

La Terapia Ricostruttiva tra Fratelli





“Abbiamo viaggiato nel bene e nel male, lontani nella stessa stanza, e vicini più che mai a chilometri di distanza. La vita passa, ma poche cose restano, pilastri fissi dell’esistenza. Tu, fratello mio, sei uno di questi” (autore anonimo)

Terapia Ricompositiva tra Fratelli (Recompositive Brothers Therapy)

La relazione tra fratelli ha delle caratteristiche specifiche di reciprocità ed intensità che la distingue da tutti gli altri rapporti nella vita, compreso quello con i genitori. I fratelli condividono la generazione di appartenenza e quasi sempre il patrimonio genetico e il contesto familiare e sociale di crescita. La relazione fraterna è (almeno in partenza) paritaria, senza essere una relazione adulta basata su una scelta; i fratelli condividono l'amore e le attenzioni delle figure di riferimento, quelle che aiutano a crescere e verso cui si prova una dipendenza fisiologica. Non è sempre facile essere fratelli, anche perchè la relazione fraterna è trasversale alle diverse fasi della esperienza di vita,

quelle in cui si cambia e ci si trasforma; allo stesso tempo avere fratelli o sorelle è una occasione significativa di "sperimentazione" di legami di reciprocità difficilmente replicabile in altri assetti relazionali.

Il rapporto tra fratelli è inoltre caratterizzato da una relativa autonomia rispetto a quello parentale, i legami che si creano nel tempo hanno grande importanza e mantengono, pur nell'evolvere della storia personale di ciascuno, una loro precisa configurazione indipendente.

Per questo, diversamente che da bambini, quando le emozioni si vivono d'impeto e non si è in grado di razionalizzare l'esperienza, da adulti ci si può affrancare da inutili rancori e antiche gelosie. In adolescenza questo recupero risulta molto difficile, poichè si vive una fase critica di individuazione e succede spesso di legarsi maggiormente a un amico/a rispetto che al fratello o alla sorella. Nel corso del tempo emerge, però, la necessità di uscire dal ruolo di figli e non pensarsi più come il maggiore o il minore, bensì come adulti che si possono scegliere reciprocamente. Questo processo è spesso complicato da vecchi risentimenti sedimentati, causati dai paragoni subiti nell'infanzia e dall'attribuzione di ruoli rigidi (il migliore a scuola, il meno ubbidiente, quello col brutto carattere...).

Troppo spesso incontro individui o famiglie con fratelli che da tempo non si parlano e hanno interrotto qualsiasi tipo di rapporto. Altrettanto spesso, essi non sono consapevoli di essere "incastrati" in questioni di lealtà familiare e di quanto la loro scelta ostile e rinunciataria sia in realtà determinata da condizionamenti loro malgrado subiti nel tempo.

Riuscire a cambiare prospettiva, a vedere il fratello semplicemente come una persona nuova che ha preso la sua strada, magari costruendosi una nuova famiglia, un individuo da riscoprire con i suoi pregi e difetti, è una conquista grandissima per la vita di entrambi.

L'esperienza maturata attraverso l'attività con le famiglie mi ha portato a lavorare per i fratelli e con i fratelli in una logica che prevede almeno tre livelli di sviluppo:

- **Infanzia**, per riconoscere le alleanze tra i pari e verificare le dinamiche di gelosia e/o di scambio fondamentali per la costruzione della propria idea di sé
- **Giovane adulto**, per riconoscere le proprie caratteristiche di autonomia in funzione dello svincolo genitoriale e differenziarsi in nuovi modelli di ricerca di sé
- **Adulto**, per riconoscere e ritrovare parte della storia comune, uguale e sempre diversa, nella memoria di appartenenza e sciogliere antiche designazioni quando la famiglia biologica propone vecchi schemi, o si trova a vivere nuovi lutti.

Riuscire a spezzare un destino tracciato da altri e ri-trovare il legame fraterno, significa poter condividere la memoria storica della famiglia, spezzare mandati e copioni familiari e trasformare un destino troppo spesso ripetitivo con conseguenze pesanti per le generazioni successive. La terapia tra fratelli è, insomma, una preziosa opportunità per cambiare il modo

di comunicare e uscire dalla dinamica dello scontro, sostituendo all'indifferenza e alle recriminazioni il dialogo e l'incontro.