

Comprendere la colpa, approfondire la vergogna

di

Bernadette O'Sullivan

VICO Consultation Centre and Clanwilliam Institute Dublin

Traduzione a cura di

Claudia Ghitti, Lucia Andreatta, Laura Pomicino

Abstract: George Kelly ha dedicato molta attenzione alla colpa intesa come costrutto psicologico di transizione, identificandola come un'esperienza emotiva centrale per la costruzione del Sé. In questo articolo si vuole sottolineare come, ad una lettura più attenta dei suoi scritti, si osservi una somiglianza significativa tra il costrutto di colpa kelliano e la vergogna comunemente intesa. Nel testo verranno analizzate le implicazioni del lavorare con il costrutto di colpa kelliano, in particolare alla luce delle ricerche psicologiche e bio-psicosociali più recenti. Esplorare questo costrutto, inoltre, farà emergere l'importante interrogativo connesso alla relazione esistente tra costrutti nucleari e costrutti nucleari di ruolo. Infine, verrà evidenziato come l'attenzione di Kelly all'"altro che c'è in noi" (ontologia relazionale) risulti essere uno dei contributi di maggior valore della teoria, comprensibile in particolare alla luce della definizione kelliana di colpa.

Parole chiave: colpa, vergogna, costrutti nucleari, costrutti nucleari di ruolo, dominio socio-relazionale.

Embracing guilt, excavating shame

Abstract: George Kelly gave much attention to guilt as a psychological construct of transition and as an important emotional experience centrally involved in the construction of the self. It is argued here that when his writings are read in detail the construct of guilt is seen to bear a remarkable similarity to shame as usually understood. The consequences of working with Kelly's particular construction of guilt are considered and particularly in the light of more recent psychological and bio psychosocial research. Exploring guilt also raises the interesting question of the relationship between core and core role constructs. Finally, it is argued that Kelly's attention to the "other in the self" (relational ontology) is a most valuable contribution and one which his understanding of guilt illustrates, above all else.

Key words: guilt, shame, core constructs, core-role constructs, socio-relational domain.

Una Ricerca

Il proverbio irlandese *Doras feasa fiafraighe* (porsi domande è la chiave della conoscenza) ricorda quanto centrale sia esplorare la realtà. Interrogarsi e continuare ad approfondire le proprie conoscenze sono azioni che possiedono il potenziale per il movimento e il cambiamento. L'obiettivo scrivendo questo testo è descrivere la mia esplorazione degli scritti di Kelly sulla colpa, un costrutto che mi ha aiutata a comprendere alcune modalità di risposta a determinate esperienze, soprattutto in un'area dove teoria e pratica della Psicologia dei Costrutti Personali (PCP)⁴ non sono molto diffuse. Il desiderio di rielaborare le idee di Kelly riguardo alla colpa è nato lavorando con i membri di una minoranza etnica irlandese, la *comunità dei Travellers*⁵. Da questo lavoro non è emersa la colpa come comunemente intesa, nel senso ad esempio di responsabilità morale. Al contrario, da quanto emerge dalla ricerca, dalla terapia e dalle narrazioni *sulla vita* con i membri della comunità irlandese dei *Travellers*, la vergogna viene spesso indicata come un'esperienza vissuta (McDonagh, 2012; Hayes, 2006; OSullivan, 2002; Irish Government Report, 1995; Okely, 1994). I *Travellers* mostrano una profonda acutezza nel descrivere la propria percezione di essere malvisti dal gruppo di maggioranza irlandese e, molto spesso, sentono di essere percepiti come ospiti indesiderati, nonostante siano essi stessi irlandesi (MacGreil, 2011; Helleiner, 2000). Il senso di vergogna provato dai *Travellers* viene rinforzato quando i *media* parlano di loro sottolineandone la diversità e riportando solo azioni *sbagliate* (risse, criminalità, abuso di alcol, violenza domestica) in un modo che sembra assumere che tutti gli appartenenti a quella comunità possano essere così descritti. Rosaleen McDonagh, un'attivista dei *Travellers* scrive: "è difficile scrollarsi di dosso una vergogna collettiva imposta dall'esterno" (2013).

Dato che la Teoria dei Costrutti Personali (PCT)⁶ ha sempre rappresentato per me una valida risorsa, mi è venuto naturale farvi ricorso per tentare di capire meglio la vergogna. Kelly non si riferisce molto alla vergogna nei suoi scritti e, come costrutto, è per la maggior parte assente nella letteratura PCP così come negli scritti e nella pratica di pensatori PCP più recenti, fatta eccezione per la McCoy (1977). Tuttavia ho trovato molta risonanza tra la colpa, per come viene descritta in PCT, e il modo in cui l'esperienza della vergogna viene descritta dai *Travellers*. Quando ho condiviso i miei interrogativi con un collega psicoterapeuta, appartenente alla suddetta comunità ma poco esperto di PCP, ho ritrovato una reazione familiare, simile a quella che Button (1996) descrive come "uno sguardo perplesso che si perde nel linguaggio della Teoria dei Costrutti Personali" - "persino all'interno della comunità degli psicologi" (p. 142). Mi sono anche resa conto che l'uso della parola *colpa* può portare con sé un tono accusatorio, suggerendo che la responsabilità per la propria vergogna sia da attribuire a chi la prova, come ad esempio per il senso di vergogna provato dai *Travellers* rispetto al gruppo di maggioranza (gli stanziali). Ero preoccupata che se non avessi rivisto l'uso che secondo me Kelly faceva del costrutto di colpa, e se non avessi chiarito come io intendevo usarlo, avrei potuto suggerire, sebbene non intenzionalmente, una comprensione della colpa in termini morali, complicando ulteriormente l'asimmetria di potere in gioco durante i colloqui (Foucault, 1980). Per una donna che dice: "di solito mi vergogno quando incontro le persone stanziali", come un mio intervento potrebbe essere di supporto? In che modo potrei essere di sostegno a una donna che, allo stesso tempo triste e arrabbiata, mi racconta della necessità di vestirsi diversamente da come vorrebbe per "integrarsi, per non doversi sempre scusare", ma aggiungendo anche: "quando incontro una donna stanziale mi vergogno - lo so, lo sento, ci guardano sempre dall'alto in basso" (O'Sullivan, 2002, p. 49)? Inoltre stavo iniziando a entrare in contatto con un nuovo filone di ricerca psicologica sulla colpa e la vergogna, due tra le emozioni autocoscienti.

Tangney (2003) definisce le emozioni autocoscienti come quelle emozioni "evocate dall'autoriflessione e dall'autovalutazione" e come tali "emozioni fondamentali per l'autoregolazione" (p. 384). Secondo

⁴ Psicologia dei Costrutti Personali: traduzione dall'inglese di *Personal Construct Psychology*. D'ora in avanti nel testo si farà riferimento ad essa con l'acronimo PCP (N.d.T.).

⁵ *Travellers Community*: I *pavee* (in irlandese *an lucht siúil*, in inglese chiamati soprattutto *Irish Travellers* o *tinkers*) sono un popolo nomade di origine irlandese, che attualmente vive principalmente in Irlanda, in Gran Bretagna e negli Stati Uniti d'America. Sono conosciuti anche come *Irish Travellers* (viaggiatori irlandesi), *Minceir*, *Lucht siúil* (gente che cammina), *tinkers* (stagnai), *walking people* (gente che cammina). Essi chiamano le persone al di fuori della loro comunità *Buffers* o *Rooters* (N.d.T.).

