

Caterina: storia di violenza e dipendenza affettiva patologica

Michela Garzia¹, Erica Pugliese¹, Angelo Maria Saliani¹, Anita Parenà¹

¹Scuola di Psicoterapia Cognitiva - Roma

Riassunto

Questo lavoro descrive la storia di Caterina, una vittima di violenza nell'ambito delle relazioni intime con una dipendenza affettiva patologica (DAP). Negli ultimi anni la Dipendenza Affettiva Patologica (DAP) è stata sottoposta ad un'analisi accurata come forma di sofferenza patologica non ufficialmente riconosciuta tra i sistemi nosografici. Il profilo interno di Caterina è stato analizzato per la prima volta alla luce del modello cognitivo delle dipendenze affettive patologiche sviluppato da Pugliese, Saliani e Mancini (2019). L'analisi psicologica del caso in termini di determinanti cognitive (quali scopi, credenze, comportamenti disfunzionali, fattori di mantenimento e conflitti intrapsichici (esterno, semplice o akrasico) è parte del progetto di ricerca sulla DAP e la violenza di genere condotta dalla dott.ssa Erica Pugliese, con lo scopo di costruire un protocollo cognitivo-comportamentale che riduca la morbilità e la sofferenza dei pazienti affetti da DAP.

Parole chiave: dipendenza affettiva, co-dipendenza, violenza di genere, conflitto intrapsichico, dipendenza affettiva patologica.

Caterina: history of violence and pathological emotional dependence

Summary

This work describes the story of Caterina, a intimate partner violence victim with a pathological affective dependence (PAD). In recent years the Pathological Affective Dependence (PAD) has undergone considerable analysis as a form of psychopathological suffering although it is not officially recognized among the nosographic systems. Caterina's internal profile was analyzed for the first time in the light of the cognitive model of PAD developed by Pugliese, Saliani and Mancini (2019). The psychological analysis of case in terms a cognitive determinants (goals, beliefs, dysfunctional behaviors, maintenance factors and intrapsychic conflicts (external, simple or akrasic) is part of a research project on PAD and gender-based violence conducted by Dr. Erica Pugliese, aimed at building a cognitive-behavioral protocol that reduces morbidity and the suffering of patients with PAD.

Key words: affective dependence, co-dependence, gender violence, intrapsychic conflict, affective pathological dependence

Introduzione

In questo articolo si descrive il caso di Caterina, una donna che ho avuto modo di conoscere presso il Centro Antiviolenza “Il Melograno”, facente parte della Rete dei Centri Antiviolenza della Comunità San Francesco presso cui svolgo il mio lavoro di psicologa, occupandomi dell'accoglienza e del sostegno psicologico a donne vittime di violenza.

Si tratta di un caso già in parte analizzato all'interno di un project di ricerca dell'SPC di Roma sulla dipendenza affettiva patologica e la violenza di genere condotto dalla dottoressa Erica Pugliese e finalizzato alla realizzazione di un protocollo cognitivo-comportamentale per la riduzione e il trattamento della morbilità e degli esiti subiti in termini di disordini della salute mentale ascrivibili, come vedremo in seguito, alla problematica riconducibile alla donna.

Caterina, oltre a riportare le problematiche e le conseguenze legate al vissuto di violenza con l'ex compagno e con il compagno attuale, racconta una storia di vita connotata da maltrattamenti subiti sia in ambito familiare che relazionale, riferendo di aver vissuto da sempre rapporti affettivi con uomini svalutanti e violenti, ad eccezione di una relazione da lei descritta come “adeguata e positiva” ma di fatto da lei stessa interrotta poiché vissuta come “noiosa”.

Durante il percorso di sostegno psicologico, avviato inizialmente per fuoriuscire dalle dinamiche violente insite nel rapporto con l'ex compagno e per sostenerla rispetto alla separazione da lei voluta e alla denuncia per maltrattamenti sporta a suo danno, è emerso in modo sempre più esplicito come Caterina fosse caratterizzata da una vera e propria dipendenza affettiva patologica.

La DAP è un «fenomeno relazionale nel quale un individuo sembra avere un legame apparentemente “irrinunciabile” con un partner problematico. Si tratta in particolare di un legame caratterizzato da abusi, violenza e manipolazioni perpetrati da uno o da entrambi i partner ed è per almeno uno dei due fonte di sofferenza. Chi soffre crede di non essere in grado di porre termine alla relazione oppure non riesce a tollerare che sia l'altro a decidere di separarsi. Quando sentono che la relazione è minacciata, i soggetti con DAP provano ansia e sono disposti a tutto per evitare la perdita, mentre quando la rottura è effettiva provano disperazione e/o rabbia e tendono a fare il possibile per recuperare il rapporto ed eliminare lo stress emotivo che ne deriva» (Pugliese, Salianni e Mancini 2019, p. 3). Dall'analisi clinica, come riportato dagli autori, è emerso come questo tipo di relazioni si caratterizza per la presenza di un conflitto intrapsichico e, nello specifico, di tre sue varianti:

1. Il primo conflitto è quello non ancora presente nella mente del dipendente affettivo tipico ma è già evidente per chi è vicino alla coppia, come ad esempio un familiare, un amico o un

- terapeuta. In questa fase la dipendenza è dunque ego-sintonica e la persona prosegue la propria relazione ritenendo che i vantaggi del rimanere nella stessa siano maggiori dei costi;
2. Il secondo tipo di conflitto viene definito semplice o a corrente alternata. La persona qui oscilla tra diversi stati mentali che non riesce ad integrare, con dirette conseguenze sul comportamento: da una parte la possibilità di separarsi viene vista positivamente rispetto allo scopo di recuperare benessere ma, d'altra parte, viene vista negativamente rispetto allo scopo di garantirsi la presenza di una guida e l'amore del proprio compagno. Se da una parte la persona favorisce la separazione, dall'altra fa di tutto per evitarla perché l'idea della perdita è terrificata e pertanto si rifugia nella relazione patologica;
 3. Il terzo conflitto è invece caratterizzato da una «condizione di akrasia intesa come l'oscillazione all'interno dello stesso stato mentale dovuta alla sovrapposizione di due scopi tra loro molto diversi come ad esempio il volersi separare per il malessere provato e il volere a tutti i costi indugiare nella relazione per non rimanere soli» (Pugliese et. al., 2019, p. 4). Gli autori hanno inoltre fatto riferimento al fenomeno del *temporal discount* di Frederick et al. (2002), spiegando che ciò che spesso si osserva nei pazienti con dipendenza affettiva è l'orientamento verso un bene minore ma subito disponibile, e quindi un'immediata riduzione dell'ansia e del dolore per la separazione ritornando con il partner abusante, piuttosto che verso uno più importante ma distante nel tempo, come la possibilità di recuperare uno stato di benessere, stando da soli o in una relazione sana (Pugliese et. al., 2019).

In questo tipo di relazioni i confini tra gli individui non sono bilanciati e il dipendente affettivo arriverà ad annullarsi lentamente per soddisfare i bisogni di un partner il più delle volte maltrattante e pretenzioso, soccombendo in una spirale di dolore. Di fatto i maltrattamenti che solitamente i dipendenti affettivi subiscono, come in questo caso che stiamo per presentare, comprendono una o tutte le diverse forme di violenza psicologica, verbale, fisica, sessuale ed economica fino alle sue derive più estreme rappresentate dallo stalking e dal femminicidio (Pugliese et. al., 2019).

