

Vincenzo, il promesso calciatore: trattamento di un Disturbo Narcisistico di Personalità

Nicola Petrocchi¹

¹Studiante PhD in Psicologia e Neuroscienze Sociali, Sapienza-Università di Roma

Riassunto

In questo lavoro viene descritto il trattamento di Vincenzo, un ragazzo di 19 anni affetto da Disturbo Narcisistico di Personalità. Nella prima parte dell'articolo viene presentata la formulazione del caso che si incentra sull'analisi dettagliata delle credenze e degli scopi che caratterizzano il suo assetto cognitivo; vengono analizzati i comportamenti protettivi messi in atto per evitare la compromissione degli scopi per lui rilevanti e i meccanismi ricorsivi che mantengono la psicopatologia. Vengono poi definiti gli obiettivi della terapia (direttamente scaturiti dalla formulazione del caso), le diverse fasi e le tecniche impiegate per produrre il cambiamento terapeutico atteso. Particolare rilevanza è data alla relazione terapeutica e ai cicli interpersonali tipici di questo disturbo di personalità da cui è stata caratterizzata.

Summary

This paper describes the treatment of Vincenzo, a patient diagnosed with Narcissistic Personality Disorder (NPD). In the first part, the case formulation is described, with a special focus on the beliefs and goals characterizing his cognitive architecture. Safety-seeking behaviors and vicious circles are also analyzed. The goals guiding the therapeutic process are defined, along with the different techniques used to implement the expected therapeutic changes. Issues regarding the therapeutic relationship and the interpersonal cycles are discussed in the final part of the manuscript.

Vincenzo ha 19 anni e attualmente vive con i genitori e il fratello più piccolo in una zona residenziale alle porte di Roma. Si è diplomato un anno fa in una scuola privata e, attualmente, frequenta un corso di parrucchieri che lo impegna per 3 ore al giorno. Non ha un lavoro ed è mantenuto dai genitori. Il primo appuntamento viene fissato dalla madre, per telefono: in questo primo contatto dice che “il figlio non sta bene” e che “non possono andare avanti così” senza specificare altro. Il figlio ha acconsentito a vedere uno psicologo a patto che sia lei a trovarlo e fissare l'appuntamento. Vincenzo viene in prima seduta da solo: ha una fisicità esile e nervosa con diversi tic facciali ricorrenti e un eloquio spesso accelerato e farcito di espressioni dialettali romane

Nicola Petrocchi, Vincenzo il promesso calciatore: trattamento di un caso di Disturbo Narcisistico di Personalità, **N. 9, 2012**, pp. 3-29

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.psicoterapeutiinformazione.it

(parla in “romanaccio”, come dice lui). Viene in studio vestito con marche evidenti e, sebbene appaia un po’ sospettoso e “sulle sue”, è aperto e disponibile al dialogo. Non ha mai visto uno psicologo prima d’ora.

Il primo problema che Vincenzo riporta è una forte insoddisfazione per la sua corporatura (è troppo magro e vorrebbe essere più “grosso”) e in generale per quasi tutti gli aspetti della sua vita. Da un anno a questa parte “le cose non vanno”, si sente vuoto, triste, senza prospettive, soprattutto la mattina, e si annoia tantissimo. Da quando ha finito la scuola privata (che i genitori che hanno pagato purché non smettesse di giocare a calcio in cui era “una promessa”), Vincenzo passa le sue giornate su Facebook o su siti porno, in camera sua, facendosi canne e cercando di farsi venire in mente qualche “genialata per svoltare la vita”, che gli dia un sacco di soldi senza lavorare. Il calcio, infatti, nonostante la promessa ai suoi genitori, l’ha lasciato e i soldi che gli dà la mamma (10 euro al giorno) non sono sufficienti a sostenere il tenore di vita che lui vorrebbe e sente di dover avere (fumare canne e stare con gli amici); allo stesso tempo, però, dichiara di non aver voglia di lavorare, che è troppo pigro e che non gli va “di andarsi a spaccare il culo per 7 euro all’ora”. Quello che sogna è un lavoro che gli dia *almeno* 4000 euro al mese, che per lui “andrebbero bene”: se ci sono persone come Lapo Elkann che hanno ereditato una fortuna o Corona che per uno scatto prende 30.000 euro, perché lui deve faticare 4 ore per 30 euro? Sente un profondo senso di ingiustizia. Vincenzo non riesce però a trovare il modo per “svoltare” e passa le sue giornate a casa dove sua madre gli fa tutto, dai pranzi alle lavatrici (lui non è capace perché non ha mai voluto imparare; d’altronde “perché dovrebbe?” sua madre “lo fa così bene” e poi “deve farlo”). In questo stato di tristezza, “vuoto” e aspettativa di “grande pensata per svoltare”, attende la sera per uscire con gli amici. Alle sensazioni di vuoto si aggiunge uno stato di ansia cronica e preoccupazione per il futuro che lo porta ad insonnia e generale irritabilità. Inoltre ha fatto sesso qualche mese fa con una ragazza senza preservativo e ha paura di aver contratto l’HIV (ma non può farsi le analisi perché “gli mette troppa ansia”). Negli ultimi 2 anni, per distrarsi da questo insieme di sensazioni sgradevoli e preoccupazioni, è uscito tutte le sere (“non riesco a stare in casa, devo uscire per forza”): vede i suoi amici con cui si intrattiene facendosi canne (4 / 5 ogni sera) ridendo e scherzando per ore, senza mai andare in nessun locale. Sebbene gli amici siano “l’unica cosa bella della sua vita” in realtà sono anche fonte di dubbio e preoccupazione: non capisce quanto siano effettivamente sinceri e, di fatto, non si fida assolutamente di loro. A tratti, sebbene sia difficile per lui ammetterlo, si sente inferiore (alcuni sono andati all’università) e desidera, in fondo, che falliscano (“non aspetto altro che vengano a dirmi che sono usciti fuori corso e che non ce la fanno a fa’ l’università”). Ha inoltre un rapporto di grande conflittualità con il padre che “pensa solo ad

accumulare i soldi e tenerli da parte” e rappresenta proprio il tipo di esistenza spenta e senza divertimenti che non vorrebbe mai trovarsi a vivere. Spesso si sente, inoltre, sopraffatto da sensi di colpa verso i genitori (per aver fatto una scuola privata a pagamento e distrutto macchine e motorini in 4 incidenti gravi). Si lamenta inoltre di aver cambiato il suo approccio con le ragazze verso cui si sente insicuro: questo suo attuale blocco è qualcosa che “non capisce”, completamente diverso dalla facilità con cui prima era solito avvicinarsi all’altro sesso. La fonte di malessere principale è comunque il fortissimo rimpianto per la vita che ha perduto (ha lasciato il calcio, la vita che “avrebbe dovuto e voluto vivere”) e una sensazione generale di fallimento rispetto alla sua esistenza.

In base alla sintomatologia presentata è possibile formulare le seguenti diagnosi:

Asse I del DSM IV-TR: le preoccupazioni rispetto al proprio corpo (ritenuto eccessivamente piccolo) e a possibili malattie sono presenti in modo significativo ma non tale da poter effettuare diagnosi di dismorfofobia o di ipocondria. Il paziente presenta anche una sintomatologia depressiva riconducibile al disturbo distimico (umore depresso, per la maggior parte del giorno, quasi tutti giorni) anche se è assente il criterio temporale dei due anni.

Asse II del DSM IV-TR: Disturbo Narcisistico di Personalità. Vincenzo presenta tutti i criteri per la diagnosi di questo disturbo di personalità, confermata anche dalla somministrazione dello SCID-II (tutti i criteri presenti).

