

L'OSSESSIVO-COMPULSIVO

La persona ossessiva od ossessivo-compulsiva è psicologicamente determinata dal pensiero, sproporzionalmente preponderante rispetto ad altre dimensioni meno razionali quali ad esempio la sensibilità, il sentimento, l'intuizione, l'ascolto, il gioco, l'arte, ecc.

Ha dentro di sé da una parte una forte rabbia perché si sente controllato, dall'altra la paura di essere condannato e punito.

La sua affettività è muta, repressa, inaccessibile, razionalizzata.

E' una sorta di "macchina vivente", segnata da rigidità (postura, maniere sociali, ostinazione, modalità di pensare soprattutto) e attività tesa.

Nei colloqui, dà l'impressione di un ascolto meccanico, moralistico, senza autentico incontro mentale. C'è disattenzione a fatti nuovi e punti di vista diversi, non c'è attenzione libera e mobile.

La sua messa a fuoco è intensa, penetrante, ma la concentrazione è sui dettagli.

Non è che "si concentra", bensì "è sempre concentrato", quindi non coglie mai l'apporto che viene dalla casualità nella immediatezza, cioè la conoscenza passiva e impressionistica.

E' incapaci di stupirsi.

Coglie i dettagli, ma non la forza d'urto e il sapore dei fatti, che danno il "tono" delle situazioni.

L'intuizione è considerata una distrazione potenziale.

C'è dogmatismo coatto.

E' un ottimo tecnico.

L'esperienza affettiva è contratta, perché tutta la concentrazione è sulla attività lavorativa (routine intensiva o lavoro tecnico).

La vita è vissuta come continuo sforzo (travagliato) e continua prova; ogni attività è per lui come un banco di prova delle proprie capacità.

Non dà spazio al gioco o al divertimento.

L'attività appare però come imposta o motivata dall'esterno, c'è poco entusiasmo o genuino interesse per l'attività in se stessa (ovviamente è una pressione autoimposta)

E' ispettore di se stesso, impartisce ordini e direttive non solo su ciò che deve essere fatto, ma anche pensato, voluto e sentito.

E' persona volitiva, che non tollera alcuna interferenza con la propria caparbia direzione, nemmeno da parte di se stessi.

L'impulso non è iniziatore di una direzione, ma nemico.

Può arrivare anche al controllo perfetto dei dettagli delle espressioni facciali, dei modi di parlare, ecc.

Quando agisce, la persona coatta sembra farlo in risposta a una oggettiva necessità, a una qualche necessità morale: è una sorta di automa che deve assolvere determinati doveri e responsabilità. Percepisce il peso di tutto questo, ma al contempo lo vive come guida autorevole.

La soddisfazione sta nell'adempimento del dovere, nell'aver accontentato "l'autorità".

Questo "senso del dovere" è il suo Super-Io, terribilmente severo.

Non c'è libertà, ma se il Super-Io allentasse la morsa sarebbe peggio, tutto risulterebbe pericoloso per l'integrità stessa della persona. Tipica è la "paura di impazzire" cioè di perdere il controllo: è una vera angoscia.

E' caratterizzato dalla contemporanea presenza in sé del continuo dubbio/incertezza e del dogma, che nasce dal bisogno di superare il dubbio e l'ambivalenza. Entrambi sono comunque una difesa dalla diretta e spontanea esperienza della convinzione.

Il contatto con il reale è distorto, perché la focalizzazione su alcuni particolari non gli permette di percepire sfumature, contesti e orizzonti.

Il suo Io è occupato da problemi di controllo e di rettitudine morale: comportarsi bene è tenere sotto controllo le parti di sé aggressive, licenziose, bisognose.

La sua autostima è basata sull'obbedienza alle figure genitoriali introiettate, che impongono alti livelli standard.

E' in apprensione quando devono fare una scelta, forte è il rischio di paralisi se la scelta è significativa. manifesta la tendenza a posticipare fino a che non è chiaro quale è la "scelta perfetta" (= libertà da sensi di colpa e da incertezze). Spesso si posticipa la scelta fino a che gli eventi esterni determinano la direzione da prendere.

L'OSSESSIVO-COMPULSIVO

Quando però non può esimersi dal dover decidere, invoca una qualche regola, un qualche principio esterno o esigenza esterna che renda plausibilmente "giusta" la propria scelta; in questo modo la questione si trasforma in risoluzione di un problema tecnico.

Se le circostanze esterne impediscono il mantenimento della pace con se stessi l'ossessivo va in depressione.

Eccessive le sue autocritiche (reali o puramente mentali).

E' insopportabile piacere, alla vanità, e all'indolenza.

Caratteristiche tipiche sono: autocontrollo, ordine, affidabilità, lealtà, integrità, perseveranza, disciplina.

Evita le situazioni emotivamente cariche.

Adatto per ruoli pubblici e formali, sicuramente non per quelli intimi e privati.

Sopravvaluta l'attività mentale e cognitiva, disprezza i sentimenti perché li ritiene puerili, segno di debolezza, porta aperta alla perdita dell'autocontrollo.

Sue difese tipiche sono: isolamento, formazione reattiva e spostamento (soprattutto della rabbia; se compulsivo: annullamento retroattivo).