’incapacità di godere dei risultati raggiunti proprio perché non sentiti realmente; quando Fabrizio si trova in tale stato rimane chiuso in sé stesso, evita le relazioni sociali, è apatico e, per uscirne, incentiva le esperienze che determinano un aumento dello stato di arousal.

- **Senso di Non Appartenenza:** *“è inutile parlare con il mio capo, tanto non capirà mai, non ci arriva poverino, e le sue decisioni saranno sempre fatte a cavolo”*; è un tema particolarmente presente nello Stato Grandioso, in cui Fabrizio esprime il suo distacco poiché appartenente al gruppo dei migliori, ma è presente anche nello stato di Vuoto Devitalizzato, quando cioè la sua non partecipazione emotiva e la sua incapacità di godere della quotidianità lo spingono a credere di aver bisogno di stimoli sempre diversi e nuovi perché egli stesso “diverso” rispetto alla popolazione “normale”.

- **Euristica del Decatleta:** *“stare bene con mia figlia non mi gratifica....è scontato! quello che mi piace davvero è ben altro, deve eccitarmi.....deve essere sempre più pericoloso. Ecco perché alcune volte penso che potrei morire mentre faccio una delle mie tante attività.....non mi dispiacerebbe!”*. Tale scorciatoia di pensiero è la tendenza del soggetto a doversi sentire superiore alla norma in un numero elevato di scopi per mantenere alta la sua autostima.

- **Euristica di Self Enhancement:** *“sai dottorè?anche oggi ho ricevuto un sacco di conferme che i miei consigli sono sempre giusti ed azzeccati, in effetti mi rendo conto che sono troppo bravo ad aiutare gli altri, ti rubo il mestiere, mi spiace per te!”*; è la motivazione ad avere un’immagine



positiva di sé, è universale e porta a distorcere le autovalutazioni verso l'alto; il giudizio che un individuo dà di sé stesso è migliore di quello che gli altri gli attribuiscono. Dimaggio e Semerari hanno riscontrato nella pratica clinica una forma di Self Enhancement progressiva per cui la positività del livello di autostima raggiunto deve continuamente essere incrementata quando i soggetti paragonano la loro auto immagine attuale con quella passata e hanno definito tale tendenza con il nome di dinamica narcisistica.

#### *Disfunzioni Metacognitive*

- **Disfunzione di Monitoraggio:** *“dottorè non te lo so dire come mi sento”*; riconosciuta nell'incapacità di accedere a propri scopi, desideri ed emozioni (sottofunzioni Identificazione e Riconoscimento). Fabrizio non riesce a spiegare come si sente, tende a raccontare soltanto fatti e si infastidisce quando il terapeuta cerca di focalizzare la sua attenzione sull'aspetto emotivo dell'episodio narrato.

- **Disfunzione di Relazione tra variabili:** *“non te lo so dire se dopo che vedo Caterina e perdo con lei mi sento strano....ora che mi ci fai pensare forse è così”*; spiegato come l'incapacità di cogliere i nessi tra le diverse variabili mentali ed il contesto esterno. Il suo uso corretto consente di descrivere cause e motivazioni del proprio comportamento.

- **Disfunzione di Decentramento:** *“l'altro giorno ho deciso di fare la pizza con i miei figli; ho pensato che potesse essere un buon esercizio per sviluppare la manualità fine!. Francesco tutto ad un tratto si è sporcato ed io l'ho rimproverato; lui ha detto che era stanco ed ha iniziato a frignare; ma si può essere stanchi facendo queste cazzate?!”*; definito con l'incapacità di considerare la mente dell'Altro.

#### *Cicli Interpersonali*

Un Ciclo Interpersonale può essere definito come l'insieme dei processi di costruzione dell'individuo che portano a tipici comportamenti e comunicazioni che elicitano nell'Altro risposte prevedibili. Il soggetto ha delle aspettative sull'andamento della relazione e con questo carico entrerà in rapporto, attendendosi determinate risposte. Le sue previsioni lo muoveranno a comportamenti, automatici o coscienti, congrui con i desideri. L'interazione sarà guidata proprio da questi desideri, aspettative e comportamenti, anche se il soggetto non ne è consapevole.

Il Terzo Centro di Psicoterapia Cognitiva ha riscontrato, nelle persone affette da DNP, una serie di circuiti interpersonali specifici, che richiamano le aree della vita interiore dell'idealizzazione, competizione, dell'attaccamento/accadimento e del ritiro avversivo dalle relazioni. Quelli riscontrati in Fabrizio sono i seguenti:

- **Ciclo del Rispecchiamento:** il sé attende di essere idealizzato, l'Altro idealizza, il sé si sente integro, soddisfatto, benevolo (*“quando gli altri mi cercano per dirmi che i miei consigli erano azzeccati mi sento proprio tosto!”*).

- **Ciclo dell'Idealizzazione:** il sé ammira l'Altro, l'Altro accetta l'ammirazione, il sé aspetta il riconoscimento dell'Altro idealizzato (*“quando mi sono avvicinato a Caterina cercavo di tirarla su per la crisi con il marito, lei mi riempiva di complimenti, mi ringraziava e mi rendeva partecipe della sua vita”*).

- **Ciclo Competitivo:** il sé attende ammirazione, l'Altro non riconosce la superiorità del sé, il sé entra in competizione rabbiosa, l'Altro risponde alla sfida, rottura della relazione, uscita dal gruppo, ritiro nella torre d'avorio (*“con questo mio amico eravamo culo e camicia, sempre insieme, al lavoro e fuori, andavamo d'accordissimo; lui aveva problemi con la moglie, sai anche sessuali, io lo aiutavo tantissimo; poi tutto ad un tratto ha iniziato ad essere freddo, non mi diceva più quello che succedeva a casa, si è allontanato; io all'inizio ho fatto di tutto per lui, ho deciso che dovevo essergli vicino perché dovevo fare l'amico che non si arrende anche quando l'altro ti volta le spalle, ma lui niente, era distante, sempre più, allora poi sono diventato cattivo; al lavoro mi lamentavo con il capo squadra del suo operato, dicevo che non produceva, ha anche preso una lettera di richiamo per questo, lui lo ha saputo si è incazzato ed ora non gli rivolgo neanche il saluto”*).