Non ha effettuato precedenti trattamenti psicoterapici né farmacologici. Lo vedo da un anno, con sedute a cadenza settimanale .

Profilo interno del disturbo.

Grazie all’analisi degli ABC “tipici” del paziente è stato possibile ricostruire il funzionamento dei problemi presentati in termini di antecedenti, credenze, scopi, emozioni e comportamenti. La prima situazione tipica che riporta il paziente si presenta praticamente ogni mattina quando si sveglia (verso le 12.30) e realizza di non avere nessun impegno durante la giornata, se non vedere i suoi amici la sera.

1° ABC tipico: A casa la mattina

Q2	B	C
La mattina, dopo una notte di bagordi con gli amici, mi accorgo che non ho nessun impegno per tutta la giornata.	Anche oggi un'altra giornata come le altre, non ho niente da fare	Senso di noia e vuoto
C = A1	B1	C1

<p>Senso di noia Senso di vuoto</p>	<p>Perché sto così? cosa mi è successo? Che fine ho fatto! non ho nemmeno un euro → sono un poraccio, ha ragione papà</p>	<p>Tristezza → comincia a evidenziare tutte le cose che non ha (una ragazza, un bel corpo, nemmeno un euro suo)</p>
	<p>Devo pure chiedere a mamma i soldi, penserà che sono sempre lo stesso.</p>	<p>Vergogna</p>
	<p>Ma io non posso chiedere altri soldi ai miei genitori, con tutto quello che gli ho combinato (incidenti stradali, scuole private), con tutto quello che hanno fatto per me.</p>	<p>Senso di colpa → comincia a immaginare di ricompensarli, diventando ricchissimo. Fantastica: “pensa se adesso arriva qualcuno e mi dice “Tiè, ti dò sta valigetta con 40.000 euro”.</p>
	<p>Mentre io sono qui a non fare niente i miei amici sono all’università. Li voglio proprio vedere quei buffoni, tanto lo so che escono fuori corso! Lo spero proprio!</p>	<p>Invidia → immagina che vadano fuori corso e che non facciano esami → li critica e disprezza: “che vita di merda fanno, da falsi e ipocriti”</p>
	<p>Non posso stare così, devo trovare una soluzione. Come faccio a uscire da questa situazione? Se continuo così non combino niente!</p>	<p>Ansia, senso di agitazione → Comincia a pensare vari lavoretti che potrebbe fare → comincia a spulciare le pagine di Porta Portese →→ <i>Inizio di sensazioni fisiche sgradevoli all’altezza dello stomaco</i></p>
<p>C1= A2</p>	<p>B2</p>	<p>C2</p>
<p>Comincia a pensare vari lavoretti che potrebbe fare Comincia a spulciare le pagine di Porta Portese</p>	<p>Tanto è inutile, non troverò niente adatto a me, tutti lavori a 7 euro l’ora</p>	<p>Tristezza (senso di abbattimento e stanchezza) → smette di cercare lavori</p>
	<p>Io non posso perdere tempo con questi lavoretti! non posso fare un lavoro normale! Perché devo farlo se altri fanno la bella vita? È ingiusto!</p> <p style="text-align: center;">↓</p>	<p>Rabbia (+ desiderio di rivalsa) + (senso di costrizione allo stomaco) + rimuginio: Ma perché non sono ricchissimo? Ma perché si deve lavorare per vivere! È ingiusto! Corona guadagna 30.000 con uno scatto!</p>
	<p>Sì, ma cosa faccio? Io non so fare niente! Il mio amico almeno fa ripetizioni, io che insegno?! A rollà le canne!? → sono senza uscita</p>	<p>Tristezza, senso di inadeguatezza, auto-svalutazione</p>

	Troverò un modo per svoltà senza lavorare, io posso farlo! Non è impossibile se c'è qualcuno che c'è riuscito!	senso di rivalsa (si perde in fantasticherie→ → si immagina :potrebbero fermarmi per strada e chiedermi di recitare in un film;
	Ma perché non ho continuato a fare il calcio? Forse adesso sarei famoso Ho fatto una cazzata a lasciare e in più, adesso non posso tornare indietro, è troppo tardi.	Rimpianto Rimorso → <i>ancora più sensazioni fisiche sgradevoli all'altezza dello stomaco e confusione mentale</i>
C2= A3	B3	C3
Tutte le emozioni insieme + <i>sensazioni fisiche sgradevoli all'altezza dello stomaco + confusione mentale</i>	Ma cosa mi sta succedendo? non è che ho qualche malattia strana? Non è che ho preso l'HIV da quella zoccola?	Ansia →rumina sulle possibili malattie → si mette sul computer per ore → si fa una canna →si butta a letto anche nel pomeriggio saltando colazione e pranzo
C3= A4	B4	C4
Vede che ha passato tutto il pomeriggio sul pc e a letto + vede suo fratello che va bene a scuola e fa calcio	Sono un fallito, ma perché ho fatto questa fine (perché mio fratello è diverso?) Come posso uscire da questa situazione? Se vado avanti così va a finire male	Tristezza + Ansia + (agitazione psicomotoria +disappetenzia) → esce con gli amici per andare a sballarsi

LADDERING delle principali valutazioni in B

Perché per te è così grave non aver niente da fare? →perché se continuo così non diventerò mai ricco e famoso entro i 30 anni e:

- 1 → nessuno si ricorderà di me, non avrò la vita delle persone famose→ mi dovrò accontentare degli scarti (non potrò mai avere le donne e le cose che voglio)→ sarà invivibile;
- 2 → prima o poi sarò costretto a fare un lavoro normale e se questo succede:
 - 2a→ dovrò farmi il culo come mio padre (anzi, pure peggio di mio padre!)→ la mia vita sarà priva di cose belle, solo fatica→invivibilità;
 - 2b→ avrei dei capi→ mi tratterebbero male o mi sfrutterebbero→ non avrei altre alternative→ sarebbe una vita da schiavo, invivibile;
- 3 → dovrò chiedere sempre i soldi ai miei e, dunque:

3a → i miei mi considereranno un fallito e un coglione e dunque:

3a.1 → non potrò mai riconquistare il loro amore e la loro stima;

3a.2 → sarò costretto a fare le cose che mi dicono di fare, (perdita di aggettività e autonomia decisionale);

3b → io stesso mi sentirò un fallito e un coglione (perché potevo diventare famoso!), mi disprezzerei, non potrei vivere con questa costante idea di me;

3c → i miei amici sarebbero tutti meglio di me → mi sfotterebbero e non mi considererebbero adatto al gruppo (perdita di affiliazione con il gruppo dei pari).

Che c'è di tremendo se avessi qualche malattia? → potrebbe essere qualche malattia grave e inguaribile (come l'HIV) e quindi:

1 → non so cosa mi succederebbe → mi lascerebbero solo (genitori e amici, con disprezzo) → non saprei come andare avanti → forse non sopravviverei;

2 → la mia vita sarebbe fallita per sempre (non potrei mai più diventare uno famoso, anzi sarei l'opposto!) → vedi *laddering* sopra.

