



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI GUGLIELMO MARCONI

FACOLTÀ DI SCIENZE DELLA FORMAZIONE

CORSO DI LAUREA MAGISTRALE IN PSICOLOGIA LM-51

«LA MENTE RELAZIONALE»

Relatore:

Chiar.<sup>ma</sup> Prof.ssa MARIA LAURA VITTORI

Candidata:

FABIANA FATANO  
Matr. N° SFO04095-LM51

ANNO ACCADEMICO

2016/2017

*«No man is an island, entire of itself.  
Every man is a piece of the continent, a part of the main.»*

*John Donne (1624)*

Traduzione:

“Nessun uomo è un’isola, completamente a sé stante.  
Ognuno è una parte del continente, una parte del tutto”.

John Donne (1624)

## INDICE

|   |           |
|---|-----------|
| <b>INTRODUZIONE .....</b>   | <b>4</b>  |
| <br>  |           |
| <b>CAPITOLO I – LA MENTE È RELAZIONALE:<br/>PROSPETTIVE D’INDAGINE.....</b>               | <b>6</b>  |
| <b>1.1 – La mente è relazionale: l’interdipendenza<br/>individuo-ambiente.....</b>        | <b>6</b>  |
| 1.1.1 – La mente è relazionale: l’importanza<br>dell’ambiente .....                       | 7         |
| <b>1.2 – La mente è relazionale: l’importanza<br/>dell’amore.....</b>                     | <b>10</b> |
| 1.2.1 – L’importanza della relazione: da Spitz a Berne ..                                 | 11        |
| 1.2.2 – L’importanza della relazione: i contributi<br>successivi .....                    | 15        |
| 1.2.3 – I due poli opposti della crescita: appartenenza e<br>individuazione .....         | 17        |
| 1.2.4 – Verso la teoria etologica della mente.....  | 20        |
| 1.2.5 – Da Bowlby alla Ainsworth: la teoria<br>dell’attaccamento .....                    | 23        |
| <br>  |           |
| <b>CAPITOLO II – TROVARE SE STESSI NELL’ALTRO: LA<br/>MENTALIZZAZIONE.....</b>            | <b>27</b> |
| <b>2.1- Alla ricerca del proprio Sé: verso la funzione<br/>riflessiva .....</b>           | <b>27</b> |
| <b>2.2 – L’importanza della componente soggettiva .....</b>                               | <b>30</b> |
| <b>2.3 – Oltre l’equivalenza psichica.....</b>  | <b>31</b> |
| <b>2.4 – La capacità di comunicare .....</b>  | <b>32</b> |
| <b>2.5 – La mentalizzazione.....</b>  | <b>36</b> |
| <b>2.6- Modelli disfunzionali di attaccamento:<br/>scivolando verso la patologia.....</b> | <b>39</b> |

|                                       |           |
|---------------------------------------|-----------|
| <b>2.7 – Vivere è comunicare.....</b> | <b>42</b> |
|---------------------------------------|-----------|

**CAPITOLO III: IL DISAGIO PSICHICO COME  
DEFICIT DI MENTALIZZAZIONE .....45**

|   |           |
|---|-----------|
| <b>3.1 – I livelli di funzionamento individuale .....</b> | <b>45</b> |
|---|-----------|

|  |           |
|--|-----------|
| <b>3.2 – Il trauma nel bambino e la sua correlazione<br/>con l'eziopatogenesi: verso il disturbo<br/>di personalità.....</b> | <b>50</b> |
|--|-----------|

|   |           |
|---|-----------|
| <b>3.3 – I disturbi di personalità.....</b> | <b>56</b> |
|---|-----------|

|   |           |
|---|-----------|
| <b>3.4 – I disturbi dell'asse I .....</b> | <b>60</b> |
|---|-----------|

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| 3.4.1 – I Disturbi d'Ansia..... | 61 |
|---------------------------------|----|