Presentazione del caso

Caterina è una donna di 40 anni, attualmente disoccupata e con un diploma di istruzione secondaria superiore. È in carico presso il Centro Antiviolenza “Il Melograno” della Comunità San Francesco da Giugno 2018, ove accede su invio formale da parte del Servizio Sociale del suo paese di residenza, al quale si rivolge spontaneamente per riportare le problematiche incontrate con l'ex compagno, con il quale ha da poco interrotto la convivenza, riferendo un vissuto di violenza

psicologica perpetrata a suo danno dall'uomo ed esprimendo la propria preoccupazione rispetto alla gestione di tale separazione e alle necessità di tutelare da tali problematiche il figlio all'epoca undicenne.

Emersa una situazione non di tipo conflittuale ma, al contrario, una condizione di violenza e che pertanto necessitava di essere gestita in modo opportuno, il Servizio Sociale invia Caterina al Centro Antiviolenza e, nel corso dei colloqui, emerge un vissuto di violenza psicologica e anche fisica.

Seconda di 3 figli, Caterina appartiene ad un nucleo familiare modesto; la madre e il padre, entrambi operai, sono deceduti rispettivamente quando Caterina aveva 18 e 21 anni.

Dal racconto della storia di vita emerge una storia familiare caratterizzata da dinamiche relazionali violente e rapporti di coppia peggiori con uomini maltrattanti: Caterina riporta infatti episodi di violenza agiti sia dal padre, sia dal fratello più grande dal quale veniva spesso apostrofata ed epitetata volgarmente. In particolare la donna racconta di un padre estremamente violento nei suoi confronti, sia psicologicamente che fisicamente: come si evince dai suoi racconti, i numerosi episodi di aggressioni fisiche feroci da parte del padre l'hanno portata nel tempo quasi a "sminuire la violenza fisica" subito per anni dall'ex compagno, fatta prevalentemente di schiaffi. I rapporti con il fratello e la sorella non vengono descritti da Caterina come positivi. Ha infatti subito violenza fisica anche da parte del fratello.

Nonostante la giovane età, Caterina si è dovuta occupare quasi in toto della madre durante gli anni della sua malattia. Il loro rapporto viene descritto come amorevole: la madre è stata infatti l'unica a non aggredirla mai fisicamente né verbalmente, sebbene abbia contribuito ad un capovolgimento dei ruoli. Caterina racconta a tal proposito di aver dovuto rinunciare a momenti di svago di cui necessitava per accudire la madre e di essere spesso attaccata, verbalmente e fisicamente, dal padre e dal fratello quando a loro dire si mostrava manchevole venendo meno ai suoi "doveri".

Durante gli anni della propria convivenza con l'ex compagno, fatta di rinunce, sacrifici, maltrattamenti fisici, psicologici e possesso, Caterina ha raccontato solo alla sorella il proprio vissuto di violenza la quale, tuttavia, in più di un'occasione, ha minimizzato la violenza agita dall'ex compagno nei suoi confronti, delegittimando ancora una volta il suo dolore.

Descrizione del problema

Ad eccezione di una storia d'amore descritta positivamente dalla donna, quest'ultima incorre in più di un'occasione in relazioni con ragazzi maltrattanti.

Le delusioni legate a questi rapporti violenti e la scomparsa dei genitori, avvenuta a distanza di pochi anni l'una dall'altra, hanno favorito in Caterina l'insorgenza di disturbo d'ansia e attacchi di panico per i quali ha dovuto intraprendere una terapia farmacologica.

All'età di 22 anni conosce Tommaso con il quale avvia una relazione affettiva stabile durata 17 anni, durante i quali l'uomo ha reiterato violenze psicologiche, verbali e, in alcune occasioni, anche fisiche a danno della donna. Dalla relazione con l'ex compagno maltrattante Caterina ha avuto un figlio, che attualmente ha 12 anni, vittima di violenza assistita.

A tal proposito, secondo il Coordinamento Italiano dei Servizi contro il Maltrattamento e l'Abuso all'Infanzia (CISMAI), per violenza assistita da minori in ambito familiare si intende «il fare esperienza da parte del/della bambino/a di qualsiasi forma di maltrattamento compiuto attraverso atti di violenza fisica, verbale, psicologica, sessuale ed economica compiuta su figure di riferimento o su altre figure significative, adulte o minori; si includono le violenze messe in atto da minori su altri minori o su altri membri della famiglia e gli abbandoni ed i maltrattamenti ai danni di animali domestici. Di tale violenza il/la bambino/a può fare esperienza direttamente, cioè quando essa avviene nel suo campo percettivo, indirettamente ossia quando il minore è a conoscenza della violenza e/o percepisce gli effetti».

La costante reiterazione di violenze verbali, psicologiche e fisiche a danno di Caterina nel corso di questa prima convivenza accrescono le problematiche psicologiche della donna, necessitando di riprendere la terapia farmacologica per l'ansia e il panico.

La relazione con l'ex compagno è terminata un anno e mezzo fa e, sempre nello stesso periodo, Caterina ha avviato una nuova relazione con Emanuele, con cui convive da un anno insieme al figlio minore.

In quel periodo la donna è stata inizialmente lasciata dall'ex compagno in seguito alla scoperta della sua nuova frequentazione con un altro. Successivamente l'uomo, anche lui probabilmente legato alla donna a doppio filo dalla condizione di dipendenza affettiva patologica, ha provato a chiedere perdono cercando di convincere invano Caterina a ritornare con lui. Il rifiuto di Caterina scatena la rabbia di Tommaso che sfocia in un'aggressione fisica mentre lei è intenta a lasciare definitivamente l'abitazione. L'uomo le mette le mani alla gola, la strattona e minaccia di "ammazzare di botte", sia lei che il suo compagno. Con il supporto del CAV la donna ha sporto denuncia-querela a danno dell'ex convivente per maltrattamenti in famiglia e atti persecutori, raccontando per la prima volta tutto il suo vissuto di violenza.

Caterina ha riportato inoltre di aver dovuto nuovamente seguire una terapia farmacologica, sempre per degli attacchi di panico e, precisamente, nel periodo da Gennaio a Marzo 2018.

Da Agosto 2018, dopo una prima fase di accoglienza, la donna ha avviato un percorso di sostegno psicologico, ancora in essere, allo scopo di rielaborare a livello profondo il proprio vissuto di maltrattamenti, di affrancarsi dallo stesso per poter fuoriuscire definitivamente dal cosiddetto “ciclo della violenza”, un modello descrittivo della violenza domestica, ideato da Leonor Walker (1979) per spiegare l’evoluzione della violenza e come essa si sussegue, caratterizzato dal ciclico ripresentarsi di tre fasi in particolare che descrivono come il maltrattamento diventi una vera e propria strategia di controllo (Baldry, 2016): una prima fase, detta fase di “accumulo della tensione”, una seconda fase di “esplosione della violenza” e di violenza acuta e, infine, una fase di falsa riappacificazione detta fase della “luna di miele”.

All’inizio del suo percorso Caterina riportava uno stato di benessere legato, come la stessa riferiva, alla relazione con il nuovo compagno, inizialmente descritta come appagante e soddisfacente. Raccontava infatti di sentirsi in pace con sé stessa solo quando si trovava insieme a lui; diversamente si sentiva “persa e angosciata”.

