



UNIVERSITÀ TELEMATICA
INTERNAZIONALE UNINETTUNO

UNIVERSITÀ TELEMATICA INTERNAZIONALE UNINETTUNO

FACOLTÀ DI PSICOLOGIA

Corso di Laurea in Discipline Psicosociali

Elaborato finale in

Psicologia di Comunità

Violenza di genere

**da fatto privato a problema sociale, come la comunità può riconoscere,
prevenire e contrastare la violenza degli uomini contro le donne**

Relatrice
Prof.ssa Mariangela Cersosimo

Relatore Aggiunto / Correlatore Tutor
Dott. Tancredi Pascucci

Candidata
Antonella De Carolis
Matr: 6893HHHCLDIPSI

Anno Accademico
(2023/2024)

Dedico questo lavoro

*ai miei tre figli maschi, perché cambino il mondo
con le loro idee*

*ad Antonio, per la forza che mi dà specchiarmi nei
suoi occhi*

«Che niente ci limiti. Che niente ci definisca. Che niente ci sottometta. Sia la libertà la nostra stessa sostanza»

Simone de Beauvoir

«Il modo migliore di proteggersi è capire»

Marie-France Hirigoyen

Indice

Introduzione	3
1. La violenza di genere: un problema culturale	6
1.1. Un fenomeno antico, universale, trasversale e quasi totalmente sommerso	6
1.1.1. La legittimazione della disuguaglianza	7
1.1.2. Da fatto privato a problema sociale	8
1.2. Perché non vediamo la violenza degli uomini contro le donne?	9
1.2.1. Meccanismi sociali di occultamento	9
1.2.2. Deumanizzazione e oggettivazione	10
1.2.3. Colpevolizzazione e vittimizzazione	12
1.2.4. Il pericolo della psicologizzazione	16
1.2.5. Il linguaggio	19
1.2.6. Errore fondamentale di attribuzione e teoria del mondo giusto	21
1.2.7. Atteggiamenti e comportamenti delle persone intorno alla donna	22
1.3. Cambiare approccio: la psicologia di comunità	26
1.4. Per cambiare le cose bisogna avere il coraggio di guardarle e nominarle	27
2. <i>Prevenire, proteggere, perseguire gli autori</i>	29
2.1. Strategia integrata nel solco della Convenzione di Istanbul	29
2.1.1. La violenza di genere è una violazione dei diritti umani	29
2.1.2. L'Italia cambia passo: il Piano strategico nazionale di contrasto alla violenza di genere	32
2.1.3. Le rilevazioni dell'Istat e l'importanza dei dati	33
2.1.4. 1522, il numero verde antiviolenza e stalking	35
2.1.5. La rete territoriale integrata e l'importanza della formazione in ottica di prevenzione	36
2.2. Le strutture di sostegno	38

2.2.1. I centri antiviolenza	38
2.2.2. Un'equipe di donne formata e specializzata	39
2.2.3. Case rifugio e case di semi-autonomia	40
2.2.4. Come funzionano i centri antiviolenza	42
2.2.5. Misurare la violenza: strumenti di valutazione del rischio di recidiva	44
2.3. Punire gli autori dei reati proteggendo le vittime	45
2.3.1. Le forze dell'ordine	46
2.3.2. I tribunali e le azioni legali	47
2.4. Sostegno sociale e rete sociale	47
3. Dall'impotenza all'empowerment	49
3.1. Il ciclo della violenza: come si scivola lentamente in uno stato di totale impotenza	49
3.2. La scelta di andare via: la paura di morire, salvare i figli	51
3.3. Il sollievo e lo stupore di non sentirsi sola	54
3.4. L'indicibile: riconoscere e nominare la violenza e il colpevole	55
3.5. La ricostruzione della violenza, l'intrinseco bisogno di narrarsi	56
3.6. Guarire dal trauma	59
3.7. L'empowerment	60
3.8. Immaginare un futuro possibile	62
Conclusioni	64
Ringraziamenti	66
Bibliografia	67
Sitografia	68

Introduzione

L'obiettivo del primo capitolo è indagare sulle cause che impediscono un contrasto efficace alla violenza di genere, in particolare nelle relazioni intime. Nonostante il numero allarmante dei femminicidi e dei dati restituiti dai centri antiviolenza e dal 1522, il fenomeno resta ampiamente sommerso. I media, così come l'opinione pubblica, trattano la violenza sulle donne come un evento occasionale, legato a disturbi di personalità, patologie o abuso di sostanze da parte dell'omicida o del maltrattante e non di rado fanno apparire la donna in un qualche modo responsabile, anche solo di non riuscire ad opporsi. La vittima di violenza si trova così in una condizione di totale isolamento. A partire dalla sua rete sociale informale, composta da familiari e amici, per allargarsi man mano a quella formale, istituzioni, medici, forze dell'ordine, tribunali, operatori sociali, tutta la comunità viene percepita come ostile e le impedisce di rompere il silenzio. Perché siamo ciechi e sordi di fronte a questa ingiustizia? Cosa permette ad una comunità di mettere in atto comportamenti omertosi e processi di vittimizzazione secondaria? Indagheremo questi aspetti attraverso alcune teorie di psicologia sociale che ci permettono di inquadrare il fenomeno della violenza di genere come disuguaglianza sociale e di svelare i meccanismi di disimpegno morale che utilizziamo per difenderci.

Nel secondo capitolo illustreremo come, dopo la ratifica della Convenzione di Istanbul, l'Italia abbia fin da subito promulgato leggi e decreti che hanno apportato rilevanti modifiche in ambito penale e processuale, la più importante delle quali è il Codice Rosso. È stata anche prevista l'adozione periodica di Piani d'azione contro la violenza di genere e diverse misure di prevenzione e contrasto come l'istituzione del 1522 e il rafforzamento dei centri antiviolenza. Vedremo come questi ultimi svolgano

un ruolo centrale per l'emersione, siano in grado di dare una risposta immediata in caso di pericolo di vita e nel sostenere la donna lungo un percorso personalizzato di fuoriuscita dalla violenza, oltre che nel diffondere la cultura della prevenzione. Faremo una panoramica sui centri antiviolenza presenti sul territorio nazionale che dal 2013, sempre in seguito alla ratifica, sono stati potenziati e hanno segnato un importante cambio di passo anche nella conoscenza del sistema di protezione delle donne vittime di violenza. Tuttavia, nonostante l'Italia sia uno dei pochi paesi ad avere una legge espressamente dedicata alla violenza di genere, il fenomeno è difficile da misurare e resta ancora ampiamente sommerso. Questo dimostra che è la radice culturale del fenomeno a condizionare la percezione della realtà e la motivazione ad intervenire.

