

# È possibile cambiare il proprio carattere?

## A colloquio con lo Psicologo Santo Scilipoti

Data: 8 febbraio 2018 | Autore: Luigi Cacciatori

---



**ROMA, 2 AGOSTO 2018-** Quante volte, anche in buona fede, abbiamo ascoltato frasi che sanciscono in modo perentorio l'impossibilità che il **carattere** del nostro amico, genitore, compagno, collega, e di ogni altra categoria di soggetto, cambi o si smussi in qualche atteggiamento. Forse, anche se non quotidianamente, ognuno di noi in svariate occasioni si è rassegnato e ha bollato tale eventualità come utopistica. Esiste realmente la possibilità che un individuo possa cambiare il proprio carattere, o qualche aspetto di esso, in modo da migliorare la qualità delle relazioni interpersonali?

Lo psicologo clinico **Santo Scilipoti**, raggiunto telefonicamente da InfoOggi, spiega ai lettori se è possibile modificare il carattere, quali processi psicologici ne rendono difficile la realizzazione e se esistono fattori sociali capaci di influenzare pensieri, sentimenti e comportamento.

### **Dottor Scilipoti, cosa si intende per carattere?**

"L'etimologia ci può aiutare a comprendere meglio cosa sia il carattere. Il termine deriva dal greco charakt r che significa 'segno distintivo, impronta'. Il carattere è la nostra nota, il modo di vivere che ci distingue, elementi tipici di alcuni aspetti della personalità di un individuo. E' quindi, sinteticamente, una costante interazione tra soggetto ed ambiente".[MORE]

### **Qual è la differenza tra carattere, personalità e temperamento?**

"Sono termini che erroneamente, nel linguaggio comune, si contrappongono. Il temperamento è qualcosa di innato ed ereditario e si riferisce all'aspetto fisiologico delle reazioni individuali, il

carattere segue le pressioni ambientali.

La differenza tra carattere e personalità, invece, è meno netta. Possiamo differenziarli dicendo che il carattere è figlio dell'iniziativa personale in costante relazione con gli stimoli ambientali, mentre la personalità si riferisce al mondo interno. La personalità, dunque, può essere vista come una somma tra il carattere e il temperamento".

### **Quanto conta, nella formazione del carattere, l'influenza dei genitori e dell'ambiente sociale?**

"Tantissimo! La relazione con i genitori è il primo momento di interazione tra sé e l'altro. L'esperienza di vita, con il caregiver (colui che si occupa dell'accudimento del nascituro), sono importantissime per la formazione del carattere. Durante i primi anni di vita si sviluppa l'attaccamento, la base delle relazioni, che permette all'individuo di rapportarsi con il mondo esterno. Indirettamente si apprende anche da come i genitori sono caratterialmente, come modelli. Non di meno importanza è l'ambiente sociale con cui si interagisce. Ti faccio un esempio pratico: fratelli, e anche gemelli stessi, possono avere caratteri diversi proprio perché pur partendo da una base comune familiare, le esperienze non condivise risultano più importanti di quelle condivise".

### **Il carattere è una componente dinamica. Pertanto, può variare nel corso del tempo e in base alle esperienze di vita?**

"Assolutamente sì! Certi aspetti caratteriali variano e mutano per una serie di eventi, ma soprattutto per causa o merito delle interazioni sociali con cui ci si affaccia durante il corso della propria esistenza".

### **Esiste un luogo comune molto radicato secondo il quale le 'persone non cambiano'. L'espressione trova riscontro soltanto quando non esiste un reale desiderio di modificare aspetti di sé?**

"Generalmente ci si illude che siano gli altri a cambiare carattere. Però se manca la capacità di mettersi in discussione su alcuni aspetti personali, è difficile passare allo step successivo che è il cambiamento di sé".

### **Il cambiamento dovrebbe partire dalla nostra consapevolezza o dal fatto che gli altri ci fanno notare, con le loro critiche, che il nostro carattere potrebbe limitarci nelle relazioni interpersonali?**

"Le due cose vanno di pari passo. L'altro è lo specchio di noi stessi. Attraverso gli altri ci si può conoscere meglio e comprendere lati del proprio carattere. La consapevolezza nasce soprattutto grazie ai rapporti sociali di qualsiasi natura essi siano".

### **Per la Psicologia Sociale sentimenti, pensieri e comportamenti possono essere influenzati dalla presenza reale o immaginaria dell'altro. Qual è la correlazione con il carattere?**

"Come ti accennavo prima, siamo in continuo confronto con gli altri. Anche con le figure che abbiamo interiorizzato. La presenza dell'altro, reale o immaginario che sia, ci aiuta a modulare alcuni aspetti caratteriali".

Si ringrazia il Dottor [Santo Scilipoti](#)

**Luigi Cacciatori**