Ciononostante Caterina alternava momenti in cui credeva fermamente nel suo nuovo rapporto a momenti in cui realizzava, così come la stessa riportava, che una vera possibilità di famiglia lei l’aveva avuta solo con l’ex compagno mentre con quello attuale non sembrava possibile, poiché Emanuele esprimeva esigenze molto diverse dalle sue. Con il passare del tempo Caterina si rendeva conto che il compagno non riusciva ad instaurare un rapporto positivo con suo figlio, il quale si mostrava sempre oppositivo e provocatorio nei confronti tanto della madre quanto di Emanuele. Caterina infatti riportava l’angoscia provata per i comportamenti del figlio e per il bisogno di avere un uomo accanto con cui crescerlo ed educarlo che si scontrava, però, con la consapevolezza che il compagno attuale non sembrava propenso ad assumersi una tale responsabilità.

Durante il periodo precedente alla convivenza fra il nuovo compagno e la donna, la paura di essere abbandonata da Emanuele costringe Caterina a trascurare sempre di più il figlio che si allontana dalla madre e manifesta la sua contrarietà alla nuova relazione, trascorrendo sempre più tempo con il padre. A sua volta, il bisogno di Caterina di dedicarsi maggiormente al figlio e di tenerlo lontano dalle triangolazioni del padre si scontra con il rifiuto del nuovo compagno di entrare in contatto più del dovuto con il ragazzino. Questo conflitto fra la paura di essere abbandonata da Emanuele e il bisogno di dedicare cure e attenzioni al figlio si risolve apparentemente nella mente di Caterina nel momento in cui la donna intraprende la convivenza con il nuovo compagno.

Il fatto che questi provveda al sostentamento economico di Caterina e di suo figlio la porta a credere che Emanuele si sia convinto a passare a un livello successivo del loro rapporto e a prendersi cura di lei e di suo figlio.

Poco dopo l'avvio della convivenza emergono però i primi comportamenti verbalmente violenti che Emanuele indirizza inizialmente al figlio di Caterina, per poi rivolgerli gradualmente anche verso di lei ogni qual volta la donna non soddisfa le aspettative del compagno relativamente alle modalità educative adottate che, per Emanuele, sono estremamente morbide incoraggiandola al contrario ad usare maggiormente la violenza per imporre il suo volere sul figlio.

Alle violenze verbali e psicologiche rivolte a madre e figlio, segue infine un episodio di violenza fisica a danno del figlio di Caterina che viene schiaffeggiato dal compagno e minacciato di essere picchiato ulteriormente per futili motivi.

In concomitanza di questi eventi, Caterina inizia a riportare in seduta di sentirsi spesso con la “testa pesante”, sensazione che si alterna a quella di sentirla “completamente svuotata”. Tale sensazione si presenta quando il compagno la svaluta come madre, quando le fa discorsi prolissi su quello che dovrebbe e non dovrebbe fare. Riferisce che la stessa sensazione la coglieva anche quando era insieme all'ex compagno e quest'ultimo la aggrediva verbalmente. Unitamente a tale sensazione, iniziano a ripresentarsi gli attacchi di panico e l'ansia di cui Caterina aveva già sofferto in passato.

Emanuele inizia ad accusare Caterina di averlo “costretto” ad avviare la convivenza quando ancora non si sentiva pronto. D'altro canto la donna cerca di riportare il compagno sulle proprie responsabilità e fargli presente che è libero di ritornare nella sua precedente abitazione se lo desidera.

Questo scatena in Caterina emozioni ambivalenti oscillando da un senso di autoefficacia, provato in un primo momento dopo aver espresso apertamente la sua opinione, senza dunque incassare in silenzio l'attacco di Emanuele, ad un senso di colpa e paura di essere abbandonata, emozioni queste provate rispettivamente al pensiero di aver arrecato un danno al compagno e di vederlo per questo motivo fortemente contrariato ed ostile.

Caterina è una dipendente affettiva patologica?

Abbiamo provato a definire il profilo interno di Caterina alla luce del modello cognitivo delle dipendenze affettive patologiche di Pugliese, Saliani e Mancini (2019) in termini di scopi, coping disfunzionali, fattori di mantenimento e conflitto.

Nelle relazioni caratterizzate da dipendenza affettiva patologica, come è stato precedentemente affermato, vi è la tendenza a considerare irrinunciabile una relazione che manifesta dei costi importanti per almeno uno degli individui coinvolti. Questo tipo di problematica non è riconducibile al disturbo dipendente di personalità, come spesso sostenuto in letteratura. In entrambi i disturbi infatti vi è un importante timore di abbandono, tuttavia questi differiscono per via dello scopo che è di accudimento nel disturbo dipendente di personalità e di essere amato da un partner emotivamente

poco o per nulla disponibile, fragile e/o maltrattante nella DAP (Pugliese et. al., 2019). In linea con quanto affermato dagli autori, Caterina, in presenza del raggiungimento dello scopo di ricerca dell'accudimento avvenuto nell'unica relazione da lei descritta come "adeguata e positiva" in termini di rispetto della sua persona e dei suoi bisogni ammette di essersi sentita fortemente "annoziata" e di averla chiusa subito dopo.

Un'altra caratteristica tipica di questo tipo di relazioni è la presenza di uno stadio zero in cui il DAT si confronta solo con la parte migliore del proprio partner, non considerando quelli che sono i primi segnali di una personalità emotivamente sfuggente. Questa condizione di "illusione romantica", in cui non sono presenti il conflitto né gli eventuali costi, è la stessa che il DAT cercherà di rivivere quando la relazione degenererà nella spirale del maltrattamento costante.

Nel primo stadio invece iniziano a comparire i costi che però sono visibili solo a persone esterne alla coppia, ma completamente impercettibili per il DAT che invece si convince di star bene, di aver ottenuto o di stare provando ad ottenere l'amore e la maggiore disponibilità del proprio partner emotivamente sempre più sfuggente e problematico.

È nel secondo stadio che il conflitto esordisce, il cosiddetto "conflitto semplice", sebbene in modo alternato. In questa fase la persona oscilla fra momenti di grande benessere e malessere, senza però riuscire ad integrare questi stati mentali, e nello specifico si osserva un'alternanza tra stati in cui il DAT è tutto proteso verso il raggiungimento del suo scopo di preservare la relazione e stati di rabbia e protesta nel momento in cui i costi aumentano e divengono in alcune occasioni particolarmente clamorosi ed evidenti.

Nel terzo stadio la persona sperimenta il "conflitto akrasico", perciò diviene consapevole dei costi dello stare in quella relazione, vorrebbe dunque liberarsene ma di fatto non ci riesce. In questo modo lo stress deriva dal voler evitare la separazione, che però in virtù della presenza di costi sempre più elevati lo porta a sentirsi come in trappola, e simultaneamente dalla presenza di una meta-valutazione che porta il DAT a giudicarsi negativamente perché incapace di porre fine alla relazione nonostante gli evidenti costi elevati (Pugliese et. al., 2019).

