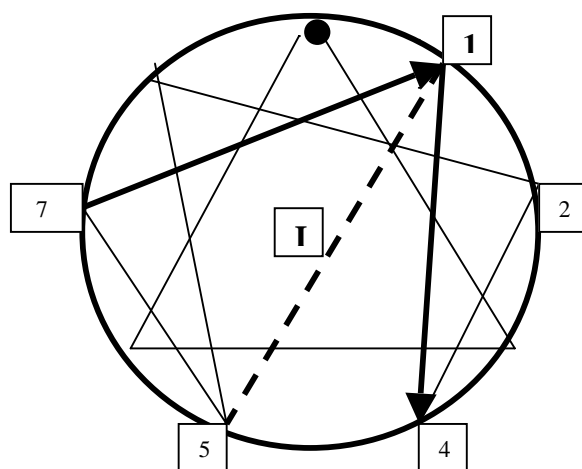


## Rabbia e perfezionismo



Enneatipo uno

. TEORIA NUCLEARE, CLASSIFICAZIONE E COLLOCAZIONE SULL'ENNEAGRAMMA

I

In *Quaestiones disputata*, San Tommaso sostiene che esistono tre tipi d'ira. Primo, un'ira che risiede nel cuore (*ira cordis*); poi l'ira che si esprime con le parole (*ira locutionis*); terzo, l'ira che si traduce in azione (*ira actionis*). Questa analisi non fa certo venire alla mente le caratteristiche del tipo perfezionista quale noi lo rappresenteremo. Eppure, nel suo cuore cova rabbia, che assume per lo più la forma del risentimento, anche se non è vissuta in maniera così vistosa come nel lussurioso, nell'invidioso o nel codardo. Quanto al comportamento verbale, l'individuo rabbioso, comunque esprima l'ira, lo fa in maniera *controllata*: ci troviamo di fronte a una persona educata e civile, non a un istintivo. Quanto all'azione, esprime la rabbia per lo più in maniera inconscia, non solo per sé ma anche per gli altri, perché lo fa con una tipica razionalizzazione; di fatto gran parte di questa personalità può essere interpretata come una formazione reattiva contro la rabbia: la negazione della distruttività attraverso un atteggiamento volutamente benevolo.

La definizione di rabbia data da Ichazo, come un 'contrastare la realtà', ha il merito di toccare un punto più centrale rispetto al sentimento, o all'espressione dell'emozione. Tuttavia potrà risultare utile mettere in luce fin dall'inizio che la definizione 'tipo rabbia' rende ben poco l'idea delle caratteristiche psicologiche che contraddistinguono lo stile di personalità in questione, che è critica ed esigente, non odiosa e sgarbata. Ichazo chiamò il tipo Uno 'ego-risent', una definizione della tendenza emotiva in gioco che appare più esatta, da un punto di vista psicologico: un'inclinazione alla protesta e alle rivendicazioni in chiave aggressiva, più che alla semplice irritabilità. All'inizio della mia esperienza di insegnamento chiamavo la fissazione di questo carattere 'bontà intenzionale'; più tardi l'ho definita 'perfezionismo', che sembra appropriato per segnalare il rifiuto di ciò che è, in base a ciò che si sente o si crede dovrebbe essere.

Sembra che gli scrittori cristiani che considerano la rabbia un peccato capitale, vale a dire uno degli ostacoli psicologici fondamentali alla vera virtù, per lo più non abbiano capito che è proprio sotto le

apparenze della virtù che la rabbia inconscia trova la sua forma di espressione più caratteristica. Unica eccezione è San Giovanni della Croce che, nella *Notte Oscura*, descrive con esattezza dal punto di vista caratteriale, il peccato dell'ira in chi ha appena iniziato il cammino spirituale:

Tra questi spirituali ve ne sono altri che cadono in una diversa specie di ira spirituale; cioè si adirano contro i vizi altrui censurandoli con zelo inquietato; e a volte si lasciano prendere dall'impeto di rimproverarli sdegnosamente, atteggiandosi anche a padroni della virtù. Tutto questo è contrario alla mitezza spirituale. Altri ancora quando si vedono imperfetti si adirano con se stessi, privi di umile pazienza; e a questo riguardo hanno tanta impazienza che vorrebbero diventar santi in un giorno. Molti di costoro fanno numerosi e grandi propositi, ma non essendo umili e non diffidando di sé, quanto più fanno propositi tanto più cadono e si inquietano, non avendo pazienza di aspettare che Dio conceda loro quel che si sono proposti quando a lui piaccia.<sup>1</sup>

Nel complesso stiamo parlando di un carattere pieno di buone intenzioni e apertamente virtuoso, che si è strutturato come difesa contro la rabbia e la distruttività. Tuttavia, sarebbe un errore pensarlo come un carattere violento perché, al contrario, nei rapporti interpersonali è controllatissimo e più che educato. Colpisce, in questo stile, anche una qualità oppositiva sia nei confronti degli altri sia dell'esperienza in generale. Se è vero che ogni forma di carattere può essere considerata un'interferenza con l'istinto, l'orientamento anti istintivo di questo stile 'puritano' colpisce molto. Un buon termine (applicabile al di là della regione dichiaratamente patologica dello spettro della salute mentale) per definire questo carattere è perfezionismo'; infatti, pur se in realtà anche altri stili caratteriali possano a buon diritto definirsi tali, il tipo Uno è decisamente l'orientamento in cui il perfezionismo assume maggior rilievo. Ciò significa l'ossessione di dover migliorare le cose, che si traduce in una qualità peggiore della vita propria e degli altri e in un'idea angusta della perfezione, dove l'esperienza o gli eventi devono coincidere con un codice di valori, modelli, idee, gusti e regole predeterminati.

Il perfezionismo non solo illustra il detto che 'il bene è nemico del meglio' (e che la ricerca del meglio è nemica del bene) ma implica una griglia cognitiva, un squilibrio tra lealtà e dovere e dedizione al piacere, fra pesantezza e leggerezza, lavoro e gioco, ponderatezza matura e spontaneità infantile. Forzando il significato di 'perfezionismo', sono arrivato a definire questo carattere come 'virtù rabbiosa', un'etichetta che ha il pregio di includere sia gli elementi emotivi (rabbia) sia quelli cognitivi (perfezionismo).

Benché personalmente io apprezzi che Erikson riaffermi l'analisi come un problema di autonomia, problema che nasce nel momento in cui si impara a controllare gli sfinteri e a camminare, Abraham e Freud hanno avuto il merito di spostare i riflettori sul nesso tra il divieto di sporcarsi e pulizia ossessiva.

La posizione occupata dall'iracondo sull'enneagramma non è né quella dello schizoide né quella dell'isteroide, ma rientra nel gruppo dei tre caratteri superiori, nei quali è tipica la 'pigrizia psicologica'. Secondo la mia esperienza, sebbene molti ossessivi si dichiarino estroversi, il fatto stesso di dirlo, più che una capacità psicologica o un'attitudine all'insight rivela in loro mancanza di attitudine psicologica e desiderio di introversione. La posizione del tipo Uno, fra il Nove e il Due, fa pensare che il carattere perfezionista sia non solo 'antintracettivo'<sup>2</sup>, ma anche orgoglioso. Anzi, la parola 'orgoglio' a volta viene usata in maniera specifica per descrivere l'atteggiamento aristocratico e altezzoso del perfezionista, più che l'atteggiamento del tipo qui definito 'orgoglioso', il cui vanto non è tanto l'essere rispettato e degno di ammirazione, quanto l'essere indispensabile, amato e osannato come una persona molto speciale.