### **Fattori e processi di mantenimento**

Quanto descritto in precedenza può essere letto alla luce delle considerazioni seguenti.

La ricerca dello Stato Grandioso, stato mentale desiderato, fa sì che Fabrizio si mostri in maniera generosa, disponibile ed altruista; le disfunzioni metarappresentative di Monitoraggio, insieme al Decentramento, portano il soggetto a pensare che basti comportarsi in questo modo per ottenere riconoscimento ed ammirazione proprio a causa della sua incapacità a regolare il proprio comportamento sulla base di proprie emozioni e propri desideri e di considerare il punto di vista dell'Altro. Quando effettivamente riesce a conquistare ciò si rafforzano le sensazioni di superiorità, autosufficienza, dominio ed appartenenza al gruppo dei migliori (*“ho giocato da titolare nella squadra dei compari per sei mesi, ormai non mi interessa più, mi sta benissimo fare il panchinaro, ho già dimostrato di essere forte a calcio”*), che vengono associate ad un sistema di valori da perseguire per avere una buona considerazione di sé: *“devo essere una bravo marito, un bravo padre, un bravo amante, un amico perfetto, un lavoratore encomiabile”* (Sistema di valori ideali rigido). In ambito interpersonale Fabrizio attiva spesso un Ciclo del Rispecchiamento (Io cerco di

essere idealizzato, l'Altro mi dà riconoscimento), che si mantiene fino a quando l'Altro fornisce l'ammirazione dovuta e ricercata (Rispecchiamento); quando Fabrizio non riesce a sentirsi identificato dall'Altro si sente tradito, umiliato e fragile; tali stati d'animo non vengono percepiti poiché dissociati; anche quando il terapeuta prova ad aiutarlo a riconoscerli, perché evidenti dall'espressione facciale, dal non verbale e dai pensieri associati alla situazione, Fabrizio non li distingue e si infastidisce per l'intervento terapeutico (*"io queste cose le ho capite un po' tutte, la cosa che mi preme non è tanto capire come mi sento, ma è questa ossessione per mia cognata....se ci arriviamo!!!*). L'unica emozione che Fabrizio percepisce è una rabbia fortissima, che si attiva quando l'Altro non si comporta come lui si aspetta, che lo porta ad evitare e screditare; entra così in un Ciclo Competitivo (*"se mi dici bravo sono il primo a lavorare; se mi metti i bastoni tra le ruote veramente non lavoro più e ti faccio male"*), in cui a seconda della reazione che ha l'Altro in questione si generano due tipi di contrattacchi: se l'Altro si sottomette si ristabilisce l'equilibrio e Fabrizio rientra nello Stato Grandioso e nel Ciclo del Rispecchiamento, mentre se l'Altro si ribella o sfida a sua volta Fabrizio entra in uno Stato di Transizione (*"se una persona mi pesta i piedi gli faccio pagare tutto con gli interessi"*) e ne esce o rompendo i rapporti o disinvestendo emotivamente la relazione; in entrambe i casi passa per uno Stato di Vuoto Deitalizzato, che ha breve durata perché Fabrizio, per ricreare uno stato di benessere, attiva delle strategie per rientrare nello Stato Grandioso, spesso cimentandosi in nuove attività ed iniziative.

Una persona particolarmente significativa con la quale Fabrizio entra in dinamiche di confronto e competizione negative, al punto da sentirsi continuamente minacciato è la cognata, ovvero Caterina, con cui ha dinamiche di sfida molto forti, dalle quali però spesso sente di uscirne sconfitto; è probabile che abbia tale attivazione poiché Caterina gli determina sensazioni di inferiorità su molti fronti: verbale, di performance e relazionale (*"lei è avvenente, tutti la cercano, tutti ne parlano bene e la amano, sa parlare bene, meglio di me purtroppo, fa un sacco di cose: balla il tango, è musicoterapeuta, mamma, insegnante ed è sempre in giro per occasioni mondane.....con chi parli di lei c'è sempre una buona parola, al punto che un suo amico ha creato un link su Facebook dal titolo: Tutti pazzi per Caterina"*). Da quando la loro relazione amorosa si è interrotta, Fabrizio ricerca occasioni per confrontarsi con lei, spesso istigandola proprio per una Euristiche di Self Enhancement, per aumentare il proprio Stato Grandioso ed inibire una sensazione di inferiorità che si attiva particolarmente nell'interazione con la stessa; tali situazioni gli rimandano sensazioni di non controllo e di disinteresse da parte di Caterina; la mancata considerazione della stessa determina in Fabrizio l'ingresso in Stati di Transizione che esperisce in famiglia con gli acting rabbiosi. Tale esperienza si lega a temi di pensiero di fallimento, rifiuto ed esclusione e gli

provocano emozioni che il soggetto non sa descrivere, ma che appartengono a tristezza e paura. L'accanimento verso questa persona assume le forme dell'ossessione a suo dire, non tanto per il bisogno di vicinanza e protezione quanto per quello di vincere il confronto con la stessa.

Questa cosa si è evinta particolarmente in una seduta in cui il terapeuta ha chiesto a Fabrizio cosa fosse per lui l'innamoramento e cosa provasse per Caterina; Fabrizio non solo non ha saputo rispondere, ma ad una successiva domanda su quali fossero stati i motivi che hanno portato lo stesso a sposare la moglie Sara ha affermato: *“la famiglia di Sara era la famiglia dei Kennedy del mio paese e Sara era la figlia ribelle dei Kennedy.....non me la sarei mai dovuta far scappare”*.