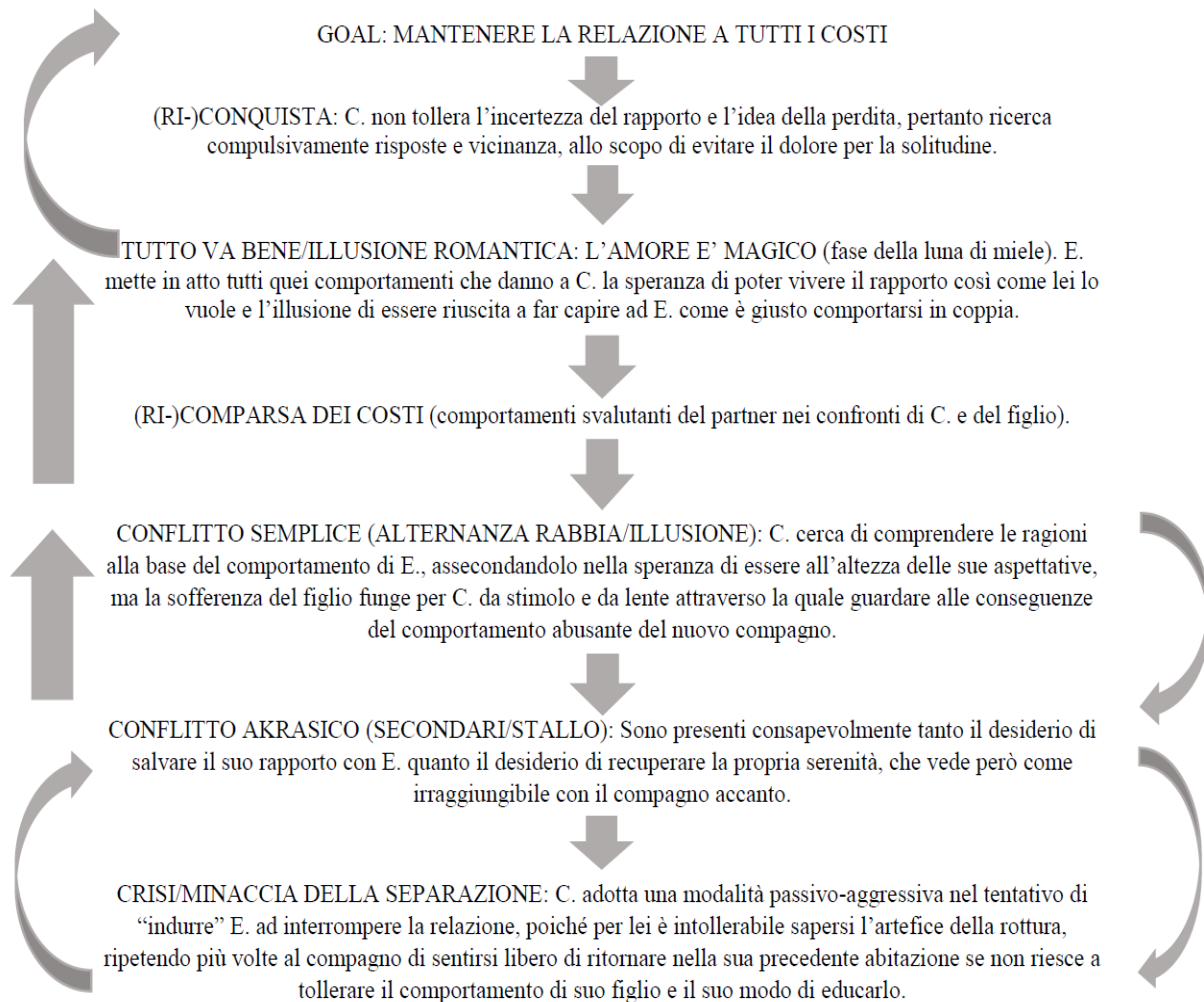


Figura 1. *Descrizione del funzionamento interno di Caterina secondo il modello cognitivo del DAT, tratto da Pugliese et. al., 2019 p. 9*

Profilo interno del disturbo

Con il passare del tempo Caterina prova sempre più rabbia nei confronti del compagno per la difficile posizione in cui la mette con i suoi atteggiamenti aggressivi e prepotenti nei confronti del figlio, si sente triste all'idea che senza di lui starebbe meglio e potrebbe ritrovare la giusta serenità per ripristinare il rapporto con suo figlio. Si sente inoltre angosciata poiché consapevole che tentare di preservare la relazione farebbe solo perdurare il suo stato di malessere.

Caterina vive dunque un conflitto di tipo akrasico (Mancini & Giacomantonio, 2018; Pugliese, Saliari e Mancini, 2019) oscillando consapevolmente tra il desiderio di salvare il suo rapporto con Emanuele e quello di recuperare la propria serenità che vede però come irraggiungibile con il

compagno accanto. Entrambi gli scopi sono dunque presenti nella mente della donna ma l'idea che la sua relazione possa finire la porta a provare un senso di fallimento.

In seduta Caterina racconta infatti un episodio che ben descrive il suo funzionamento e le dinamiche che si attivano in simili circostanze. Durante una discussione, Caterina cerca di esprimere i propri bisogni e il suo punto di vista con il compagno, mettendogli le cose in chiaro rispetto a cosa si aspetta dal loro rapporto. Per la prima volta, così come riferisce lei stessa, non sente la paura dell'abbandono ma sente piuttosto l'esigenza di ritagliarsi degli spazi per sé stessa. In tale circostanza però Caterina sperimenta un nuovo attacco di panico. Si osserva qui la presenza del conflitto a corrente alternata (conflitto semplice): dopo aver affermato il proprio bisogno ed esigenza di mettere sé stessa al primo posto compare il senso di solitudine e la paura abbandonica, che per lei è terrificata. Il senso di colpa provato per aver in qualche modo affermato sé stessa per la prima volta, coerentemente con quanto accadeva con la famiglia d'origine che invalidava i suoi bisogni personali costringendola spesso al "dovere", il conflitto diviene senza via d'uscita conducendola al panico.

Emerge in seduta come la maggiore attenzione che Caterina tenta di porre a sé stessa è presente quando la situazione con l'uomo esplode – *«agisco solo quando sono messa alle strette da un litigio più violento. Altrimenti a me non ci penso»*. Dunque lo scopo di recuperare il proprio benessere senza il compagno si attiva solo dinanzi ad una violenza verbale e psicologica più esplicita agita da Emanuele. Ma la fase della luna di miele successiva porta Caterina a pensare che in qualche modo "il peggio sia passato" e si riattiva lo scopo di voler mantenere la relazione per poter avere quella famiglia tanto sognata, proprio come nello stadio zero. Questo episodio è indicativo del funzionamento del conflitto a corrente alternata a seconda delle diverse fasi del ciclo della violenza. A tutto questo si aggiunge la difficoltà di Caterina ad esprimere a pieno la rabbia che le condotte maltrattanti del compagno le suscitano. Se da un lato la maggiore consapevolezza e lucidità emergono solo dinanzi a condotte più violente, che fungono da monito alla donna per allontanarsi dal rapporto, ponendo più attenzioni a sé e ai suoi bisogni, dall'altro è evidente come a queste emozioni e ai conseguenti comportamenti segue un senso di colpa e una tristezza all'idea di essere abbandonata dal compagno e ritrovarsi da sola, pensiero questo che per lei è ancora più terribile da tollerare.

L'episodio riportato e descritto tramite l'ABC, sembra essere esplicativo del funzionamento di Caterina ed è riferito ai soliti scontri che si verificano con il compagno a causa del comportamento oppositivo e supponente del figlio di Caterina e a seguito del quale Emanuele si è allontanato da casa per diverse ore, dopo averle rivolto la seguente frase: *«fai schifo! Non vali a un bel niente!»*

Faceva bene Tommaso ad alzarti le mani, anzi... poche te ne ha date di botte. E tuo figlio è un coglione». Si evidenzia il conflitto di tipo akrasico che la caratterizza, la consapevolezza di Caterina della circolarità dei maltrattamenti subiti dal compagno e la difficoltà allo stesso tempo di distanziarsi da una relazione che ella stessa percepisce come insoddisfacente e dannosa, nonostante dunque i costi.