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| 3.4.2 – I Disturbi Somatoformi..... | 65 |
|-------------------------------------|----|

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| 3.4.3 – I disturbi dell'umore..... | 68 |
|------------------------------------|----|

|   |    |
|---|----|
| 3.4.4 – I disturbi dell'alimentazione ..... | 75 |
|---|----|

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| 3.4.5 – Le tossicodipendenze ..... | 80 |
|------------------------------------|----|

**CAPITOLO IV – RELAZIONI CHE NUTRONO: NUOVE  
POSSIBILITA' DI CURA .....83**

|   |           |
|---|-----------|
| <b>4.1 – La mente è relazionale: i recenti sviluppi .....</b> | <b>84</b> |
|---|-----------|

|   |           |
|---|-----------|
| <b>4.2 – Le basi biologiche del comportamento .....</b> | <b>88</b> |
|---|-----------|

|  |           |
|--|-----------|
| <b>4.3 – Farmaci o psicoterapia? .....</b> | <b>90</b> |
|--|-----------|

|  |           |
|--|-----------|
| <b>4.4 – L'importanza dei neuroni specchio .....</b> | <b>94</b> |
|--|-----------|

|   |           |
|---|-----------|
| <b>4.5 – Principali applicazioni cliniche .....</b> | <b>95</b> |
|---|-----------|

|   |            |
|---|------------|
| <b>4.6 – L'importanza della relazione terapeutica:<br/>relazioni che nutrono.....</b> | <b>100</b> |
|---|------------|

|                                   |            |
|-----------------------------------|------------|
| <b>CONCLUSIONI GENERALI .....</b> | <b>116</b> |
|-----------------------------------|------------|

|                          |            |
|--------------------------|------------|
| <b>BIBLIOGRAFIA.....</b> | <b>118</b> |
|--------------------------|------------|

## LA MENTE RELAZIONALE

Lo sviluppo della mente umana rappresenta da sempre fonte di grande interesse in ogni ambito di ricerca e conoscenza. La linea di pensiero che abbraccia questo percorso è una modalità integrativa degli aspetti emotivi e cognitivi troppo a lungo ed erroneamente dicotomizzati.

Brevemente possiamo elencare le basi teoriche di pensiero sottese al percorso stesso: dalle scimmie di Harlow agli orfani di Spitz tutto riconduce all'importanza dell'elemento relazionale. Varie teorie psicologiche tentano di spiegare la componente affettiva in grado di modulare lo sviluppo del cervello definito come esperienza-dipendente. Diversi elementi sistemici servono a palesare la complessità dell'argomento e ci aiutano ad aprire la mente verso nuovi orizzonti e prospettive. L'attaccamento alla madre, infine, si pone come elemento cruciale e predittivo di un sano sviluppo.

Si procede poi verso il concetto di *mentalizzazione* inteso come la capacità simbolica di pensare a se stessi e agli altri. Essa funge da traguardo al processo evolutivo, e vede nell'altro l'unico mezzo per raggiungerlo. Tale percorso è impregnato di relazioni e comunicazioni capaci di dirigere in un senso o nell'altro la mente umana. Vengono sottolineati inoltre i concetti di soggettività e simbolismo come oggetti di natura rappresentazionale dovuti al contesto di appartenenza. All'estremo opposto si pone invece il criterio di equivalenza psichica, descritto

come uno stato di confusione mentale e di fusione della barriera io-mondo alla base di numerose patologie psichiche. La sofferenza, dunque, si iscrive in un quadro di immaturità affettiva e cognitiva generato da relazioni distorte col caregiver. Il punto di rottura viene identificato nell'esperienza traumatica, la quale non si pone come isolata e puntiforme, ma come un susseguirsi, stabile e ripetitivo nel tempo, di esperienze maltrattanti quotidiane. La capacità simbolica, quindi, si rompe nel trauma, e lì si arresta ogni prospettiva di sviluppo, andando a regredire a livelli di funzionamento precedenti e più immaturi, in cui spesso il corpo assume il ruolo di campo di battaglia per quella che si descrive come una sofferenza senza voce.