Da un'indagine condotta su molte migliaia di annotazioni nella letteratura a partire dal 1960, ho scoperto che la personalità ossessivo-compulsiva è quella su cui si scrive di più. Immagino che ciò sia dovuto al fatto che si tratta di uno stile più definito e riconoscibile, e tuttavia ritengo si sia insinuata una certa confusione nell'uso del termine 'anancastico' con cui l'ossessivo-compulsivo

---

<sup>1</sup> San Giovanni della Croce, *Notte Oscura*, Tea, Milano 1994, p. 309.

<sup>2</sup> Termine coniato da Henry Murray per indicare una motivazione diretta all'evitamento dell'interiorità.

viene spesso indicato in Europa. Inoltre, per quanto riguarda la 'personalità anale' della psicoanalisi, ritengo che a volte questo termine sia stato applicato all'ossessivo-compulsivo in senso stretto ed altre volte agli schizoidi più controllati che apparentemente ossessivi.<sup>3</sup> Stando alla mia esperienza, è la personalità schizoide che più spesso costituisce il retroterra delle ossessioni e delle coazioni ego distoniche, e non quella ossessiva, dove la pulizia e l'ordine sono ego sintonici.<sup>4</sup>

## II. ANTECEDENTI NELLA LETTERATURA SCIENTIFICA

Leggendo *Die psychopathischen Personalitäten* di Kurt Schneider ho appreso che è stato J. Donath a introdurre il concetto di 'personalità anancastica', nel 1897. Schneider scrive all'inizio degli anni Venti e afferma che "è quasi impossibile circoscrivere la letteratura sulla sindrome ossessiva". Tuttavia, non fa una chiara distinzione fra quella che fino a poco tempo fa è stata definita 'nevrosi ossessiva'<sup>5</sup> e personalità ossessiva. Benché non vi sia da dubitare che conoscesse il nostro 'perfezionista' e che aveva ben presente il quadro di questo carattere quando scrisse la parte relativa all' 'insicuro', che egli considerasse l'anancastico e il 'sensibile' due varianti della tendenza all'insicurezza mi fa pensare che sia caduto nella stessa confusione che si evidenziò più tardi nel concetto di personalità anale: una confusione tra il nostro perfezionista e lo schizoide, che hanno in comune alcune caratteristiche, ma che contrastano profondamente sotto altri aspetti.

Per quanto riguarda von Gebattel,<sup>6</sup> ho la netta impressione che quella cui si riferisce parlando della personalità anancastica sia una forma di ossessività schizoide, e ciò mi induce a credere che la confusione perduri tutt'oggi. Poiché l'ICD-IX,<sup>7</sup> che in alcuni paesi ancora non è stato sostituito dal DSM-III, si basa sul sistema di classificazione delle personalità di Kurt Schneider, è opportuno sottolineare che il nostro perfezionista non vi trova posto, se non eventualmente come una variante dell' 'insicuro'.

Sebbene in teoria sia ammissibile che un eccessivo formalismo possa essere la reazione a una più profonda insicurezza, la terminologia genera ancor più confusione perché nasconde il chiaro contrasto fra l'aggressività del nostro tipo Uno e la timidezza introversa del Cinque, ai suoi antipodi.

"A proposito della psicologia espressiva dell'anancastico va detto che, esteriormente, questo tipo colpisce spesso per la meticolosità esagerata, la pedanteria, la correttezza e la scrupolosità".<sup>8</sup>

Nell'ambito della letteratura psicologica, va rilevato che la persona di cui stiamo parlando è stata il primo modello di personalità ad essere sottoposto a osservazione: il famoso saggio di Freud sul carattere anale riguarda lui. Abraham ne colse e ne elaborò il concetto prendendo le mosse proprio dalle osservazioni di Freud, il quale sosteneva che nei nevrotici si presentano tre elementi del carattere particolarmente pronunciati, e cioè: amore per l'ordine, che spesso sconfinava nella pedanteria; parsimonia, che facilmente diventa avarizia; ostinazione, che può diventare diffidenza rabbiosa. Fra le osservazioni originali di Abraham c'è quella secondo cui le persone che presentano un carattere pronunciato in genere sono convinte di far tutto meglio degli altri: "devono fare tutto loro".

---

<sup>3</sup> Ritengo che il fatto che i tipi Uno e Cinque siano stati confusi sia da attribuirsi alle loro somiglianze che vanno al di là delle caratteristiche costitutive. Possiamo parlare di una somiglianza anche nel caso dei caratteri rappresentati all'estremità degli altri due antipodi dell'enneagramma: Quattro-Otto e Sette-Due.

<sup>4</sup> Nella terminologia psichiatrica, 'egosintonico' e 'egodistonico' indicano le caratteristiche accettate o no dalla coscienza dell'individuo. Kurt Schneider parla degli 'anancastici' come di una categoria più ampia dell' 'insicuro', che corrisponde per lo più alla personalità che negli Stati Uniti viene definita schizoide. Si vedano anche i miei commenti alle descrizioni di K. Abraham e W. Reich sul carattere anale e ossessivo.

<sup>5</sup> Nel DSM-III, 'disturbo di personalità ossessivo-compulsivo'.

<sup>6</sup> V.E. von Gebattel, "The World of the Compulsive", in *Existence, A New Dimension in Psychiatry and psychology*, a cura di Rollo May, Basic Books, New York 1959.

<sup>7</sup> *International Classification of Diseases*, IX ed., Med-Index Publications, Sal Lake City 1991.

<sup>8</sup> V. E. von Gebattel, "The World of the Compulsive", cit.

Un altro importante contributo alla comprensione della sindrome del tipo Uno è quello di Reich, che scrive: “ E’ possibile che manchi la coazione nevrotica all’ordine, tuttavia il *senso pignolo dell’ordine* è un tipico tratto del carattere coatto. Tutta la sua vita si svolge generalmente, sia nelle cose grandi che in quelle piccole, secondo un programma prestabilito e inderogabile”.<sup>9</sup> E sottolinea “la tendenza a *rimuginare in modo circostanziato*”,<sup>10</sup> “ l’irrisolutezza, il dubbio e la diffidenza” che si nascondono dietro a “un pronunciato contegno e un forte autocontrollo”.<sup>11</sup> Reich concorda con Freud sul tratto caratteriale della parsimonia, specie sotto forma di frugalità, e condivide anche l’interpretazione del carattere come una formazione derivante dall’erotismo anale. Ma sottolinea un altro aspetto di fondamentale importanza che potrebbe essere considerato l’altra faccia dell’autocontrollo: il blocco affettivo. “ Il carattere coatto... rifugge dagli affetti ed è difficilmente accessibile a questi ultimi, quasi sempre in modo uniforme, è ‘tiepido’ sia quando ama che quando odia, cosa che in alcuni casi può diventare un completo *blocco affettivo*”.<sup>12</sup>

Non sorprende che Freud e gli altri siano stati più sensibili alla parsimonia che alla rabbia del carattere anale, perché parsimonia e austerità sono tratti comportamentali, mentre la rabbia è per lo più una motivazione inconscia nella personalità di cui stiamo parlando. Tuttavia, per quanto sia vero che nel tipo Uno è presente la tendenza ad economizzare e ad accumulare, ritengo che, senza rendersene conto, Freud, Abraham e Reich, parlando del carattere anale, abbiano considerato unitariamente due diverse sindromi: due sindromi (i nostri tipi rabbia e avarizia) che sull’enneagramma sono agli antipodi, e che sono caratterizzate entrambe dalla rigidità, dal controllo e dal dominio del Super-Io.<sup>13</sup>