Nel terzo capitolo analizzeremo il ciclo della violenza nelle relazioni intime e vedremo come è possibile scivolare lentamente in uno stato di totale impotenza e i motivi per i quali quale appare impossibile salvarsi. Esploreremo l'isolamento e la solitudine, la difficoltà di chiedere aiuto, la paura di non essere credute. Sonderemo l'ansia delle minacce, l'attivazione continua, la paura di morire, l'angoscia per i figli. È il terrore che spesso costringe ad agire e a rivolgersi al centro antiviolenza da dove è possibile avviare, non senza difficoltà, il processo di empowerment e di riconquista della propria libertà, prima di tutto come essere umano. Per raccontare il percorso di fuoriuscita dalla violenza abbiamo scelto testi che riportano la narrazione delle storie da parte delle stesse donne, con la convinzione che per conoscere davvero un fenomeno dobbiamo assumere il punto di vista delle vittime. Vedremo come questo atteggiamento sia alla base della metodologia con cui vengono condotti i colloqui d'ascolto nei centri antiviolenza e quanto sia efficace per restituire alla donna la forza necessaria a riprendere in mano la propria vita.

L'intenzione di inquadrare la tesi all'interno della psicologia di Comunità, conferma l'idea che la violenza di genere non debba essere considerata un problema individuale o psicologico, ma ne va evidenziata la radice culturale e quindi la necessità di strategie di intervento che coinvolgano l'intera comunità che può essere parte attiva del cambiamento e costituisce una risorsa fondamentale per la sopravvivenza dell'intera società.

1. La violenza di genere: un problema culturale

1.1. Un fenomeno antico, universale, trasversale e quasi totalmente sommerso

La violenza è un concetto complesso, analizzato in vari ambiti disciplinari delle scienze umane, dall'antropologia alla sociologia, dalla psicologia alle neuroscienze, il cui studio ha condotto a diverse, spesso opposte, teorie. Quello che qui ci interessa indagare è il fenomeno della "violenza di genere" nelle sue specifiche caratteristiche, denunciate con forza dai movimenti femministi, finalmente condivise a livello internazionale con la Convenzione di Istanbul e inquadrare nell'unica cornice possibile, quella politica. Prima di allora non si era mai parlato di "discriminazione" o "violazione dei diritti umani", impedendo di fatto di riconoscere la *violenza di genere* come un problema culturale e sociale, considerandolo invece un *occasionale* problema privato. Nel corso dei secoli la naturale *differenza* biologica tra femmine e maschi è stata trasformata culturalmente in una *disuguaglianza* legata al genere. Il sesso è natura, il genere è cultura. Come afferma lucidamente Simone De Beauvoir, "donne non si nasce, lo si diventa". Nella Convenzione di Istanbul¹ "con il termine "genere" ci si riferisce a ruoli, comportamenti, attività e attributi socialmente costruiti che una determinata società considera appropriati per donne e uomini". Questa cultura ha creato per millenni "la dominazione e la discriminazione contro le donne da parte degli uomini ostacolando il pieno avanzamento delle donne" e ha generato spesso forme di violenza, danni, e sofferenze fisiche, sessuali, psicologiche ed economiche basate esclusivamente sul genere. Un ruolo fondamentale nel

¹ *Convenzione del Consiglio d'Europa sulla prevenzione e la lotta contro la violenza nei confronti delle donne e la violenza domestica* Consultato il 20/03/2024 da <https://www.istat.it/it/files/2017/11/ISTANBUL-Convenzione-Consiglio-Europa.pdf>

legittimare questa disparità può essere attribuito all'organizzazione sociale patriarcale. Il significato letterale del termine *patriarcato* si riferisce ad una struttura della famiglia in cui i diritti vengono trasmessi ai membri maschili, quindi una società in cui il potere è stato totalmente in mano agli uomini, mentre le donne erano escluse da ogni ruolo che non fosse di servizio, incluso generare figli, proprietà del padre di cui portano il cognome. Pur non avendo origine *biologica* o *naturale* il sistema si è così radicato nella storia da essere sopravvissuto nella sua essenza ancora oggi e le regole con cui si impone sono sostanzialmente le stesse, in tutte le organizzazioni sociali, ad ogni latitudine. Il patriarcato è un'ideologia che si basa su un privilegio consolidato nei secoli e rafforzato dal fatto che chi ne gode non vuole perdere il potere. La supremazia si può ottenere con la forza o anche con metodi pacifici, addirittura, come vedremo, di comune accordo, ma in ogni caso si basa su una disuguaglianza.

1.1.1. La legittimazione della disuguaglianza

La disuguaglianza, per essere legittimata, necessita di una condivisione di principi che descrive in modo approfondito Bourdieu nel suo libro *Il dominio maschile*. Il sociologo francese ci mostra quanto sia difficile anche solo comprenderla, perché “siamo tutti inseriti, uomini e donne, nell'oggetto che ci sforziamo di cogliere e abbiamo incorporato, sotto forma di schemi inconsci di percezione e di valutazione, le strutture storiche del dominio maschile²”. “La violenza simbolica si istituisce tramite l'adesione che il dominato non può non accordare al dominante quando, per pensarlo, per pensarsi, o meglio per pensarsi in rapporto con lui, dispone solo di strumenti che ha in comune con il dominante e usa degli schemi che lui stesso ha creato e di cui lei è il prodotto³”. Paradossalmente si può dire che la logica della sottomissione femminile è contemporaneamente volontaria ed estorta. La forza

² Bourdieu, Pierre (1998) *Il dominio maschile*. p. 13

³ *Ibidem*, p. 45

simbolica è una forma di potere che si esercita in assenza di ogni costrizione fisica, “come per magia”, proprio perché l’adesione a questi modelli è profondamente radicata in ciascuno di noi e, se la legge sociale è stata convertita in legge incorporata, non si può sospendere con un semplice atto di volontà. Tuttavia se accettiamo l’idea che la sopraffazione maschile sia una costruzione culturale divenuta ideologia dominante e sostenuta da tutte le strutture sociali e politiche come la religione, l’istruzione, lo stato, possiamo allora affermare che un cambiamento è possibile