Il terapeuta ci insegna a non essere giudicanti verso tali situazioni, intendendole piuttosto come la ripetizione, da parte dei carnefici, di antichi traumi irrisolti attraverso un copione rigido e patologico.

Alla luce di quanto detto, sono state affrontate tutte le forme di disturbo attualmente conosciute e registrate nel DSM-IV-TR, rivisitandole proprio attraverso il nuovo modo di vedere e di intendere la patologia in quanto deficit della mentalizzazione, a prescindere, quindi, dai singoli criteri diagnostici e dei paradigmi di riferimento.

La complessità funge dunque da cornice per permetterci di guardare l'individuo nella sua unicità ed

interezza, in modo da restituirgli la tanto bramata continuità del vivere.

Infine, sono stati riportati alcuni tra i più recenti contributi delle neuroscienze ottenuti attraverso le tecniche di neuroimaging. La scoperta dei neuroni specchio rivoluziona completamente il panorama scientifico andando ad accreditare maggiormente i contributi psicologici. Le evidenze di laboratorio inoltre, erigono la psicoterapia al pari delle altre scienze esatte, dimostrando i suoi notevoli e benefici effetti sul cervello: sembra infatti che la cura della parola sia in grado di eguagliare, se non addirittura superare gli effetti dei farmaci; la via migliore, si propone comunque nel trattamento integrato. Le modificazioni fisiologiche indotte stabilmente sulle connessioni neuronali portano in primo piano la relazione terapeutica e umana in genere, dando speranza di reversibilità a parecchie condizioni di sofferenza prima ingestibili e incomprensibili. Da qui ne deriva l'idea che il terapeuta sia in grado di ripristinare l'evoluzione mentale andando ad agire come un genitore sufficientemente buono, in grado di colmare le vecchie ferite e aprire un mondo di nuove possibilità per il paziente.

L'obiettivo di questo scritto è stato quindi quello di rimarcare l'importanza che la componente affettiva, e quindi, relazionale, svolge nello sviluppo della mente. L'essere umano, per sua natura è un essere sociale da

prima ancora di venire al mondo: questo basterebbe già a spiegare l'importanza che ricoprono le interazioni nella sua esistenza.

Fortunatamente, le odierne tecniche di neuroimaging hanno più volte dimostrato come, sulla fantomatica componente genetica, considerata prima come statica, siano in grado di influire le esperienze, a tal punto da essere in grado di inficiare lo sviluppo stesso. Le relazioni umane, come afferma Siegel, sono in grado di modificare la struttura fisiologica del cervello, generando diverse connessioni sinaptiche.

Fondamentale, di conseguenza, è riportare l'attenzione sulle precoci interazioni che ciascun individuo vive nell'infanzia, per comprendere come esse siano in grado o meno di promuovere un sano sviluppo psico-fisico.

È stato riscontrato infatti, come, dallo stile di attaccamento primario dipendano i MOI che guidano il comportamento dell'individuo nel mondo, e come sempre da essi dipenda la particolare visione della realtà, in grado di renderci più o meno resilienti verso essa stessa. Per fortuna, anche di fronte ad esperienze traumatiche (maltrattamenti e abusi) la natura ci viene incontro con la sua plasticità neuronale, la quale rende reversibile qualsiasi tipo di scompenso attraverso nuove e più sane esperienze di relazione.

In quest'ottica emerge la figura del terapeuta, come una relazione che nutre e va a colmare le lacune



precedentemente lasciate insieme agli elementi tossici trasmessi dalle generazioni precedenti.

L'unica soluzione possibile, a prescindere dal tipo di sofferenza che si instaura e del paradigma di riferimento, è nell'integrazione di mente e corpo, le quali sono state a lungo divise, e probabilmente tale approccio era alla base dei criteri di incomprendibilità e cronicità dei disturbi.