A	B	C
Insulti da parte di Emanuele durante una discussione.	<i>«forse ha ragione. Sono una madre e una compagna debole, di nessun valore».</i>	Tristezza (intensità: 10/10) - Caterina incassa in silenzio le offese ricevute.
C (Tristezza)= A'	B'	C'
	<i>«ma guarda come mi riduce. Mi ha trattata come uno straccio. È colpa sua se sto così! E non fa che creare disagi in casa mia. Ma come si permette?!</i>	Rabbia (intensità: 8/10) - Ruminazione rabbiosa. - Propositi (covert) di separazione dal partner.
C (Rabbia)= A''	B''	C''
	<i>«così mi piaccio! Ora si sto reagendo emotivamente come vorrei! Così si fa! Ce la posso fare da sola! Finalmente potrò dedicarmi solo a me stessa e a mio figlio».</i>	Contentezza (intensità: 7/10) - Esclude il partner dalle sue attività quotidiane con il figlio.
C'' (Contentezza/esclusione partner)= A'''	B'''	C'''
	<i>«oddio, e se ora ne approfitta per liberarsi di me e mi lascia davvero!?!? Non riuscirei a sopportare di essere lasciata».</i>	Ansia (intensità: 10/10) - Rimuginio ansioso.
A''''//	B''''//	C''''//
	<i>«Sto sbagliando tutto, come al solito! Ho fallito un'altra volta! Emanuele mi dice quelle cose solo perché vuole che io impari a farmi rispettare da mio figlio. Avrei dovuto chiarire con lui invece di escluderlo!».</i>	Senso di colpa (intensità: 10/10) - Abbandono delle attività programmate senza il partner. - Atteggiamento oblativo e implorante verso il partner, ricerca di chiarimenti, perdono e riconquista.

Tabella 1. ABC esemplificativo ricostruito con la paziente.

Emerge dunque come il timore di essere lasciata scomparsi Caterina su due fronti: da un lato l'idea che da sola non valga niente e poi l'associare la fine della relazione ad un fallimento di sé come persona per non essere stata in grado di soddisfare le aspettative del compagno.

D'altra parte però la presenza del figlio funziona per Caterina come svincolamento dalle credenze disfunzionali che l'hanno da sempre accompagnata, ossia quegli schemi nucleari che le hanno fatto accettare per una vita i maltrattamenti e la sottomissione. Questo perché Caterina è probabilmente una persona che non sente di avere dei diritti, che però nel figlio sembrerebbe riconoscere. Vedere le conseguenze della violenza sull'altro, in questo caso sul figlio, aiuta Caterina a rilegittimare i propri diritti. Questo la porta quindi ad integrare gli stati mentali rivedendo il conflitto dal di fuori, che diviene poi akrasico.

Gli scopi in conflitto minacciati di Caterina, oltre a quello terminale di mantenere la relazione a tutti i costi, potrebbero dunque essere la capacità di rispondere ai bisogni altrui e di soddisfare le aspettative degli altri, non sentirsi un fallimento come persona e come donna e non essere abbandonata.

Secondo il modello cognitivo delle dipendenze affettive patologiche (Pugliese et. al., 2019), «lo scopo del dipendente affettivo tipico è quello di garantirsi la vicinanza, sentirsi necessario ed essere amato da un partner poco o per nulla disponibile, in questo caso maltrattante sul piano psicologico, verbale e fisico, verso il quale il DAT sviluppa una vera e propria ossessione. La sfida del DAT non è dunque quella di essere accudito, poiché partner particolarmente accudenti vengono descritti come opprimenti e noiosi, ma amare, cambiare e salvare qualcuno che si presenta come irraggiungibile e violento, simile al proprio genitore problematico. Sembra dunque che lo scopo di restare a tutti i costi nella relazione, nonostante dunque il malessere che ne deriva, origina dal desiderio di riscattarsi dai traumi vissuti, dalla deprivazione emotiva e dagli abusi subiti durante la propria crescita» (Pugliese et. al., 2019, p. 6).

Ciò che caratterizza Caterina, invischiata in questo tipo di relazione, sembra essere dunque l'estrema difficoltà a chiudere il rapporto nonostante la consapevolezza della compromissione del proprio benessere, vivendo dunque un conflitto intrapsichico fra gli scopi sovraordinati di stare nella relazione a tutti i costi e di separarsi (Pugliese et. al., 2019).

Fattori e processi di mantenimento

Tra i fattori di mantenimento gioca un ruolo determinante il “ciclo della violenza” (Walker, 1979). Nel caso specifico di Caterina la fase della luna di miele, in altre parole il carattere intermittente dell’abuso e, quindi, l’alternarsi tra fasi di esplosione e fasi in cui il compagno mette in atto dei comportamenti compensatori, danno a Caterina una speranza illusoria di cambiamento che la spinge ad indulgere nella relazione. Questo avviene anche attraverso una memoria selettiva per cui tornano in mente episodi in cui il partner non è stato maltrattante bensì disponibile, presente e accudente (come nello stadio zero). Il comportamento ambivalente del compagno le fa però vivere una situazione di dubbio sentimentale. Questo la porta a ricercare compulsivamente risposte e vicinanza del partner in seguito a una forte intolleranza all’incertezza che la spinge a preferire una risposta immediata e certa, anche se negativa e con dei costi, invece di rimanere e tollerare la condizione ambigua tipica per esempio delle prime fasi di una separazione; vi è l’evitamento del dolore per la solitudine, causato dalla distanza dal partner, e che per Caterina viene considerato inaccettabile e ingestibile (*depression sensitivity*), il desiderio di risarcimento per la sofferenza attuale e pregressa e per il sovrainvestimento negli scopi (Pugliese et. al., 2019). A questo proposito ci si riferisce in particolare alla cosiddetta dissonanza cognitiva (Festinger, 1957), una teoria della psicologia sociale secondo cui quando le credenze esplicitate contemporaneamente in un soggetto sono in contrasto funzionale tra loro si viene a generare una condizione di disagio. Il soggetto è dunque portato a quel punto a ricreare una condizione di consonanza cognitiva. Nel caso specifico delle donne vittime di violenza, la tendenza è quella di modellare le credenze negative sviluppate nel tempo sul partner e sulla relazione per farle coincidere con la condizione ben più accettabile di coerenza con le aspettative e le credenze dello stadio zero - tipico dell’innamoramento- dove il partner viene ritenuto perfetto. Il risultato ad esempio potrebbe essere una rielaborazione eufemistica delle azioni violente del partner. Inoltre, l’enorme investimento emotivo e l’impegno profuso nella relazione, rendono a quel punto difficoltoso il disincastro dalla spirale della violenza e della dipendenza affettiva. Questo effetto, noto come fallacia dei costi irrecuperabili (*sunk cost bias*), fa infatti insistere in comportamenti dannosi anche quando la persona, come nel conflitto a corrente alternata e in quello akrasico, riconosce le conseguenze negative della relazione ma persevera in essa poiché non accetta di rinunciare al partner dopo tutti quei sacrifici e quella sofferenza. Lasciarsi a quel punto renderebbe tutto vano per cui difficoltà, rinunce ed eventuali violenze subite fino a quel punto hanno dunque l’effetto paradossale di rendere di maggiore valore la relazione di dipendenza affettiva rallentando il processo di separazione.

