

A1. Introduzione alla psicologia della personalità

Le struttura di personalità

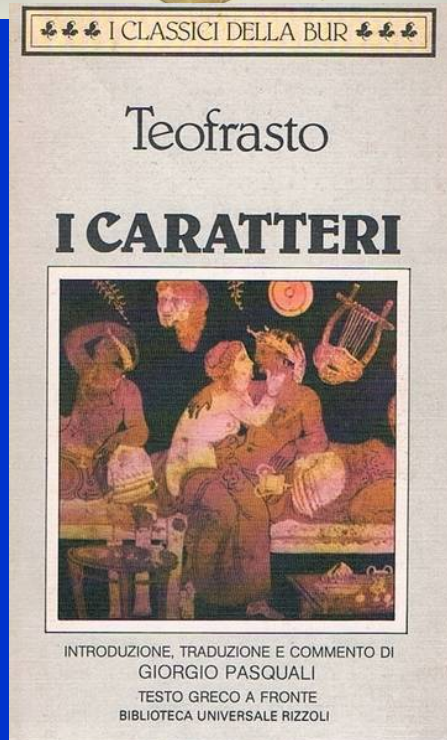
Ogni individuo presenta una personalità (carattere), che influenza l'affettività, la cognizione (percezione, pensiero) e il comportamento (corpo, posture, comunicazione).

Conoscere sé stessi (pregi e difetti) è fondamentale per aiutare se stessi e aiutare gli altri (psicoterapia).

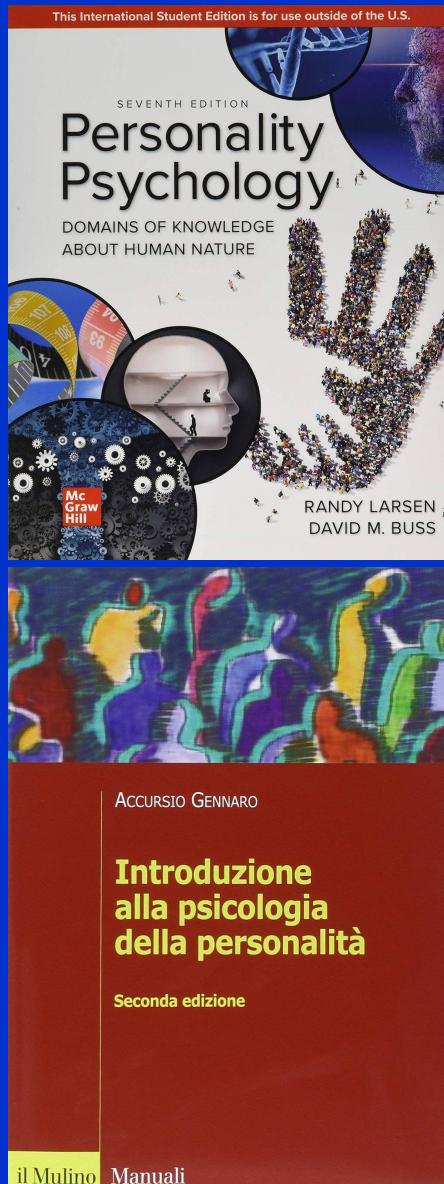
Conoscere sé stessi ed equilibrare se stessi è la via fondamentale di autoguarigione.

Conoscere la propria personalità significa:

- 1) Osservare il proprio comportamento
- 2) Riconoscere i propri stati d'animo principali
- 3) Riconoscere i processi difensivi principali



Psicologia clinica della personalità



- Secondo la psicologia clinica ciascuna categoria di personalità è costituita prevalentemente dal ricorso a una difesa o a un gruppo di difese.
- Le «difese preferenziali» diventano parte integrante dello stile individuale di affrontare i problemi.
- La personalità di un individuo ha delle «tendenze dominanti» e dei tratti appartenenti a diversi stili di personalità.
- Molte persone non rientrano con precisione in una categoria ma possono essere descritte come una combinazione di due o più tipi di organizzazione (paranoide-schizoide, depressivo-masochista, ecc.)

Livello evolutivo e tipologia del carattere



Nancy McWilliams ha proposto di considerare due assi del funzionamento mentale:

- 1) la prima dimensione riguarda il livello evolutivo (o di patologia): normale, nevrotico, borderline e psicotico;
- 2) La seconda dimensione riguarda il tipo di carattere: isterico, narcisistica, masochista, schizoide, paranoide, antisociale, depressiva, ossessivo-compulsiva.

Nell'ambito della psicopatologia è più importante la prima dimensione, mentre la seconda dimensione è fondamentale per quanto riguarda la conoscenza di sé.

		DIMENSIONE TIPOLOGICA								
DIMENSIONE EVOLUTIVA		Psicopatica	Narcisistica	Schizoide	Paranoide	Depressiva	Masochistica	Ossessivo/ compulsiva	Isterica	Altra
<i>Livello sanità/nevrosi</i> Integrazione dell'identità e costanza dell'oggetto Dimensione edipica freudiana Iniziativa/colpa eriksoniana										
<i>Livello borderline</i> Separazione-individuazione Dimensione anale freudiana Autonomia/vergogna e dubbio eriksoniani				.						
<i>Livello psicotico</i> Simbiosi Dimensione orale freudiana Fiducia/sfiducia di base eriksoniana										

Figura 4.1. Dimensioni evolutive e tipologiche della personalità

Tabella 1.1 Livelli di pervasività e rigidità di alcuni tratti di personalità nell'area ossessivo-compulsiva (dal livello dell'adattamento al grave disturbo).

	Adattamento	Livello subclinico	Disturbo	Grave disturbo
Perfezionismo	Cerco di fare le cose per bene.	Devo dedicarmi alle cose fino a quando non sono "perfette".	Devo dedicarmi alle cose fino a quando non sono "più che perfette", anche se vanno già bene per lo scopo per cui le ho fatte.	Niente è mai fatto bene abbastanza e per questo è raro che io riesca a finire un lavoro.
Laboriosità	Credo nell'etica del lavoro.	Raramente faccio una pausa per riposarmi o distrarmi.	Detesto "perdere tempo". Raramente riesco a prendermi una vacanza.	Non riesco a vivere senza lavorare. Spesso finisco così tardi che mi fermo a dormire in ufficio.
Controllo e pianificazione	Prima di prendere una decisione preferisco vagliare varie possibilità.	Prima di prendere una decisione devo analizzare tutte le alternative.	Prendo in considerazione così tante alternative che poi faccio davvero fatica a decidermi.	Mi perdo nel tentativo di prevedere tutte le possibilità e i dettagli, e così rinvio tutto e non decido niente.
Moralità	Mi piace sentirmi a posto con la mia coscienza.	A volte sono intollerante verso le persone più elastiche di me.	Sono disgustato dal lassismo e dall'incompetenza che vedo in tutti quelli che mi circondano.	Chiunque devia dai miei standard morali andrebbe punito.
Inibizione emotiva	Non sono facile all'entusiasmo.	Raramente mi emoziono.	Non mi emoziono e non riesco mai a lasciarmi andare.	Non capisco a cosa servano le emozioni e penso che impediscano di rimanere lucidi.

Analisi della struttura di personalità

1. Tratti somatici e comportamentali (visibili dall'esterno → volto, corpo e comportamento).
2. Stati affettivi (analizzabile soltanto dall'interno → emozioni, sentimenti, modalità di ragionamento, ecc.)
3. Processi difensivi (analizzabili più facilmente dall'interno → osservazioni e descrizioni relative ai momenti di difficoltà).