⁶ Teoria dei Costrutti Personali: traduzione dall'inglese di *Personal Construct Theory*. D'ora in avanti nel testo si farà riferimento ad essa con l'acronimo PCT (N.d.T.).

Tangney in questa categoria sono incluse vergogna, colpa, imbarazzo e orgoglio. Mi sono chiesta come potessi trarre informazioni utili da questo lavoro e, allo stesso tempo, sviluppare la mia indagine in ottica PCP, approccio in cui mi ritrovo molto, sia personalmente sia professionalmente. Questi sono i quesiti da cui mi sono lasciata guidare durante la stesura di questo testo. Il mio intento è di sviluppare un processo creativo di indagine che possa portare a trascendere l'ovvio (come per esempio affermare che Kelly o la PCP abbiano poco da dire sulla vergogna). Lungo questo percorso ho tenuto a mente l'accento posto da Kelly sull'aspetto invitativo più che prescrittivo (se "A" - allora "B") dell'elaborazione così da non considerarne l'esito come *la verità assoluta*, ma solo come una delle possibili alternative percorribili.

Vergogna e Colpa in PCP

Nella tabella 1 ho evidenziato il modo in cui Kelly ha scelto di parlare di colpa e come questo si differenzi dalle definizioni più comuni. Nelle definizioni fornite dall'*Oxford English Dictionary* (OED), per quanto concerne la vergogna, viene posta l'enfasi sull'aspetto fortemente sociale di questa esperienza, mentre la colpa è definita come implicante un senso di responsabilità per qualcosa ritenuto moralmente sbagliato o riprovevole.

COLPA (Oxford English Dictionary)	COLPA (definizione di Kelly)	VERGOGNA (Oxford English Dictionary)
Colpevolezza (responsabile); biasimevole; il sentirsi colpevole Il fatto di aver commesso un'offesa esplicita o implicita.	"La colpa fa riferimento a una condizione del sistema di costrutti personali e non ad un giudizio sociale sulla colpevolezza morale di qualcuno" (1955b, p. 489). "La colpa è la consapevolezza del dislocamento del Sé dalle proprie strutture nucleari di ruolo" (1955c, p. 565). "La colpa dunque, nel sistema teorico dei costrutti personali, assume il significato di perdita di ruolo" (1969a, p. 179).	Imbarazzo, umiliazione, mortificazione, ignominia, il perdere la faccia, ritegno da timidezza. Uno stato di disonore, discredito o intenso rimorso.

Tab. 1. Definizione di Colpa e Vergogna

Per le intenzioni della sua prospettiva teorica e le relative implicazioni costruttiviste, Kelly (1955b) fornisce una definizione di colpa piuttosto particolare e specifica, che fa riferimento "a una condizione del sistema di costruzione di una persona" (p. 489). Tale condizione è descritta da Kelly come situata all'interno del dominio socio-relazionale, così che la colpa, in questa definizione, implica "la perdita di *status* all'interno delle costruzioni nucleari di ruolo" (*ibidem*, p. 503) e la colpevolezza (o senso di colpa) "può essere o meno coinvolta" (Kelly, 1969a, p. 179). Le costruzioni nucleari di ruolo sono descritte da Kelly (1955b) come "quelle cornici che permettono alla persona di predire e controllare le proprie interazioni fondamentali con altre persone e gruppi sociali" (p. 502). Esse costituiscono il ruolo nucleare di una persona, ma tale ruolo è impersonato "non tanto in base a quello che l'altro sembra approvare o disapprovare" quanto "a quello che la persona stessa crede che l'altro pensi". Quest'ultimo aspetto, come suggerisce Kelly, "rappresenta la nostra comprensione più profonda dell'essere sociali" (*ibidem*, p. 502). Di conseguenza la perdita di *status*

del proprio ruolo nucleare (che nei termini di Kelly viene definita come una consapevolezza di colpa) porta direttamente a ciò che è più comunemente descritto come vergogna.

Nonostante la vergogna venga menzionata molto raramente, è chiaro come Kelly, fin dall'inizio, effettui una precisa distinzione tra la colpa che ha delle implicazioni morali e la colpa come perdita dei costrutti nucleari di ruolo. Tuttavia in uno dei suoi articoli più personali, *Confusion and the Clock* (1978), Kelly racconta di provare vergogna e colpa. A seguito di un improvviso incidente cardiaco molto doloroso, scrisse: "mi sentivo scomodamente responsabile, ma allo stesso tempo contrario a fare tutte quelle cose che, secondo l'opinione degli altri, avrei dovuto evitare. Quindi non solo mi sono sentito imbarazzato, responsabile e stupido, ma anche incorreggibile" (p. 222). Io interpreto queste parole come il suo modo di dirci che aveva provato vergogna perché non riusciva ad essere la persona, marito o padre, che avrebbe voluto essere con i suoi familiari, o comunque quello che credeva la famiglia si aspettasse da lui. Ci sta tuttavia anche dicendo che non si è sentito in colpa, moralmente responsabile, per una trasgressione moralmente deprecabile. Ritengo che questo paragrafo dimostri come Kelly attui una distinzione tra colpa e vergogna, ma utilizzando il costrutto vergogna nella modalità in cui, in ottica PCP, ci aspetteremmo si parlasse di colpa. Infatti, più avanti, nello stesso capitolo, scrive: "l'aspetto dell'esperienza che più specificatamente andrebbe chiamato colpa - nell'accezione di perdita di ruolo, di incapacità di soddisfare le mie aspettative nei confronti dei miei cari - è stato il più difficile da sopportare" (ibidem, p. 232). Qui Kelly fa chiaramente riferimento alla definizione PCP di colpa.

Paul Gilbert (1998), ricercatore e psicologo clinico, assumendo una prospettiva bio-psicosociale nel trattare le emozioni auto-coscienti, ha passato in rassegna l'ampio spettro di ricerche e teorie disponibili sulla vergogna. Ha concluso che è complicato "fare chiarezza su che tipo di emozione sia la vergogna" perché ci sono "molte questioni ancora da risolvere, compresa la sua stessa definizione" (p. 29). Egli fa comunque notare che il provare vergogna ha a che fare con lo stare al mondo "in un modo che non corrisponde a quello desiderato" e vede ciò come "una reazione involontaria alla consapevolezza di perdita di status e al sentirsi svalutati" (ibidem, p. 30). Più recentemente, Gilbert (2007) ha proposto una visione della vergogna e delle sue relative implicazioni secondo un "modello di processo descrittivo" che cerca di delineare una visione bio-psicosociale del bisogno umano degli altri (che si prendano cura di noi), presente fin dai primissimi momenti di vita, poiché siamo esseri "squisitamente sociali fin dai primi giorni della nostra vita" (ibidem, p. 303). Questo modello suggerisce che chi si prende cura di noi influenza la nostra sopravvivenza e quindi "chi diventeremo" (ibidem, p. 300). Ciò porta a una comprensione in termini evolutivi della vergogna come un crescente adattamento a ciò che può essere una valorizzazione o una svalutazione per una persona in ogni particolare cultura, società o famiglia. Tutto questo suggerisce perciò come la vergogna sia un'importante e positiva esperienza *correttiva* sia in ambito sociale sia relazionale, che garantisce la possibilità, per ognuno, di sentirsi conforme a, accettato dal gruppo, dalla comunità, dalle persone, dalla famiglia, dai diversi ambiti di riferimento ecc. che sono centrali per la sopravvivenza dell'individuo. Ne consegue anche che provare vergogna può agire come una potente forza negativa che minaccia pesantemente l'esistenza e la sopravvivenza della persona in quanto membro di una famiglia, gruppo o comunità; se poi è un intero gruppo a provare vergogna, ad essere minacciata è l'esistenza della comunità stessa. Nel vasto panorama degli scritti di Kelly riguardo alla colpa, e in particolare quando fa riferimento ad essa come al dislocamento del Sé dalla struttura nucleare di ruolo, ritrovo molte somiglianze con la vergogna così come descritta da Gilbert.