Per sovvenire alla mancanza di gratificazione e di riconoscimento di ruolo, attivate fortemente dal confronto con Caterina, Fabrizio diventa iperattivo e si sperimenta in molteplici campi; utilizza biases quali l'illusione del decatleta (percezione di essere superiori alla norma in un set di scopi sociali) ed euristiche di Self Enhancement, praticando molte attività diversificate. In realtà questo dinamismo funge da tampone temporaneo; nel momento del raggiungimento dell'obiettivo prefissato ad una iniziale soddisfazione segue uno stato di Vuoto Devitalizzato (*“nel momento in cui dimostro di essere il migliore mi annoio e non ho più bisogno di perseguire quegli obiettivi precedenti”*); Fabrizio si sente annoiato, affaticato per essersi prodigato tanto senza riuscire a godere di quanto ottenuto; gli obiettivi che si predetermina, che non vengono scelti sulla base dei propri desideri ed emozioni quanto piuttosto in maniera rigida attraverso euristiche di Self Enhancement, rappresentano delle sfide che spesso supera e lo fanno sentire fortissimo, alimentando lo Stato di Sé Grandioso. Tutto ciò viene mantenuto da una incapacità ad identificare le proprie emozioni e ad utilizzarle come motore per l'azione; per cui Fabrizio non fa quello che ama fare ma quello che alimenta il suo bisogno di essere unico, speciale e soprattutto quello che gli consente di essere riconosciuto come tale.

### **Scompenso**

Grande importanza relativamente al funzionamento appena descritto sembrano aver avuto esperienze di accudimento mancato paterno che affondano le radici in situazioni infantili e familiari. In specifico Fabrizio racconta ripetuti episodi in cui i suoi bisogni, anche primari, venivano soffocati da situazioni più importanti; in primis la necessità della famiglia, dunque padre e madre, di considerare il fratello maggiore, che all'età di 16 anni, quando cioè Fabrizio ne aveva 14, ha un incidente in macchina che lo fa stare in coma per molto tempo e lo rende a tutt'oggi invalido; la tematica della morte sembra però essere una costante presente già da prima di ciò, in quanto la madre di Fabrizio lotta da ormai 30 anni con un tumore che la espone ad un rischio elevato; tutto

questo avviene in una famiglia a forte funzionamento patriarcale, in cui cioè il padre mantiene le redini in maniera autarchica. Quest'ultimo viene descritto come un viveur, un donnaiolo che ostentava le sue esperienze e denigrava la figura femminile e le caratteristiche di debolezza dei figli. Sono numerosi i ricordi di Fabrizio relativi ai tentativi dello stesso di stupire il padre per ottenere gratificazione e riconoscimento; a scuola, piuttosto che nel gruppo di amici o in famiglia; nonostante ciò afferma di non aver mai ricevuto un complimento o un incentivo da lui. Quello che non riusciva ad avere in famiglia Fabrizio lo cercava al di fuori, specificamente in parrocchia, dove un prete inizia a gratificarlo fortemente, a riconoscere i suoi meriti e a dargli compiti e responsabilità sempre più elevate, che lui ricopre egregiamente.

È probabile che la mancata considerazione e gratificazione paterna abbiano determinato stati mentali di rifiuto, non appartenenza e distacco relazionale che oggi, attraverso la ricerca dello Stato Grandioso, vengono aborriti: *“mio padre non si è mai interessato a me....io andavo bene a scuola? e a lui che gliene fregava?, il prete veniva a casa, diceva a mia mamma che ero bravo, ero in gamba, ero un trasciatore, e mio padre gli diceva: “ah Don Piero, ma ti pare che è così difficile a fare il pagliaccio con quattro scemi che vengono alla parrocchia tua! il problema è Michele, Fabrizio non ha niente che non va ed è facile per lui essere simpatico e piacere alla gente. Mia madre lo vedeva che io rimanevo di merda quando lui diceva così, cercava di tirarmi su, mi diceva papà ti vuole bene, non te lo sa dimostrare, ma poi quando c'era lui non faceva niente, lui la trattava male e io pensavo, ma che vale quello che dice una che si fa trattare così?”*. Così come non aver avuto rinforzi positivi e ricompense (materiali, sociali, affettive) da parte del padre gli abbia negato la possibilità di sviluppare sia la funzione della Relazione tra variabili che un sistema di Valori soggettivo, basato sulle proprie propensioni e motivazioni (desideri, emozioni positive): *“mio padre non mi ha mai gratificato; io sono cresciuto e non sapevo quello che era giusto o non giusto fare; i miei erano solo sforzi per farmi accettare, amare da un uomo che non mi si calcolava proprio; cercavo in tutti i modi di attirare la sua attenzione ma zero; poi il prete ha iniziato a lodarmi; io ho capito che se facevo quello che mi diceva lui tutti mi amavano; sono diventato il pagliaccio del gruppo, il confidente di chi era in difficoltà, il braccio destro del parroco; come una prostituta, mi svendevo per chi mi dava riconoscimento; me ne sono venuto così”*. L'approvazione del proprio valore al di fuori della famiglia gli ha consentito di entrare in contatto con la sua efficacia personale e soprattutto di sperimentare l'incentivo dei rinforzi come strategia di mastery per non soccombere alla mancata considerazione familiare.