1.1.2. Da fatto privato a problema sociale

Il più grande contributo dei movimenti femministi è stato quello di portare la violenza domestica fuori dalle case, di smettere di considerarlo un fatto privato e di portarne in evidenza le radici culturali perché se ne potesse discutere in termini sociali e politici. Sono passati poco più di cinquant’anni da allora e, nel mondo occidentale, utilizzando quest’ottica, si sono compiute trasformazioni epocali, ma i diritti conquistati sono ancora fragili e per eliminare davvero la disuguaglianza di genere è necessario sovvertire una costruzione mentale millenaria. Secondo l’OMS, a livello globale, 1 donna su 3 subisce violenza fisica e/o sessuale nel corso della propria vita, principalmente da parte del partner⁴, in Italia muore in media 1 donna ogni 3 giorni per mano di un uomo. Nonostante l’impegno che le organizzazioni mondiali e i governi stanno instancabilmente approfondendo, questi dati ci dicono che dobbiamo lavorare, oltre che a livello normativo, ad una trasformazione delle strutture culturali.

Le donne sono state in silenzio per millenni e poi hanno iniziato a parlare (Romito, 2005) e, da quando le istituzioni hanno pensato leggi apposite, hanno anche cominciato a denunciare. Allora sono state studiate, analizzate, intervistate,

⁴ World Health Organization: WHO. (2020b, July 8). *Violence against women*. https://www.who.int/health-topics/violence-against-women#tab=tab_1

monitorate. Sono state realizzate statistiche, indagini conoscitive, osservatori parlamentari. Sono stati scritti libri, pubblicate ricerche, articoli, podcast. Sappiamo tantissimo sulle donne e sui reati di cui sono vittime, ma non sappiamo quasi nulla sugli uomini che agiscono violenza. Proviamo a rovesciare i dati e vedremo come il pensiero ci sembrerà innaturale: se nel mondo 1 donna su 3 subisce violenza, vuol dire che 1 uomo su 3 agisce violenza. Eppure di questi uomini non sappiamo nulla. Non li vediamo. Come si nascondono? Chi li protegge? E soprattutto, perché li proteggiamo?

1.2. Perché non vediamo la violenza degli uomini contro le donne?

1.2.1. Meccanismi sociali di occultamento

Nella ricerca di risposte abbiamo trovato importante la visione di Patrizia Romito in *Un silenzio assordante. La violenza occultata su donne e minori* che lei stessa definisce “un libro sui meccanismi sociali di occultamento della violenza maschile contro le donne studiati analizzando sia gli strumenti sociali (leggi, teorie scientifiche, media) che i comportamenti e le strategie cognitive intellettuali⁵”. L’autrice vuole esaminare la contraddizione che c’è fra gli sforzi che si fanno per contrastare la violenza di genere e le azioni che quotidianamente vengono messe in atto per screditare le vittime e rafforzare gli aggressori. L’analisi parte dalle teorie sociali che hanno studiato come percepiamo e interpretiamo il mondo, soprattutto quando ci troviamo di fronte a situazioni dolorose, stressanti, difficili da decifrare, e individua tattiche e strategie. Le *strategie* sono operazioni mentali che utilizziamo per concettualizzare e nominare la realtà, che poi si sedimentano e si trasformano in “senso comune” influenzando atteggiamenti e comportamenti. Le *tattiche* sono strumenti funzionali alle strategie. Ne vedremo alcune fra quelle individuate

⁵ Romito, P. (2005). *Un silenzio assordante: la violenza occultata su donne e minori*.

dall'autrice che sono: deumanizzazione, colpevolizzazione, psicologizzazione, eufemizzazione del linguaggio, naturalizzazione e separazione.

Le principali strategie di occultamento della violenza sono la legittimazione e la negazione e spesso agiscono insieme. Per esempio si può legittimare la violenza, negando che lo sia in quanto socialmente accettata. Vogliamo qui ricordare che in Italia è considerato un reato picchiare, uccidere o stuprare una donna solo in seguito all'abolizione dello *jus corrigendi* nel 1956, del *delitto d'onore* nel 1981 e solo dopo che reati sessuali sono stati considerati lesivi della persona e non della morale con una legge del 1996.

1.2.2. Deumanizzazione e oggettivazione

La deumanizzazione è una pratica di disimpegno morale⁶ molto efficace perché, togliendo all'altra persona ogni qualità umana, permette di compiere atti crudeli senza provare rimorso. Sarebbe impossibile agire violenza verso qualcuno per cui proviamo empatia, è quindi necessario mettere in atto tattiche che mirino a svalutare e rendere inferiore l'altra persona, attribuendole caratteristiche animalesche, demoniache, selvagge, considerandole degenerate, esseri spregevoli. Sono questi infatti i caratteri distintivi delle parole della violenza, quelle che accompagnano abusi, stupri, botte, minacce, ma anche molestie per strada, sui social, nei discorsi camerateschi fra uomini. Un esempio in cui possiamo vedere agire diversi meccanismi di occultamento della realtà è la prostituzione, dove la disumanizzazione delle donne e la loro subordinazione è normalizzata e socialmente accettata. Un modello di sessualità fondata sulla disparità che rafforza l'idea di un uomo che ha una necessità fisiologica di "sfogare" i suoi inevitabili istinti sessuali e dove non c'è alcun interesse per l'altra persona, dove anzi è presente un piacere nel sottometterla o umiliarla. Nonostante ci sia un dibattito pubblico, anche all'interno dei movimenti femministi, sul considerarla una violenza o un lavoro, si tende a ritenerla

⁶ Bandura, A. (2017). *Disimpegno morale. Come facciamo del male continuando a vivere bene.* p.107

un'occupazione, giustificata da un movente economico. In Italia, secondo un'analisi del Codacons, la prostituzione è un giro d'affari che si aggira sui 4,5 miliardi di euro e coinvolge ogni anno 3 milioni di clienti e oltre 90 mila lavoratrici "stabili"⁷. Definirla una scelta compiuta da donne libere risulta sicuramente molto difficile nel caso delle vittime di tratta che subiscono livelli di coercizione vicini alla schiavitù.