Ma all'interno di un contesto PCT non si può proseguire la discussione su vergogna e colpa, o più in generale su emozioni e Teoria dei Costrutti Personali, senza citare il lavoro della McCoy (1977), uno scritto su cui sono tornata più volte. Benché sia un utile catalizzatore per imparare ad apprezzare il modo in cui Kelly ci invita a considerare le emozioni in ottica PCP e costruttivista (Chiari e Nuzzo, 2010), l'ho tuttavia trovato insoddisfacente. Kelly (1969b) suggerisce che discriminare (costruire) non sia soltanto un'attività cognitiva o verbalizzabile, ma che "possa prendere forma anche a un livello cosiddetto fisiologico o emozionale" (p. 219). Chiari (2013) sottolinea che "l'abbandono della distinzione tra cognizione ed emozione in PCT è ciò che rende la PCT una teoria genuinamente costruttivista" (p. 258). Quest'ultimo critica fortemente i tentativi fatti fino ad ora di elaborare una prospettiva PCP sulle emozioni e sposta l'attenzione sull'assoluta importanza di tenere in considerazione la posizione epistemologica e filosofica esplicitamente dichiarata di Kelly: l'alternativismo costruttivo. McCoy (1977) è in linea con questo punto di

vista quando concentra l'attenzione sulla definizione kelliana di colpa che enfatizza "l'importanza della costruzione sociale" e considera il mantenimento dei processi di base di una persona "non soltanto come una questione individualistica" (p. 112). Non commenta, invece, il fatto che Kelly, con la sua definizione di colpa, stia facendo riferimento al sistema di costruzione di una persona e non alla colpa morale così come comunemente intesa. Spostandosi sull'esperienza di vergogna, McCoy fornisce una definizione che ritiene coerente con un approccio PCP. La vergogna, suggerisce, è "la consapevolezza del dislocamento del sé dalle costruzioni altrui del proprio ruolo" (*ibidem*, p. 121), e sostiene che ciò differisca dalla definizione di colpa kelliana poiché "il *locus* è esterno piuttosto che interno". Aggiunge che "entrambi, comunque, coinvolgono un *assessment* fenomenologico del Sé in un ruolo" (*ibidem*, p. 113). Si possono trovare tali definizioni nella seguente tabella (Tab.2).

Definizione di COLPA (Kelly 1955b/McCoy 1977)	Definizione di VERGOGNA (McCoy 1977)
Consapevolezza del dislocamento del Sé dalle proprie strutture nucleari di ruolo (senso di perdita di ruolo nucleare).	Consapevolezza del dislocamento del Sé dalla costruzione del proprio ruolo da parte dell'altro.

Tab. 2: Definizioni PCP di Colpa e Vergogna

È stato per me scomodo lavorare con l'approccio della McCoy e, in particolare, con la distinzione effettuata tra colpa e vergogna. In primo luogo, mi sembra che la definizione di vergogna della McCoy, che si focalizza sulla costruzione altrui del proprio ruolo, non sia sufficientemente differente dal costrutto di colpa così come definito da Kelly. McCoy parla di ruolo piuttosto che di ruolo nucleare, ma non è chiaro quanta enfasi attribuisca esattamente a questa distinzione. Ci offre la sua comprensione in merito a una descrizione PCT di vergogna, ma riguardo all'accento posto sulla consapevolezza di un cambiamento nella costruzione che gli altri hanno o potrebbero avere di noi, mi sembra che si ritorni alla definizione di colpa di Kelly. In secondo luogo, non posso essere d'accordo con la McCoy dal momento che ritengo il costrutto che lei propone, *locus interno vs locus esterno*, come incoerente con la posizione costruttivista insita nella PCP, la quale riconosce ogni processo costruttivo, modalità di discriminazione e creazione di significato, come interamente creato da colui che costruisce (Kelly, 1955b, p. 8). Di conseguenza, sebbene la McCoy offra una distinzione tra colpa kelliana e vergogna, trovo che non sia una distinzione soddisfacente.

Ma, continuando a costruire una comprensione della colpa kelliana (comparando come Kelly la definisce nella PCP e la colpa come senso morale di colpevolezza) e a questo fine rileggendo il capitolo di Kelly *Sin and Psychotherapy* (1969a) parecchie volte, mi sono chiesta cosa volesse suggerirci Kelly a questo proposito dicendo:

Lo strumento della scomunica, che sia esso utilizzato dalla Chiesa, da un partito politico, da una comunità di donne, da una famiglia o da uno psicoterapeuta che in modo inopportuno attivi un *transfert* di dipendenza, è lo strumento più potente che sia mai stato inventato per creare conformismo e mettere a tacere le domande personali circa la distinzione tra bene e male (p. 185).

Secondo Kelly (*ibidem*), avvicinarsi a "la comprensione più profonda della natura del bene e del male" fa parte dell'iniziativa personale di ognuno, "di fatto l'impresa più importante della sua vita" (p. 186).

Così facendo, la persona non permette *ciecamente* a se stessa di ripetere errori che sono tali alla luce della "sua personale discriminazione tra bene e male", ma prende tali decisioni in base alla paura o consapevolezza di essere espulsi (scomunicati), di perdere il ruolo nucleare.

E dunque, per come lo intendo ora, mi sembra che Kelly, nel descrivere la colpa, stesse in effetti descrivendo la battaglia della società umana con le questioni morali, con il giusto e lo sbagliato, il buono e il cattivo.

Ma con lo scopo di collocare tali difficoltà in un contesto psicologico, piuttosto che meramente etico, morale o religioso, Kelly sposta l'attenzione sull'esperienza di colpa come incanalata nell'identità del

singolo, nella sua capacità di comprensione e nelle sue convinzioni di chi, cosa o come appare agli occhi dell'altro, nel come questo viene costruito, ovvero nella costruzione dei costrutti nucleari.

E quindi, come fa notare Kelly, la colpevolezza può essere o meno implicata in questo modo di vedere la colpa mentre lo è il modo in cui un individuo costruisce se stesso come compreso o bisognoso di essere compreso negli occhi dell'altro, altro che può assumere la forma, come lui stesso suggerisce, di un Dio, di una religione, di un gruppo, di un parente, della comunità...