2° ABC tipico: con il padre

A	B	C
Chiede al padre "ma non preferiresti essere il Sig. Ikea invece di andare a comprare da Ikea?!" E lui risponde di no. <i>oppure</i> Vede il padre che fa giardinaggio	Ma come fa? Come può non desiderare la vita da ricco (una Porsche)?	Sensazione di confusione, irritazione
	Lui non vuole fare la bella vita! Non mi capisce e non mi capirà mai, sono io la pecora nera della famiglia..	Frustrazione, tristezza → Ruminazione: Ma perché non è come il padre del mio amico che ha la Porsche?
	Lui però ha i soldi e io no (alla fine l'ha vinta lui)	Rabbia, frustrazione → Si arrabbia con il padre e lo offende dandogli del fallito e offende il fratello ("leccaculo")+ spacca delle sedie preziose che ha in casa
C = A1	B1	C1
Si arrabbia con il padre e lo offende dandogli del fallito. + (quasi sempre) il padre gli risponde dicendogli che è un "coglione doppiamente fallito", che è finito	Ha ragione, sono un fallito, ma perché faccio così? Perché mi sono ridotto così? ↓	Tristezza + (comincia a pensare modi per andare via, in un posto dove lo accettano e lo capiscono) → <i>si fa una canna e si butta a letto</i>
	Poi: glielo faccio vedere io! Io diventerò un grande. Io posso farlo! Gli dimostrerò che il mio tipo di vita è possibile.	Senso di rivalsa Speranza

LADDERING: "Se tuo padre non vuole la Porsche perché è grave? → perché vuol dire che lui non ha lo scopo di fare la bella vita, divertirsi dunque:

→ io non sarò mai capito e sostenuto e questo è grave perché:

1→ sarò sempre la pecora nera della famiglia → non avrò mai il suo amore → la vita sarà orribile (solitudine e mancanza di affetto);

2→ non avrò mai sostegno (anche economico) a quello che faccio → dovrò fare tutto da solo → sarà una vita di fatica e io non sarò mai più il figo che ha tutto senza fatica e:

a→sarò sempre inferiore agli altri miei amici che hanno il padre che veste Prada e va in giro a divertirsi ;

b→mi sentirò "un niente" (perdita di stima ai propri occhi)→non vorrei più vivere

3° ABC tipico: con le ragazze

A	B	C
Vede una ragazza carina + Impulso a provarci	Che bona questa! pensa che bello sarebbe starci insieme, magari "ce sta"!	Speranza, sensazione di euforia →gli vengono in mente tutte le volte in cui "era il figo", le ragazze lo corteggiavano→ sensazione di "poterla avere" →si immagina di essere in giro con lei e farla vedere a tutti i suoi amici
	E se mi rifiuta? E se non gli piaccio e faccio la figura di merda?	Ansia →immagina il modo in cui lei potrebbe trattarlo → <i>non ci prova</i>
C = A1	B1	C1
Ansia ed evitamento	Perché non ci prova lei? È ingiusto che debba fare io! Prima venivano loro! Sò loro che dovrebbero veni da me, no io andà da loro!	Rabbia →tentativi di sminuire la donna (tanto sò tutte troie, si credono chissà che!, sò stupide! Servono solo per una cosa... →incontra ragazze solo per fare sesso e le tratta male → <i>cerca prostitute</i>
C1= A2	B2	C2
Comincia a girare per ore in un viale di Roma dove sono le prostitute Va con una prostituta.	Ma che fine ho fatto! Non rimorchio più nessuno, so proprio finito Non tornerò più quello di prima	Tristezza, abbattimento Ruminazione:"perché non posso tornare indietro?" Si fa una canna, entra in uno stato di nervosismo e confusione + sintomi fisici vaghi e disappetenza

LADDERING: *E se una ragazza ti rifiuta che succede?* → vuol dire che non sono abbastanza figo (non come prima) quindi:

1 → potrebbero esserci altri rifiuti → *diventerei come gli altri* che faticano ad avere le ragazze e che si accontentano → sarei solo o con ragazze che non mi piacciono → vivrei una vita orribile, sarei infelice per sempre;

2 → gli altri non mi considererebbero più “quello che rimorchia”, non sarei più il figo ai loro occhi → mi prenderebbero in giro o comunque non avrei la considerazione che ho adesso;

3 → non varrei più ai miei stessi occhi, sarei uno “normale”:

a → non è giusto (io non lo sono! Oppure “io non lo ero e ho tutte le carte in tavola e diritti per non esserlo!”)

b → mi farei schifo → non potrei più piacermi, che vita sarebbe?

4° ABC tipico: con gli amici

A	B	C
Con gli amici a fumare, si allontana lasciando il fumo incustodito; quando torna gli sembra che sia un po' di meno	Questi m'hanno fregato un pezzo di fumo! Che bastardi! Pezzi di merda! Con tutto quello che faccio per loro!	Rabbia, impulso a dire loro qualcosa → gli vengono in mente altre situazioni in cui ha avuto il dubbio che lo avessero fregato
	Ma come si fa ad essere così infami! Nemmeno sugli amici si può contare!	Tristezza, → comincia a parlare e interagire di meno
C = A1	B1	C1
Rabbia + impulso a dire qualcosa	E' inutile che mi arrabbi, tanto non verrà mai fuori, potrei pure fare la figura del coglione, non se ne esce da questa cosa ↓ Loro non sanno con chi hanno a che fare, li frego io, lo vedranno chi sono!	Tristezza Voglia di rivalsa e vendetta → Comincia a pensare tutti i modi per truffarli, tipo: rubare a sua volta il fumo, fare lavoretti e fare la “cresta” sui soldi che incassano. → Fantasie grandiose di un futuro dove loro invidiano lui → Voglia di troncare con loro, di non vederli più (punirli con la sua assenza)
C1 = A2	B2	C2
Voglia di vendetta +	Che merda di amici che ho → non ho neppure questo nella mia	Tristezza +

Ricorda tutte le volte che già li ha fregati + Proposito di non vederli più	vita	
	Ma se mollo loro, chi mi rimane? Non ho nessuno, sono solo	Rassegnazione →tenta di non pensare a quello che gli hanno fatto, o di sminuirlo →per compensazione: ne esalta le qualità di amici con cui si "spacca", si diverte tantissimo, in modo eccessivo

Se i tuoi amici ti hanno fregato perché per te è così grave?

1→ sarebbero delle merde, degli infami → non potrei fidarmi neanche di loro→sarei veramente solo, non capito, non apprezzato da nessuno→ invivibilità;

2→ vuol dire che non hanno rispetto per me→ non sono poi così importante per loro→ vuol dire che **io** non sono così speciale→ vita intollerabile e "da secondo".

Vincenzo sembra dunque soffrire perché sente minacciata la sua credenza di essere speciale, avere talenti superiori, diritto a vantaggi particolari e a una vita "straordinaria", **unica condizione** che, ai suoi occhi, possa garantirgli un'esistenza vivibile e piacevole. La ricerca della vita ideale è irrinunciabile (e la speranza di ottenerla non si spegne) perché sentita come l'unica alternativa alla vita "normale" del padre, ai suoi occhi fatta solo "di fatica", priva di vitalità e triste, che il paziente sente di non poter, non dover e non voler vivere. È possibile individuare un **iper-investimento** del paziente nei confronti dello scopo di "essere una persona speciale" o, in termini negativi, "di non apparire agli altri (genitori, amici e ragazze) e a se stesso come inferiore o uguale agli altri". Emergono, in totale, quattro stati mentali derivanti da altrettante valutazioni rispetto allo scopo iper-investito:

1. *scopo minacciato*→ ansia, tensione muscolare generalizzata, agitazione, aumento tic facciali;
2. *scopo compromesso a causa degli altri*→ rabbia, desiderio di rivalsa e vendetta, fantasie grandiose compensatorie;
3. *scopo compromesso per suoi errori o mancanze* → senso di colpa, auto-svalutazione, rabbia verso se stesso, fantasie compensatorie di riparazione "grandiosa" nei confronti dei genitori;
4. *scopo raggiunto o promessa di realizzazione dello scopo* → sensazione di euforia, di superiorità, di imbattibilità.