Persino il fenomeno delle *baby squillo* viene inquadrato dai media analizzando le motivazioni e l'avidità delle ragazze, mentre quasi non si parla degli uomini adulti disposti a pagare delle minorenni per fare sesso. Emerge in questo caso anche il pericolo dell'*auto-oggettivazione* e di come le donne imparano fin da piccole a considerare il proprio corpo un mezzo per conquistare vantaggi economici e sociali, apparentemente impossibili da raggiungere in altri modi.

Abbiamo approfondito questo concetto sul volume di Chiara Volpato, *Deumanizzazione. Come si legittima la violenza*⁸. L'autrice ci guida ad individuare la *sessualizzazione* nell'esperienza quotidiana delle donne e delle ragazze, in quelle situazioni in cui il riconoscimento del proprio valore è determinato dalla capacità di attrazione sessuale a discapito delle altre caratteristiche. Impossibile non ammettere quanto sia pervasivo il pensiero di essere considerate un oggetto sessuale e l'impatto negativo che questo ha sul benessere psicofisico e sulla vita sociale e professionale. La preoccupazione del giudizio maschile e del confronto con gli standard dominanti, aumenta le emozioni negative legate alla percezione del proprio corpo, provocando sentimenti di inadeguatezza e di forte ansia. Ne vediamo esiti gravi nei disturbi dell'umore e dell'alimentazione sempre più diffusi fra le adolescenti. Secondo gli studi riportati nel libro, disagio e vergogna per l'insoddisfazione del proprio aspetto fisico producono un pensiero fisso, un'ossessione che sottrae risorse cognitive ad altre attività fisiche e mentali con conseguenze come diminuzione dell'autostima,

⁷ <https://codacons.it/prostituzione-codacons-business-da-45-miliardi-di-euro-3-milioni-di-clienti-e-90-000-lavoratrici-stabili/>

⁸ Volpato, C. (2014). *Deumanizzazione: Come si legittima la violenza*. pp. 106-132

riduzione dell'interesse per la scuola e limitazione delle aspirazioni di affermazione in campi impegnativi, considerati tradizionalmente maschili.

1.2.3. Colpevolizzazione e vittimizzazione

L'attribuzione della colpa alla vittima è un altro potente meccanismo di disimpegno morale che permette non solo al maltrattante di scaricare la responsabilità, ma anche di convincere la vittima che sia sua la colpa di aver provocato il comportamento aggressivo, arrivando a suscitare in lei il disprezzo di sé. Osservare la vittima sentirsi responsabile dei maltrattamenti subiti inoltre induce gli osservatori a svalutarla e screditarla giustificando ulteriori sopraffazioni⁹.

La conduzione dei processi per stupro lascia sbalorditi per la crudeltà con la quale giudici e avvocati infieriscono sulla vittima per dimostrare la sua colpevolezza¹⁰. Persiste il pregiudizio che addebita alla vittima la responsabilità della violenza sessuale subita e l'idea che una donna sia in grado di sottrarsi a un rapporto sessuale se davvero non lo vuole. Non è raro che la reazione di immobilità, il normale riflesso di *freezing* durante un'aggressione, venga scambiata per consenso e persino per una forma di piacere. Quanto ha lottato? Quanto si è difesa? Non è raro che chi ha subito uno stupro venga poi colpevolizzata e stigmatizzata, che la società metta in atto una *vittimizzazione secondaria*, infliggendole una seconda violenza, oltre a quella subita.

Purtroppo lo stupro è uno dei delitti più gravi, in grado di provocare importanti traumi con conseguenze serie sulla salute fisica e mentale. Ciononostante le vittime spesso non denunciano perché sfortunatamente conoscono bene la difficoltà di essere credute. Nella gran parte dei casi saranno loro a dover salire sul banco degli imputati per giustificare il proprio comportamento. Uno studio recente¹¹, analizzando le

⁹ Bandura, A. (2017). *Disimpegno morale. Come facciamo del male continuando a vivere bene*. pp.113-114

¹⁰ Romito, P. (2005). *Un silenzio assordante. La violenza occultata su donne e minori*. p. 67

¹¹ Pinciotti, CM e Seligowski, AV (2021). *L'influenza della resistenza alla violenza sessuale sulle tendenze di denuncia e sulla risposta delle forze dell'ordine: risultati del sondaggio nazionale sulla vittimizzazione del crimine*. *Giornale della violenza interpersonale*, 36 (19-20), NP11176-NP11197.
<https://doi.org/10.1177/0886260519877946>

possibili reazioni naturali ad un'aggressione sessuale (lotta, fuga o congelamento) ha evidenziato inoltre possibili conseguenze giuridiche. Le donne che avevano risposto alla violenza rimanendo immobili erano più disposte a sporgere denuncia, ma le forze dell'ordine si mostravano più solerti quando erano presenti lesioni fisiche (lividi, fratture) a dimostrare che c'era stata una lotta. Per questo è determinante prevedere una formazione specifica per tutti i rappresentanti delle istituzioni che vengano in contatto con le vittime. È importante avere ben chiaro che l'*immobilità tonica* è uno stato di paralisi involontaria che si può verificare in situazioni di forte paura, soprattutto in caso di violenza sessuale. Da diversi studi, anche se non ancora accertato, è emersa anche una correlazione fra il *freezing* e un aumento dell'insorgenza e della gravità del disturbo post traumatico da stress.

*Guarire dal trauma*¹² è un libro fondamentale per chi vuole comprendere la violenza sessuale e domestica. La Herman ha condotto due decenni di lavoro clinico, cercando i punti in comune tra questo tipo di traumi e quelli dei veterani di guerra, delle vittime di atti terroristici e dell'Olocausto. Un'affinità tra “i sopravvissuti ai grandi campi di concentramento costruiti dai tiranni che guidano le nazioni e i sopravvissuti ai piccoli, nascosti, campi di concentramento creati dai despoti che comandano tra le mura domestiche”. “Si tratta di un libro sulla possibilità di ristabilire i legami fra la sfera pubblica e quella privata, fra individuo e comunità, tra uomini e donne¹³”. Le donne che hanno subito il trauma di uno stupro o un evento traumatico prolungato nel tempo come quello della violenza domestica, hanno sofferto una “lacerazione”, uno strappo dal mondo del possibile, hanno vissuto qualcosa di *indicibile*. Indicabile perché il mondo non vuole sentire, preferisce non vedere, dimenticare e agendo in tal modo protegge i persecutori che a loro volta approfittano di questo sostegno sociale. Così, il silenzio delle vittime protegge gli

¹² Herman, J. L. (2005). *Guarire dal trauma. Affrontare le conseguenze della violenza, dall'abuso domestico al terrorismo*.