In questo scritto, si ha la sensazione di leggere della vergogna e del suo potere, non tanto per la centralità dell'immagine del Giardino dell'Eden e di come la vergogna venga usata per invocare la paura o l'esperienza vera e propria dell'espulsione, della non appartenenza, quanto per la *disidentificazione sociale* e la *perdita di ruolo nucleare* di cui Kelly parla in maniera così eloquente. Ciò riporta di nuovo all'idea che la colpa, nella definizione kelliana, risulti essere più vicina al concetto di vergogna come comunemente intesa, e che la sua definizione qualche volta sussuma la colpa così come normalmente definita. Se comprendiamo il coinvolgimento dei costrutti nucleari di ruolo nella transizione di colpa come definita da Kelly, che è ciò che, secondo la mia ipotesi, solitamente chiamiamo vergogna, allora suggerirei che siano i costrutti nucleari, più che i costrutti nucleari di ruolo, ad essere maggiormente coinvolti nella colpa comunemente intesa.

Sono ben consapevole che il mio punto di vista e la mia comprensione in merito a colpa e vergogna in ottica PCP non siano necessariamente condivisibili da altri. Professionisti esperti appartenenti al mondo PCP hanno scritto in merito alla colpa e il contributo più recente è un libro scritto da Richard Butler (2009). In questi testi così ricchi e coinvolgenti, che danno particolare rilievo alla riflessività, così come alle sfide e all'aiuto che gli autori ritrovano nella PCP in tema di riflessività, essi parlano di colpa, e in certi casi fanno riferimento alla vergogna (Cummins, 2009; Burr, 2009; Green, 2009; Robbins, 2009; Pekkala, 2009). Tuttavia nessuno di questi autori si è trovato di fronte a un dilemma o alla necessità di esplorare la distinzione tra colpa e vergogna, né in termini comuni né come costrutti professionali di transizione (in PCP).

Tuttavia, parlando di colpa kelliana, Burr ha posto un interrogativo interessante (2009). L'autrice ci mostra, con grande chiarezza, degli esempi della sua esperienza personale di dislocamento dalla struttura nucleare di ruolo (colpa kelliana). Più volte ha sottolineato l'importanza delle azioni dell'altro, di come l'individuo costruisca le proprie azioni e reazioni, in modo da poter mantenere le particolarità dei propri costrutti di ruolo in ogni situazione senza provare imbarazzo o vergogna. Burr (*ibidem*) continua chiedendosi se "si può dire che sperimentiamo la colpa solo quando il nostro ruolo (moglie, genitore) porta con sé forti obblighi morali nella società in cui viviamo" (p. 217). L'autrice non fornisce una risposta a questo quesito, e io non sono certa se stesse facendo riferimento, nello specifico, alla colpa kelliana o alla colpa comunemente intesa. Ma non posso fare a meno di chiedermi se anche lei stesse avendo dei dubbi circa la distinzione tra colpa kelliana (in relazione a costrutti nucleari di ruolo) e valori morali e credenze (in relazione ai costrutti nucleari).

Ritrovandomi a condividere alcune esperienze culturali con Cummins (2009), sono rimasta colpita dall'apertura mentale con cui scrive dei cambiamenti, profondamente sentiti e spesso non facili, che lui stesso ha creato e di cui ha fatto esperienza nella sua relazione con la Chiesa e la fede religiosa della sua infanzia. Ha reso il posizionarsi in quell'esperienza, e il descrivere i suoi incontri e la sua esperienza con i pazienti, ancora più vividi grazie all'utilizzo del costrutto kelliano di colpa.

Tuttavia Cummins non descrive nessun dilemma particolare, nessuna apparente confusione nel parlare di colpa in relazione al peccato o al peccato originale (per come è inteso nella Chiesa Cattolica Romana) e allo stesso tempo di colpa kelliana. Probabilmente a questo punto è inevitabile che mi chieda se questo dilemma sia solo mio e se stia in realtà indulgendo in un'esplorazione vuota, troppo legata alle definizioni. C'è anche un'innegabile esperienza di malessere e di vergogna (es. la mia costruzione di *mancata appartenenza* agli occhi dei miei colleghi e amici PCP). Penso dunque che io stia incarnando, nella mia esperienza, il mio stesso quesito a proposito della colpa kelliana.

In queste ultime righe ho certamente descritto la colpa kelliana: consapevolezza del dislocamento del sé dalle strutture nucleari di ruolo. E devo aggiungere che non è presente un senso di colpa come quello riscontrabile nella *responsabilità morale* o nella *trasgressione peccaminosa*. Mi sarei sorpresa se l'avessi trovato. Se Kelly avesse definito la colpa come la consapevolezza del dislocamento del sé dalle strutture nucleari, mi sarei aspettata che questo implicasse, o perlomeno includesse, la colpa come viene comunemente intesa, poiché la trasgressione starebbe nell'agire contro le proprie posizioni morali. Ma Kelly ci ha indirizzato verso il tema dei costrutti di ruolo della nostra identità. Mi chiedo tuttavia: i costrutti nucleari sono di fatto mai liberi da esperienze nucleari di ruolo? Come potrebbero i costrutti nucleari diventare *nucleari* al di fuori del contesto socio-relazionale (nucleare di ruolo)? La mia ipotesi è che, posto che la nostra esistenza si costruisca nella realtà sociale e allo stesso tempo contribuisca a costruirla (Harré, 1998; Harré & Gillett, 1994; Kelly, 1955b; Vygotsky, 1962), i costrutti nucleari di ruolo non saranno sempre sinonimo di costrutti nucleari, ma questi ultimi sicuramente metteranno sempre in gioco costrutti nucleari di ruolo.

Puro divertimento o piano ingegnoso?

Nel darci definizioni PCP così specifiche, come quelle di colpa o ruolo, Kelly stava solo scherzando, accompagnandoci in una danza vivace, o aveva un progetto più serio? Lo fa soprattutto con i costrutti professionali delle transizioni come ansia, colpa, ostilità e osserva che "le più comuni definizioni di questi termini non sono da eliminare, solo perché nel nostro sistema diamo loro un significato più ristretto" (Kelly, 1955b, p. 489). Credo che Kelly intendesse che se vogliamo rimanere coerenti con gli assunti filosofici alla base della PCP, allora dobbiamo pensare alle definizioni date come uno dei tanti modi possibili in cui l'evento o l'esperienza può essere costruita. Tuttavia, Kelly (1969a) non considera "il sistema di costrutti personali come interamente privato, né tanto meno tale sistema è libero di rigenerarsi in modo avulso dalla realtà esterna" (p. 177). Eppure Kelly si permette di fornire termini di uso comune con dei significati particolari e, si potrebbe dire, idiosincratici. Perché lo fa?

Sono consapevole dell'apparente paradosso in cui ricado mettendo in discussione, da un lato, la definizione di colpa scelta da Kelly e assumendo, dall'altro, un approccio epistemologico costruttivista alla conoscenza. Tale approccio ci porta a vedere la conoscenza non come un processo che porta "a una determinata immagine vera del mondo, ma solo come un'ipotetica interpretazione" che può funzionare pur non essendo perfettamente combaciante, ma che può aprirci "la via per il particolare obiettivo che volevamo raggiungere" (Von Glasersfeld, 1984, p. 32). E quindi, scegliendo di definire certi costrutti professionali di transizione in un certo modo, Kelly resta coerente con la posizione costruttivista. Credo tuttavia che, per evitare di fare confusione, sia necessario chiarire ogni volta che tipo di definizione stiamo adottando per una determinata parola. Von Glasersfeld (1988) sostiene che da una prospettiva costruttivista "non ha più senso sostenere che i significati delle parole debbano essere condivisi tra persone che parlano una stessa lingua poiché essi derivano da entità esterne, prefissate. Al massimo, ci potrà essere una relazione di adattamento" (p. 89). Dato che il linguaggio e il processo di costruzione sono fluidi e in continua evoluzione, è inevitabile che ci ritroviamo costantemente impegnati, nelle nostre interazioni linguistiche, non solo ad agire in modo adeguato insieme, ma anche a cercare di capire come comprenderci a vicenda, come adattarci al meglio. Scegliere, come fa Kelly, di offrire definizioni alternative per dei concetti apparentemente familiari, potrebbe essere ritenuta un'idea interessante o, in alternativa, un'idea confusiva.