Le varie esperienze di contatto con la morte (tumore della madre, incidente del fratello), da sempre presente nella vita di Fabrizio, potrebbero averlo sensibilizzato ad una soglia dolorifica più

alta ed anestetizzato a situazioni di vita dolorose ed estreme. Tutto ciò ha potuto portare il soggetto a scotomizzare la parte emotiva delle situazioni e concorrere alla disfunzione del Monitoraggio. Come anche la rappresentazione dell'Altro significativo (padre) come non disponibile a fornire cure, ha aumentato l'aspettativa di essere rifiutato ed ha generato la tendenza ad organizzare la propria esistenza facendo a meno dell'amore degli altri e non richiedendo il loro sostegno, contando solo su se stesso e mirando all'autosufficienza assoluta, non riconoscendo e non esprimendo i propri bisogni, assumendo atteggiamenti di distacco e di superiorità. Fabrizio ha così sviluppato la rappresentazione di una relazione nella quale l'Altro non c'è perché incapace di fornire ascolto ai suoi bisogni (*"sono stato un padre per mio fratello ed un fratello per mio padre"*); si abitua a considerare il suo mondo di significati come l'unico esistente; in questo senso, anche le invalidazioni provenienti dall'esterno vengono filtrate e non prese in considerazione; tutti aspetti che concorrono alla Disfunzione del Decentramento. La rappresentazione grandiosa di sé, l'aspettativa di dover ricevere per diritto trattamenti speciali, hanno determinato la disposizione ad atteggiamenti aggressivi nei confronti di un ambiente che non soddisfa le proprie attese, rinforzato poi da un atteggiamento paterno fortemente violento, per anni preso ad esempio. La stessa derisione verso la moglie può essere un comportamento appreso nella famiglia d'origine. Tutti questi aspetti possono rappresentare degli eventi di scompensazione distale, che hanno concorso alla sintomatologia, ma che non avrebbero mai portato il soggetto alla terapia.

L'evento di scompensazione prossimale che è stato vissuto con disagio da Fabrizio e su cui ha deciso di impostare la terapia è il sentimento verso la cognata. L'ossessione per Caterina sembra presentarsi però in un periodo molto favorevole, in cui cioè Fabrizio si sentiva efficace in molte aree: era dimagrito 20 chili, aveva ricevuto una proposta di avanzamento di carriera, il movimento scout di cui era fondatore aveva moltissime iscrizioni e riceveva continue lusinghe e complimenti dai suoi amici. Il suocero gli chiede di stare vicino a Caterina ed al marito, che stavano attraversando un periodo difficile e così inizia la frequentazione tra i due che con il tempo culmina nei processi seduttivi descritti in precedenza. La sensazione è che il soggetto abbia scambiato per innamoramento un processo di competizione/confronto, una sfida attivata da un'Euristica del decatleta (*"il mio scopo adesso è che voglio che si innamori di me"*), che mantiene attivo l'arousal e che, se inizialmente nutriva lo stato di Sé Grandioso poiché Caterina gli era grata per la vicinanza affettiva, emotiva ed anche fisica che Fabrizio le dimostrava, in quanto sovveniva ad esigenze familiari e di gestione dei figli di cui una donna sola, separata può aver bisogno, in seguito, quando ha portato a risposte negative da parte della stessa relativamente al bisogno di Fabrizio di iniziare

una relazione amorosa, ha innescato un meccanismo di competizione e confronto in cui Fabrizio è ancora invischiato

### **Vulnerabilità**

Dagli eventi descritti in precedenza si comprende come, nello sviluppo del Disturbo di Personalità Narcisistico, abbia occupato un posto di primaria importanza l'interazione tra il genitore ed il bambino; in modo particolare, Fabrizio rientra in quella categoria di persone affette da tale patologia che sembrano aver sviluppato, a partire dal rapporto con i propri genitori, delle relazioni caratterizzate principalmente da una rappresentazione di sé come bisognoso di cure e da una rappresentazione delle altre persone come non disponibili a fornirle, dunque dall'aspettativa di essere rifiutati. Tale condizione ha generato in Fabrizio la tendenza ad organizzare la propria esistenza facendo a meno dell'amore degli altri e non richiedendo il loro sostegno, contando solo su se stesso e mirando all'autosufficienza assoluta, non riconoscendo e non esprimendo i propri bisogni, assumendo atteggiamenti di distacco e di superiorità. Le modalità di rapportarsi in maniera non accudente, non protettiva ed incapace di fornire cure del padre e l'impossibilità di esprimersi a riguardo della madre, poiché non investita di tale compito dallo stesso Fabrizio, hanno contribuito allo sviluppo delle seguenti credenze nucleari:

- l'intimità è un territorio minaccioso in termini di rifiuto, per cui bisogna rinunciare ad essa svaloriizzandola;
- la figura di attaccamento è percepita come distanziante ed inaccessibile, non manifestare il bisogno di essa appare come il modo migliore per riuscire a conquistare una certa dose di vicinanza nei suoi confronti;
- bisogna dissociare aspetti di sé percepiti come negativi (desideri e fragilità) in quanto essi espongono all'ulteriore rischio di essere rifiutato;
- si devono assumere atteggiamenti che rendano il più possibile amabili agli occhi della figura di attaccamento stessa.

A questo punto, il soggetto elabora la convinzione che la prossimità all'Altro deve essere imposta o estorta mediante un controllo serrato, mirando dunque a possedere l'altro, più che a stare con lui, nella certezza che quest'ultimo non lo accetterebbe mai, potendolo scegliere. Fabrizio ancora oggi cerca di attirare l'attenzione e di comportarsi in modo tale da ricevere gratificazione paterna e si arrabbia o evita puntualmente quando vede che i suoi sforzi non ottengono il risultato sperato (*“da mio padre non ci sto andando più; ha fatto dei lavori in casa e gli ho consigliato della gente che, a suo dire non è stata affidabile; quando vado a trovarlo non fa altro che ripetermi che*