¹³ *Ibidem* p. 10

aggressori. Herman fa un passaggio cruciale individuando nella comunità il ruolo principale per la guarigione dal trauma: solo condividendo il vissuto dell'esperienza traumatica è possibile per la vittima ridare senso al mondo. Nel momento in cui alla persona è riconosciuta la possibilità di raccontare il suo vissuto e la comunità lo riconosce come un crimine, deve poi intraprendere un'azione che possa individuare le responsabilità e punire i colpevoli. "Queste due risposte - riconoscimento e restituzione - sono necessarie per ricostruire nel sopravvissuto un senso di giustizia e ordine¹⁴". A partire dalla Herman molte autrici e autori hanno utilizzato il termine "sopravvissuta/o" per indicare chi decide di intraprendere un percorso di ricostruzione dal trauma, ma, mentre la comunità empatizza con le vittime di eventi naturali o terroristici, le sopravvissute a violenze di genere hanno difficoltà a farsi ascoltare. Paradossalmente si cerca di rimuovere la consapevolezza di quei traumi la cui responsabilità ha origine nella società stessa. La comunità opera così una *dissociazione collettiva* ostacolando il ristabilirsi della giustizia. Il meccanismo più utilizzato è la vittimizzazione secondaria. Le donne che decidono di denunciare perché quei crimini vengano riconosciuti dalla comunità, molte volte vivono una seconda violenza che le lascia, stavolta davvero, senza speranza. Spesso una possibilità di guarigione può avvenire dalla partecipazione ad un'azione sociale, unendosi ad altre donne.

Anche nel caso della violenza domestica la vittima a volte viene colpevolizzata più del persecutore. L'opinione pubblica si chiede come sia possibile che una persona resti in una situazione così drammatica se non è costretta con la forza. La violenza psicologica, che è alla base di ogni altra forma di violenza, non si vede all'esterno e resta un segreto ben custodito nella coppia, per questo le persone che non ne conoscono le caratteristiche specifiche, sono normalmente convinte che nella stessa situazione avrebbero agito diversamente. I sintomi del trauma ripetuto sono odiosi e

¹⁴ *Ibidem* p. 97

comprendono disturbi somatici, irritabilità, depressione che risultano frustranti per familiari e amici. Molto spesso inoltre, a causa dell'isolamento provocato dal maltrattante, la donna tende ad allontanare chi la vorrebbe aiutare e questo rende ancora più facile incolpare la vittima per il suo comportamento.

La ricerca scientifica si è spesso concentrata sull'esame di fattori che potessero predisporre all'abuso, come tratti di personalità o malattie psichiatriche, ma le uniche caratteristiche rilevate sono riferite al contesto, come l'aver vissuto un'infanzia in situazioni di violenza assistita, abuso o negligenza. Un elemento comune può essere ravvisato nella coincidenza dell'inizio della relazione con un periodo di momentanea vulnerabilità della donna, per esempio un lutto o una crisi personale che l'hanno resa particolarmente sensibile al "bombardamento amoroso" che precede le relazioni di abuso. Se non è certo che ci siano fattori di predisposizione individuali, mentre sono riconosciuti i motivi legati al contesto, quello che è certo è l'esito. L'esposizione a qualsiasi tipo di violenza nelle relazioni intime, sia essa psicologica, fisica, sessuale, economica, dà origine ad una sindrome da stress post traumatico prolungato. I sintomi quindi si riferiscono ad una patologia ben definita, che è causata dagli abusi e non ne è la causa.

Vista la complessità di definire categorie diagnostiche precise, anche per la difficoltà di identificare il fenomeno della violenza di genere da parte della comunità scientifica, la Herman propone di chiamare questa sindrome "disturbo post-traumatico da stress complesso" per indicare uno spettro di disturbi che possono andare da una leggera condizione di stress che si risolve da sola, fino al trauma prolungato e ripetuto¹⁵. Sono seguiti vari tentativi di dare un nome alla sindrome e questo è un fattore molto importante, perché, come abbiamo detto, il riconoscimento da parte della comunità è un elemento fondamentale di contrasto, sia per dare

¹⁵ *Ibidem* p. 160

credibilità alla vittima che per assegnare la responsabilità al maltrattante di esserne la causa.

1.2.4. Il pericolo della psicologizzazione

Per guarire dal trauma quindi è importante ricostruire la propria vita a partire da ciò che è stato tolto: la libertà e le relazioni con gli altri. Un'azione di contrasto dove la comunità ha un grande ruolo. Noi per primi dobbiamo posizionarsi di fronte alla violenza di genere ed essere consapevoli degli stereotipi dei quali siamo tutti vittime e che è necessario contrastarli con forza. Fondamentale è il ruolo dei media che tendono a rappresentare le vittime di violenza domestica come donne *deboli, insicure, spaventate*, mentre l'uomo è *disoccupato, alcolista, pazzo di gelosia*, in preda ad un *raptus, provocato da donne troppo belle o troppo libere*, mentre lui è una *persona per bene*.

La psicologizzazione è vista come un modo facile e “istintivo” di interpretare la realtà e una modalità di intervenire sui conflitti sociali che ha il vantaggio di essere economica e di dare l'illusione che si stia facendo qualcosa mentre in realtà alimenta lo status quo¹⁶. Mandare in terapia le vittime è una soluzione che piace molto all'opinione pubblica, ma in realtà significa continuare a ritenere le donne responsabili, di essere la causa del proprio male. Il sostegno psicologico è spesso quello che si aspettano le donne che arrivano nei Centri antiviolenza dove invece viene loro spiegato che potranno contare su accoglienza e ascolto, ma il sostegno che riceveranno è politico e sociale e le accompagnerà a ritrovare la propria libertà attraverso un percorso di empowerment. Il lavoro psicologico non deve essere escluso, anzi può essere un ottimo supporto, ma bisogna fare attenzione, il rischio è di incappare in teorie che tendono a mediare il conflitto e a non riconoscere la violenza. Per questo è importante che tutti i soggetti della rete intorno alla donna, si possano confrontare e collaborare nel suo interesse.