Bannister (1977) suggerisce che, poiché Kelly sembra "aver agito raramente senza attenta valutazione", questo particolare uso di specifici termini ("una curiosa strategia") è una sua scelta deliberata per fare in modo che "in ogni contesto ciò che Kelly riesce a porre al centro dell'attenzione è sempre il significato attribuito ad un evento dalla persona alla quale quel dato termine è riferito" (p. 28). Una prospettiva PCP su *vergogna e colpa*, nonché l'accettare la spiegazione di Bannister come hanno fatto anche altri (es. Chiari, 2013), potrebbe implicare le seguenti domande: la definizione kelliana di colpa concentra la nostra attenzione su di essa in contrasto con la concezione più comune? La sua strategia ci porta a una

comprensione dell'esperienza presa in esame *dal punto di vista della persona*? E infine, ci permette di fare questo più accuratamente di quanto avremmo fatto adottando una definizione maggiormente comune di colpa?

Come dimostra questo articolo, la strategia di Kelly canalizza la mia attenzione sul contrasto tra la sua definizione di colpa e la definizione comune. Si può dire che questo vivido esempio di alternativismo costruttivo in azione mi abbia risvegliato, portandomi a concentrarmi in dettaglio su cosa Kelly ci stesse dicendo con la sua particolare definizione di colpa. Questo mi ha spinto a rianalizzare con maggiore attenzione ciò di cui può fare esperienza chi descrive la vergogna e la colpa. Posso identificare tre temi rilevanti per la mia esplorazione della definizione kellyana di colpa. Essi sono:

- L'importanza della discriminazione tra vergogna e colpa.
- La rilevanza che Kelly dà al contesto socio-relazionale, fin dalla fanciullezza, per la formazione della propria identità e soggettività (costrutti del sé).
- La distinzione tra costrutti nucleari e costrutti nucleari di ruolo.

Riassumerò ora le mie osservazioni in relazione a questi tre temi.

L'importanza di mantenere una distinzione tra vergogna e colpa

Kelly distingue molto chiaramente le esperienze di colpa da quelle di vergogna. Più volte Kelly (1969a) ha chiarito che quando ha affrontato il tema della colpa (in termini PCP) non faceva riferimento alla colpevolezza dal punto di vista morale. Egli sostiene che si possa anche sperimentare la sensazione di "sentirsi colpevoli per il fatto di essere buoni" (p. 180). Sono abbastanza convinta che sia utile per me costruire Kelly come colui che sceglie attivamente di utilizzare una definizione alternativa di colpa per portarci a una comprensione psicologica di quanto profondamente ci si senta messi in discussione quando c'è un cambiamento nelle strutture nucleari di ruolo. Tale cambiamento non necessariamente è cattivo, pur essendo difficoltoso. Si abbandonano qui altri significati di colpa legati a dimensioni come cattivo o sbagliato, più attinenti a domini diversi da quello psicologico, come ad esempio la sfera filosofica o morale. E così, Kelly propone la sua definizione di colpa come una ricca esperienza psicologica, che emerge quando il significato di quello che una persona capisce di essere agli occhi e nei pensieri di "certe altre persone" (1955b, p. 503) è minacciato o modificato, una forma di disidentificazione sociale ed esilio, o di fatto di potenziale emancipazione (1955c, p.836). Dunque, come suggerisce Kelly, il senso di colpa non è necessariamente implicato in tale visione della colpa e ciò che invece assume importanza è il modo in cui la persona costruisce com'è o sente il bisogno di essere agli occhi dell'altro.

Recenti ricerche e riflessioni in ambito psicologico hanno evidenziato che operare una distinzione tra colpa e vergogna è molto utile (Roos, 2010; Tangney, Stuewig & Mashek, 2007; Tantam, 1998; Miller, 1996), pur riconoscendo l'esistenza di importanti differenze culturali non ancora ben comprese. Con il suo continuo ripetere che il senso di colpa non è necessariamente coinvolto nella propria definizione di colpa, Kelly riconosce che sia quantomeno utile, se non addirittura necessario, fare una distinzione tra esperienza di colpa (come perdita di ruoli nucleari) e colpa implicante colpa morale (costruzioni nucleari). Sembra tuttavia che, a meno che non si stia molto attenti, l'adozione del costrutto transizionale di colpa kelliana (e la sua definizione) possa portare ad un'apparente accettazione della fusione di colpa e vergogna. Una distinzione è importante poiché, come minimo, vergogna e colpa attengono a esperienze fenomenologiche diverse e, più importante, esse potrebbero implicare e sfidare costruzioni personali molto varie a differenti livelli di costruzione, cognitivi, emotivi e fisiologici. Tangney e colleghi (2007), in linea con Gilbert (2007), trovano dati a sostegno dell'ipotesi per cui il senso di vergogna è molto spesso esperito come più serio e personalmente difficoltoso rispetto alla colpa comunemente intesa. Altri studi (esaminati da Stuewig & Tangney, 2007) evidenziano anche come, in contesti psicoterapeutici, sia più impegnativo lavorare con esperienze di vergogna piuttosto che di colpa.

Tutto questo ben si adatta alla descrizione kelliana dell'implicazione dei costrutti nucleari di ruolo nella colpa PCT.

Dominio socio-relazionale e costrutto kelliano di colpa

La colpa in termini PCP è ciò che potremmo descrivere come un costrutto di transizione esplicitamente relazionale, nel senso che nasce da, o è conseguenza di, la comprensione del significato che una persona potrebbe dare, o vorrebbe dare, di se stessa agli occhi di altri significativi o in determinati contesti sociali. Così si evidenzia la centralità del contesto socio-relazionale nell'esperienza del sé e nel mantenimento dello stesso. Questa enfasi sull'aspetto socio-relazionale nella creazione del sé, che riprende il lavoro di George Mead, è certamente un movimento innovativo e stimolante nella psicologia degli anni '50. È una

visione delle persone "come autrici della propria storia, ma in un modo che riconosce la loro interdipendenza dal contesto sociale molto più chiaramente di quanto facciano gli psicologi a lui contemporanei" (Neimeyer & Baldwin, 2003, p. 248). È come se Kelly ci volesse riportare, nella sua discussione sulla colpa, a un principio fondamentale della PCP: non possiamo costruire noi stessi senza costruire anche la costruzione che gli altri hanno di noi. Come sostengono Stojnov e Procter (2012):

Kelly ha fatto degli *altri* un prerequisito della nostra stessa esistenza. Per essere una persona, dobbiamo essere costruiti come *persona* dagli altri; per costruire noi stessi, gli altri devono essere costruiti come persone (da altri o da noi). Ne consegue, quindi, che Kelly ha irrimediabilmente spostato la psicologia verso un'ontologia relazionale! (p. 12).