Un altro fattore di mantenimento presente è il pensiero desiderante, cioè una forma di elaborazione cognitiva delle informazioni riguardanti l’oggetto del desiderio nelle sue caratteristiche piacevoli,

che in questo caso è rappresentato dal partner (Caselli & Spada, 2010). Caterina, come la maggior parte delle vittime di violenza, ha infatti la tendenza, soprattutto in seguito alla separazione dal compagno, a rimuginare in forma sia verbale che immaginativa su possibili attività positive e desiderate con Emanuele, riattivando lo scopo di poter finalmente stare bene con lui, come avveniva nello stadio zero e come lui, nei periodi di luna di miele, le ha sempre promesso.

Anche la vulnerabilità alla colpa gioca un ruolo nel mantenimento nel circolo vizioso della dipendenza affettiva e del maltrattamento, poiché nella mente del DAT è presente la credenza di essere una persona “cattiva” e di meritare la sofferenza per aver generato malessere nel partner (Pugliese et. al., 2019). Infatti, nel caso specifico di Caterina, il problema secondario è costituito proprio da un’iniziale emozione di rabbia scatenata dal vedersi trattato così male dal compagno e che però, se in un primo momento le permette di sganciarsi dal compagno, successivamente la porta a sentirsi in colpa e in ansia al pensiero di perderlo.

Scompenso

Lo scompenso emerge quando Caterina diviene consapevole che la relazione con il compagno è anch’essa connotata da violenza verbale e maltrattamento psicologico e che se portata avanti potrebbe compromettere il benessere del figlio e il suo rapporto con lui.

Svilupperà infatti dopo un mese dall’avvio della convivenza i primi attacchi di panico, senso di “pesantezza nella testa” seguita dalla sensazione di “vuoto in testa”, disorientamento e paura.

La sofferenza del figlio funge però per Caterina da stimolo e da lente attraverso la quale guardare alle conseguenze del comportamento abusante del nuovo compagno, ed è proprio questa consapevolezza che determina il passaggio dal conflitto semplice al conflitto akrasico.

Vulnerabilità

Vulnerabilità storica

Caterina è cresciuta in un contesto familiare maltrattante in cui le sono stati negati accudimento e aiuto.

Il padre si è relazionato con Caterina sempre secondo lo schema della violenza fisica e il fratello ha fatto altrettanto, unitamente alle costanti svalutazioni ed offese rivoltele. Ricorda infatti come ogni volta che cercava di soddisfare un suo bisogno o un suo desiderio, venisse picchiata e ingiuriata.

Nel rapporto con la madre, nonostante lei lo abbia descritto come un rapporto prevalentemente positivo, si è verificato di fatto un ribaltamento dei ruoli, giacché Caterina ha dovuto accudire la

madre sin da quando era ragazzina, sviluppando un forte senso del dovere a discapito di tutto ciò che invece desiderava e/o del quale aveva realmente bisogno.

Caterina ha sviluppato dunque la credenza divenuta regola di vita che nel rapporto con l'altro è "sempre e solo lei che deve sacrificarsi per il bene altrui" e che qualunque cosa faccia "non è mai abbastanza" (*«dovevo fare sempre di più, sempre meglio. È stato sempre così per me. Anche con i miei genitori»*).

Vulnerabilità attuale

Caterina inoltre presenta una forte vulnerabilità alla colpa a causa della quale si giudica negativamente nel momento in cui si distanzia dal rapporto con il compagno per investire maggiormente su di sé e sul rapporto con il figlio. Questi tentativi incentivano il senso di colpa di Caterina e la paura dell'abbandono che per lei sono intollerabili, ancor più dei costi della relazione abusante.

Trattamento

Obiettivi

- Favorire in Caterina un'assunzione di consapevolezza circa la dipendenza affettiva patologica che la caratterizza e sulle determinanti cognitivo-comportamentali che determinano la sua sofferenza: per esempio, discutere insieme i segnali di una relazione tossica, il tipo di conflitto tra scopi presente (alternanza tra conflitto semplice e akrasico), le varie parti di sé in opposizione che si sono generate (una parte vuole mantenere la relazione a tutti i costi, un'altra se ne vuole liberare e pensare a se stessa, un'altra ancora proteggere il figlio, ecc.) e con esse i costi e benefici legati a ciascuna istanza, gli stadi del modello di funzionamento della DAP e conseguente circolo vizioso, i cicli interpersonali tra lei e il compagno (da esplicitare) e i fattori di mantenimento mediante la psicoeducazione e la condivisione e discussione degli ABC;
- Qualora si decidesse per la separazione, aiutare Caterina a determinare e mantenere il distacco dal compagno maltrattante e, mediante la ristrutturazione cognitiva, rivedere il senso di fallimento aiutando la paziente a ridefinire l'aspetto della separazione come un processo di crescita e di scelta da parte sua, attraverso un'analisi dei costi della relazione violenta, per sé stessa e per il figlio;
- Lavorare sulla vulnerabilità storica collegandola alla condizione relazionale attuale, condividendo e poi dimostrando alla paziente come gli schemi e le credenze attuali altro

non sono che la riproduzione di un modello disadattivo acquisito e solidificato durante le esperienze precoci;

- Lavorare sul pensiero dell'abbandono allo scopo di favorire in Caterina una riduzione dell'angoscia da separazione, la capacità di tollerare la frustrazione e la sofferenza causate dalla separazione;
- Favorire nella paziente un comportamento assertivo, aiutandola a riconoscersi il diritto di scegliere, regolando tuttavia il lavoro sull'assertività essendo ancora dentro alla relazione violenta;
- Apprendere le tecniche di contromanipolazione per poter portare avanti i propri pensieri e i propri scopi;
- Ridurre il senso di colpa, parte integrante della vulnerabilità attuale di Caterina, lavorando sulla compassione del sé, sul perdono di sé per aver fatto delle scelte sbagliate nei confronti di sé stessa e del figlio e per essersi sempre incastrata in relazioni maltrattanti;
- Ridurre il senso di colpa imparando a riconoscersi il diritto alla soddisfazione dei propri desideri e la legittimità dei propri bisogni.
- Prevenire la ricaduta in altre relazioni violente mediante educazione e discussione critica sui segnali precoci di una relazione tossica mediante psicoeducazione e discussione critica (Pugliese, 2019).

Intervento

All'inizio del suo percorso di sostegno psicologico, Caterina si è mostrata poco motivata a mettersi in discussione e fermamente convinta che lasciare l'ex compagno, con il quale aveva vissuto 17 anni di maltrattamenti, fosse stata la soluzione definitiva a tutti i suoi problemi. Completamente focalizzata sugli aspetti positivi della sua nuova relazione, che andavano a sopperire a tutte le mancanze di quella precedente, Caterina si sentiva "sicura e realizzata", convinta di riuscire finalmente a vivere un rapporto di coppia sano ed appagante.

Quando i primi comportamenti abusanti del compagno attuale si sono presentati, Caterina ha manifestato un'importante difficoltà nell'accettare che anche quell'uomo si relazionava con lei secondo le consuete dinamiche della violenza psicologica, sebbene in modo diverso dal compagno precedente. Il conflitto intrapsichico in questa prima fase era infatti assente.