¹⁶ Romito, P. (2005). *Un silenzio assordante. La violenza occultata su donne e minori*. p. 95

Secondo una statistica sugli stereotipi di genere del 2018¹⁷ alla domanda sul perché alcuni uomini sono violenti con le proprie compagne/mogli, il 77,7% degli intervistati risponde perché le donne sono considerate oggetti di proprietà (84,9% donne e 70,4% uomini). Interessanti sono anche le percentuali molto alte, intorno al 70%, che attribuiscono la causa del problema all'abuso di alcool o sostanze stupefacenti, alle violenze subite da bambini, alla difficoltà a gestire la rabbia, al bisogno di sentirsi superiori e a non riuscire ad accettare l'emancipazione femminile. Questi dati rendono visibile un grande rischio nel contrasto alla violenza di genere che è quello della *psicologizzazione*. Se le azioni del maltrattante sono attribuite a sue caratteristiche di personalità (narcisismo), a disturbi mentali e dell'umore (borderline, depressione), a situazioni contingenti (licenziamento, lutto), a dipendenze (alcool, stupefacenti) allora perdono la caratteristica di "atti criminali" e possono anzi essere legittimate. Dobbiamo invece ribadire che la violenza degli uomini contro le donne è una scelta. Non si tratta di un comportamento inevitabile o ineluttabile, ma di una decisione deliberata di esercitare potere, controllo o causare danni. Riconoscerla come una scelta sottolinea la responsabilità personale di fare scelte diverse e non violente e mette in evidenza l'importanza delle strutture sociali, culturali e legali che possono scoraggiare o permettere il perdurare di questi comportamenti. Se la legge considera la violenza un crimine, perché tentiamo continuamente di trovare una giustificazione psicologica che non cerchiamo per gli stessi reati quando non sono commessi contro le donne?

L'analisi di P. Romito approfondisce il pericolo di psicologizzare la vittima. La violenza domestica è spesso interpretata secondo il modello freudiano e psicodinamico che legittima una posizione individualistica e psicopatologica e cerca la causa nell'uomo maltrattante e nella donna abusata¹⁸. Psicologhe e psichiatre

¹⁷ *Gli stereotipi sui ruoli di genere e l'immagine sociale della violenza sessuale*. (2022, September 21). <https://www.istat.it/it/archivio/235994>

¹⁸ Romito, P. (2005). *Un silenzio assordante: la violenza occultata su donne e minori*, p. 70

americane hanno dovuto lottare per impedire che il “disturbo masochistico di personalità” venisse inserito nel manuale diagnostico delle malattie mentali. Si affermava infatti che la donna che resta in una relazione abusante, ha sentimenti ambigui di odio e amore nei confronti dell’uomo che, con un certo compiacimento, considera la sua rovina, ma dal quale non può sottrarsi¹⁹. Non è poi così lontano dal pensiero comune e descrive bene anche la trappola culturale che riconosce l’amore nella sofferenza, ma che spesso in realtà nasconde la violenza. Lea Melandri, nel suo saggio *Amore e Violenza*²⁰ analizza a fondo la contraddizione implicita in questo binomio e le ambiguità che genera. Lo fa a partire dal pensiero di Freud che esplora l’aspetto violento insito nell’amore inteso come fusione di due esseri in uno. L’amore è vincolato alla necessità di ricomporre due metà di un intero, quell’unione che si è spezzata nella separazione dalla madre e si cerca di ritrovare nell’altro. L’aggressività, favorita dalla differenza di potere e prestigio, “è necessaria anche per conservare l’unità ideale, per spostare all’esterno ciò che la minaccia”. La favola dell’amore fatale, tormentato, alla ricerca continua di raggiungere la fusione, attraversa tutta la nostra cultura e ci confonde le idee. Lea Melandri ci sprona a tornare a scavare là dove Freud si era fermato, in quella “roccia basilare” che è il “rifiuto della femminilità” e l’inspiegabile intreccio di Eros e Thanatos che persiste immutato nella vita personale come nella sfera pubblica. Perché ad uccidere, violentare, umiliare, sottomettere sono proprio i mariti, i compagni, i padri, i figli? Come possono quegli stessi uomini che sono stati partoriti, nutriti, accarezzati da un corpo femminile, accanirsi con tanta ferocia e disprezzo su una donna? Come possono le donne credere di essere la causa di questa furia? Di fronte a questa contraddizione non riusciamo a fare altro che catalogare i fatti come eccezioni, causati da ambienti sociali poveri e degradati, patologie o mostruosità da condannare e punire con leggi sempre più severe. Nello spostare la responsabilità sulla vittima, la

¹⁹ *Ibidem*

²⁰ Melandri, Lea (2011 e 2024). Amore e violenza. Il fattore molesto della civiltà.

società agisce minimizzando il proprio ruolo nel perpetrare gli stereotipi di genere che mantengono il terreno sempre fertile alla violenza. La resistenza a riconoscere la violenza nelle relazioni intime passa da questo nodo cruciale: cosa ci impedisce di vedere?