Meccanismi protettivi

Vincenzo evita tutto ciò che può minare la sua credenza di essere speciale e intaccare la sua speranza di avere, un giorno, la vita che desidera. In particolare:

- Non si fa avanti con le ragazze → ricorre a prostitute (per evitare la frustrazione del rifiuto);
- Iper-sessualizzazione dei rapporti → per evitare di legarsi o essere lasciato;
- Utilizzo di cannabis per smorzare frustrazione e ansia;
- Evita di cercare lavoro: per non incorrere in frustrazioni dovute a capi che comandano o a lavori sottopagati;
- Evita di imparare nuove cose: per evitare la frustrazione dovuta alla difficoltà o alla sensazione di non essere subito padrone del compito;
- Si ritira dagli amici: per evitare di esporsi a loro possibili critiche o sfottò e per evitare l'evidenza della loro non affidabilità;
- Cerca solo amici con cui possa ancora essere il "figo";
- Si perde in "fantasticherie": immagina scenari del suo futuro grandioso;
- Si ritira dalla famiglia (non mangia con loro) per evitare le critiche.

Variabili indipendenti che regolano la sintomatologia presentata (espresse come credenze sullo stato del mondo, credenze su come il mondo dovrebbe, potrebbe o si vorrebbe che fosse (scopi in positivo o negativo), regole su come colmare la discrepanza:

- C:** sé come superiore e avente diritto a trattamenti, vantaggi e considerazione maggiori degli altri (tra cui: gli altri si devono prendere cura di me);
- C:** sé come destinato ad una vita "non normale" → con fama, denaro ma senza lavoro e sforzi *ma anche*
- C:** vita speciale (con fama e denaro ma senza alcuno sforzo) come possibile (per lui) e raggiungibile (o riconquistabile) con facilità;
- C:** sé come fragile, incapace di sopravvivere da solo (senza mamma);
- C:** vita non "straordinaria" = vita di sola fatica, frustrazione, priva di divertimenti, svago, priva di cose che "veramente piacciono" → non vivibile;
- C:** sé non speciale (come gli altri) = sé non di valore, non amabile, non accettabile dal gruppo → solo;
- S iper-investito:** non essere mai inferiore (ai propri e agli altrui occhi) agli altri (o uguale ad altri "normali") *e quindi*
- S iper-investito:** non essere mai alla mercé degli altri (sotto qualche capo che può dare ordini), privato della propria autonomia decisionale;
- S iper-investito:** non essere lasciato solo e quindi a cavarmela da solo: non ho sufficienti poteri interni e necessito di poteri esterni *che mi spettano di diritto.*

Si nota inoltre una carenza, sistematica e non dipendente dal particolare assetto motivazionale, di alcune abilità meta-cognitive:

- Capacità di identificare le proprie emozioni e di metterle in relazione ad accadimenti esterni o dinamiche interne → da qui la grossa difficoltà a ricostruire gli ABC settimanali perché il paziente ha difficoltà a riportare il proprio stato affettivo ma si concentra più sulla sintomatologia fisica e sulla descrizione di accadimenti esterni;
- Capacità di differenziazione e decentramento: difficoltà a riconoscere i propri stati mentali come *rappresentazioni* della realtà (soggettive, basate sui propri desideri e alle proprie credenze), piuttosto che come la realtà in se stessa e capacità di comprendere l'altro "mettendosi nei suoi panni" piuttosto che interpretare le sue esperienze in base alla propria prospettiva e al proprio vissuto;
- Capacità di integrazione: della visione di un sé grandioso con quella di un sé "fallito", privo di risorse e incapace anche di vivere da solo (in una stessa seduta Vincenzo passa di frequente fra queste due rappresentazioni di sé); delle diverse concezioni degli amici (in una stessa seduta possono essere "l'unica sua famiglia" e "degli infami di cui non si può fidare, posso fidarmi solo di mamma") e delle donne (o "tutte inferiori, tutte troie sfruttatrici e dipendenti, tutte stupide" e descrizioni di sua madre come "una vera donna, senza di lei non saprei come vivere").

Fattori e processi di mantenimento

Lo stato psicopatologico di Vincenzo sembra mantenersi a causa di conseguenze non intese del suo iper-investimento nello scopo di specialità ed evitamento dell'anti-goal di non fare la vita "normale e triste" di suo padre. Non si assiste ad una soluzione spontanea dell'*empasse* e a una remissione dei sintomi a causa di alcuni meccanismi di mantenimento della sintomatologia, intrapsichici e interpersonali tra cui:

Intrapsichici

Attenzione selettiva: cerca segni e prove della sua specialità (gli sembra di trovarne) ma contemporaneamente, poiché li teme, è particolarmente attento e sensibile anche a tutti i segnali che indicano l'approssimarsi della minaccia "dover lavorare come tutti" (nota che tutti i suoi amici, ad esempio, fanno qualcosa). Questo produce una maggiore quantità di segnali di pericolo rispetto alla minaccia temuta.

Della vita "normale" del padre e degli altri non vengono notati gli aspetti piacevoli e vivibili (il padre non soffre affatto nel fare giardinaggio, essendo un suo hobby; i suoi amici lavorano e non ne

soffrono particolarmente). Vincenzo non riesce a capire come altri possano avere gusti diversi dai suoi (vedi ABC con il padre). Questo gli impedisce di modificare la sua credenza *vita di mio padre = vita costretta, che non è stata scelta = (vita orribile)* e quindi di accettare l'eventualità che anche lui potrebbe avere una vita *non speciale e* non soffrirne.

Anni di investimento genitoriale (e proprio) sulla sua "specialità" e "talento" (vedi *vulnerabilità storica*) hanno portato ad un mancato sviluppo di capacità e competenze alternative. Una vita normale è inaccettabile perché non riesce proprio a raffigurarsela ("ma che faccio? So fa' bene solo le canne"). Quando va a cercare lavoretti, non avendo competenze pratiche, è più facile che lo rifiutino o gli proponano mansioni base (lavare piatti) che lo portano a non accettare il lavoro e a investire ancora di più nello scopo "di specialità". Il tentativo di evitare la minaccia promuove inoltre una categorizzazione delle alternative in termini dicotomici (o la vita di Vincenzo o la "caduta" in quella del padre) senza che possa intravedere delle gradualità fra i due estremi: è più difficile smettere di sperare.

Vincenzo tollera male anche la frustrazione del dover imparare qualcosa di nuovo e non essere subito il più bravo → evita ogni percorso di crescita → si sente con sempre minori risorse (quindi inferiore rispetto agli altri).

L'uso massiccio di cannabis sembra produrre in Vincenzo una sindrome a-motivazionale che peggiora il suo stato di apatia → si sente sempre meno spinto a cercare lavoro, e si trova a passare sempre più pomeriggi in casa senza fare niente. Il ricorso a lunghe sessioni di internet ha la stessa funzione "distraente" delle canne rispetto all'ansia e al senso di inutilità ma con i medesimi effetti a lungo termine: sensazione di aver sprecato il tempo, di non combinare niente e di essere sempre più il fallito che sta cercando di non essere.

Quando si sente frustrato fantastica in modo vivido sulle cose che potrebbero succedergli nel futuro (*wishful thinking*). Sente così vere le fantasie, pregusta in modo così vivido la realizzazione dei suoi sogni grandiosi (inventare qualcosa come *facebook*, essere scoperto per strada e diventare famoso ecc) da sentirli realizzabili, quasi autorizzato a non accontentarsi di altro. Sente inoltre sempre più massiccia la discrepanza con la vita che di fatto conduce e dolorosamente frustranti le esperienze che quotidianamente vive.