Sperimentare la colpa in termini kelliani significa sperimentare la perdita, o la minaccia di perdita, di ciò o di chi si pensava di essere fino a quel momento, attraverso il contesto relazionale e sociale. Infatti Kelly (1955c) sostiene che "è veramente difficile riuscire a vivere fronteggiando la colpa. Alcune persone nemmeno ci provano" (p. 909). La perdita di identificazione sociale, l'esilio sociale, può farci sentire a rischio di vita da una parte, ma dall'altra può permetterci di capire più profondamente "la centralità che i costrutti nucleari di ruolo giocano nel definire l'identità di una persona in relazione agli altri" (Neimeyer & Baldwin, 2003, p. 248).

Effettuare una distinzione tra costrutti nucleari e costrutti nucleari di ruolo

Quando parla di esperienza di colpa (in termini PCP) Kelly non si riferisce ai costrutti nucleari, ma ai costrutti nucleari di ruolo. Il termine *colpa* è dunque usato per evidenziare non tanto una sensazione di violazione dei costrutti nucleari quanto una sensazione di minaccia ai costrutti nucleari di ruolo. Questa è la profonda sensazione di perdita, o la minaccia di perdita, del sé relazionale poiché, dice Kelly (1955b), "noi siamo dipendenti per tutta la vita dalla comprensione di ciò che pensano altri significativi" (p. 503). Ciò richiama fortemente l'importanza data all'attaccamento nelle teorie sullo sviluppo psicologico e nel riconoscimento di quanto il cambiamento, ad ogni stadio evolutivo, possa essere accompagnato da un senso di perdita di ruoli nucleari, così come ha raccontato splendidamente Green (2009) durante le sue riflessioni anticipatorie sul pensionamento. La perdita di ruoli nucleari (e dunque la colpa kelliana) può essere sperimentata anche quando il cambiamento in atto va nella direzione di ciò che si desidera o si costruisce positivamente. Un'esperienza di grande scomodità, come quella di perdita e colpa, nonostante il desiderio di movimento verso un nuovo ruolo nucleare, è stata ben dimostrata da Dana Breen (1981) nel suo studio PCP sulle donne in gravidanza.

Da quanto ho compreso, quando Kelly (1955b) parla di costrutti nucleari (in opposizione a costrutti nucleari di ruolo) si riferisce a valori e credenze significativi, di centrale importanza per la persona, tanto da governare "i processi di mantenimento della persona, e cioè quei processi che mantengono l'identità e l'esistenza stessa della persona" (p. 482) e sono molto spesso validati da aspettative di gruppo o dall'uso "esattamente dello stesso sistema dimensionale" (*ibidem*, p. 176) utilizzato dagli altri significativi (es. genitori, gruppi culturali, ecc.). Ciò suggerisce che la costruzione dei costrutti nucleari può spesso coinvolgere costrutti nucleari di ruolo. Sono rimasta perplessa di fronte alla distinzione tra costrutti nucleari e costrutti nucleari di ruolo e mi sono chiesta se fosse utile indulgere in tale distinzione. Infine, pur riconoscendo la permeabilità di una definizione con l'altra, negli anni ho deciso che fosse una distinzione utile da mantenere sia in ambito terapeutico, che professionale e personale. Per utile qui intendo che delineare tale distinzione (una costruzione proposizionale) mi ha offerto una mappa di riferimento temporanea con la quale esplorare possibili modi di costruire, legati alla dimensione emotiva e non, che occupano la nostra vita quotidiana e i quesiti che ci poniamo. Come terapeuta, trovo che sia utile continuare a mantenere una distinzione tra costrutti nucleari e costrutti nucleari di ruolo, nonostante la complicata sovrapposizione degli uni con gli altri, poiché mi aiuta a capire meglio come posizionarmi all'interno dei colloqui terapeutici, dove le relazioni di ruolo (dentro e fuori la terapia) sono così centrali per l'intero processo (Leitner, 2006; Button, 1996). Ho ben presente tutte le volte che tale distinzione si è rivelata utile. Mi ricordo tutti i momenti in cui ho trovato utile effettuare una distinzione tra idee, credenze e valori da un lato e, dall'altro, *in relazione a chi* tali idee, credenze e valori erano importanti. Un altro

esempio sono state le lettere che ricevevo più o meno una volta l'anno da una mia ex paziente. Ho costruito questo gesto come il suo modo di tenermi all'interno del suo gruppo di riferimento per quel che riguarda i suoi costrutti nucleari di ruolo e in relazione a questioni per lei importanti (costrutti nucleari). Ho letto questo come un modo di includere me, sua compagna nella relazione terapeutica e durante i colloqui, nel suo gruppo di riferimento e in relazione alle questioni per lei più rilevanti.

Funzionano le strategie di Kelly? Funziona, ad esempio, prendere dei termini già noti e dotarli di un nuovo significato senza per questo negarne la consueta definizione? Come accade spesso con Kelly, la sua decostruzione e ricostruzione di significati è un'idea tanto divertente quanto ingegnosa.

Mi sono infatti lasciata guidare in questa danza ritrovandomi a rivalutare la PCT come "non solo la più antica ma anche la più sofisticata e rigorosa teoria costruttivista" (Chiari, 2013, p. 251) che ci chiede di essere costantemente consapevoli del fondamentale assunto filosofico dell'alternativismo costruttivo (Kelly, 1955b, p. 15). Questo mi ha portato verso una rivalutazione della teoria di Kelly mostrandomela come ancora più profondamente calata nelle relazioni e in grado di anticipare sviluppi futuri in psicologia di quanto non avessi mai riconosciuto prima.

Questa esplorazione mi ha spinto a concludere che la prospettiva assunta da Kelly sulla colpa emerge da, e permette di attingere a, uno dei maggiori lavori che sono stati realizzati fino ad oggi nella complessa area delle emozioni autocoscienti come la colpa e la vergogna. Nella riformulazione dei significati di colpa e vergogna, Kelly concentra l'attenzione sull'esperienza dal punto di vista dello sperimentatore piuttosto che da quello del commentatore. Inizialmente mi sembrava che Kelly confondesse le due esperienze di colpa e vergogna; ora direi che, da una prospettiva PCP, il costrutto kelliano di transizione di colpa si riferisce in realtà all'esperienza di vergogna per come solitamente descritta. Come discusso prima, ricerche psicologiche recenti hanno evidenziato come spesso sia più difficile per l'individuo sperimentare vergogna e, allo stesso tempo, come sia importante per i professionisti cercare di comprendere e intervenire adeguatamente. In linea con questo è l'enfasi posta da Kelly sulla profondità dell'esperienza nella perdita di ruoli nucleari o nella minaccia di tale perdita. Invece che confondere colpa e vergogna, credo ora che Kelly ci voglia invitare a riconoscere che colpevolezza morale, e colpa comunemente intesa, siano esperienze diverse e non è detto che coinvolgano la perdita di ruoli nucleari (colpa kelliana). Penso dunque che la differenza tra costrutti nucleari e costrutti nucleari di ruolo sia parte del processo di costruzione dei significati coinvolto nell'esperienza di colpa e vergogna.