1.2.5. Il linguaggio

Per riuscire a comprendere la complessa rete di fattori che possono oscurare la visibilità, abbiamo provato ad interrogare Chat GPT, il popolare chatbot basato su intelligenza artificiale e apprendimento automatico. La risposta che ci ha restituito è coerente con il pensiero dominante e si concentra su “cause interne” (quelle interiorizzate dalla donna che subisce violenza) e “cause esterne” (quelle di natura sociale, culturale o sistemica), confermando l’ipotesi che la cultura dominante non riconosce l’autore della violenza come unico responsabile di un atto criminale compiuto concretamente da una persona su un’altra. Questo dimostra che nell’immenso materiale presente sul web da cui vengono elaborate queste informazioni, compaiono molto frequentemente parole che descrivono le vittime e i reati, mentre sono presenti in numero minore le descrizioni del perpetratore. Il linguaggio è un potente strumento che definisce la nostra percezione della realtà. Noi costruiamo il mondo e gli diamo senso nominando i fatti e per questo è importante essere consapevoli della distorsione sistematica che operiamo attraverso le parole. Per esempio il termine *femminicidio* è stato da poco introdotto ed è divenuto di uso comune per descrivere lo specifico reato in cui un uomo uccide una donna in quanto tale. Come diceva Michela Murgia, “non indica il sesso della morta. Indica il motivo per cui è stata uccisa”. Coniare e diffondere questa parola, farla circolare nella comunità, nei discorsi pubblici come in quelli privati, permette di individuare un rischio reale e prevenirlo, perché il femminicidio non è un caso isolato, ma l’ultimo atto di un’escalation di violenza che non è stato riconosciuto perché le parole non descrivevano la realtà.

Il *progetto Step*²¹, realizzato dall'Università della Tuscia in partnership con l'Associazione Differenza Donna e coordinato dalla Prof.ssa Flaminia Saccà, prende in analisi la rappresentazione di genere in ambito giudiziario e nel racconto dei media con l'obiettivo di produrre un cambiamento culturale. Stereotipi e pregiudizi vengono veicolati attraverso un linguaggio giuridico e giornalistico che tende a distorcere la rappresentazione sociale della violenza e a normalizzare i maltrattamenti familiari. I media scelgono di trattare i casi che fanno più notizia, quindi stalking e femminicidio vengono raccontati con più frequenza della violenza domestica che è invece la parte preponderante del problema. I maltrattamenti in famiglia sono considerati quasi *normali* e questo porta anche le vittime a sopportare più a lungo, esponendo se stesse e i propri figli a violenze continue e sempre più pericolose. Tali rappresentazioni inducono l'opinione pubblica a considerare la violenza domestica una *cosa che capita*, un reato senza colpevole, perché tende a "tabuizzare" la responsabilità maschile, a considerarla in una cornice in cui la rabbia, la perdita del controllo, è normale e a spostare l'attenzione sulla donna della quale invece saranno analizzati tutti i comportamenti e le abitudini con l'intenzione di cercare il motivo che ha scatenato quel *raptus*.

La rappresentazione dominante è quella di considerare la violenza domestica un fatto privato e non un problema culturale. La causa scatenante viene ricercata in un conflitto nella coppia, una lite finita male, sottintendendo una parità fra due persone mentre dobbiamo essere consapevoli della differenza tra *violenza* e *conflitto*. Il conflitto indica una divergenza di vedute fra due persone che si percepiscono pari e riconoscono il diritto dell'altro di pensarla diversamente, una dinamica che può essere risolta, magari con sofferenza, ma sempre nel rispetto della libertà personale. La violenza invece è una situazione in cui c'è un'asimmetria di potere, dove l'uso della forza viene impiegato da parte di una persona per sottomettere l'altra e indurle

²¹ Ricerca - progetto Step. (2021, February 19). *Progetto Step*. <https://www.progettostep.it/ricerca/>

un sentimento di paura e soggezione e che può provocare danni psicologici e fisici, a volte fatali. Visto che la donna resta nella relazione con il maltrattante, è in lei che cerchiamo il motivo ed è per rompere questo schema che è importante comprendere tutti i meccanismi della violenza psicologica che paralizza la vittima e la costringe all'impotenza.

1.2.6. Errore fondamentale di attribuzione e teoria del mondo giusto

Categorizzare tutte le informazioni che riceviamo dall'esterno è fondamentale per strutturare nella mente ciò che accade intorno a noi. Lo stereotipo è uno strumento estremamente efficace, che ci permette di semplificare la realtà eliminando le informazioni incoerenti o faticose da elaborare, ma per lo stesso motivo rischia di escludere aspetti importanti. Una delle caratteristiche dello stereotipo è anche quello di depositarsi nella memoria a lungo termine per essere recuperato sempre intatto, il che rende difficile modificare lo schema. Operiamo nello stesso modo quando dobbiamo farci un'idea sul comportamento delle persone e tendiamo a sottostimare il contesto a favore delle disposizioni personali, quello che Lee Ross (1977) ha denominato "errore fondamentale di attribuzione". Se applichiamo questa disposizione ai gruppi sociali vediamo che siamo più portati a trovare giustificazioni legate al contesto per i comportamenti negativi di chi fa parte del nostro gruppo sociale (ingroup), mentre tendiamo ad attribuire a caratteristiche innate i comportamenti di chi consideriamo diverso da noi (outgroup). Questo meccanismo cognitivo, "group-serving bias" ci porta di nuovo a considerare come è stata costruita la cultura dominante. Categorizzare una persona come *vittima* può giustificare il nostro senso di superiorità e indurci a pensare che in qualche modo, se la sia "cercata". Attraverso il *victim blaming* la donna subisce una seconda violenza, oltre alla quella per cui viene ingiustamente giudicata, e questo atteggiamento si traduce in commenti indesiderati da parte di familiari e amici, ma anche dai servizi sociali, in ospedale, da parte delle forze dell'ordine o nei tribunali. Una serie di esperimenti

sociali hanno portato Melvin J. Lerner nel 1980 ad elaborare la “teoria del mondo giusto”, un costrutto psicologico difensivo che ci induce a pensare che alle brave persone non possa accadere nulla di male, mentre chi si trova nei guai avrebbe potuto evitarlo se avesse avuto un comportamento corretto. Secondo questa teoria della psicologia sociale, la certezza di avere ciò che meritiamo ci protegge dalla paura di eventi inattesi e anche della morte. Il meccanismo agisce principalmente facendoci sentire meno empatia verso la vittima e attivando il *victim blaming* oppure prendendo le distanze dalla situazione di ingiustizia.

1.2.7. Atteggiamenti e comportamenti delle persone intorno alla donna

Prendiamo il caso della violenza nelle relazioni intime, se oltre 2 milioni di donne è vittima di IPV (*Intimate Partner Violence*) è molto probabile che alcune di queste coppie vivano intorno a noi, ma non riusciamo a “vederle”. Le storie di abuso sono segrete, restano custodite fra le mura domestiche, in una casa che diventa una prigione. Il partner, per mantenere il controllo, ha bisogno di isolare la donna e agisce in modo che lei si allontani sempre di più da famiglia, lavoro e amicizie. La vittima prova vergogna e senso di colpa e inizia pian piano a rinunciare volontariamente ad ogni contatto con l'esterno, anche solo messaggi e whatsapp potrebbero creare sospetti e scatenare reazioni violente.