Essendo il recupero della sua vita speciale l'unico investimento che attualmente ha, è anche difficile dimetterlo (la speranza si mantiene) perché "perdendo questa partita" per Vincenzo vorrebbe dire perdere tutto. Le frustrazioni, inoltre, a causa del ventaglio di investimenti impoverito, diventano ancora più emotivamente salienti.

Interpersonali

In che modo le reazioni degli altri ai comportamenti di Vincenzo mantengono la sua problematica? La madre continua a dare soldi a Vincenzo e anche il padre, seppure lo critichi in modo sprezzante, di fatto continua a fornire a Vincenzo tutto ciò che chiede. Il costo di continuare a sperare nella “svolta di vita” e rifiutare lavoretti normali non si palesa a causa della protezione che i genitori ancora gli forniscono (“tanto una casa mi spetta, i soldi me li devono dà per forza, col culo per terra non ci rimango”).

Il suo comportamento critico nei confronti del padre genera a sua volta offese sprezzanti “sei un fallito, sei finito, hai lasciato pure il calcio” → Vincenzo ricorre sempre più a “te lo farò vedere io chi divento!!!” (è sempre meno propenso ad accontentarsi di lavori comuni che sentirebbe comunque non sufficienti a “vincere il padre”, e dargli lo “schiaffo morale”). In più l’attenzione del padre si focalizza sempre di più sul fratello che rappresenta a, questo punto, il figlio ideale (che una volta era lui) → invidia e ancora più ricorso a fantasie compensatorie.

Per evitare di legarsi a livello relazionale (quindi rischiare di essere lasciato), Vincenzo cerca rapporti che si basano soltanto sull’aspetto sessuale, diventando spesso sprezzante, manipolativo e rivendicativo. Questo ha creato nel tempo la nomea di “stronzo con le donne” → queste non si avvicinano e lo considerano sempre meno come un partner adeguato → lo evitano e lo rifiutano (si realizza il suo timore). In più spesso ricorre a prostitute → l’immagine di sé a sé stessi occhi diminuisce ancora di più e la distanza fra il suo sé ideale e il suo sé reale aumenta (“ma che fine sto facendo?”).

I tentativi di fare colpo sul gruppo di amici e di sembrare il “figo”, spesso anche facendo critiche, nel tempo hanno attirato proprio le beffe e la nomea di “sfigato” che teme di più, aumentando in lui la sensazione di minaccia percepita.

Esordio e scompenso

Vincenzo era un promesso calciatore. Per tutta la sua infanzia (in parte passata in Danimarca) si è diviso fra la scuola e il campo di calcio. I genitori, investendo sul suo futuro di calciatore famoso, “lo viziano”, anticipandogli la vita di celebrità che di certo lo aspetta. Purché lui continui ad essere il “fenomeno” del calcio, la madre gli fa i compiti e il padre esaudisce tutti i desideri. A 16 cambia squadra; il nuovo allenatore, sebbene lo consideri bravo, non accetta la sua spocchia (lui non fa riscaldamento e pretende solo di giocare, è arrogante con gli altri) e lo tiene spesso in panchina. Le pressioni sul calcio da parte dei genitori diventano, a questo punto, eccessive, a maggior ragione perché dopo il cambio di squadra Vincenzo gioca di meno e comincia ad essere “meno fenomeno”. Il calcio diventa sempre più un dovere: mentre lui deve studiare la mattina, fare gli allenamenti il

pomeriggio e andare a letto presto la sera, i suoi amici escono, hanno le prime ragazze, si divertono. Vincenzo comincia a sentirsi “meno” degli altri, desidera e invidia la loro vita. Incomincia a considerarsi “inferiore” a loro e giocare a calcio non gli basta più (anche perché, probabilmente, comincia a profilarsi la sua non “specialità”). Si accorge che il padre è fiero di lui solo perché “un giorno diventerà ricco e famoso”. Ad un certo punto decide di mollare e prende quella che lui stesso definisce una decisione fra “una vita normale e una vita pazza”. Sceglie la vita pazza: lascia la scuola (i genitori, tuttavia, gli pagano una privata) e dopo poco lascia il calcio, comincia a farsi le canne, esce tutte le sere, si fa la ragazza. Lo scopo che ha in testa è “fargliela vedere al padre”. Il padre, infatti, pensava che Vincenzo non avrebbe mai lasciato il calcio sostenendo che era l’unica cosa che sapeva fare. Vincenzo invece vuole dimostrare al padre che si sbaglia e che avrà lo stesso successo facendo ciò che desidera e non la faticosa vita di sacrifici che gli impone. Quando Vincenzo lascia il calcio il padre smette di parlargli ed è solito umiliarlo (“Ma dove voi annà te? Non ti posso nemmeno raccomandà! A chi ti raccomando che non porti a termine niente?). Vincenzo vede che anche la madre è delusa da questa sua scelta. Automaticamente, la considerazione familiare di cui Vincenzo godeva prima si concentra totalmente sul fratello minore, anche lui promesso calciatore, che attualmente calamita tutte le attenzioni dei genitori. Vincenzo diventa “la pecora nera” della famiglia, il disgraziato. Il senso di superiorità e l’arroganza, qualità coltivate in lui dagli stessi genitori, gli si ritorcono contro. Esce tutte le sere: fa vari incidenti con macchine e motorini. I genitori sono così disinteressati che un po’ si arrabbiano ma poi gli ricomprano tutto senza tante storie come se “non volessero rompersi i coglioni con lui”. Gradualmente Vincenzo si rende conto di aver perso il “controllo” della sua decisione e di non avere gli “strumenti” per sostenerla. Non sta riuscendo a dimostrare al padre che avrebbe avuto successo lo stesso, anzi: ne combina una dopo l’altra, si sente sempre più un fallito, prova un forte rimorso per la vita che ha lasciato (e per il trattamento e la considerazione da parte dei genitori che questa gli garantiva) e non sa neppure perché. **L’esordio** di una sintomatologia più intensa (sensazioni di tristezza, ansia per la salute e attacchi di aggressività) si può far risalire all’estate scorsa (2011) quando Vincenzo viene improvvisamente lasciato dalla ragazza che lui considerava come “una schiava” priva di volontà che non si sarebbe mai “permessa di lasciarlo”. A metà estate rimane solo a Roma, senza la ragazza e con gli amici che sono partiti per un viaggio che lui non poteva permettersi (perché non lavora). Prova forti sensazioni di vuoto depressivo e ansia, ricorre sempre più alle canne. **Lo scompensamento** si ha in autunno quando al ritorno dalle vacanze gli amici cominciano ad organizzarsi chi per andare all’università chi per andare a lavorare: l’aspettativa di Vincenzo è quella di iniziare un corso di parrucchieri che lo impegnerà però solo 3 ore al giorno

(“starò senza fare niente la maggior parte del tempo, senza amici, senza fidanzata e a fare un corso di parrucchiere”). Una sera dopo una feroce litigata con i suoi, Vincenzo vomita. A quel punto la madre, impaurita, cerca uno psicologo e prende un appuntamento.

Vulnerabilità

Vulnerabilità Storica. Di seguito sono descritti gli elementi della storia di vita del paziente che possono aver favorito la strutturazione di particolari credenze patologiche, l'iper-investimento in particolari scopi e l'adozione di particolari strategie di *coping* disfunzionali.