*quegli operai non sono stati professionali, che non hanno fatto quello che dovevano fare e titi tata....allora io mi incazzo e me ne vado. Ora non ci vado più a trovarlo così capisce che non mi deve trattare così”*); questo potrebbe dimostrare il bisogno che ha sempre avuto e che ancora oggi muove l’agire dello stesso. Dai racconti di vita emerge poi come tutti i rapporti ed anche il matrimonio siano stati dettati dalle dinamiche dei cicli del Rispecchiamento e dell’Idealizzazione; lo stesso parroco, che lo ha accolto come un figlio e che a suo dire *“mi ha dato l’autostima necessaria per non soccombere a causa della famiglia in cui mi ci ritrovavo”* in realtà è stato considerato fino a quando non ci sono stati altri obiettivi nella sua mente; nello specifico fino a quando non ha conosciuto, sempre in parrocchia, l’attuale suocero, a cui attribuiva doti elevate poiché aveva una situazione sociale, lavorativa ed economica molto favorevole, e per spiegarmi ciò mi dice: *“la famiglia di mia moglie potrebbe essere definita la famiglia dei Kennedy”*, poiché possedeva, secondo il suo punto di vista, caratteristiche positive di carattere economico ma soprattutto morali (*“mia moglie si lamenta sempre di suo padre, ma non si rende conto che i suoi genitori sono stai sempre per i figli; le hanno fatte studiare, imparare uno strumento, viaggi, cose.....a mio padre non è mai interessato niente di me!”*); anche quando Fabrizio racconta il periodo di corteggiamento della moglie utilizza questa metafora: *“volevo Sara perché era la figlia appartenente alla dinastia Kennedy del mio paese e soprattutto perché era la figlia ribelle dei Kennedy”*. A tutt’oggi Fabrizio ha interrotto i rapporti con il suocero proprio perché *“non ho ricevuto le gratificazioni che era giusto che ricevessi e quindi preferisco rimanere sulle mie e non dargli più confidenza; gliene ho già data troppa”*. Altri eventi che mostrano una vulnerabilità distale sono in primis una familiarità alle malattie mentali; Fabrizio racconta che il nonno materno, che lui non ha mai conosciuto, sia morto suicida e che un fratello dello stesso, uno zio, a tutt’oggi vivente, stia male psicologicamente, anche se non sa bene spiegare cosa abbia. I numerosi episodi di malattia in famiglia a cui Fabrizio è stato sottoposto potrebbero spiegare il suo bisogno di scotomizzare l’aspetto emotivo nella spiegazione degli eventi ed utilizzare altri parametri per l’azione.

La storia di Caterina viene vista come un evento di vulnerabilità prossimale ed in specifico come il fattore di scompensazione che porta il paziente in terapia.

### **La terapia**

Quanto detto finora può far pensare come la terapia concordata con Fabrizio non sia stata facile; né per quanto riguarda gli aspetti di esplorazione e di svelamento delle dinamiche inter ed intra personali del soggetto, ma soprattutto per la regolazione della relazione terapeutica, poiché Fabrizio



ha da subito messo in atto i Cicli Interpersonali propri del DNP e la difficoltà è consistita proprio nel riconoscerli e nel non entrarci.

*Contratto e scopi del trattamento:*

L'arrivo di Fabrizio in terapia, come già descritto in precedenza, non è stato immediato e consapevole; il fatto che sia venuto al primo colloquio con la moglie per problematiche di coppia, a cui attribuiva tra l'altro la totale responsabilità alla stessa, non ha consentito di concordare immediatamente gli scopi espliciti del trattamento. La sensazione iniziale del terapeuta è stata che Fabrizio abbia acconsentito alla richiesta della moglie di “*fare un po' di terapia*” più per dimostrare di essere “giusto” che per reale necessità percepita, anche se va ricordato come dal secondo colloquio Fabrizio chieda chiaramente di essere aiutato a “*guarire dalla ossessione per la cognata*”; può anche essere che in realtà abbia colto l'occasione fornitagli dalla moglie per lavorare su uno stato d'animo vissuto da lui in maniera problematica. Questa cosa non è mai stata indagata. Se dunque inizialmente la richiesta del paziente è stata quella di lavorare sui suoi “meccanismi ossessivi”, indagati gli stessi e non riconosciuti, si è proceduto svelando come quello che lui percepiva come tale potesse in realtà non esserlo, e di conseguenza si sono concordati una serie di scopi, che passavano per le disfunzioni metacognitive che il terapeuta aveva riscontrato, e che avevano come obiettivo esplicito i seguenti passaggi:

- identificazione delle emozioni;
- riconoscimento degli stati emotivi e del loro arousal fisiologico;
- comprensione dei processi dell'innamoramento;
- messa in relazione di eventi e stati emotivi percepiti/non percepiti per comprendere in maniera più olistica il turbamento o la rabbia espressa.

Gli scopi impliciti a cui il terapeuta ha pensato di lavorare sono stati:

- aumento del Monitoraggio e della sottofunzione Relazione tra variabili per aiutare Fabrizio a capire come si sentiva e poterlo collegare ad un eventuale comportamento precedente o successivo;
- aumento del Decentramento;
- comprendere la regolazione delle scelte; nello specifico aiutare Fabrizio a capire come l'utilizzo di particolari euristiche per mantenere un sistema di valori ideale per i processi decisionali e di scelta gli impedissero di mettere in atto dei comportamenti veramente sentiti e di strutturare un suo sistema di valori reale e funzionale per il suo benessere;

- Comprendere come la rabbia, emozione sensibile a Fabrizio, venisse messa in atto in risposta alla mancata ammirazione da parte dell'Altro;
- Conoscere i Cicli Interpersonali problematici del Rispecchiamento e della Competizione.