Come è stato ormai ampiamente dimostrato infatti, la componente emotiva permea quella cognitiva, e forse sottende l'intera vita psichica. Doveroso, risulta perciò restituire all'individuo la sua unicità ed interezza, lungi dal ricadere nuovamente nei pericoli della frammentazione. Solo attraverso questo approccio, fatto di immersione empatica nell'altro, per dare ascolto al vissuto soggettivo su cui poi si instaura simbolicamente il disagio, e in seguito di emersione cognitiva, che permette allo psicoterapeuta di rimanere lucido e aiutare il paziente a vedersi dall'alto, è possibile trovare una via d'uscita.

Il percorso di guarigione infatti prevede una maggiore presa di coscienza, l'assunzione di più funzionali e variegati stili di coping e oggetti relazionali, dal momento che il bisogno di essere in relazione, e allo stesso tempo di differenziarsi, perdurano per tutta la vita.

Di conseguenza, solo un adeguato progetto, costruito di volta in volta sulle esigenze e potenzialità del paziente, premetterà di agire esclusivamente nel suo interesse e di trasmettergli la stessa flessibilità che terapeuticamente si tenta di adottare.

## BIBLIOGRAFIA

### *Studi e monografie:*

ANDREOLI V., CASSANO G. B., ROSSI R., *Dsm-IV-TR. Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*, Milano, Masson, 2007.

ARISTOTELE, *Politica*, a cura di LAURENTI R., «Collana Economica Laterza» 13, Bari, Laterza, 2007.

BATESON G., *Mente e natura. Un'unità necessaria*, trad. a cura di LONGO G., Milano, Adelphi ed., 1988.

BATESON G., *Verso un'ecologia della mente*, trad. a cura di LONGO G., Milano, Adelphi ed., 1993.

BERNE E., *Transactional Analysis and Psychotherapy*, New York, Grove Press, Inc., 1961.

BOWEN M., *Dalla famiglia all'individuo. La differenziazione del sé nel sistema familiare*, a cura di ANDOLFI M., DE NICHILO M., «Collana Psiche e Coscienza», Roma, Astrolabio Ubaldini, 1980.

BOWLBY J., *Attaccamento e perdita. Vol.1: L'attaccamento alla madre*, Torino, Bollati Boringhieri, 1999.

BRONFENBRENNER U., *Ecologia dello sviluppo umano*, Bologna, il Mulino, 2002.

BRUCH H., *La gabbia d'oro. L'enigma dell'anoressia mentale*, Milano, Feltrinelli, 2003.

CANCRINI L., LA ROSA C., *Il vaso di Pandora. Manuale di psichiatria e psicopatologia*, Roma, Carocci, 2012.

CARLI R., PANICCIA R.M., *Analisi della domanda. Teoria e tecnica d'intervento in psicologia clinica*, «Collana Aspetti della Psicologia», Bologna, Il Mulino, 2003.

DENNETT D.C., *Brainstorms*, Milano, Adelphi, 1991.

DI CHIARA G., & GESSA L.G., *Pharmacology and neurochemistry of apomorphine*, In S. Garattini, A. Goldin, F. Hawking, & I. J. Kopin (Eds.), *Advances in pharmacology and chemotherapy*, vol. 11, New York, Academic Press, 1978.

FONAGY P., TARGET M., *Attaccamento e funzione riflessiva*, Milano, Raffaello Cortina, 2001.

GHEZZI D., VADILONGA F., *La tutela del minore. Protezione dei bambini e funzione genitoriale*, Milano, Raffaello Cortina, 1996.

KANDEL E.R., SCHWARTZ J.H., JESSEL T.M., *Principi di neuroscienze*, Milano, CEA, 2014.

KRYSTAL H., M.D., HILLSDALE, N.J., *Integration and self-healing. Affect, trauma, alexithymia*, The Analytic Press, 1988.