ESPERIENZE (di tipo episodico e/o continuativo)	CONSEGUENZE (credenze e scopi iper-investiti, strategie di coping utilizzate)
Infanzia passata in Danimarca; genitori con pochi amici (non si facevano mai cene, solo lavoro), lui non poteva avere amichetti a casa (perché a “loro” non piaceva confondersi con gli altri)	→sensibilizzazione ad una vita “isolata”, di solo lavoro, solo sforzo→tristezza →sensazione di diversità e specialità rispetto agli altri bambini
Ha sempre avuto pochi amici, soprattutto in Danimarca. Non si ricorda nessun amico “del cuore”. Non aveva un gruppo, stava sempre con mamma e papà. Si ricorda che il padre era patito del calcio italiano e lui ha cominciato a sognare di diventare un calciatore.	→mancato confronto con il gruppo dei pari; carenza nello sviluppo del sistema cooperativo; enfasi sul sistema competitivo →ridotto utilizzo della capacità empatica verso altri; mancanza di criteri di confronto con persone simili a lui →investimento sul sogno “diventare un calciatore”
Madre che gli dice “non importa se non vai bene a scuola, l'importante è che continui il calcio” (studia per lui e poi alle superiori è lei a fare il suo esame di maturità)	→C: “sono speciale”→ destino “importante” →C: i miei genitori mi amano per il fatto che diventerò qualcuno →sensazione di diversità con gli altri bambini e di “diritti speciali” in casa e fuori
Quando si interessa, per puro piacere, ad altre attività i genitori gli dicono “ma perché perdi tempo? tanto l'importante è il calcio”	→mancato sviluppo di un “piacere del fare senza scopi di specialità” →mancanza di competenze in altre attività
La madre gli compra tutto ciò che chiede (biscotti più costosi, cibi più raffinati). Non lo manda a cena da altre famiglie perché gli dice “la ti fanno mangiare male, tu hai bisogno del meglio”.	→C: sono speciale, ho diritto ad un trattamento speciale →comincia ad invidiare la vita degli altri, vorrebbe andare a cena da un suo amico→frustrazione
La madre gli fa tutto, dal cibo alle lavatrici. Lui non ha mai aiutato a lavare i piatti, a mettere in ordine la sua stanza. Non lo mette di fronte a nessuna problematica pratica	→c:dovere degli altri di accudirlo →mancato sviluppo di abilità pratiche e→aumento della dipendenza da altri (la madre) per fare le cose
Segna e ride sprezzante dell'avversario e il padre dagli spalti esulta ed è pieno di orgoglio per lui Sente spesso il padre che si vanta di lui con gli altri	→rinforzo del padre dei suoi comportamenti “altezzosi” →gli altri (soprattutto il padre) mi vogliono così→disprezzo della cooperazione, disprezzo della gavetta →C: devo mantenere questo standard altrimenti tutti saranno delusi

Lui deve studiare e allenarsi mentre i suoi amici cominciano ad uscire e divertirsi Quando chiede il motorino il padre gli dice: "no senno' ti distrai e rendi meno".	→il calcio comincia a connotarsi come dolorosa separazione dagli altri, come solitudine →invidia nei confronti degli altri →comincia a idealizzare la "vita libera"
Il mister della nuova squadra pretende che lui si alleni come gli altri altrimenti non lo fa giocare. Il padre dice: "è invidioso adesso ci parlo io". (quando il padre non ottiene niente, lui lascia)	→investimento paterno nelle qualità narcisistiche del figlio →C: questa cosa la posso fare "solo e soltanto come dico io e solo e soltanto se sono il migliore"
Quando lascia il calcio il padre gli toglie il saluto Il padre gli dice "tu non lo puoi lasciare il calcio! Tu non sei nessuno"	→C: i miei non mi amano se non sono il "migliore e non divento famoso"; S:"farla pagare al padre" che cede al mister; S: dimostrare a tutti quanto lui riuscirà anche senza calcio ("ve lo faccio vedere io chi divento")
Il padre comincia a dare attenzioni al fratello, li confronta spesso e sminuisce Vincenzo	→sensibilizzazione alle critiche
Quando fa incidenti o prende multe i genitori gli ricomprano tutto	→sensazione che comunque le cose gli spettino →non percepire i costi delle sue condotte
11 anni lui si innamora di una ragazza e lei lo tradisce La ragazza successiva fa lo stesso	→forte sofferenza vissuta in solitudine→ C: donne come "infime, pronte a tradirlo e a ferirlo"→ricerca di donne dipendenti,"schiave" →C: non devo legarmi, si soffre troppo

Vulnerabilità attuale: che cosa c'è oggi che nella mente del paziente e nel suo ambiente che lo rende vulnerabile al disturbo?

Fattori intrapsichici e ambientali (attualmente presenti)	Conseguenze (in termini di elementi di vulnerabilità attuale)
Ricorso alla cannabis come strategia di coping	→minore consapevolezza delle proprie emozioni →aumento delle somatizzazioni →disregolazione dell'appetito (adesso mangia solo dopo essersi fatto una canna, altrimenti non ha fame)
Ridotta capacità di identificazione delle proprie emozioni, decentramento	→aumento della "confusione mentale" →tendenza alle somatizzazioni →incapacità di accedere a prospettive alternative, oltre quella ego-centrata.
Al ritorno dalle vacanze i suoi amici vanno all'università mentre lui ad un corso di parrucchieri	→palesamente compromesso il suo status di specialità/superiorità rispetto agli altri
La sua ex ragazza, che lo ha lasciato, si è messo con un altro ragazzo ed è felice; lui è bloccato nel rapporto con le ragazze	→C: "sono io che forse non vado bene" →ricorso frequente a prostitute →aumento discrepanza con il sé ideale
Ha fatto sesso con una ragazza senza preservativo	→timore di aver contratto l'HIV →aumento della focalizzazione sui sintomi di tipo

ipocondriaco

La terapia

Contratto e scopi del trattamento. Vincenzo è giunto in terapia costretto dalla madre, preoccupata dei comportamenti aggressivi del figlio e dell'apatia. Nelle prime sedute ho cercato di capire quali fossero le cose che Vincenzo volesse modificare di se stesso al momento attuale, in modo da far emergere una motivazione intrinseca al lavoro terapeutico. I principali obiettivi (*espliciti*) del contratto terapeutico inizialmente sono stati i seguenti:

- Comprensione e riduzione della propria sintomatologia ansiosa e depressiva;
- comprensione di alcune sue condotte del passato ("perché ho lasciato il calcio?);
- comprensione e risoluzione del "blocco" rispetto all'approccio con le ragazze;
- comprensione e riduzione del proprio impulso a ricorrere prostitute;
- riduzione della frequenza e dell'intensità delle reazioni rabbiose;
- costruzione di un progetto di vita di cui sia soddisfatto e lo renda felice.

Obiettivi impliciti: cambiamenti che mi sono proposto di operare nel funzionamento cognitivo del paziente, al fine di raggiungere i suoi obiettivi, e che non sono stati esplicitati in prima battuta.

Incremento della :

- capacità di identificare le proprie emozioni, metterle in relazione a eventi esterni ed interni e diminuzione della "vergogna" ad esprimerle;
- capacità di decentramento;
- consapevolezza dei propri meccanismi protettivi (canne, Internet, prostitute), dei loro costi e aumento della motivazione a dismetterli;
- consapevolezza delle proprie credenze e degli scopi iper-investiti e di come questa particolare set cognitivo sia responsabile della sua sofferenza attuale + aumento della motivazione a criticare le prime e a disinvestire, almeno parzialmente, sui secondi;
- consapevolezza dell'origine delle suddette credenze e scopi iper-investiti (ridurre il loro status di "verità assolute", storicizzandole e relativizzandone la funzione);
- articolazione del sé ideale attorno a criteri meno grandiosi, più maturi e realistici;
 - Diminuire la credenza assolutistica "o faccio la vita di Corona o faccio la vita di mio padre"

- Produrre una più realistica articolazione della vita “Corona” (“è tutto rosa e fiori come pensi? Si dice che abbia fatto sesso con Lele Mora!!!!!!”→ diminuire la desiderabilità assoluta dello scopo);
- Produrre de-catastrofizzazione dell’evenienza “vita normale”→ (“potrebbe essere più piacevole di quanto pensi”);
 - comprensione dei cicli interpersonali che si attivano a partire dalle sue condotte;
 - competenze pratiche del paziente.