*Razionale, strategie e tecniche di cambiamento:*

Il razionale della terapia è stato quello di operare per permettere al soggetto di acquisire consapevolezza dei propri meccanismi ed aiutarlo a riconoscerli per non inciampare continuamente nelle stesse dinamiche. Va spiegato come il primo passo con Fabrizio sia stato quello di chiarire che dalle descrizioni che lo stesso faceva relativamente all'innamoramento per la cognata, problema che lui riconosceva e per cui chiedeva la terapia, ci fossero degli indici che facessero pensare ad altro e che le sue difficoltà nell'esprimere le sue emozioni fossero un limite alla comprensione reale di tale meccanismo; si rendeva necessario dunque riuscire a lavorare inizialmente sull'identificazione dei propri stati emotivi ed in seguito al resto. Questo è stato accettato da Fabrizio in seguito alla consegna dei risultati dei test, che hanno rivelato allo stesso l'appartenenza ad una patologia di personalità di cui era stato accusato anche dalla cognata in una mail che mandava ad un suo amico e che Fabrizio aveva segretamente letto; il fatto che anche il terapeuta confermasse la diagnosi di cui già aveva sentito non ha fatto altro che fargli prendere la consapevolezza che ci fosse qualcosa di sbagliato nel suo atteggiamento e da lì si è potuto iniziare a lavorare sugli obiettivi precedentemente descritti (*"Dottorè leggere la relazione mi ha fatto troppo male; ho capito che forse non sono un genio ma sono un malato"*). Paradossalmente una valutazione testistica ha giocato un ruolo positivo per la costituzione dell'alleanza terapeutica. Le strategie utilizzate sono state volte inizialmente all'aumento delle funzioni del Monitoraggio attraverso l'aumento dell'Autoriflessività; le tecniche utilizzate sono state lo svelamento e la psicoeducazione emotiva:

(T: *"vedi Fabrizio, quello che io sento in questo momento è una tua emozione di rabbia nell'averti dato questa etichetta; lo percepisco da come mi guardi, dal tono della tua voce e dalla scelta delle parole che stai utilizzando; pensi che la mia sensazione sia corretta?"*)

F: *"sì, in effetti mi ha dato molto fastidio quello che hai scritto, perché allora vuol dire che Caterina ha ragione e questo non mi piace, non mi fa stare bene, mi fa sentire piccolo, come spesso mi succede ultimamente con lei; vince sempre lei!"*

T: *"allora potremmo cominciare a dire che tutte le volte in cui percepisci un senso di ingiustizia, tutte le volte che non ti sta bene quello che sta accadendo, la reazione che gli altri hanno, ti arrabbi; secondo te sulla base di quello che stiamo dicendo ti arrabbi di più per queste cose oppure perché come dicevi tu devi scaricare da qualche parte?"*

F: *“no, in effetti forse è più per questo che hai detto tu; ok uno a zero!”.*)

Questo processo viene fatto ancora oggi, in quanto nonostante Fabrizio abbia aumentato la sua funzionalità metacognitiva di Monitoraggio, ci sono situazioni a lui sensibili, in cui tale inefficienza si ripresenta. L'esplicitazione del Monitoraggio ha dato l'input per la spiegazione del modello metacognitivo di funzionamento del DNP secondo il Terzo Centro di Psicoterapia Cognitiva, in cui Fabrizio si è fortemente riconosciuto e che ha consentito al terapeuta di acquisire quell'importanza e quel riconoscimento che inizialmente non aveva. Tale aspetto è culminato spesso in Cicli Idealizzati (*“sei la persona che più mi conosce in assoluto e questa cosa mi sta aiutando perché pensavo che solo con Caterina potessi parlare di cose più alte; farlo anche con te mi fa capire che ci sono tante persone con cui possa confrontarmi”*), che se da un lato appagano e fanno sembrare che la terapia stia andando come si spera, in realtà si rischia di colludere con un meccanismo tipico del disturbo narcisistico ed ostacolare il trattamento. Il funzionamento del DNP nei circuiti interpersonali però non è stato svelato da subito, ma soltanto in seguito al raggiungimento di obiettivi quali la funzionalità del Monitoraggio ed un inizio di regolazione delle scelte sulla base di propri bisogni. Si è pensato infatti che fosse fondamentale che Fabrizio comprendesse prima quali fossero i suoi stati d'animo per poi avere delle competenze maggiori per accogliere e lavorare sui suoi processi interpersonali. Il Ciclo Idealizzante in cui il terapeuta si è trovato ha consentito di rinforzare l'alleanza terapeutica e di acquisire quella fiducia necessaria affinché Fabrizio lo ritenesse capace di trattare il suo disturbo (*“ho piena fiducia in te perché quello che mi dici lo sento tantissimo; mi ci rivedo proprio in quello che mi dici!”*). Il riconoscimento delle proprie emozioni ha permesso di capire a Fabrizio come la sua regolazione delle scelte non avvenisse sulla base del suo sentire ma piuttosto di un sistema di valori rigido e stereotipato che mantiene l'incapacità del Monitoraggio. Il passo successivo è stato quello di proporre delle esposizioni ad attività che gli consentissero di capire cosa realmente gli piacesse fare per strutturare una piena consapevolezza delle proprie azioni (*“sai ho capito che in moto ci vado veramente perché il mio amico ce l'aveva ed io volevo essere figo come lui; come anche nella squadra dei compari non mi piace davvero giocare; c'è troppa competizione, io non ho capacità tecniche, per cui devo compensare con la fisicità, con la forza e lo sai che ce la faccio perché se mi metto in testa una cosa la ottengo; però sono un turnista, faccio la notte ed andare a giocare dopo che sei tornato alle sei di mattina e dopo due ore eri sveglio perché ci sono tre figli ed una moglie casinara che si devono preparare non è facile!”*). Nel momento in cui il terapeuta ha percepito come il lavoro sul Monitoraggio e sulla regolazione delle scelte stesse portando dei primi risultati positivi si è scelto di affrontare delle dinamiche tra paziente e terapeuta che si erano innescate in precedenza e su cui non si era scelto di non lavorarci; nello specifico in un

racconto di competizione/confronto verso un amico, frequentissimo durante le sedute, il terapeuta ha effettuato degli interventi di condivisione e svelamento, attraverso un collegamento tra quello che stava ascoltando ed una propria sensazione che aveva sentito in una precedente seduta, in cui Fabrizio accusava il terapeuta di non stare aiutandolo a capire veramente perché fosse ossessionato a Caterina:

