

## ***Mara e Federica..... due sorelle, due sofferenze diverse.***

Nel mantenimento degli equilibri familiari ognuno di noi assume inconsapevolmente un ruolo all'interno del proprio sistema di origine. Se pensiamo alla nostra storia personale, se ripercorriamo i nostri errori, scelte, comportamenti e atteggiamenti assunti e portati avanti con i genitori, fratelli, nonni, ci rendiamo conto che esiste un fil rouge che unisce tutti quanti, qualcosa che serve per tenere uniti, per confermare le regole di funzionamento, i modelli organizzativi ed interattivi che ogni famiglia ha.

E' quando tutto ciò diventa estremamente rigido, inamovibile, troppo coinvolgente; quando il cambiamento o l'avvio di piccole modifiche di queste regole intrinseche diventa per la famiglia pericoloso e vengono inconsapevolmente attivate resistenze, è in quel momento che scattano forme di forte sofferenza in uno dei componenti del sistema di appartenenza. In tal senso, spesso il sintomo o il malessere può essere letto come l'unico adattamento possibile di un dato soggetto ad un dato tipo di funzionamento familiare. Però non sempre è necessario arrivare al grande disturbo, al sintomo eclatante. A nostro parere, spesso già l'aver in terapia il cosiddetto "paziente designato", quindi uno dei componenti della famiglia portatore di un malessere, può essere letto come lo smuoversi di qualcosa all'interno della stessa famiglia che permette, attraverso il singolo, di mandare il proprio sos.

Affacciamoci in questa storia di vita per fare alcune riflessioni insieme: Mara è una ragazza di 26 anni, ha iniziato a lavorare immediatamente dopo il diploma, riuscendo anche a laurearsi nei tempi accademici previsti. Ha tanti progetti, tra cui prendere il master, viaggiare, avere una famiglia. Attualmente ha un lavoro che le porta un guadagno cospicuo. I suoi genitori si sono separati quando lei aveva 10-11 anni. Il padre da allora vive con un'altra donna. La madre invece continua a non avere un compagno, benché in passato abbia fatto un unico tentativo che però è risultato fallimentare, anche per il rapporto che nel tempo ha continuato ad avere con l'ex marito, un rapporto fatto di tanta unione nelle decisioni riguardanti le figlie ma, nello stesso tempo, di una passione che ha continuato ad esistere tra di loro portandoli in alcuni momenti anche ad essere amanti. Mara ha una sorella, Federica, di quattro anni più giovane, una ragazza che sin da piccola è stata una sorta di piccola dittatrice dentro casa, ha sempre avuto problemi con la scuola ed anche nelle scelte di amici e soprattutto dei fidanzatini. Federica ha dato tanti problemi ai genitori. La madre l'ha sempre un po' giustificata e protetta, permettendole così di fare i suoi sbagli, di avere le sue esperienze, di fare le sue prove e prendere decisioni. Mara racconta di grossissime tensioni che ci sono state con la sorella, la quale tendeva, sino a poco tempo prima dell'avvio della psicoterapia, a farle dispetti, a prenderle i vestiti senza chiederle alcunché, a trattarla come quella "perfettina" che fa la maestra su tutto. Mara sin da piccola ha avuto un rapporto strettissimo, di grande confidenza, di coinvolgimento reciproco, di comprensione e feeling assoluto con il padre. E' stata la sua compagna di viaggio, la sua consigliera, quella delle due figlie che gli ha dato tante soddisfazioni, che non lo ha mai criticato in termini offensivi, dolce e accogliente, oltre che tanto comprensiva, una sorta di "fidanzatina". Mara per la sua famiglia d'origine è quella che ha avuto successo, quella che ciò che vuole ottiene, quella che ha sempre studiato e si è data tanto da fare, quella bella, disponibile, attenta ai genitori. Per questo motivo ha il ruolo, sin da piccola, di quella con la testa sulle spalle, quella seria e giudiziosa che mai ha dato e darà problemi ai genitori. Non così Federica che continua ad essere una figlia sempre insoddisfatta, che si accontenta di poco, troppo votata ad apparire, piuttosto che ad essere. Qual è il ruolo di Federica nella sua famiglia? E' di essere la