Razionale, strategie e tecniche di cambiamento

Nella prima fase della terapia ho cercato di definire con Vincenzo quali fossero le sue problematiche e stabilire insieme obiettivi che potessero guidare il percorso di cambiamento. I primi interventi si sono focalizzati sull’aumento della sua capacità di riconoscere gli stati affettivi e i corrispondenti somatici che sperimentava durante la settimana e ricondurli a cose che aveva pensato o che erano successe (utilizzo dei diari settimanali). Successivamente si è cercato di evidenziare come tutto ciò che faceva per diminuire l'intensità delle sue emozioni (analisi strategie di coping), in realtà produceva un aumento delle stesse nel lungo periodo (ho cominciato a proporgli di sospendere l'utilizzo della cannabis almeno per una giornata al fine di notare un’eventuale riduzione dei sintomi). Questo intervento ha avuto il primo merito di diminuire le interpretazioni catastrofiche che Vincenzo era solito fare della sua sintomatologia, e ridurre lo stato d’ansia dovuto ad esse. A questo punto è cominciata l'analisi degli ABC riconducibili alle emozioni più intense che rilevava durante la settimana. Per mezzo del *laddering*, si sono analizzate le particolari credenze e gli scopi per lui importanti che, in quanto iper-investiti e attualmente sentiti come minacciati, producevano la sintomatologia. Tramite dialogo socratico e scoperta guidata ho cercato di aiutare Vincenzo a intravedere delle funzioni di protezione nei sintomi: è stata promossa in questo modo una maggiore comprensione del proprio stato attuale e una minore sensazione di confusione. È stato quindi condiviso con il paziente il modello che poteva spiegare la sua sofferenza: ciò che sentiva minacciata è la sua credenza di essere (e scopo di continuare ad essere) superiore agli altri e destinato, senza ombra di dubbio, ad una vita di ricchezza e fama ottenute senza il minimo sforzo. Credeva di non poter vivere una vita *normale* perché considerata priva di felicità, del supporto degli amici, invivibile in quanto fatta *solo* di frustrazione e sottomissione al volere altrui. Si sono affrontate in senso critico (tramite analisi delle prove a favore e contro e visione di alcuni film tra cui “*Somewhere*” di Sofia Coppola) le credenze intrattenute da Vincenzo (vedi variabili indipendenti) e in particolare:

- il potere e la facilità e il diritto di ottenere lo stato desiderato;
- il potere e il diritto di evitare a tutti i costi lo stato temuto (vita normale);
- la sostenibilità dei costi, soprattutto a lungo termine, di questo perseguimento.

È stata condotta un'analisi della storia di vita: Vincenzo ha avuto la possibilità di vedere quanto molte delle sue credenze e dei suoi scopi avessero “una storia” e che molta della sua sofferenza fosse dovuta anche ad un'eredità dei genitori che lui non si era scelto ma che era comunque sua responsabilità modificare. Ciò che desidera (una vita che sia fatta anche di leggerezza, divertimento e non solo lavoro) è lecito ma sono le condizioni che ritiene necessarie per ottenere lo stato desiderato a rappresentare il problema: scopi strumentali troppo ambiziosi (inventare un altro *facebook*) tanto da diventare quasi irrazionali. Se non impossibili (chi può dirlo?) comunque molto improbabili (quasi quanto la vincita di una lotteria) date le condizioni attuali (le sue competenze sono molto povere a causa del suo mono-investimento sul calcio e la specialità): è ancora disposto a giocare la sua felicità e il suo futuro ad una lotteria?

Si è cominciato quindi a lavorare su quanto fosse conveniente cominciare ad accettare la possibilità che lo stato desiderato potesse anche non attualizzarsi, o che il costo di continuare ad aspettare fosse diventato troppo alto proprio rispetto al suo benessere personale, alla sua libertà e alla qualità della vita. La speranza di ottenere fama e vivere una vita piena di piaceri e nessuna fatica attualmente gli precludeva di accettare anche lavoretti più semplici (ma che almeno avrebbero potuto garantirgli un po' di soldi per i suoi vizi), di imparare cose nuove, di sperimentarsi in attività che per lui potessero essere piacevoli. Un forte elemento di leva è stato il denaro: dai genitori poteva avere solo € 10 al giorno, che non gli consentivano di fare i viaggi che, invece, potevano permettersi i suoi amici che lavoravano. Una volta evidenziata l'importanza del fattore "viaggio", era più chiaro come continuare a rifiutare lavori di poco conto, allo scopo di proteggere la sua sensazione di specialità, in realtà comprometteva lo scopo che per lui più importante (la libertà, lo svago e la piacevolezza della vita). Vincenzo si è sentito dunque più motivato a cercare lavoretti per poter “alzare” un po' di soldi e viaggiare.

Come se la sarebbe cavata lontano da casa? Tramite un diario delle attività settimanali, si è stabilito un programma di competenze da acquisire (tra cui il semplice cucinare, lavarsi i vestiti, fino a imparare l'inglese o acquisire abilità specifiche rispetto alla professione di parrucchiere), allo scopo di ridurre la dipendenza dalla famiglia anche per le piccole cose, aumentare la sensazione di competenza e vivibilità di una vita dove “tutto non è già pronto e scodellato”. Il diario di attività ha diminuito anche la noia sperimentata durante le giornate e migliorato i rapporti in casa (ha cominciato a fare dei lavoretti insieme al padre, aiutandolo con il giardino).

Sono stati inoltre analizzati i cicli interpersonali che si attivavano con le persone vicine a lui, scoprendo, ad esempio, come proprio i suoi tentativi di farsi valere (tramite *display* di qualità e rango, ricerca della “battuta giusta” ecc) erano responsabili dell’allontanamento e le beffe da parte degli altri. Inoltre ho cercato di aumentare il decentramento e l’attitudine empatica verso gli altri (anche con l’esercizio delle 2 sedie): questo allo scopo di aumentare la percezione di vivibilità della vita degli altri ma anche diminuzione dei comportamenti manipolativi. La relazione terapeutica è stata improntata in modo tale da :

- aumentare l’attivazione del sistema cooperativo (condivisione) e diminuire il ricorso a quello competitivo (utilizzo del “noi universale” per ridurre l’invivibilità e la sensazione di isolamento rispetto ad alcuni stati affettivi);
- punire, tramite interventi diretti sulla moralità, il ricorso a manipolazione e sfruttamento degli altri;
- modellare, tramite racconto di vicende personali (frustrazioni di propri sogni, tolleranza di gavette), l’accettazione e la gestione delle frustrazioni e della fatica;
- *mirroring*: rispetto a possibili reazioni che gli altri possono avere nei confronti delle sue condotte.

La relazione terapeutica con Vincenzo ha presentato sfide particolari. Le fasi iniziali della terapia mi hanno visto semplice spettatore delle numerose lamentele di Vincenzo sulle cose che non andavano nella sua vita: le cause dei suoi problemi erano *tutte esterne*. Amici infami, genitori non apprezzanti le sue qualità, donne indecise o inferiori psicologicamente, datori di lavoro ottusi che non comprendevano le sue specialità. L’introspezione emotiva è stata resa difficile dalla tendenza del paziente a saltare le sedute se, in quella precedente, avevo cercato di esplorare i suoi vissuti emotivi. Ecco un’interazione tipica durante le prime sedute:

Ter: “ .. come ti sei sentito stamattina, quando ti sei svegliato? Che emozioni hai provato? Come ti hanno fatto sentire i tuoi amici?”