Se ‘carattere anale’ non è un concetto privo di ambiguità, in Reich troviamo la descrizione di una personalità che corrisponde precisamente al nostro perfezionista: il caso del ‘carattere distinto’, di cui egli parla in *Analisi del carattere* a sostegno di alcuni concetti generali sulla funzione del carattere. Reich descrive il paziente come una persona dall’espressione ‘riservata’, serio e in qualche modo arrogante. “Ciò che colpisce è la sua deambulazione misurata, lenta, signorile...Si vede chiaramente che egli evita - o nasconde- qualsiasi fretta o eccitazione. Il suo modo di parlare è corretto e ordinato, pacato e signorile...Sta sdraiato sul divano, perfettamente padrone di sé... Questa pacatezza e signorilità non cambia o cambia solo molto poco ... Forse per caso un giorno mi viene in mente la definizione di ‘atteggiamento da lord inglese’ ”.<sup>14</sup> E prosegue dicendo al paziente, che non si è mai masturbato durante la pubertà, che questo ‘atteggiamento da lord’ è una difesa contro l’atteggiamento sessuale: “Un uomo per bene non fa queste cose”.<sup>15</sup>

La sindrome di cui stiamo parlando viene oggi identificata nel DSM-III come disturbo di personalità ossessivo-compulsivo, per la cui diagnosi vengono forniti i seguenti elementi:

1. Espressione dell’affettività coartata (appare teso, non rilassato, malinconico e cupo; l’espressione dell’emotività è tenuta sotto stretto controllo).
2. Si considera una persona coscienziosa (industrioso, fidato ed efficiente; apprezza l’autodisciplina, la prudenza, la lealtà)
3. Rispetto nei rapporti (manifesta un’insolita adesione alle consuetudini sociali e al diritto di proprietà, preferisce rapporti personali improntati alla cortesia, alla formalità e alla correttezza).
4. Costrizione cognitiva (si costruisce un mondo fatto di regole e di gerarchie; non ha fantasia, è indeciso e lo sconvolgono abitudini o idee nuove o insolite).
5. Comportamento rigido (conduce una vita ben strutturata, estremamente regolata e ripetitiva; dice di preferire un lavoro organizzato, metodico e meticoloso).

<sup>9</sup> W. Reich, *Analisi del carattere*, cit., p. 245

<sup>10</sup> W. Reich, *ibidem*.

<sup>11</sup> W. Reich, *ibidem*, p.247.

<sup>12</sup> W. Reich, *ibidem*, p.245

<sup>13</sup> Questa mia affermazione è confortata dal fatto che i tratti attribuiti da Abraham e dagli altri al carattere anale, quali la convinzione di fare le cose meglio di chiunque altro, corrispondono al tipo Uno, mentre altri, quali il procrastinare sono tipici del Cinque. E’ rilevante, inoltre, che l’espressione ‘personalità compulsiva’ che in origine equivaleva a ‘carattere anale’, nell’uso americano ha poi designato il tipo Uno, e in Europa molto spesso il tipo Cinque.

<sup>14</sup> W. Reich, *Analisi del carattere*, cit., p. 229-30

<sup>15</sup> W. Reich, *ibidem*, p.232.

Il quadro delle caratteristiche comportamentali della personalità compulsiva secondo Theodore Millon è il seguente: “Spesso colpisce l’aria torva e triste degli ossessivi. Ciò non significa che essi siano sempre malinconici o depressi, ma che piuttosto comunicano la loro aria caratteristica di interiorità e serietà. La postura e la gestualità riflettono la rigidità sottostante, un controllo teso delle emozioni che vengono tenute a bada con successo... Il loro comportamento sociale può essere definito cortese e formale. Essi si rapportano agli altri in termini di rango o di status; ciò significa che tendono ad avere una visione autoritaria, più che egualitaria della vita”.<sup>16</sup>

Ciò si riflette nel comportamento verso i ‘superiori’, in contrasto con quello che riservano agli ‘inferiori’. Le personalità ossessive sono deferenti, melliflue e addirittura ossequiose con i superiori, facendosi in quattro per far colpo per l’efficienza e la serietà. Molti cercano rassicurazione e approvazione per l’atteggiamento che adottano. Tali comportamenti contrastano con l’atteggiamento riservato ai subordinati. In questi casi l’ossessivo diventa autocratico e assume un tono di condanna, apparendo spesso tronfio e spocchioso. I suoi modi altezzosi e carichi di biasimo in genere si ammantano di legalità. Non è insolito che giustifichi le sue intenzioni aggressive facendosi scudo di regole o di autorità cui egli stesso deve sottostare.

In *Nevrosi e sviluppo della personalità*, l’elaborazione finale della sua esperienza clinica, Karen Horney, sotto l’etichetta di ‘soluzioni espansive’, raggruppa insieme tre tipi di carattere. Si tratta di tre modi di affrontare la vita attraverso il dominio, dove l’individuo adotta fin dall’inizio, come soluzione dei conflitti, una strategia di ‘opposizione’ agli altri ( in contrasto con l’orientamento che vanno deduttivamente ‘verso’ gli altri e che se ne ‘allontanano’ per paura). Una di queste tre forme di ‘soluzione di dominio’ (o di ‘opposizione’) viene definita dalla Horney ‘perfezionismo’, e benché nel descriverla non faccia riferimento a quelli che nella letteratura specifica vengono definiti caratteri ‘anali’ o ‘compulsivi’, fornisce un contributo fondamentale alla comprensione psicodinamica della sindrome in questione.

Il sentimento di superiorità di questo tipo nevrotico deriva dall’elevatezza dei suoi ideali, morali e intellettuali, ed è poggiando su tali basi che egli considera gli altri dall’alto in basso. Il suo arrogante disprezzo nei riguardi altrui, tuttavia, è celato –anche agli occhi stessi del paziente – dietro la cortina di una corretta benevolenza perché i suoi ideali gli impediscono di nutrire sentimenti così ‘irregolari’.

Duplici è il suo problema di obnubilare il problema determinato dai dettami interiori, adempiendo con scrupolo ai propri doveri e ai propri obblighi, comportandosi in modo educato e corretto, evitando di dire evidenti menzogne e via dicendo. Parlando di individui perfezionisti si tende a pensare, di solito, soltanto a coloro che rispettano un ordine meticoloso, che si mostrano puntigliosi e puntuali più del necessario, che pronunciano solo le parole appropriate, o si mettono proprio la cravatta e il cappello richiesti dalle circostanze. Ma questi sono soltanto gli aspetti esteriori della loro esigenza di raggiungere il più alto grado della perfezione. Quel che davvero conta non sta tanto in certi insignificanti particolari quanto nell’impeccabile eccellenza di vita; ma poiché il perfezionista non può conseguire altro che un comportamento impeccabile, si rende necessario un altro espediente. Esso consiste nel livellare, nella sua mente, gli ideali e la realtà, nell’adeguare la *conoscenza* dei valori morali alla *pratica*. L’autoinganno che ne deriva è tanto più celato in lui in quanto, per ciò che si riferisce agli altri, egli pretende che si adeguino ai propri ideali di perfezione e li disprezza se non vi riescono. La sua autocondanna viene, in tal modo, oggettivata.