Per molto tempo, ogni qual volta il compagno esplodeva in aggressioni verbali e/o psicologiche, generando in Caterina rabbia e delusione, ella si mostrava aperta e disponibile alla discussione degli

elementi effettivamente problematici e per lei fonte di potenziale pericolo, unitamente a tutte le possibili conseguenze e implicazioni sul piano dell'affidamento del figlio e della fiducia nei suoi confronti da parte di Servizio Sociale ed Equipe multidisciplinare abuso e maltrattamento coinvolti per il figlio minore. Puntualmente avviavamo insieme il lavoro di riflessione sui costi e sui benefici effettivi della relazione attuale ma, dinanzi ai comportamenti compensatori del compagno, tipici della fase della luna di miele del ciclo della violenza, Caterina si assentava per diverse settimane, a volte avvisando di non riuscire a recarsi al Centro per imprevisti e altre volte dimenticando completamente l'appuntamento. In questa fase si può dunque osservare un conflitto a corrente alternata (conflitto semplice).

Questo percorso altalenante è andato avanti per diverso tempo fino a quando, dinanzi alla cristallizzazione dei comportamenti abusanti del compagno, Caterina si è dimostrata maggiormente motivata nel proprio percorso, presenziando con più regolarità ai colloqui. A questo punto, e in linea con la fase di conflitto akrasico, evidenziava al contempo la consapevolezza di costi importanti che stava pagando rimanendo nella relazione e la presenza di una parte di lei che insisteva e riteneva ancora irrinunciabile la relazione stessa.

Nello stesso periodo, sono entrata a far parte del project di ricerca sulla dipendenza affettiva patologica e la violenza di genere della dottoressa Pugliese e lo studio di tale problematica mi ha portata ad individuare in Caterina tutte le caratteristiche della DAP.

Condiviso con lei il mio lavoro all'interno di questo progetto, Caterina si è detta disponibile a permettermi di portare il suo caso e la sua storia come esempio di questa particolare problematica.

Negli ultimi sei mesi abbiamo dunque iniziato a lavorare dapprima sull'assunzione di consapevolezza circa la dipendenza affettiva patologica, come essa funziona e quali aspetti la caratterizzano. Mediante la psicoeducazione, la costruzione e condivisione degli ABC e del modello cognitivo delle DAP, Caterina ha acquisito una maggiore consapevolezza sul proprio funzionamento e sull'incastro nel circolo vizioso. Questa maggiore consapevolezza ha consentito di fatto a Caterina di non farsi travolgere completamente dalle varie fasi del ciclo che si susseguivano, riducendo sempre di più il mantenimento della patologia generata dalle aspettative che i comportamenti apparentemente moderati, rispettosi e comprensivi che il compagno esperiva a seguito di esplosioni violente più emblematiche, potessero protrarsi nel lungo periodo – *«mi rendo conto che, a differenza di qualche mese fa, ora non mi illudo più che il suo comportamento migliorerà e quando cambia atteggiamento non riesco comunque più ad allontanare completamente dalla mia testa il pensiero di volerlo fuori da casa mia»*.

Ciononostante Caterina continuava ad essere passiva nella gestione delle problematiche della relazione di convivenza. Quando il compagno si mostrava particolarmente insofferente e intollerante, Caterina non riusciva a prendere una posizione netta e ad esortare l'uomo a lasciare la sua abitazione, piuttosto si esprimeva in questi termini – *«gli ho detto che se non riesce ad accettare come gestisco l'educazione di mio figlio e se questo clima che c'è in casa non lo fa stare bene, che può anche tornarsene a casa sua. Se non mi vuole più, me lo può dire. Io gliel'ho detto che può essere sincero da questo punto di vista»*.

Analizzando più a fondo quanto riferito da Caterina, è emerso come con queste modalità lei volesse cercare di indurre il compagno a lasciare autonomamente la sua casa per ritornare a vivere separatamente. Caterina infatti affermava che una parte di lei sperava che Emanuele se ne andasse di sua iniziativa e quando le ho chiesto che cosa le impediva di prendere lei quella decisione, ascoltando ciò che era un suo bisogno, ossia recuperare la serenità della sua casa, Caterina rispondeva che non riusciva a pensarsi come l'artefice di quell'allontanamento. Veniva puntualmente colta dalla paura di sbagliarsi, di essere lei ad avere torto e quindi di perdere completamente il compagno proponendogli una cosa simile, causando non solo la fine della convivenza ma della relazione stessa. Non era dunque la paura di una reazione più violenta da parte dell'uomo a veicolare il suo comportamento, piuttosto la paura dell'abbandono e di venire sopraffatta dai sensi di colpa. In questo senso Serra e Pugliese (2019) si sono chieste cosa determinasse la reazione di evitamento di *trigger* traumatici nelle donne vittime di violenza domestica che presentavano disturbo post-traumatico da stress (DPTS) e, nello specifico, se queste donne riducevano sempre di più la soglia del dolore percepita, continuando a subire nel tempo maltrattamenti reiterati. A tal proposito hanno dunque fatto riferimento agli studi della ricercatrice Irina Strigo e collaboratori dell'Università di San Francisco rispetto all'ipotesi che nelle donne vittime di violenze con DPTS, si attivi un sistema endogeno di modulazione del dolore che abbassa la percezione soggettiva del dolore stesso, determinando la reazione di evitamento di *trigger* traumatici. Da questi studi infatti è emerso che l'evitamento emotivo potrebbe essere una delle strategie utilizzate dalle donne vittime di violenza per gestire l'esperienza traumatica. A livello cognitivo vi è dunque una riduzione del dolore percepito e a livello neurale si evidenzia un abbassamento dell'attività dell'insula anteriore di destra (RAI), con dirette conseguenze sulla consapevolezza emotiva (Strigo et. al., 2010).

Questi episodi si sono ripetuti molte volte nel corso degli ultimi mesi e ogni volta, mediante la ristrutturazione cognitiva, ho lavorato con Caterina sulla discussione di tali credenze, che concorrevano ad incastrarla ulteriormente nel circolo vizioso, unitamente alla costante analisi dei

costi e dei benefici della relazione, confrontati con costi e benefici della separazione. In questo modo ho cercato di favorire in Caterina una maggiore sicurezza rispetto al bisogno di porre fine alla relazione per recuperare la propria serenità e quella del figlio, ponendola al centro delle sue scelte motivate da elementi concreti ed obiettivi, e per un obiettivo ancora più ampio di rottura del ciclo intergenerazionale di esperienze infantili e adolescenziali avverse, per favorire la costruzione di una relazione più stabile e un ambiente domestico più sicuro, alla luce dei danni che le violenze subite e/o assistite provocano nei minori, con effetti diretti sullo sviluppo fisico, cognitivo e comportamentale a breve e a lungo termine (Colafrancesco & Pugliese, 2019). Le autrici hanno fatto a tal proposito riferimento ad uno studio condotto da Melissa Merrick e collaboratori che ha evidenziato come le ferite subite all'interno del nucleo familiare non si rimarginano, con conseguenze che si ripercuotono sia sul piano sanitario, sia sociale che economico. Tipiche conseguenze sono la possibile insorgenza di malattie coronariche, ictus, asma, broncopneumopatia cronica ostruttiva, cancro, malattie renali, diabete, depressione, sovrappeso, obesità, fumo, abuso di alcol, dispersione scolastica e disoccupazione (Merrick et. al., 2019).