Pz: “bo...noia. Capito?! Non ho niente da fà!”;

Ter: “Ma che emozioni hai provato? immagino un po’ di rabbia, tristezza..io mi sarei sentito così in quella situazione..”.

Pz: “è sì...che ne so..t’ho detto noia. Ma tu capisci, quelli sò degli infami! Capisci che mi hanno fatto? Siamo amici da anni e mi rubano il fumo!”

Ter: “quindi ti sei sentito arrabbiato e un po’ triste...?”

Pz: “...(pausa..come se non capisse la domanda)..è che loro so degli infami!”

La sensazione iniziale è che non potessi effettivamente accedere ai contenuti dolorosi della sua esperienza emotiva: il paziente sembrava essere venuto in studio senza nessuna richiesta, senza nessuna difficoltà. La tendenza era, inizialmente, quella di trattarmi “alla pari” e rimanere su un tono colloquiale e di “camerata”.

Un'altra modalità di relazione tipica con cui Vincenzo entrava in seduta era quella provocante, la stessa che era solito utilizzare con il padre.

Pz: “Nicò, scusa ma..io, ad esempio, la vita come la tua non la vorrei mai fa'! Tu alla fine non diventerai mai qualcuno..ma voi mette con la vita di Corona! Altro che te!...lui co 'no scatto fa 30.000 euro! Te quanto devi lavorà pe' fa i suoi soldi?”

In questi casi, supponendo che il paziente stesse mettendo in atto un “test” al terapeuta, le mie risposte hanno cercato di non sminuire il punto di vista, spesso provocatorio, di Vincenzo ma di validarlo, facendo però notare alcune incongruenze.

Ter: “bè Vincenzo hai ragione...30.000 euro con uno scatto non sono male, fanno gola anche a me. Chissà lui che ci ha fatto?..bè adesso è un po' difficile chiederglielo visto che è in carcere..insieme a Lele Mora!(ironico)” *(il paziente sorride)*

Oppure, Ter: “io non so se diventerai ricco e famoso Vincenzo..tutto può essere..però non ti pare che questo aspettare *la svolta* ti fa stare sempre peggio? sei sempre più alle dipendenze dei tuoi, non puoi fare un viaggio perché non hai soldi tuoi, eppure è una cosa che ti piacerebbe molto... non ti pare che sia meglio aspettare la svolta già con qualche euro tuo in tasca, e nel frattempo fai quello che ti piace fare?”

Lo scopo è stato quello di offrire al paziente uno spazio di confronto diretto e, allo stesso tempo, un clima di accettazione incondizionata dove le critiche non generassero un eccessivo innalzamento delle sue difese. Quando, di recente, Vincenzo si è trovato un lavoro allo scopo di avere un po' di soldi per stare per un periodo ad Amburgo, si è confrontato con me sul programma del viaggio e sulle sue paure, che adesso sono molto più esprimibili. Quando ho trovato che nel suo programma ci fosse qualche “risoluzione grandiosa e narcisistica” ho scelto di confrontarlo su questo, utilizzando feedback diretti su quello che pensava.

Pz: “..che ne so, poi una volta là qualcosa faccio, i soldi li alzo! che me' frega de lascià il lavoro qui, lo ritrovo quando voglio! Io la voglio fa' tutto e poi quando torno vediamo!”

Ter: “Senti Vincenzo, adesso ti dico una cosa che secondo me ti farà un po' incazzare..”

Pz: “Eccallà, dimme..”

Ter: “hai tanta paura che gli altri pensino che sei un coglione, tipo tuo padre e i tuoi amici..”

Paz: “è ..”

Ter: “Francamente se qualcuno mi dice che parte senza pensare a mettersi da parte un po’ di soldi per il ritorno e lascia tutto al caso... bè, un po’ da coglioni è!... cioè, almeno, io penserei questo e mi sa tanto che anche gli altri la penserebbero così... non ti conviene programmare qualcosa per il ritorno? *Pausa*.....

Pz: “si è...mi sa che hai ragione..poi divento depresso come l’altra volta, te ricordi?..

Nel tempo Vincenzo ha sempre più lasciato “entrare” questi elementi di confronto e rottura con il suo solito modo di pensare, ha cominciato a raccontarmi in modo più sistematico le sue paure, ad affidare al terapeuta anche i suoi vissuti più dolorosi. Sembra che, nel tempo, si sia sentito sempre più compreso nelle sue sofferenze e corretto, ma non criticato, da qualcuno che lo conosce e non lo giudica e, in qualche modo, vuole che lui stia bene e faccia una vita serena. Non ha più saltato le sedute e mi ha chiesto, prima di partire per Amburgo, se poteva chiamarmi se si fosse sentito in difficoltà e se ci fossi stato una volta tornato in Italia.

Valutazione dell’esito

La terapia, durata 18 mesi si è interrotta quando Vincenzo ha deciso di fare un periodo di vita da solo ad Amburgo. L’intervento terapeutico ha avuto i seguenti esiti:

- a) forte riduzione dello stato ansioso (con riduzione dei tic del volto); aumento dell’appetito e del peso corporeo (Vincenzo adesso mangia abitualmente e non aspetta di farsi una canna per assumere cibo);
- b) aumento della qualità del sonno (sono diminuite le ruminazioni prima di addormentarsi); adesso può permettersi di stare in casa senza uscire tutte le sere (lo fa anche per risparmiare i soldi per partire);
- c) il paziente ha trovato un lavoro come assistente in un negozio di parrucchieri che ha mantenuto fino alla sua partenza.
- d) diminuzione del ricorso alle fantasie compensatorie di grandezza per gestire la frustrazione: sono aumentati gli scenari alternativi non grandiosi che Vincenzo potrebbe perseguire (attualmente pensa che potrebbe andare a lavorare per un periodo come parrucchiere in una città europea o aprire un negozio a Roma chiedendo aiuto ai genitori);
- e) ha organizzato un suo soggiorno ad Amburgo dove farà conto solo sui suoi soldi accumulati con il lavoro a Roma; ha deciso che là lavorerà come cameriere, metterà da parte dei soldi per poi tornare a Roma, finire il corso di parrucchiere e trasferirsi di nuovo in qualche città europea;

f) Ha cambiato in parte le amicizie, tollerando in misura maggiore gruppi dove non è il “galletto della situazione” e dove adesso si allena ad osservare gli altri con maggiore curiosità, per vedere come fanno a “vivere la vita che vivono e ad esserne felici”.

Vincenzo ha diminuito ma non interrotto l’assunzione di cannabis così come non ha del tutto perso la speranza che le sue fantasie grandiose possano realizzarsi (continua ancora a rimpiangere in certa misura il suo passato da calciatore). Adesso però vede meno scontato il suo destino di fama (“i miei hanno esagerato, non è scritto da nessuna parte che sarei diventato qualcuno”) e sono più chiari i costi del “non fare nient’altro che aspettare la gloria”. Una vita normale, inoltre, è diventata ai suoi occhi un po’ più vivibile e adesso, invece di invidia, prova tenerezza per il fratello che “vede costretto dai sogni del padre come lo era stato lui” (→ prova meno ostilità). Vincenzo tornerà a Roma a Settembre 2012 e, in base agli accordi presi, continueremo la terapia al fine di aiutarlo a perseguire con maggiore efficacia i suoi valori che adesso sembrano più raggiungibili e meno grandiosi.

Autore Nicola Petrocchi
Specializzata alla scuola SPC Grosseto, training Gragnani e Capo 2011
e-mail: nicola.petrocchi@uniroma1.it

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