A conferma dell’opinione che ha di se stesso, questo tipo nevrotico esige il rispetto altrui, più della sconfinata ammirazione (che tende a disprezzare). Di conseguenza, più che un ‘ingenuo’ convincimento della propria grandezza... le sue imprese sono basate su una specie di *modus vivendi* che, in segreto, ha pattuito con la propria vita. Essendo egli stesso leale, giusto osservante dei doveri, ha diritto a un trattamento leale da parte altrui e dell’esistenza in genere. La sua convinzione che nella vita agisca una giustizia infallibile gli dà un senso di dominio e pertanto la sua perfezione non è soltanto un mezzo per conseguire la superiorità, ma anche un mezzo per assoggettare al suo controllo la vita stessa. L’idea di non essersi meritato la propria fortuna, sia essa motivata o immotivata, non lo sfiora neppure; e quindi il successo, la prosperità, le buone condizioni di salute... sono per lui la dimostrazione della sua virtù.<sup>17</sup>

Ritroviamo la personalità di cui ci stiamo occupando nel tipo pensiero estroverso di Jung:

---

<sup>16</sup> T. Millon, *Disorders of Personality: DSM-III, Axis II*, Wiley, New York 1981.

<sup>17</sup> K. Horney, *Nevrosi e sviluppo della personalità*, cit., pp. 188-89

Costui sarà un uomo che tenderà – naturalmente solo in quanto si tratti di un tipo puro – a far dipendere il complesso delle manifestazioni della sua vita da conclusioni di ordine intellettuale, che in definitiva si orientano nel senso del suo obiettivo, o di fatti obiettivi o di idee universalmente valide.

Un tale tipo d'uomo conferisce non solo per sé, ma anche rispetto al suo ambiente, un potere decisivo alla realtà obiettiva, cioè alla sua formula orientata verso l'oggetto. In base a questa formula vengono valutati il bene e il male, o viene definito quanto è bello o quanto è brutto. E' giusto tutto ciò che corrisponde alla formula, ingiusto tutto ciò che ad essa si oppone, e contingente tutto ciò che di fronte ad essa è indifferente. Poiché la formula sembra corrispondere al significato dell'universo, essa diventa anche una legge dell'universo, che deve realizzarsi sempre e dovunque, sia nei particolari che in generale. Come il tipo pensiero estroverso si sottomette alla sua formula, così deve fare anche il suo ambiente, per il suo proprio bene, giacché chi non lo fa è nel torto, contraddice a un principio universale ed è quindi irragionevole, immorale e senza coscienza. Il suo ideale deve in ogni caso divenire realtà, giacché è, secondo lui, la più pura formulazione della realtà obiettiva e deve pertanto essere anche una verità universalmente valida, indispensabile per il bene dell'umanità. E ciò non per amore del prossimo, ma in base al superiore punto di vista della giustizia e della verità. Tutto ciò che appare per natura sua propria in contraddizione con una tale formula, non è che imperfezione, deficienza accidentale che verrà eliminata alla prima occasione, e se ciò non è possibile, si tratta di qualche cosa di morboso. Qualora la tolleranza per gli ammalati, i sofferenti e gli anormali dovesse entrare a far parte della formula stessa, viene a ciò provveduto con un'organizzazione speciale, ad esempio con case di ricovero, ospedali, istituti di detenzione, colonie, ecc., e con corrispondenti piani e progetti. Per l'esercizio effettivo di tale tolleranza, la motivazione della giustizia e della verità non è in genere sufficiente: occorre anche quel vero amore per il prossimo che è di pertinenza del sentimento e che poco ha a che fare con una formula intellettuale. Il 'sarebbe opportuno' o 'sarebbe necessario' ha una parte di primo piano in questo. Tuttavia, se la formula è abbastanza ampia, questo tipo può esercitare una funzione quanto mai utile per la società, quale riformatore, pubblico accusatore o castigatore di costumi, o quale divulgatore di importanti idee nuove. Per contro, quanto più ristretta è la formula tanto più questo tipo diventa un cavillatore, un sofista, un critico saccente che vorrebbe comprimere se stesso e gli altri in uno schema. Con ciò vengono indicati i due poli estremi, fra i quali si muove la maggioranza degli individui appartenenti a questo tipo.<sup>18</sup>

Nell'ambito delle applicazioni ai test della tipologia junghiana, la migliore corrispondenza è stata riscontrata nel tipo estroverso, con predominanza della sensazione sull'intuizione, del pensiero sul sentimento e del giudizio sulla percezione. Dai punteggi così ottenuti, David Keirse e Marilyn Bates affermano che l'aggettivo che meglio descrive questi tipi è 'responsabile'.<sup>19</sup>

Per quanto riguarda la medicina omeopatica, il quadro della personalità che più assomiglia al tipo Uno è stato descritto in relazione a individui che trovano aiuto specifico nell'uso di *arsenicum*. Così, nei suoi ritratti dei farmaci omeopatici, Catherine Coulter definisce la personalità *arsenicum* come il 'perfezionista per antonomasia'.<sup>20</sup> E descrive in dettaglio la natura coscienziosa e meticolosa del bambino *arsenicum*.

I corollari della perfezione vanno cercati nel rimaneggiamento ossessivo che l'adulto fa delle cose, mai soddisfatto dei risultati, come nel caso del professore che riscrive infinite volte le sue lezioni, e contemporaneamente nell'ansia di non sentirsi mai preparato, che fa della tendenza *arsenicum* la perfetta antitesi del rilassamento. Un altro corollario è l'ordine, e un altro ancora l'autocritica. L'autrice parla anche di una forte competitività che va di pari passo con l'ambizione di risultare il migliore.

Un altro termine che la Coulter introduce nel quadro *arsenicum* è la pignoleria, applicata all'ordine ossessivo: "In tutte le sfere questo tipo è estreamente schizzinoso e, intollerante per tutto ciò che è sciatto, si irrita per qualsiasi azione maldestra (far cadere un piatto, rovesciare un bicchiere, e così via), propria e altrui". Un altro aspetto del perfezionismo di *arsenicum* è la meticolosità: "Attento alle minime cose", dice Kent. E ancora la Coulter: "Il suo lavoro parla di quel particolare 'tocco finale', di quello splendore finale che rivela un'attenzione meticolosa per il dettaglio".

Caratteristica del tipo Uno è l'ansia, di cui si parla in relazione all'*arsenicum album*, un'ansia che ruota intorno alla previsione delle difficoltà e a quella meticolosità puntigliosa che contribuisce a

<sup>18</sup> C.G. Jung, "Tipi psicologici", in *Opere*, vol. 6, Boringhieri, Torino 1979, pp.351-52

<sup>19</sup> D. Keirse e M. Bates, *Please Understand Me*, Prometheus/Nemesis Book Company, Delmar 1984

<sup>20</sup> Citato con il permesso dell'autrice. Tutti i brani riportati in questi paragrafi sono tratta da *Portraits of Homeopathic Medicines*, North Atlantic Books, Berkeley 1986, vol. 1, pp. 235-300

fare di questo paziente una persona che pilota gli altri ed è a sua volta pilotata. Secondo la Coulter, una cosa che spesso preoccupa *arsenicum* è il denaro. “Che ne abbia o no, ne parla e ci pensa molto, spesso lamentando la propria povertà o il costo della vita. Il denaro gli piace per costituzione più che a qualsiasi altro tipo, e non sarà mai un ‘avaro’ ”.

Corrisponde al tipo Uno anche la caratteristica di dominatore con cui viene descritto *arsenicum* : “Prende il sopravvento nei rapporti personali, determinandone la portata e il tono, e non lasciando all’altro scelta alcuna, se non quella di adeguarsi... il dominatore *arsenicum* non può sopportare che siano gli altri ad avere lo scettro del comando e insiste per prendere lui tutte le decisioni”.

La Coulter parla poi della tendenza all’estrema intellettualizzazione di *arsenicum* , un preoccuparsi del ‘significato di ogni sintomo’, e “l’arte di mantenere sempre un vantaggio sugli altri che lo rende diverso anche da coloro da cui cerca aiuto”. L’autrice riferisce che mentre “a molti tipi per costituzione non piacciono le restrizioni alimentari... ad *arsenicum* piace essere messo a dieta e seguirà con sacro zelo il regime più spartano. Egli non solo si diletta delle mode dietetiche, ma la necessità di una dieta speciale gli fa gioco perché attesta la gravità della sua condizione...”.