Sviluppi Futuri

Tornando all'evento da cui sono partita, cioè la reazione negativa del mio collega nel sentire usare la parola colpa in relazione alla vergogna, mi porta a chiedermi: ha davvero importanza quale termine scegliamo di usare per definire qualcosa? La mia risposta ora, dopo aver intrapreso l'esplorazione fin qui descritta, è che sono divenuta più riluttante che mai ad abbandonare il punto di vista della PCP (e la definizione di colpa presente in questo approccio) come guida per eventuali ricerche nell'ambito della comunità e per riflessioni terapeutiche che potrei fare in relazione alla vergogna. Tuttavia, credo di aver capito che sia necessario stare attenti, monitorare il modo in cui utilizziamo il nostro linguaggio e cercare di muoversi abilmente attraverso diversi linguaggi all'interno di diverse comunità: professionali e non professionali, appartenenti a diversi approcci psicologici o teorici, di diversa cultura o etnia. Come scrisse James William James (1987): "tutte le nostre categorie mentali, senza eccezioni, si sono evolute in base alla loro utilità e devono la loro esistenza a circostanze storiche, esattamente come per nomi, verbi e aggettivi di cui il nostro linguaggio li riveste" (p. 551). La natura di *costrutto* delle nostre categorie mentali e la forza costitutiva del nostro linguaggio non vanno mai dimenticate. La porta del conoscere è infatti porsi domande (*Doras Feasa Fiafraighe*).

E dunque, benché l'esperienza di vergogna o di colpa, come descritta da Kelly, sia spesso profondamente dolorosa, Kelly sostiene che la "colpa sia un rischio in ogni processo sociale creativo nel quale l'uomo cerca di trascendere la cieca obbedienza" (1970, p. 27). Dunque è davvero una questione di cambiamento e

avventura. Non solo la colpa kelliana (vergogna) non deve essere evitata, ma anzi può giocare un ruolo positivo nella vita di una persona. Può non essere *tutto un male*. Concordo con Cummins quando scrive che “una delle cose che la PCP ha fatto per me è portarmi a rivalutare l'esperienza di colpa. Mi comunica che c'è una sorta di cambiamento in atto dentro di me” (2009, p. 182). La sfida per me, nel lavoro che svolgo, è quella di provare a rispondere alle esperienze descritte come vergogna, come qualcosa che potenzialmente ci porti verso eventi, relazioni ed incontri che coinvolgono il cambiamento e il movimento, ma sempre in relazione con gli altri e con il modo in cui noi costruiamo la costruzione che gli altri hanno di noi stessi. Mi auguro che apprendere a lavorare con la vergogna come *un'esperienza* di colpa (in termini PCP) possa aprire nuove opportunità per i membri della comunità dei *Travellers* con i quali potrei trovarmi a lavorare e in particolar modo che possa aiutarli nelle loro relazioni con la comunità maggioritaria (o forse meglio con la comunità degli Stanziali).

Non posso che concludere questo articolo rifacendomi a Raskin (2006) quando dice che affidarsi a citazioni è inappropriato per *onorare* Kelly da una prospettiva costruttivista: è come se qualcosa di ciò che Kelly ha detto potesse essere letto come un fatto piuttosto che in modo proposizionale. Inoltre, Raskin (*ibidem*) sostiene che è una missione destinata a fallire, semplicemente perché “si può interpretare Kelly in modo diverso in parti diverse del suo lavoro” (p. 51). Ancor di più, forse, affidarsi alle citazioni come se fossero *verità*, significa che l'autore che fa ricorso ad esse come strategia argomentativa utilizza una voce autorevole come argomento e, in questo modo, mette in ombra o quantomeno non è consapevole del proprio inevitabile ruolo nella creazione di significato di ciò che sta scrivendo. Credo tuttavia ci siano anche delle buone ragioni per usare citazioni, come oltretutto fa Raskin stesso nel suddetto articolo. Nel mio caso, le citazioni che ho utilizzato mi sono servite a mostrare come per me la PCP offra linee guida proposizionali e un modo per rimanere coerenti con la prospettiva costruttivista.

In conclusione spero di aver mostrato che *abbracciare* la colpa kelliana e *scavare* nella vergogna può rivelarsi un modo fertile di lavorare, sia quando quest'ultima è incorporata nel lavoro di Kelly sia quando viene affrontata più apertamente da altri teorici della psicologia. Solo così, con un'ampia comprensione, possiamo essere certi che le idee di Kelly verranno portate avanti per la loro utilità nel rendere possibili definizioni, estensioni di significato e aggressività costruttiva, mettendoci alla prova nel confronto con l'immediatezza delle esperienze dell'altro e aiutandoci talvolta, come avrebbe fatto Kelly (1977), a “trascendere l'ovvio” (p. 11).

Ringraziamenti

Sono particolarmente riconoscente ai miei colleghi e compagni di avventure, Sheila Greene, Vincent Kenny, Imelda McCarthy, Aine O'Reilly, Dusan Stojnov e Mia Van Doorslaer, per la loro resistenza alla mia teoria sulla vergogna, per i loro commenti puntuali, le conversazioni sfidanti, il grande incoraggiamento e la disponibilità dimostrata nel dedicare attenzione ai miei sforzi anche quando non erano sempre d'accordo con ciò che dicevo. Essi sono i migliori compagni dialogici possibili, e io sono interamente responsabile per le conclusioni qui presentate.

Come sempre, sono debitrice verso tutte le persone, provenienti da diverse comunità, con cui mi sono trovata a lavorare. Qualche volta ci si capisce alla perfezione e altre volte ci si perde tra ciò che è impossibile da dire, ciò che è spesso impronunciabile benché dicibile, e comunque insieme uniamo le forze e andiamo avanti, giorno dopo giorno.

Bibliografia

- Bannister, D. (1977). The Logic of Passion. In D. Bannister (Ed.), *New Perspectives in Personal Construct Theory* (pp. 21-37). London: Academic Press.
- Breen, D. (1981). *The Birth of a First Child*. London: Tavistock Institute.
- Burr, V. (2009). The teacher, the singer and the personal construct theorist: an unlikely but fruitful dialogue. In R. Butler (Ed.), *Reflections in Personal Construct Theory*. London: Wiley-Blackwell.
- Butler, R. (Ed. 2009). *Reflections in Personal Construct Theory*. London: Wiley-Blackwell.
- Button, E. (1996). Validation and Invalidation. In J. Scheer & A. Catina (Eds.), *Empirical Constructivism in Europe* (pp.142-148). Giessen: Psychosozial-Verlag.
- Chiari, G., & Nuzzo, M. L. (2010). *Constructivist Psychotherapy*. London: Routledge.
- Chiari, G. (2013). Emotion in Personal Construct Theory: A controversial question. *Journal of Constructivist Psychology*, 26:4, 249-261. doi:10.1080/10720537.2013.812853.
- Cummins, P. (2009). The guilty choice: reflections on dislodgement, extension and definition. In R. Butler (Ed.), *Reflections in Personal Construct Theory*. London: Wiley-Blackwell.
- Foucault, M. (1980). *Power/Knowledge*. Brighton: Harvester.
- Gilbert, P. (1998). What is Shame? Some core issues and controversies. In P. Gilbert & B. Andrews (Eds.), *SHAME: Interpersonal Behaviour, Psychopathology & Culture*. Oxford: University Press.
- Gilbert, P. (2007). The Evolution of Shame as a Marker for Relationship Security: a bio psychosocial approach. In J. Tracy, R. Robins & J. P. Tangney (Eds.), *The Self-Conscious Emotions* (pp. 283-309). New York: Guildford Press.
- Green, D. (2009). Mirror man. In R. Butler (Ed.), *Reflections in Personal Construct Theory*. London: Wiley-Blackwell.
- Harré, R. (1998). *The Singular Self*. London: Sage.
- Harré, R., & Gillett, G. (1994). *The Discursive Mind*. London: Sage.
- Hayes, M. (2006). *Irish Travellers: Representations & Realities*. Dublin: Liffey Press.
- Helleiner, J. (2000). *Irish Travellers: Racism & the Politics of Culture*. Toronto: University of Toronto Press.
- Irish Government Report (1995). *Commission on the Irish Travelling Community*. Dublin: Government Stationery Office.
- James, W. (1987). *Essays, Comments and Reviews*. Cambridge MA: Harvard UP.
- Kelly, G. A. (1955a). Ontological Acceleration. In B. Maher (Ed.), *Selected Papers of George Kelly* (pp. 7-45). New York: Wiley.
- Kelly, G. A. (1955b). *The Psychology of Personal Constructs: Vol.1. A theory of personality* (pp. 1-556). New York: Norton.