MAHLER M. PINE F., BERGMAN A., *La nascita psicologica del bambino*, Torino, Bollati Boringhieri, 1978.

MAIN M., GOLDWYN R., *Adult Attachment Classification System*, Version 5, Manoscritto non pubblicato.

MALAGOLI TOGLIATTI M., LUBRANO LAVADERA A., *Dinamiche relazionali e ciclo di vita della famiglia*, Bologna, Il Mulino, 2002.

ONNIS L., *Il tempo sospeso. Anoressia e bulimia tra individuo, famiglia e società*, Milano, Franco Angeli, 2004.

SIEGEL D. J., *La mente relazionale. Neurobiologia dell'esperienza interpersonale*, Milano, Raffaello Cortina, 2001.

SPITZ R., *Il primo anno di vita del bambino*, Firenze, Giunti-Barbera, 1972.

TONIONI F., *Gli adolescenti, l'alcol le droghe. Come evitare ai nostri figli di cadere nella dipendenza*, Milano, Mondadori, 2015.

VITTORI M.L., *Guida al paradigma relazionale. La teoria, la clinica, l'intrinseca bellezza*, Milano, Franco Angeli, 2014.

WATZLAWICK P., BEAVIN J.H., JACKSON D.D., *Pragmatica della comunicazione umana. Studio dei modelli interattivi, delle patologie e dei paradossi*, trad. di FERRETTI M., «Collana Psiche e Coscienza», Roma, Astrolabio Ubaldini, 1971.

WINNICOTT D. W., *Sviluppo affettivo e ambiente*, Roma, Armando Editore, 2013.

***Articoli e riviste scientifiche:***

HARLOW H.F., *The Nature of love*, in *American Psychologist*, 13, (1958), pp. 673-685.

MARTY P., *A major process of somatization: The progressive disorganization*, in *International Journal of Psycho-Analysis*, 49, (1968), pp.246-249.

***Sitografia:***

AA. VV., *Comfort food. I cibi che coccolano*, in «Disturbi Psicoemotivi», ([www.crescitapersonale.it](http://www.crescitapersonale.it)) [ultimo accesso: 15/04/2017].

AA. VV., *La depressione favorisce la demenza*, in «Salute», ([www.lastampa.it](http://www.lastampa.it)) [ultimo accesso: 14/04/2017].

DAVI V., *I neuroni specchio: dalla ricerca alle applicazioni in psicoterapia*, in «In evidenza», ([www.stateofmind.it](http://www.stateofmind.it)) [ultimo accesso: 17/04/2017].

GRUSSU A., *La relazione madre-bambino e la sindrome da "ospedalismo"*, in «René Spitz», ([www.alessandrogrussu.it](http://www.alessandrogrussu.it)) [ultimo accesso: 06/03/2017].

KROSS E., *What functional MRI responses to physical pain tell us about why social rejection "hurts"*, in «Ethan Kross», ([www.pnas.org](http://www.pnas.org)) [ultimo accesso: 06/03/2017].

LOIACONO E.A., *L'uomo è un animale sociale perché possiede neuroni specchio*, in «Neurologia, psicologia e malattie della mente», ([www.medicinaonline.co](http://www.medicinaonline.co)) [ultimo accesso: 17/04/2017].

LAZZERINI L., REDA V., CAMMARATA M., *La plasticità neurale e i cambiamenti prodotti dalla psicoterapia nel cervello*, in «In Evidenza» ([www.stateofmind.it](http://www.stateofmind.it)) [ultimo accesso: 17/04/2017].

QUAGLIETTA A., *Come puoi sdrammatizzare?*, in «Video» ([www.antonioquaglietta.it](http://www.antonioquaglietta.it)) [ultimo accesso: 16/03/2017].

RUBANO C., *L'esperimento di Harlow: attaccamento e amore materno*, in «Genitori-figli», ([www.crescitapersonale.it](http://www.crescitapersonale.it)) [ultimo accesso: 06/03/2017].