La corrispondenza della personalità *arsenicum* con il nostro tipo Uno è resa ancor più esplicita da un esempio letterario riportato dalla Coulter: Miss Betsy, del *David Copperfield* di Dickens, il cui “aspetto brusco, pignolo e a volte pauroso nasconde una delicatezza e un’integrità morale di grande spessore”.

Riscontro il riflesso del tipo Uno non solo in *arsenicum*, ma anche in *carcinosis* in quanto, come sottolinea la Coulter, è il farmaco elettivo del “paziente con una pesante storia di controllo e di pressione eccessiva da parte dei genitori... o dotato di troppo senso del dovere (Foubister)”<sup>21</sup>

Poiché *carcinosis* è adatto a curare anche le persone esageratamente responsabili e ‘preoccupate’ (Temoleton), sembra riferirsi in maniera specifica a un sottotipo dell’Uno, caratterizzato proprio dall’*ansia* di perfezionismo e dall’iper-responsabilità.

### III. STRUTTURA CARATTERIALE

Esamineremo ora la struttura del carattere perfezionista considerando i tratti sottostanti che è possibile individuare attraverso un’analisi concettuale di circa centosettanta espressioni atte a descriverlo.

#### *Rabbia*

Più che una caratteristica fra tante, la rabbia può essere considerata un sottofondo emotivo generalizzato, la radice originaria di questa struttura caratteriale. La manifestazione più specifica dell’esperienza emotiva della rabbia è il risentimento, che nasce in genere in rapporto a un senso di ingiustizia a fronte delle responsabilità e degli sforzi di cui spesso questo individuo si fa carico, molto più degli altri. E’ inseparabile da un atteggiamento di critica degli altri per il minore zelo di cui danno prova, e a volte sfuma anche nel ruolo di martire. La rabbia si fa più evidente quando la si ritiene giustificata e in questi casi può assumere la forma di una violenta, ‘giusta indignazione’.

Ma si manifesta anche come irritazione, rimprovero e odiosità, tutti sentimenti che rimangono per lo più inespressi perché la distruttività di cui sono carichi, e che non sfugge a questo individuo, contrasta con la sua immagine di sé virtuosa. Tuttavia, al di là del fatto che l’aggressività viene percepita a livello emotivo, possiamo dire che la passione della rabbia permea tutto il carattere dell’Uno ed è la radice dinamica delle sue pulsioni e dei suoi atteggiamenti, come vedremo esaminando le altre costellazioni caratteriali che gli sono proprie: critica, atteggiamento esigente, dominio e prepotenza, perfezionismo, ipercontrollo, autocritica e disciplina.

---

<sup>21</sup> C. R. Coulter, *Portraits of Homeopathic Medicines*, cit., vol. 2, 1988, pp. 242-48

## *Critica*

Se l'aggressività cosciente e manifesta non sempre è una delle caratteristiche che più colpiscono in questa personalità, i suoi tratti più comuni possono essere intesi come derivati della rabbia, espressioni della rabbia inconscia, o equivalenti di essa. Uno di questi è la critica, che non solo si manifesta in maniera esplicita nella caccia all'errore, ma a volte crea un'atmosfera impalpabile che fa sentire gli altri maldestri o colpevoli. La critica può essere definita un'aggressività intellettuale la cui motivazione rimane più o meno inconscia. Dico questo perché, anche se può capitare che il contesto sia quello di una rabbia riconosciuta, la sua qualità più saliente è un intento costruttivo, il desiderio di migliorare se stessi e gli altri. Attraverso la critica intellettuale, quindi, non solo la rabbia trova modo di esprimersi, ma viene giustificata e razionalizzata, e così facendo, negata.

I rimproveri moralistici sono un'altra forma di disapprovazione perfezionistica e non soltanto espressioni di rabbia, ma una forma di manipolazione al servizio di un atteggiamento pretenzioso non riconosciuto, per cui l' "io voglio" si trasforma in "io dovrei". Le accuse, quindi, implicano la speranza di influenzare i comportamenti altrui nella direzione dei propri desideri.

Una specifica forma di critica propria del tipo Uno è quella legata all'etnocentrismo e ad altre forme di pregiudizio; in questo caso scattano atteggiamenti di denigrazione, di sconfirma, e il desiderio di 'riformare' con fare inquisitorio coloro che sono estranei al proprio gruppo di appartenenza per razza, nazionalità, classe sociale, credo religioso, ideologia, eccetera. (Mettendo in atto il meccanismo dell' 'aggressione autoritaria', descritta da Adorno, Sanford e altri, la rabbia nei confronti dell'autorità interna al gruppo viene repressa, inibita e spostata su coloro che occupano i gradini più bassi della scala gerarchica, specie sugli estranei al gruppo, che così diventano capri espiatori).

## *Atteggiamento pretenzioso*

Anche l'atteggiamento pretenzioso va inteso come espressione dell'aggressività: un'affermazione prepotente dei propri desideri, in chiave vendicativa, come reazione ad una frustrazione precoce. A questa caratteristica si accompagna anche una forte tendenza a imporre la propria disciplina, sia nel senso di inibire negli altri la spontaneità e la ricerca del piacere, sia nel pretendere che si lavori molto con risultati eccellenti. Questi individui tendono a fare sermoni, a predicare, e a insegnare senza pensare se il ruolo che si assumono gli si addica o no, anche se il loro carattere ossessivo può trovare una giusta collocazione in attività quali l'insegnante o il predicatore.

Alla tendenza a correggere si accompagna quella a controllare, e ciò non solo in relazione alle persone, ma anche all'ambiente e all'aspetto personale: un ossessivo preferisce certamente un giardino perfettamente 'curato', dove le piante hanno un ordine preciso e gli alberi sono potati ad arte, secondo forme artificiali, a uno che esprime una complessità organica di tipo 'taoista'.

## *Prepotenza*

Benché già implicito nella critica intellettuale, priva di forza fuori da un contesto di autorità morale o intellettuale, e anche nella costellazione controllo-imposizione della disciplina (perché, come potrebbe avere efficacia un tale atteggiamento, senza autorità?), sembra appropriato considerare la prepotenza come un tratto relativamente indipendente, descritto da espressioni quali: 'stile autocratico', 'autorità sicura di sé e maestosa', 'presunzione autocratica', e 'comportamento altezzoso, sdegnoso, forse compiacente e condiscendente'. Anche la prepotenza può essere considerata un'espressione implicita o una trasformazione della rabbia, benché l'orientamento verso una posizione di potere implichi strategie secondarie come quelle cui abbiamo accennato, e anche il senso di un'investitura sulla base della propria eccellenza, della diligenza, di un retroterra culturale e familiare, dell'intelligenza, e così via.



## *Perfezionismo*

Resta tuttavia il fatto che la ricerca del dominio nel tipo rabbia implica in maniera caratteristica l'adesione al sistema morale o gerarchico con cui l'autorità si legittima. Si può dire che il perfezionista obbedisca più all'autorità astratta delle norme o della carica che all'autorità concreta delle persone. Inoltre, come nota Millon, l'individuo dotato di personalità ossessiva non solo aderisce alle regole e agli usi della società, ma li fa virtuosamente propri e li difende. Questo interesse appassionato per i principi, le regole morali e gli ideali non solo è un'espressione di sottomissione alle richieste di un forte Super-Io ma, nei rapporti interpersonali, è uno strumento di manipolazione e di dominio perché tali norme, sottoscritte con entusiasmo, vengono imposte agli altri e, come abbiamo detto, fanno da copertura ai desideri e alle richieste personali. Gli individui Uno non solo sono orientati verso la legge e l'ordine, e sono i primi ad obbedire alle norme, ma si sottomettono altresì alle persone che rivestono una posizione di indiscussa autorità.