- Kelly, G. A. (1955c). *The Psychology of Personal Constructs: Vol.2. Clinical diagnosis and Psychotherapy* (pp. 559-1218). New York: Norton.
- Kelly, G. A. (1969a). Sin & Psychotherapy. In B. Maher (Ed.), *Selected Papers of George Kelly* (pp. 165-188). New York: Wiley.
- Kelly, G. A. (1969b). The Language of Hypothesis: Man's Psychological Instrument. In B. Maher (Ed.), *Selected Papers of George Kelly* (pp. 147-162). New York: Wiley.
- Kelly, G. A. (1969c). The Psychotherapeutic Relationship. In B. Maher (Ed.), *Selected Papers of George Kelly* (pp. 216-264). New York: Wiley.
- Kelly, G. A. (1970). A Brief Introduction to Personal Construct Theory. In D. Bannister (Ed.), *Perspectives in Personal Construct Theory* (pp. 1-29). London: Academic Press.
- Kelly, G. A. (1977). The Psychology of the Unknown. In D. Bannister (Ed.), *New Perspectives in Personal Construct Theory* (pp. 1-19). London: Academic Press.
- Kelly, G. A. (1978). Confusion and the Clock. In F. Fransella (Ed.), *Personal Construct Psychology 1977*. London: Academic Press.
- Leitner, L. (2006). Therapeutic Artistry: evoking experiential and relational truths. In P. Caputi, H. Foster & L. Viney (Eds.), *Personal Construct Psychology: New Ideas* (pp. 83-98). Chichester: Wiley & Sons.
- McCoy, M. (1977). A Reconstruction of Emotion. In D. Bannister, (Ed.), *New Perspectives in Personal Construct Theory* (pp.23-124). London: Academic Press.
- MacGreil, M. (2011). *Pluralism & Diversity in Ireland*. Dublin: Columbia Press.
- McDonagh, R. (2012, February). An Irishwoman's Diary. *Irish Times* 27th. Dublin.
- McDonagh, R. (2013, Gennaio). Travellers should resist collective shame for slavery. *Irish Times* 3rd. Dublin.
- Miller, S. (1996). *Shame in Context*. New Jersey: The Analytic Press.
- Neimeyer, R., & Baldwin, S. (2003). Personal Construct Psychotherapy and the Constructivist Horizon. In F. Fransella (Ed.), *International Handbook of Personal Construct Psychology* (pp. 247-255). London: Wiley.
- Okely, J. (1994). An Anthropological Perspective on Irish Travellers. In S. OSiochain et al. (Eds.), *Irish Travellers: Culture and Ethnicity*. Belfast: Queen's University Press.
- O'Sullivan, B. (2002). *Asking the Experts*. MSc CritPsych Dissertation submitted to Bolton Institute, UK.
- Pattison, S.(2000). *Shame: Theory, Therapy & Theology*. Cambridge University Press.
- Pekkala, D.(2009). The icing on the sausage: The emancipation of constructive alternativism. In R. Butler (Ed.), *Reflections in Personal Construct Theory*. London: Wiley-Blackwell.
- Raskin, J. (2006). Don't Cry For Me George A. Kelly: human involvement and the construing of personal construct psychology. *Personal Construct Theory & Practice*, III, 50-61.
- Robbins, S. (2009). Sauce for the gander. In R. Butler (Ed.), *Reflections in Personal Construct Theory*. London: Wiley-Blackwell.

- Roos, S. (2010). The long road to relevance: disability, chronic sorrow & shame. In J. Kauffman (Ed.), *The Shame of Death, Grief & Trauma*. London: Routledge.
- Stojnov, D., & Procter, H. (2010). Spying on the Self: Reflective Elaborations in Personal and Relational Construct Psychology. In M. Giliberto, F. Velicogna & C. Dell'Aversano (Eds.), *Papers from the XVIII International Congress on PCP*. Padua.
- Stuewig, J. & Tangney, J. (2007). Shame & Guilt in Antisocial & Risky Behaviours. In J. Tracy, R. Robins, & J. P. Tangney, (Eds.), *The Self-Conscious Emotions* (pp.21-27). New York: Guildford Press.
- Tangney, J. P., Stuewig, J. & Mashek, D. (2007). What's Moral About the Self-Conscious Emotions? In J. Tracy, R. Robins, & J. P. Tangney, (Eds.), *The Self-Conscious Emotions* (pp.21-27). New York: Guildford Press.
- Tangney, J. P. (2003). Self-Relevant Emotions. In M. R. Leary & J. P. Tangney (Eds.), *Self and Identity* (pp.384-400). New York: Guildford Press.
- Tantam, D. (1998). The Emotional Disorders of Shame. In P. Gilbert & B. Andrews (Eds.), *SHAME: Interpersonal Behaviour, Psychopathology & Culture* (pp. 191-205). Oxford Univ. Press.
- Von Glasersfeld, E. (1984). An Introduction to Radical Constructivism. In P. Watzlawick (Ed.), *The Invented Reality* (pp.17-40). New York: Norton.
- Von Glasersfeld, E. (1988). The Reluctance to Change a Way of Thinking. *Irish Journal of Psychology (Special Issue)*, IX (1), 83-90.
- Vygotsky, L. (1962). *Thought and Language*. Cambridge MA: MIT.
- Wong, Y., & Tsai, J. (2007). Cultural Models of Shame & Guilt. In J. Tracy, R. Robins, & J. P. Tangney, (Eds.), *The Self-Conscious Emotions*. NY: Guildford Press.

Note sull'autore

Bernadette O'Sullivan
VICO Consultation Centre and Clanwilliam Institute Dublin
clanaodh@gmail.com

Bernadette O'Sullivan, come psicologa clinica presso il Servizio Sanitario Nazionale in Irlanda negli anni '70, si è interessata ai principi e alla pratica della Psicologia dei Costrutti Personali. Mentre stava conseguendo il suo diploma in Teoria dei Costrutti Personali presso il *London Centre*, Bernadette ha basato il suo dottorato (*Trinity College*, Dublino 1984) sulla comprensione in termini PCT dell'agorafobia. Come clinico, insegnante e supervisore di programmi terapeutici costruttivisti e sistemici, Bernadette è interessata al modo in cui i principi costruttivisti e sistemici siano di reciproco sviluppo e sfida produttiva, e a come gli utenti dei servizi in cui lavora possano fare esperienze *costruttive*.