Circa due mesi fa Caterina ha riportato in colloquio un episodio in particolare vissuto con il figlio il quale, dopo le ennesime offese e umiliazioni da parte del compagno della madre, aveva ricordato a quest'ultima il motivo per cui aveva deciso di lasciare suo padre, ossia porre fine ai maltrattamenti e non farlo più assistere a quelle modalità sbagliate di porsi con lei. Il figlio le aveva fatto notare che ora lo metteva nella condizione di subire le stesse cose, se non peggiori, da un estraneo – *«mi ha detto che se proprio deve assistere a questi comportamenti che preferisce provengano dal padre piuttosto che da un estraneo e che almeno suo padre non trattava male anche lui. Sono stata malissimo dopo. Mi sono vergognata da morire perché mio figlio di 12 anni ragionava meglio di me. L'ho rimproverato perché non deve essere lui a farmi da genitore. Io non mi posso vergognare così»*. Abbiamo dunque lavorato sulla adeguata gestione dell'emozione della vergogna, da prenderla come spunto per riflettere sulla situazione e sulle parole del figlio, essendo sempre stato per lei uno stimolo ad allontanarsi dalla relazione d'abuso.

Al colloquio successivo Caterina si è presentata visibilmente scossa e turbata, esplodendo più volte in un pianto disperato e incontenibile. Una volta riuscita a calmarsi, Caterina ha raccontato di aver mandato via di casa il compagno, riferendo di averlo fatto per non rischiare che quest'ultimo rovinasse il compleanno del figlio.

Più volte Caterina riportava il senso di colpa e la paura di essere abbandonata definitivamente dal compagno, per poi placare la sua ansia ricostruendo gli episodi riportati tramite l'ABC, rinforzando il senso di autoefficacia conseguente alla scelta fatta per il proprio bene e per quello del figlio,

proseguendo con la ristrutturazione cognitiva e chiedendole infine di provare a stare nell'ansia e nella sofferenza provocate dall'allontanamento dell'uomo, riportando durante la settimana su un foglio tutti i pensieri e le emozioni collegate alla situazione vissuta. Ho dunque continuato a far lavorare Caterina sull'analisi dei costi e dei benefici della nuova situazione vissuta in casa, al fine di aiutarla a mantenere il distacco dal compagno. La stessa, nei colloqui successivi, riportava l'effettivo benessere percepito nel vedersi in casa senza le costanti prevaricazioni ed attacchi verbali del compagno, riuscendo di fatto a svolgere anche le piccole attività della vita quotidiana in modo più efficiente ed efficace, beneficiando inoltre della maggiore serenità percepita nel figlio. D'altra parte era ancora pregnante la paura abbandonica, giacché nonostante la cessazione della convivenza la relazione è di fatto ancora in piedi, e che portava Caterina a ricadere nella tendenza ad assumere col compagno un comportamento oblativo.

Durante il nostro ultimo incontro ho notato come Caterina abbia mostrato maggiori capacità di riflessione sulle determinanti cognitivo-comportamentali del suo funzionamento, riuscendo autonomamente a riconoscere e a riflettere sui propri stati mentali, e quindi sulle parti del sé in conflitto, aspetto inizialmente assente. In particolare, raccontando di una sera in cui il compagno si era fermato a cena da lei, alla fine della serata Caterina ha chiesto ad Emanuele di rimanere ancora un po' con lei, chiedendogli per quale motivo voleva andare via così presto. Subito dopo aver espresso tale bisogno di vicinanza al compagno, Caterina si è domandata per quale motivo gli stava facendo una simile richiesta se in realtà non aveva un vero desiderio di trascorrere altro tempo con lui – *«ero stata benissimo da sola e mi sono chiesta subito dopo: ma perché gli stai chiedendo di rimanere ancora se non lo sopporti?»*.

Attualmente il lavoro con Caterina è ancora focalizzato sul mantenimento del distanziamento dal compagno, lavorando sul pensiero della separazione per ridurre l'angoscia abbandonica e per aiutarla a gestire e tollerare la frustrazione dell'allontanamento determinato dalle sue scelte.

Bibliografia

Baldry, A. C. (2016), *Dai maltrattamenti all'omicidio. La valutazione del rischio di recidiva e dell'uxoricidio*. FrancoAngeli, Milano.

Caselli, G., & Spada, M. M. (2010). Metacognition in Desire Thinking: A Preliminary Investigation. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 38, 629-637.

Colafrancesco, C., & Pugliese, E. (2019), Se i bambini assistono alla violenza, <https://www.cognitivismo.com/2019/12/31/se-i-bambini-assistono-alla-violenza/>.

Festinger, L., (1957), *A Theory of Cognitive Dissonance*. California, Stanford University Press (tr. it. *Teoria della dissonanza cognitiva*, Milano, Angeli, 1973).

Frederick, S., Loewenstein, G., & O'donoghue, T. (2002), Time Discounting and Time Preference: A Critical Review. *Journal of Economic Literature*, 40(2), 351-401. doi: 10.1257/jel.40.2.351.

Mancini, F., & Giacomantonio, M. (2018). I conflitti intrapsichici. *QUADERNI DI PSICOTERAPIA COGNITIVA*, (42), 41-64. doi: 10.3280/qpc2018-042004.

Merrick, M. T., Ford, D. C., Ports, K. A., Guinn, A. S., Chen, J., Klevens, J., Metzler, M., Jones, C. M., Simon, T. R., Daniel, V. M., Ottley, P., Mercy, J. A., (2019). Estimated Proportion of Adult Health Problems Attributable to Adverse Childhood Experiences and Implications for Prevention – 25 States, 2015-2017. In *Morbidity and Mortality Weekly Report*.

Pugliese, E. (2019), I 5 segnali di un amore tossico, <https://www.cognitivismo.com/2019/10/23/i-5-segnali-di-un-amore-tossico/>.

Pugliese, E., Saliari, A. M. & Mancini, F. (2019), Un modello cognitivo delle dipendenze affettive patologiche. *Psicobiattivo*, 1/2019, 43-58, doi: 10.3280/PSOB2019-001005.

Serra, C., & Pugliese, E., (2019), Se la violenza non fa male, ti uccide, <https://www.cognitivismo.com/2019/11/23/se-la-violenza-non-fa-male-ti-uccide/>.

Strigo, I. A., Simmons, A. N., Matthews, S. C., Grimes, E. M., Allard, C. B., Reinhardt, L. E., Paulus, M. P., Stein, M. B., 2010. Neural correlates of altered pain response in women with posttraumatic stress disorder from intimate partner violence. *Biol. Psychiatry* 68, 442-450. doi: 10.1016/j.biopsych.2010.03.034.

Walker, L. E. (1979), *The battered women*, New York, Harper and Row.

Michela Garzia, Psicologa, Psicoterapeuta, Associazione di Psicoterapia Cognitiva (SPC) di Lecce
E-mail: michelagarzia87@gmail.com

Erica Pugliese, Psicologa, Psicoterapeuta, Scuola di Psicoterapia Cognitiva SPC di Roma, Associazione "Millemè" Violenza di genere e Dipendenze Affettive,
E-mail: erica.pugliese@gmail.com
Angelo Saliari, Psicologo, Psicoterapeuta, Scuola di Psicoterapia Cognitiva SPC di Roma
E-mail: saliari@apc.it

Anita Parena, Psicologa, Psicoterapeuta, Associazione di Psicologia Cognitiva APC di Roma, Istituto di Psicopatologia, Roma, E-mail: parena@apc.it

Per comunicare con la rivista o con gli autori potete scrivere alla mail personale, se fornita, o a quella della rivista: psicoterapeutiinformazione@apc.it

Psicoterapeuti in-formazione è una rivista delle scuole di formazione APC (Associazione di Psicologia Cognitiva) e SPC (Scuola di Psicoterapia Cognitiva). Sede: viale Castro Pretorio 116, Roma, tel. 06 44704193 pubblicata su www.psicoterapeutiinformazione.it