L'adesione insistente alle norme e all'autorità costituita in genere, implica un orientamento conservatore o, per dirla con la terminologia di David Riesman, la tendenza a lasciarsi 'guidare dalla tradizione' (un tratto che l'Uno ha in comune con il Nove). E' difficile separare, se non da un punto di vista concettuale, due aspetti del perfezionismo: l'investimento sulle grandi qualità, vale a dire l'adesione impetuosa alle norme, e l'intento perfezionistico, vale a dire lo sforzo di diventare migliori. Entrambe queste 'buone intenzioni' alimentano un senso di bontà, di gentilezza e di disinteresse personali, e distolgono l'individuo dalla percezione preconsua di sé come persona arrabbiata, malvagia ed egoista. (Fra le espressioni che descrivono questa costellazione troviamo: 'bravo ragazzo', 'santerellino', 'onesto', 'giusto', 'formale', 'morale' e così via).

L'esercizio ossessivo della virtù non soltanto è derivato dalla rabbia attraverso la formazione reattiva, ma è anche espressione della rabbia introvertita, perché significa diventare i giudici crudeli, i gendarmi e i rigidi educatori di se stessi. Inoltre, possiamo considerare un insieme di tratti che vanno dall'ordine e dalla pulizia a una tendenza puritana, come mezzo per attirarsi l'affetto attraverso il merito e come reazione ad una frustrazione emotiva precoce.

Particolarmente importante per il processo terapeutico capire come il perfezionismo sia al servizio della rabbia nel senso che ne impedisce il riconoscimento. Più in particolare, facendo da supporto all'autorizzazione di cui questo individuo si sente investito, è al servizio dell'espressione inconscia della rabbia come dominio, critica e prepotenza. L'immagine del crociato può essere paradigmatica di questa situazione: una persona autorizzata a spaccar crani in virtù della bontà della causa e delle sue nobili aspirazioni. Quando la strategia di tale manovra è abbastanza visibile, è appropriato parlare non solo di 'virtù' compulsiva, ma anche di 'virtù' ipocrita perché, sebbene anche la Horney sottolinei come un certo livello di onestà sia caratteristico del perfezionista, il suo preoccuparsi in maniera ossessiva del torto e della ragione, del buono e del cattivo, implica che nel suo intento è presente una disonestà inconscia.

Dalla precedente analisi risulta chiaro che il rapporto psicodinamico fra rabbia e perfezionismo è reciproco: così come è ipotizzabile che la strategia della lotta per fare meglio sia stata preceduta dalla rabbia nel corso del primo sviluppo, e continui ad essere alimentata dalla rabbia inconscia, è facile comprendere come a sua volta la rabbia venga continuamente riaccesa dall'autofrustrazione e dalle conseguenze interpersonali del modo di fare irritante e della rigidità del perfezionista.

Mentre ho raggruppato sotto la denominazione unica di 'perfezionismo' i tratti che vanno dall'amore per l'ordine, il rispetto della legge, la propensione per le regole, al riformismo ingenuo e alla cura meticolosa, che inducono alcuni ad adottare ruoli paterni e materni nei confronti degli altri, ho trattato separatamente l'ipercontrollo, l'autocritica e la disciplina. Rispetto al perfezionismo queste caratteristiche si trovano nello stesso rapporto che passa fra atteggiamento critico, atteggiamento pretenzioso e prepotenza, e la rabbia perfezionistica diretta verso gli altri. Così come è difficile separare l'atteggiamento critico, l'atteggiamento pretenzioso e la prepotenza, allo stesso modo l'ipercontrollo, l'autocritica e la disciplina (tre atteggiamenti verso se stessi che costituiscono in un certo senso il rovescio del perfezionismo) sono strettamente legati fra loro

come aspetti di un'unica tendenza sottostante. Il perfezionismo può essere individuato, insieme alla rabbia, come fattore dinamico pervasivo presente nel carattere e come radice della sua strategia.

### *Ipercontrollo*

Quel che la prepotenza (una metamorfosi della paura) è nei confronti degli altri atteggiamenti, l'ipercontrollo lo è nei confronti del perfezionismo. Il controllo eccessivo sui propri comportamenti va di pari passo con un assetto rigido, un senso di goffaggine, una certa mancanza di spontaneità, con la conseguente difficoltà a funzionare in situazioni non strutturate e ogni volta che si renda necessaria l'improvvisazione. Per gli altri questo atteggiamento può risultare noioso. L'eccessivo controllo su di sé non si limita soltanto ai comportamenti esteriori, ma invade anche il funzionamento psicologico in generale, così che il pensiero diventa eccessivamente legato alle regole, vale a dire logico e metodico, con una perdita di creatività e di intuizione. Il controllo sul sentimento, d'altro canto, porta non solo al blocco dell'espressione dell'emotività, ma anche all'alienazione dall'esperienza emotiva.

### *Autocritica*

La critica degli altri sta alla rabbia come l'autocritica sta al perfezionismo. Sebbene il disprezzo di sé possa non risultare evidente all'osservatore esterno e tenda a celarsi dietro a un'immagine virtuosa e solenne, l'incapacità di accettarsi e il processo di auto denigrazione non solo sono all'origine di una frustrazione emotiva cronica (e di una rabbia inconscia) ma costituiscono uno sfondo psicodinamico onnipresente per il bisogno perfezionistico di impegnarsi sempre di più al fine di proporsi come persone di valore.

### *Disciplina*

Atteggiamento pretenzioso e rabbia stanno nello stesso rapporto reciproco della severità verso se stessi, carica di odio e di sfruttamento, col perfezionismo. Oltre ad un atteggiamento di riformismo ingenuo, vale a dire la tendenza a correggere e a fare del moralismo, la severità verso se stessi implica la propensione a lottare sacrificando il piacere, che fa del tipo Uno un gran lavoratore e una persona disciplinata e oltremodo seria. E come nella severità nei rapporti interpersonali è possibile cogliere un elemento vendicativo, così nel rinvio del piacere e degli impulsi naturali è possibile riscontrare un elemento masochistico perché, al di là di una mera subordinazione del piacere al dovere, questo individuo sviluppa, in misura più o meno marcata, una tendenza 'puritana' a opporsi al piacere e al gioco degli istinti.

#### IV. MECCANISMI DI DIFESA

Esiste un ampio consenso sullo stretto collegamento tra l'ossessività da una parte e la formazione reattiva, la riparazione e la distruttività dall'altra.

Questi tre meccanismi sono le varianti di un unico modello che consiste nel far bene qualcosa per compensare qualcos'altro che si pensa di aver fatto male. Mi soffermerò ad analizzare la formazione reattiva, perché la riparazione e la distruttività riguardano più specificamente i sintomi della nevrosi ossessivo-compulsiva; la formazione reattiva, al contrario, può essere considerata la più universale fra le tre, e la più intimamente connessa con la personalità ossessiva o con il carattere perfezionista.

Il concetto di formazione reattiva è stato proposto da Freud fin dal 1905 nei suoi 'Tre saggi sulla teoria sessuale', dove egli osserva che "forze psichiche contrarie" insorgono al fine di reprimere le

sensazioni sgradevoli, mobilitando “il disgusto, il pudore e la morale”.<sup>22</sup> Come ben si sa, la sua interpretazione presuppone che contro l’istinto a sporcarsi, durante la fase sadico-ale dello sviluppo del bambino viene eretta la difesa del disgusto, che trasformerà quell’istinto in un’eccessiva preoccupazione per la pulizia.