*(T: Fabrizio quello che mi stai raccontando relativamente a questo tuo amico ed alle tue sensazioni mi fanno pensare ad un mio stato d'animo che ho percepito in quella seduta in cui mi chiedevi insistentemente una tecnica per guarire da Caterina ed al fatto che, quando ti ho detto che in realtà una tecnica non esisteva ti sei arrabbiato dicendomi che non arrivavo veramente al problema ma ci giravo intorno....ti ricordi?*

*P: Uhm, Uhm.*

*T: io lì ho sentito che tu volevi da me per forza qualcosa che io non potevo darti, perché sulla base delle mie conoscenze e delle mie impressioni sul tuo problema forse quello non era la soluzione adatta, ma nel momento in cui te l'ho fatto presente tu hai un po' messo in discussione quelle che potessero essere le mie capacità nella possibilità di aiutarti....ricordi?*

*P: sì, ok.*

*T: in quel momento mi potresti dire come ti sei sentito, perché ti è venuto da reagire così?*

*P: perché io ti dicevo cavoli e tu mi dicevi patate, non capivi che in realtà il problema era un altro, anche se poi mi hai spiegato tutto il resto e mi ci sono un po' convinto.*

*T: allora vedi Fabrizio, in alcuni casi ti può succedere che percepire che l'Altro non faccia quello che tu vuoi ti susciti una reazione di rabbia, che ti porta ad essere aggressivo, anche soltanto verbalmente, oppure manipolatorio, del tipo cerco di portare quella persona a fare quello che voglio io; in alcuni casi questa cosa può riuscirci, e lì ti senti fortissimo, per cui il tuo Stato Grandioso ti fa stare bene, ma non è detto che sia sempre così, perché le persone non sono tutte uguali e quindi possono avere diverse modalità di reazione.....hai mai pensato a questa cosa?*

*P: sì, a volte sì.*

*T: ecco, magari le volte in cui non riesci a pensare che la persona in questione non reagisce come vuoi tu per motivi che esulano un po' da te e che tu non puoi controllare, ti ci incavoli e fai due cose: o attacchi verbalmente e fisicamente, questo di più con i tuoi figli, oppure eviti, cancelli questa persona dalla tua vita e pensi che non valga la pena di provare a capire perché si sia comportata così, è vero o no?*

*P: sì, è proprio così.*

*T: questo è anche quello che è successo a me nel momento in cui ti ho detto che non avrei potuto insegnarti una tecnica per uscire dall'ossessione per Caterina, ovvero mi sono sentita attaccata, aggredita, non capita, e né tanto meno ho sentito che potessi darti delle spiegazioni, perché sentivo che quasi non ti interessassero; il motivo per cui non ho reagito alla tua rabbia è perché so che nel tuo meccanismo di funzionamento puoi comportarti così, ma è probabile che gli altri, magari tua moglie, o i tuoi figli, non riescano a capire perché ti relazioni in questo modo, per cui tendano ad avere paura oppure ad evitare di interagire con te...che ne pensi?*

*P: penso che questa terapia mi serve proprio!").*

Il lavoro sui Cicli interpersonali di Competizione e di Rispecchiamento hanno permesso a Fabrizio di capire a pieno i suoi meccanismi di funzionamento e di aumentare la Relazione tra variabili, che comunque rimane in assoluto il suo tallone di Achille.

#### *Descrizione della terapia*

La terapia è ancora in corso; quando è “scaduto” il tempo che Fabrizio si è concesso per lavorare su di sé ha capito da solo come fosse necessario un altro periodo per riuscire a gestire meglio le sue dinamiche; per cui in seguito ai 12 incontri si è deciso di continuare il trattamento mantenendo una scadenza settimanale; ad oggi sono stati effettuati 35 incontri. Quello su cui si lavora continuamente sono gli obiettivi impliciti ed espliciti in toto: nonostante Fabrizio dimostri di aver migliorato le sue funzioni metacognitive, in realtà può succedere che degli episodi non riesca a leggerli o a gestirli in maniera adeguata; questo è l'obiettivo primario della terapia ad oggi. L'aumento del Monitoraggio gli consente di prendere maggiore consapevolezza del suo sistema di regolazione delle scelte ed accedere a scopi personali più funzionali rappresenta l'obiettivo primario.

Quello che risulta essere problematico è la gestione dei Cicli, non tanto in terapia quanto nella quotidianità; Fabrizio attiva Cicli di Competizione di frequente per cui in seduta si lavora proprio su questi. Tale condizione rappresenta, secondo quello che è il modello del Terzo Centro di Psicoterapia Cognitiva, la base dei disturbi di personalità. Semerari afferma infatti come tali pazienti presentino disturbi della metacognizione specifici sulla base del Disturbo di Personalità e riferisce anche come queste disfunzioni metacognitive impediscano al paziente di utilizzare il dialogo terapeutico per gestire e modificare gli stati mentali problematici e soprattutto a strutturare una relazione terapeutica che, secondo Safran e Segal può essere definita come la variabile integrativa quintessenziale, un aspetto centrale nella comunità degli studi sulla psicoterapia. Bordin ipotizzava che una buona alleanza fosse un prerequisito per il cambiamento in tutte le forme di

psicoterapia. Egli riteneva che l'alleanza consistesse di tre componenti interdipendenti: i compiti, gli obiettivi, il legame.

1. I compiti della terapia consistono nelle attività specifiche che il paziente deve affrontare per trarre beneficio dal trattamento;
2. Gli obiettivi della terapia sono le mete generali verso le quali è diretto il trattamento;
3. Il legame consiste nella qualità affettiva della relazione tra paziente e terapeuta.

Tali considerazioni implicano l'importanza e l'interdipendenza dei fattori relazionali e tecnici in psicoterapia e come il significato di ogni fattore tecnico possa essere compreso soltanto nel contesto relazionale in cui è applicato.