coscienza critica, l'elemento che unisce tutti attraverso la preoccupazione per il suo futuro. Però, il tutto letto da un altro punto di vista, è quella che, in maniera più congrua e lucida, ha sempre cercato di reagire ad una situazione familiare mai veramente definita, è quella a cui in qualche modo è stato permesso di fare le sue esperienze, di esprimere la sua gioventù. Non così Mara che ha dovuto mantenere sempre questo ruolo di bella e brava, facendo fatica e rinunciando anche a momenti di leggerezza comportamentale tipica dei giovani. E qual è il ruolo della madre? Quello di essere una donna votata all'amore, che ha dovuto tanto patire per portare avanti le sue figlie e che mai ha finito di amare il suo uomo e di fare riferimento a lui per qualunque decisione. E il ruolo del padre? E' quello dell'eterno giovane, del bello e in gamba, di quello che continua a farsi in quattro per le sue figlie e per la sua ex donna che non sente di poter abbandonare. Altre questioni da porsi: Mara e Federica sono figlie di separati o di due che non hanno più vissuto insieme ma in realtà hanno fatto tutto come se fossero ancora uniti? E Mara come può essere stata così tanto la figlia modello a fronte di Federica così difficile e dura con tutti? Cosa ha permesso a questi due genitori di continuare un rapporto seppur nella separazione, nascondendosi anche agli occhi della compagna di lui? E perché è Mara a chiedere sostegno ad una psicologa?

Mara chiede alla psicologa di aiutarla a capire come affrontare i cambiamenti della sua vita. Dopo non pochi anni di rapporto con un ragazzo tanto amato dai genitori e dalla sorella e dopo l'avvio dei progetti matrimoniali, finalmente decide di separarsi e dopo pochi mesi inizia una storia con un uomo molto più grande di lei, per età molto più vicino al "giovane" e aitante padre. La scelta sentimentale di Mara mette a soqquadro tutti gli equilibri ma permette finalmente dei movimenti nella stasi storica di questa famiglia così strutturata nei ruoli e nelle posizioni. Il padre per la prima volta entra in conflitto con Mara, non accetta quest'uomo così adulto accanto a sua figlia. Probabilmente per il padre questo significa dividere per la prima volta e molto seriamente con qualcun altro la sua "fidanzatina", significa anche non essere più l'unico uomo di tutte le sue donne, non potersi più pensare così giovane e aitante. Mara è tanto dispiaciuta per la reazione del padre, si chiede se vuole veramente continuare ad avere la sua storia con Paolo perché lo ama o perché è tanto diverso da quello che per lei tutti hanno sempre desiderato. Con Paolo si confida come non faceva con l'altro fidanzato, così giovane e quindi poco propenso a capirla veramente. Sente che in famiglia la scelta di Paolo viene interpretata come un suo "colpo di testa". Le manca l'intesa e la complicità con il padre, però nello stesso tempo sente che con Paolo si sta creando qualcosa di speciale. Va a vivere da lui con tante perplessità, con l'agitazione per l'allontanamento del padre con cui a mala pena c'è un contatto telefonico. Ogni tanto dorme a casa con la madre e la sorella raccontando a se stessa di aver bisogno di ritrovare le sue cose, in realtà pensa che ancora, senza di lei, le due donne potrebbero non riuscire a cavarsela bene, così come d'altronde è sempre stato. Quando va a casa della madre la sorella la tratta come chi è oramai fuori luogo, da Paolo si sente un po' sola. E' in bilico tra il mondo della giovinezza e quello dell'essere adulta. La confusione per Mara è tanta. Lei che è sempre stata sicura di quello che voleva ora non sa cosa fare, cosa veramente prova e perché lo prova.

Spostando l'attenzione sul nucleo familiare di Mara, cosa avviene in concomitanza con questi cambiamenti che la ragazza sta cercando di apportare nella sua vita? Avviene che il padre inizia ad avvicinarsi a Federica, per la prima volta si interessa a lei, le chiede di uscire, andare al cinema, cerca di entrare in contatto con la figlia sempre tanto disapprovata, provando a capirla ed aiutarla. La madre inizia a non difendere più Federica e a sostenere un po' di più Mara. Federica, che ha sempre amato tanto i genitori, adesso può essere maggiormente considerata da entrambi in quanto non è solo lei che fa i "colpi di testa" ma, cosa più rilevante in termini di prospettive di rapporto tra le due sorelle, Mara e Federica iniziano ad essere più

unite, meno in competizione. In passato Federica aveva sofferto molto a causa della sorella che tutti vedevano la più bella, perfetta, con la testa sulle spalle. Negli ultimi tempi, invece, Mara ha un grosso supporto da Federica e, quando rimane incinta, sente che l'appoggio maggiore glielo dà proprio questa sorella matta che la sostiene e le dimostra un affetto profondo e sincero. Chi è più disorientata di fronte al cambiamento di rapporto tra sorelle è proprio Mara che, nella rigidità del ruolo che ha dovuto sostenere all'interno della famiglia, non ha mai veramente potuto avere lo spazio per provare e sentire a pelle il vero legame con Federica ed esserle sino in fondo sorella e non la seconda madre.

A chi di noi non è successo di appartenere o alla categoria dei sani o a quella dei malati, a quella dei perfetti e buoni o a quella degli imperfetti e cattivi. Ma non è possibile che ci possano essere solo persone buone e giuste ed altre solo cattive e sbagliate. Vero?