Ritengo che un’analisi della personalità ossessiva suggerisce l’idea che la formazione reattiva non sia solo una questione di coprire qualcosa con il suo opposto, ma di distrarsi dalla consapevolezza della presenza di certi *impulsi*, ricorrendo ad *attività* opposte. Anche nel caso in cui un’azione moralmente approvata non serva a distrarre la persona dalla consapevolezza della sessualità e della ribellione irrosa, possiamo dire che l’intento è quello, vale a dire compiere azioni che adempiano alla funzione di mantenere le emozioni allo stato inconscio.

Possiamo dire che la formazione reattiva sottenda e sia al tempo stesso l’operazione mentale attraverso cui l’energia psicologica della rabbia viene trasformata in pulsione ossessiva. Inoltre, la formazione reattiva può essere considerata come il processo che segnala la trasformazione della gola in rabbia. Infatti, l’autoindulgenza caratteristica della gola rappresenta un atteggiamento che il perfezionista cerca di evitare al massimo: non a caso il suo carattere è il meno indulgente di tutti verso se stesso, il più dotato di ‘austerità virtuosa’.

Non si tratta soltanto di una *rimozione* dei bisogni orali passivi per arrivare a quell’atteggiamento attivo e sicuro di sé proprio della rabbia, ma di una *trasformazione*: infatti, possiamo considerare la rabbia come un modo alternativo per ottenere soddisfazione a un identico bisogno d’amore sottostante, senza ricorrere a una regressione edonistica, bensì avviandosi verso un autocontrollo prematuro e un’accresciuta tolleranza alla frustrazione, che si realizzano eliminando ogni richiamo edonistico. Non si tratta di abbandonare semplicemente le aspettative orali, come potrebbe sembrare a un esame superficiale: nel caso della rabbia, le aspettative vengono sottoscritte con forza, anche se al tempo stesso razionalizzate come esigenze legittime. Stando a questa analisi, quindi, la formazione reattiva genera rabbia e al tempo stesso costituisce una difesa contro la possibilità di riconoscerla, oltre a rappresentare il sottostante meccanismo al servizio del perfezionismo, del moralismo, della benevolenza consapevole, dell’atteggiamento critico ‘a fin di bene’, dell’etica antiedonistica del lavorar sodo, e così via.

#### V. ULTERIORI OSSERVAZIONI EZIOLOGICHE E PSICODINAMICHE<sup>23</sup>

Ritengo in linea di massima che i tipi Uno siano tipi picnici e il più delle volte ectopenici mesoendomorfi. Esistono tuttavia eccezioni, specie fra gli individui che appartengono al sottotipo socievole, che tende a essere atletico, ma snello e rigido. E’ possibile pensare che l’aggressività nel tipo Uno sia sostenuta da una somatotonia innata nel suo temperamento.

Freud che per primo osservò quella disposizione caratteriale da noi definita enneatipo Uno, fu anche il primo a teorizzarne l’eziologia: la teoria dell’educazione alla pulizia, secondo cui

---

<sup>22</sup> S. Freud, “Tre saggi sulla teoria sessuale”, in *Opere complete*, vol. 4, Boringhieri, Torino 1975, p. 489.

<sup>23</sup> Secondo Oldham e Frosch, che hanno parlato della personalità ossessiva in *Psychiatry* di Cooper *et al.*, alcuni studi suggeriscono l’idea che “un fatto genetico possa rappresentare una predisposizione allo sviluppo dei tratti ossessivi”. Anche molti clinici, da Freud in poi, hanno ipotizzato che fattori costituzionali abbiano un certo ruolo nello sviluppo di questo disturbo. Gli autori citano Rado, laddove egli ipotizza che “i pazienti compulsivi sono dotati per costituzione di un’eccessiva quantità di rabbia che li spinge fin da piccoli a lottare per il potere”. Erikson dal canto suo ipotizza che “da bambino, il futuro paziente ossessivo o era per natura eccessivamente autonomo, o aveva dei genitori che distribuivano in misura eccessiva rimproveri e controlli”. E conclude che “varianti di quest’ultima affermazione sembrano essere, fra le psicodinamiche di questo disturbo, quelle che la letteratura clinica ci propone più spesso”. Viene citato anche Ingram il quale afferma che “il bisogno di controllo proprio del paziente ossessivo rappresenta un’identificazione con dei genitori autoritari”. E Millon ritiene che questi pazienti “debbono tenere a bada gli impulsi, specie quelli ostili, a causa di genitori che hanno esercitato un controllo eccessivo”. Quanto a Lidz, egli afferma che “si potrebbe ipotizzare, ad esempio, che i genitori dei pazienti ossessivi siano ossessivi a loro volta, incapaci di sopportare le espressioni delle pulsioni istintuali e l’autonomia in se stessi e nei loro figli”. (A. M. Cooper, A. J. Frances e M. H. Sacks, *Psychiatry* vol. 1, *The personality Disorders and Neurosis*, Basic Books, New York 1990).

un'eccessiva preoccupazione per la pulizia e l'ordine, insieme al trattarsi tipico in individui dalla 'personalità anale', è spiegata come risultato di richieste di pulizia premature o esagerate durante il periodo dell'educazione alla pulizia, e anche come un tentativo di negare, attraverso un'ipercompensazione, un desiderio aggressivo di sporcarsi e di lasciarsi andare. Successive osservazioni psicoanalitiche hanno riconosciuto inoltre che l'individuo 'che si trattiene' cova dentro di sé un desiderio proibito ('orale aggressivo') di sporcarsi e lasciarsi andare, da cui si difende affettando bontà in modo ipercompensatorio ed estremamente formale.

Dai tempi di Freud questa teoria è stata riveduta in gran parte da Erikson, il quale suggerisce che quello che dovremmo considerare il punto focale dell'eccessivo controllo genitoriale e della ribellione non è tanto il problema degli sfinteri quanto quello della locomozione, che il bambino inizia a dominare durante la stessa fase. Alla base di entrambi, afferma Erikson, sta il problema di un'autonomia che vuole affermarsi o affermarsi ad oltranza. Io penso che possiamo spingerci anche più in là e dire con Fromm che, come tutti gli orientamenti delle altre personalità, si tratta di un modo di far fronte alla vita in generale; un modo che si è formato come reazione a situazioni che vanno ben al di là del controllo degli sfinteri: una situazione generalizzata di esigenze eccessive e frustrazioni relative al riconoscimento della propria persona. Ecco quanto afferma un gruppo di persone che parlano dell'origine del carattere che le accomuna:

“Quasi tutte noi abbiamo riconosciuto di esserci fatte carico molto presto di una serie di responsabilità. Non ci sono state date, siamo noi che ce le siamo assunte. E questo da quando avevamo tre anni, e poi, naturalmente, non abbiamo smesso mai, né da adolescenti né da adulte. Era come se non potessimo fare a meno di vedere che bisognava dar da mangiare ai più piccoli, vestirli e poi portarli dove dovevano essere portati. Dovevamo assumerci in un certo senso il ruolo della madre perché volevamo essere riconosciute; ma poi, quasi tutte avevamo la sensazione che per quanto avessimo fatto e per quanto avessimo cercato di essere buone proprio per avere quel riconoscimento dai nostri genitori, non lo ottenevamo *mai*”.