L'approccio integrato basato sulle analisi delle sedute di Dimaggio, Semerari ed al., ha riconosciuto l'importanza di tre tipi di intervento overt per aiutare il terapeuta a superare i cicli interpersonali:

1. Validazione
2. Self-disclosure
3. Condivisione

Tali interventi supportano il funzionamento metacognitivo attraverso lo shift, il cambiamento di stato mentale che determina l'aumento della funzione in questione.

Safran e Segal hanno utilizzato la felice espressione "disciplina interiore" per indicare le operazioni mentali con cui il terapeuta può cercare di rintracciare al proprio interno il filo smarrito dell'alleanza terapeutica e della relazione di cura. Le operazioni di disciplina interiore possono essere molto utili per consentire al terapeuta di passare da momenti problematici di mancata condivisione alla comprensione di quale parte dell'esperienza del paziente è condivisa o potenzialmente condivisibile. Consistono sostanzialmente in operazioni empatiche in cui il terapeuta, focalizzandosi sul proprio stato problematico, si chiede quali aspetti di esso siano simili o complementari a ciò che il paziente prova o riferisce di aver provato. I pazienti con difficoltà nelle funzioni di Monitoraggio dei propri processi psichici tendono ad indurre nel terapeuta un senso di noia, di difficoltà e di pesantezza nella conduzione del colloquio. Il terapeuta può uscire da questo stato riflettendo sul fatto che la difficoltà a monitorare i propri e gli altrui stati mentali rende difficile la percezione di comunanza e favorisce il senso di distacco interpersonale. In questo modo può comprendere che sta vivendo in parte un'esperienza di distanza che è cronica nel paziente, e fondare su tale consapevolezza le operazioni di condivisione.

Questo è stato quello che è stato fatto con Fabrizio; le competenze tecniche, di conoscenza del DNP e dei suoi meccanismi metacognitivi sono stati presentati nel momento in cui si riteneva che

Fabrizio fosse pronto ad accoglierle; questo avveniva prevalentemente in seguito all'esplicitazione di un Ciclo Interpersonale, che consentiva allo stesso di capirsi, di identificare il suo stato emotivo e comprendere il suo comportamento, di rispondere a due domande fondamentali: perché mi comporto così e come mantengo questo comportamento. Lavorare sui cicli ha consentito a Fabrizio di "uscire" dall'ossessione di Caterina che, nonostante in alcuni momenti torni nella sua mente, nell'attuale viene vista come una persona con capacità positive, ma anche tanti difetti, e soprattutto come una donna che non lo attrae fisicamente, ma che gli attiva il "testing", aspetto verso cui è sensibile (*"oggi ho visto Caterina, l'ho anche salutata. Ho capito che non aveva senso comportarmi con l'indifferenza come facevo prima, alla fine lo capivo solo io perché mi comportavo così; secondo me lei ne è stata felice; comunque la cosa importante è che io riesca a rapportarmi con lei senza che mi salga quella cosa che devo vincere, che la devo stuzzicare per vedere chi è più forte....sono stato felice e, arrivato su, ho abbracciato forte mia figlia"*).

Un aumento del funzionamento metacognitivo ha consentito a Fabrizio di ottimizzare la sua qualità di vita e soprattutto di accedere a scopi personali più sentiti e veri; nonché di migliorare i rapporti con i membri della sua famiglia (moglie e figli). Il rapporto con i figli gli crea non pochi problemi, poiché i suoi ragazzi sono spesso intimoriti da lui e non riescono ancora a fidarsi delle proposte che vengono fatte da Fabrizio; questo genera forte frustrazione e conferma come la Relazione tra variabili sia ancora una nota dolente. L'area famiglia d'origine rappresenta un aspetto non trattato, poiché Fabrizio ha scelto di disinvestire la relazione paterna e di conseguenza evita ogni forma di contatto sociale con lui; si reca dalla madre solo se è certo di non incontrare il padre.

### Bibliografia

- Beck, A. (1984). *Principi di Terapia Cognitiva*. Roma: Casa Editrice Astrolabio.
- Castelfranchi, C., Mancini, F., Miceli, M. (2002). *Fondamenti di Cognitivismo Clinico*. Torino: Bollati Boringhieri Editore.
- Dimaggio, G., Semerari, A. (2003). *I disturbi di Personalità: modelli e trattamento*. Roma: Casa Editrice La Terza.
- Dimaggio G., Semerari A., Carcione A., Nicolò G., Procacci M., *Personality Disorders: Modelli e Trattamenti e Stati Mentali, Metacognizione e Cicli Interpersonali* (Rouledge 2007).
- Muran, J. C., Safran, J. D. (2003). *Teoria e pratica dell'alleanza terapeutica*. Roma: Casa Editrice La Terza.
- Martino, B. (2009). L'intervento psicoterapeutico dei disturbi d'ansia in età evolutiva: il caso di Cristina. *Quaderni di Psicoterapia cognitiva*, 25, 108 – 135.
- [www.terzocentro.it](http://www.terzocentro.it)

**Autore**

**Marianna Trimboli**

**Specializzata a Reggio Calabria, training Dr. Nicolò, Procacci, Popolo**

**E mail: [trimbolim@libero.it](mailto:trimbolim@libero.it)**

*Per comunicare con l'autore potete scrivere alla mail personale, se fornita, o a quella della rivista:*

*[psicoterapeutiinformazione@apc.it](mailto:psicoterapeutiinformazione@apc.it)*

Psicoterapeuti in-formazione è una rivista delle scuole di formazione APC (Associazione di Psicologia Cognitiva) e SPC (Scuola di Psicoterapia Cognitiva). Sede: viale Castro Pretorio 116, Roma, tel. 06 44704193 pubblicata su [www.psicoterapeutiinformazione.it](http://www.psicoterapeutiinformazione.it)