

PARANOIDE

Se di tutti gli stili di personalità si può dire ci sia una forma che appartiene alla normalità, una alla nevrosi e una alla psicosi (ad esempio: schizoide - schizotipico - schizofrenico), non così per il paranoide, che è sempre patologico (sia se si presenta come stile predominante sia se si presenta come tratto).

E' persona caratterizzata da una notevole sospettosità, dalla mancanza di umorismo e, spesso, da grandiosità (una parte del suo Sè è infatti megalomane, in contrapposizione all'altra parte del Sè segnata da un elevato bisogno di umiliazione)

Il lato grandioso si manifesta sotto forma di autoriferimento: tutto ciò che accade li riguarda in qualche modo personalmente. La megalomania, inconscia o manifesta, opprime però la persona paranoica con un senso di colpa insopportabile: "se sono onnipotente, allora tutte le cose terribili sono colpa mia".

Ha la tendenza abituale a proiettare sugli altri le qualità personali considerate negative: questi attributi cioè non vengono riconosciuti come propri ma percepiti come minacce esterne. Ovvio conseguenza è il porre fuori di sé la fonte delle proprie sofferenze: a un livello nevrotico questo si esprime con l'incapacità di assumersi le responsabilità, l'autoassoluzione e la continua colpevolizzazione dell'altro, ma a un livello psicotico questa dinamica interiore può risultare gravemente pericolosa perché può portare il paranoide a compiere gesti inconsulti non su di sé, ma nei confronti degli altri.

Non si sente mai completamente al sicuro e spende una incredibile quantità di energia emotiva a scrutare l'ambiente alla ricerca di pericoli.

Dal punto di vista della psicogenesi, si suppone che il bambino abbia difficoltà a gestire livelli troppo alti di aggressività e a integrarli in un senso di Sé positivo. Le risposte negative delle figure di accudimento a un bambino turbolento o troppo esigente rinforzano la sua percezione che il mondo esterno è persecutorio. Talvolta è un bambino che ha sofferto gravi ferite nel senso della propria competenza: ha fatto ripetute esperienze di sopraffazione e/o umiliazione. La presenza di un genitore minaccioso e l'assenza di altre figure che possono aiutare il bambino a elaborare i sentimenti che ne conseguono è terreno di coltura per la paranoia. Da adulto è persona litigiosa perché sente il bisogno di continuamente sfidare e sconfiggere il genitore persecutore.

Dal punto di vista affettivo il paranoide non solo è alle prese con la rabbia, il risentimento, il desiderio di vendetta, ecc., ma anche con sentimenti ancora più ostili e con soverchianti paure. C'è in lui una combinazione di paura e di vergogna.

Vive in un profondo isolamento emotivo.

Esperienze di vendetta e trionfo danno loro un senso confortante anche se passeggero, di sicurezza e rettitudine morale.

Frequente la confusione di identità sessuale, desiderio di intimità con persone dello stesso sesso e relativi timori di omosessualità.

Come difese, ricorre in maniera massiccia alla negazione, oltreché, come già accennato, alla proiezione. Per questo il suo Sè non è accessibile ad alcun sentimento di vergogna.

Spende le proprie energie per sventare i tentativi di coloro che, a suo avviso, hanno intenzione di umiliarlo e svergognarlo.

Teme la malevolenza degli altri.

E' estremamente suscettibile al provare invidia, ma se ne difende con la proiezione.

Si deve continuamente difendere dal risentimento e dalla gelosia, molto spesso di intensità delirante.

E' profondamente oppresso da sensi di colpa, non riconosciuti e proiettati.

Cronicamente impegnato a evitare le umiliazioni, trasforma ogni sentimento di colpevolezza interno a Sé in pericoli che lo minacciano all'esterno.

Ha notevoli problemi relazionali con chi esercita il potere; frequenti sono gli acting out.

PARANOIDE

Deve trovarsi veramente in difficoltà per cercare -o essere indotto a cercare- aiuto psicologico: il paranoico infatti non è disposto a fidarsi degli estranei perché, in ultima analisi, non si fida di sé.

Se è nevrotico, può essere in grado di sviluppare quel minimo di attaccamento e fedeltà che potrebbe rendere possibile la terapia.

Il rapporto però si fonda sulla condivisione degli stessi principi morali e quindi si sente unito all'altro nella comune valutazione di ciò che è giusto e corretto; ogni fallimento morale della persona con cui si è identificati viene sentito come una ferita personale, che deve essere eliminata allontanando l'oggetto che l'ha procurata.

Cosa si prova a stare accanto a un paranoide?

Un senso di vulnerabilità, di ansia e di ostilità. Viene assolutamente istintivo porsi in un atteggiamento di difesa! Accanto a questo, un senso di impotenza nel non poter offrire aiuto immediato a una persona così infelice e sospettosa...

La prima sfida da affrontare se si sceglie di prendersi a carico un paranoide è tentare di costruire una solida alleanza terapeutica: quando il paranoide riesce ad aver fiducia, il trattamento è finito... e pure con successo! (qui non si parla di accompagnamento, proprio perché quello paranoide è sempre uno stile di personalità patologico; si parla dunque di vera e propria terapia, psicologica e/o psichiatrica).

Al terapeuta è necessaria molta pazienza e capacità di accettare espressioni anche turbolente di ostilità. Solo quando il paranoide si sente al sicuro dalle punizioni e ha meno paura che l'odio possa distruggere allora il terapeuta può mostrargli che quegli aspetti del Sé che il primo considera malvagi non sono altro che qualità umane.

Le azioni e le dichiarazioni non vanno commentate, altrimenti si sente giudicato o esaminato come una cavia da laboratorio, si difende aumentando la proiezione e la negazione.

E' molto utile che il terapeuta ricorra al senso dell'umorismo, ridendo dei propri punti deboli e dei propri errori: al paranoico infatti non sfugge nulla, nessun difetto del terapeuta si sottrae alla sua indagine, quindi mostrando la propria fragilità e limitatezza gli si dimostra che non si interpreta un ruolo o non si persegue un piano segreto.

E' importante anche rispondere in maniera onesta e diretta alle sue domande, senza sottrarsi andando a esplorare i motivi della richiesta.

Il terapeuta deve rispettare rigorosamente i limiti.

La coerenza è fattore cruciale per il senso di sicurezza del paranoico.

Va trasmessa la propria forza personale e la propria inequivoca lealtà: la più grande paura del paranoide infatti è che i suoi perversi processi interiori possano ferire o distruggere il terapeuta, quindi ha bisogno di sapere che egli è più forte delle sue fantasie.