In ogni caso, possiamo continuare a parlare dell'educazione alla pulizia come di un paradigma della tendenza di questa personalità, dal momento che il perfezionista, pressato da richieste stringenti, non solo ha sviluppato la capacità di lottare sempre di più per corrispondere a un certo comportamento desiderato, e di esercitare il massimo controllo sul suo organismo, ma dentro di sé si ribella con rabbia sia al controllo esterno sia a quello interiorizzato, e ha imparato a estraniarsi dalla propria consapevolezza e a inibire le manifestazioni della rabbia ricorrendo al meccanismo della formazione reattiva.

E' facile ricondurre la motivazione del perfezionista a lottare a un'esperienza precoce di insoddisfazione affettiva, tanto che il tentativo di essere migliore rappresenta la speranza di ottenere più approvazione o più intimità da entrambi i genitori. Ma, crescendo, lo strenuo tentativo assume un'implicazione competitiva, come a dire al padre e alla madre: “Io sarò migliore di voi e mi eleverò ben al di sopra della vostra capacità di valutarmi: velo dimostrerò!”: una piega vendicativa, dove il successo non è soltanto una speranza, ma anche una richiesta e una denigrazione rancorosa.

Rilevo che la presenza del tipo Uno è più frequente fra le donne. E fra queste, sembra che il genitore per il cui amore la bambina ha lottato, ma di cui ha avvertito la freddezza, il più delle volte è il padre. Tuttavia, a fare da stimolo allo sforzo del perfezionista non è solo un'atmosfera di poco amore, ma anche la volontà di corrispondere a un modello, un voler far propria la personalità stacanovista e perfezionista di uno dei genitori. Spesso nella famiglia di un perfezionista troviamo un padre e una madre che lo sono a loro volta; e quando non è così, in genere troviamo un padre Sei dotato di un'eccessivo senso del dovere (il Sei ha molte cose in comune con l'esigente perfezionista).

La situazione complessiva configura un ambiente dove alle richieste eccessive si accompagna uno scarso riconoscimento, di modo che il bambino ha sentito il bisogno di impegnarsi sempre più in un'atmosfera di perdurante frustrazione.

La mia impressione è che una madre troppo accomodante (tipo Nove o Sei) possa contribuire ad esasperare l'impatto di un padre troppo esigente e distante. Sembra che in questi casi una madre eccessivamente simbiotica e timida tradisca il bambino, perché il suo bisogno di assecondare un compagno troppo esigente è più grande del bisogno di schierarsi dalla parte del figlio.

La reazione dell'individuo alla situazione descritta mette in atto non solo un atteggiamento del tipo: "Guarda quanto sono buono: ora mi vorrai bene?", ma anche una richiesta di riconoscimento o di affetto, facendo appello alla giustizia morale, a una protesta: "Guarda quanto sono buono mi *devi* rispetto e riconoscimento". Per guadagnarsi il riconoscimento e il rispetto di cui sente la mancanza (prima di tutto da parte dei genitori e poi degli altri in genere) il bambino diventa il piccolo avvocato di se stesso, e anche un moralista che si specializza nel far fare agli altri ciò che devono, predicando il rispetto delle regole.

Il risultato è che la ricerca dell'amore da cui ha preso forma il carattere perfezionista diventa la ricerca del diritto e della rispettabilità, che caratterizza questo stile di personalità duro e distante, e interferisce con la soddisfazione di un bisogno di tenerezza che rimane latente benché rimosso.

## VI. PSICODINAMICHE ESISTENZIALI

Prima di considerare le dinamiche esistenziali del tipo Uno sarà bene richiamare alla mente il postulato a partire dal quale verranno analizzati tutti e nove i caratteri di cui parleremo nel corso del libro: e cioè che le passioni nascono da un retroterra di oscuramento ontico; che la perdita del senso dell' 'io sono' alimenta un desiderio-di-essere che si manifesta nelle nove diverse forme di emozioni fondamentali dell' Io.

Nel caso del tipo Uno, la prossimità del carattere con la pigrizia psicospirituale (e più precisamente il fatto che esso sia un ibrido fra pigrizia e orgoglio) fa sì che nello stile psicologico di questo individuo il problema dell'oscuramento ontico si ponga in primo piano. Ciò significa che nel suo atteggiamento verso la vita c'è una perdita del senso dell'essere che, come avviene per i tre caratteri che occupano la parte superiore dell'enneagramma, si manifesta come un' 'inconsapevolezza dell'inconsapevolezza', e che li rende particolarmente soddisfatti di sé, al contrario dei caratteri che occupano la parte inferiore dell'enneagramma, che avvertono invece un senso di carenza o di 'povertà di spirito'. Tuttavia, l'insoddisfazione inconscia si trasforma nella più incandescente delle passioni che, benché ignorata da un' inconsapevolezza attiva, colora di sé la qualità dei rapporti interpersonali.

Mentre l'oscuramento ontico, nel caso dei tipi Otto e Nove, implica, come vedremo, un ottundimento psicologico, nel tipo Uno è coperto da una raffinatezza eccessiva; si potrebbe dire che anche la formazione reattiva ha luogo a livello ontico: la carenza ontica di cui si ha la percezione diventa lo stimolo a operare una compensazione attraverso attività che pretendono di alimentare una falsa abbondanza. La principale attività che promette abbondanza alla mente del tipo Uno è la realizzazione della perfezione. Potremmo dire che proprio in virtù di questo oscuramento ontico, la ricerca dell'essere può trasformarsi in ricerca dell'essere sostitutivo di una vita virtuosa, dove il comportamento diventa un criterio di valore estrinseco. Agli iracondi servirebbe tuttavia comprendere il detto di Lao-Tse: "La virtù non si sforza di essere virtuosa; proprio per questo è virtù". In altri termini, solo la virtù che si esercita senza essere 'virtuosi' può dirsi tale.

Tuttavia, dire che nel tipo Uno il sostituto dell'essere è la virtù sarebbe troppo limitativo, perché a volte la qualità della vita non è tanto di tipo moralistico quanto 'correttivo': una buona corrispondenza fra lo svolgersi della vita e un codice implicito o esplicito.

Nel complesso, si può dire che nel tipo Uno la percezione preconsocia di una scarsezza dell'essere e la fantasia di distruttività e malvagità sono compensate dall'impulso ad essere una 'persona di carattere': una persona dotata di una certa stabilità, di una certa forza di resistere alle tentazioni e di schierarsi dalla parte di ciò che è giusto. Inoltre, la perdita in termini di essere e di valore

alimenta un'attività volta a sembrare una persona degna le cui caratteristiche, come abbiamo visto, vengono ricercate attraverso una sorta di culto della bontà e del valore.

Nel *corpus* di aneddoti su Nasruddin, il tipo Uno è riconoscibile nell'uomo di lettere che il battelliere Nasruddin traghetta 'sull'altra riva'. Poiché Nasruddin ha risposto ad alcune domande del dotto con frasi sgrammaticate, questo gli chiede. "Non hai studiato la grammatica?". Alla risposta negativa di Nasruddin, egli afferma, con soddisfazione che gli viene dalla cultura e dalla sensazione di essere nel giusto: "Hai perso metà della tua vita". Poco dopo Nasruddin chiede all'uomo di lettere: " Sapete nuotare?". E poiché il nostro degno grammatico risponde di no, Nasruddin commenta: " In questo caso avete perso *tutta* la vita, perché stiamo affondando" .

La battuta allude acutamente alla dissociazione fra la 'mentalità da grammatico' e la vita. Ha avuto luogo un processo di irrigidimento e di perdita di senso, dovuto alla eccessiva preoccupazione delle forme e del particolare. Anche quando si persegue la bontà, anziché la correttezza formale, come nelle materie scolastiche, al di là della gentilezza coltivata intenzionalmente troviamo una freddezza che lascia intendere mancanza d'amore e in sostanzialità, o perdita dell'essere che dir si voglia.