Ci sono dunque dei meccanismi che la coppia mette in atto per nascondersi, ma è evidente anche la difficoltà della comunità a riconoscere la violenza nelle relazioni intime. Questi ostacoli possono essere attribuiti a diversi fattori, spesso intrecciati fra loro e sono in grado di creare una barriera che impedisce alle persone vicine alla cerchia di conoscenze della coppia, parenti, amici, colleghi di lavoro, vicini di casa, di intervenire in modo efficace. Indifferenza o passività possono contribuire ad aumentare l'isolamento, ma anche azioni più decise e intrusive rischiano di essere pericolose.

M. L. Bonura, nel suo libro *Che genere di violenza*²² individua tre movimenti relazionali agiti dagli *altri*, conoscenti o professionisti, che nella quotidianità vengono in contatto con la vittima o l'uomo maltrattante.

Il primo è un movimento “centrifugo”, di allontanamento, e prevede un distacco emotivo, una freddezza, giustificata con la volontà di non immischiarsi, con la paura di ingigantire un problema o anche solo di trovarsi implicati in una situazione difficile da comprendere. Si può temere di essere coinvolti come testimoni, di subire una possibile ricaduta sulla propria immagine o sulla propria sicurezza, ipotizzando perfino una vendetta. Può essere classificato in questo modo anche l'atteggiamento *omertoso* di un medico che non fa ulteriori domande e certifica che i segni di strangolamento sono in effetti conseguenza di una caduta dalle scale, così come riferito dalla donna. Se i vicini di casa sentono le urla e le richieste di aiuto, ma non chiamano la polizia, il comportamento potrebbe essere interpretato come *apatia degli astanti* (Darley e Latané 1970) che ci ricorda il tragico caso di Kitty Genovese, ma anche altre teorie di psicologia sociale come l'*ignoranza pluralistica*, una sottovalutazione della gravità che ci impedisce di agire, o la *diffusione della responsabilità*, quando pensiamo di non essere i soli ad ascoltare quelle urla e che forse qualcun altro interverrà. Si può decidere di prendere le distanze perché in fondo non lo si ritiene così grave e si minimizza la violenza considerandola una “normale” lite fra partner, convinti che in fondo sono “fatti loro” e non è il caso di immischiarsi, difendendo in questo modo il proprio sistema di valori. Tutti siamo convinti di voler proteggere le vittime, ma ci comportiamo in modo contraddittorio perché la *dissonanza cognitiva*, una tensione spiacevole derivante dall'incoerenza fra atteggiamenti e comportamenti, è piuttosto onerosa per l'individuo. La mente ha bisogno di ristrutturare la realtà e darsi una spiegazione, per questo utilizziamo meccanismi di disimpegno morale. Se non riusciamo a mettere in atto comportamenti

²² Bonura, M. L. (2016). *Che genere di violenza. Conoscere e affrontare la violenza contro le donne*, pp. 123-136

responsabili, pur di rimanere coerenti e non sentire disagio, troviamo giustificazioni e cambiamo atteggiamento. Le persone possono anche allontanarsi in seguito a sentimenti di frustrazione nel caso in cui la vittima nega il problema e rifiuta l'aiuto proposto. Oppure si può reagire con rabbia nei confronti di chi accetta passivamente la situazione. Come abbiamo visto, chi non conosce il meccanismo della violenza di genere è convinto che al posto della donna maltrattata sarebbe in grado di sottrarsi e che, se lei resta nella relazione, è per una qualche forma di masochismo. Se invece si prova empatia e preoccupazione, l'immobilità può essere dovuta alla mancanza di consapevolezza su come aiutare. Ci si può sentire impotenti o incerti su quale sia un modo sicuro ed efficace di intervenire, per esempio perché non si conoscono i servizi sociali disponibili in questi casi, come chiamare il 1522 o rivolgersi ad un centro antiviolenza.

Il secondo movimento è quello "centripeto", costituito da chi invece irrompe con forza nella coppia per convincere lui a smettere o lei a denunciare. Spesso questo atteggiamento può essere pericoloso, perché può determinare un peggioramento della violenza. Spingere la donna a separarsi o a sporgere denuncia sembrano consigli saggi, ma sono azioni che potrebbero provocare un'escalation. L'immediato periodo post-separazione è considerato un momento di massima esposizione al rischio di femminicidio. Solo lei può sapere quanto è in pericolo e per questo è fondamentale l'autodeterminazione e il nostro ruolo deve essere fornire delle opzioni, stando attenti a non forzare la mano. Attuare un percorso di uscita dalla violenza deve essere una sua scelta, anche perché non senta di ricadere nella situazione in cui qualcuno le dice cosa fare. Non è raro neanche il caso il cui familiari o amiche chiamino il 1522 o il centro antiviolenza chiedendo di "contattare" la donna o "farla ragionare".

L'ultima posizione è l'"invischiamento connivente" che si verifica quando qualcun altro (che non siano i figli) assiste alla violenza senza reagire o prendere posizione oppure quando si normalizza la situazione disprezzando o colpevolizzando la vittima. Possono essere gli amici di lui o la sua famiglia che vogliono difendere il

maltrattante e perché lo conoscono e credono che agisca in buona fede, ma in questo caso possiamo riconoscere anche tutti i meccanismi di disimpegno morale evidenziati in precedenza.

Bonura propone una quarta posizione, quella di “testimone consapevole²³”, adattando al fenomeno della violenza di genere l’espressione che Alice Miller aveva utilizzato per coloro che devono prendersi cura dei bambini in situazione di abbandono o di abuso. È la posizione di chi non scappa, non resta indifferente, non si intromette e non è complice. Vengono definite le caratteristiche che devono necessariamente possedere le operatrici dei centri antiviolenza e i professionisti che, a vario titolo, vengono in contatto con le vittime, ma che tutta la comunità può sperimentare con la consapevolezza che per promuovere un cambiamento sociale è necessario iniziare a smantellare gli stereotipi di genere e a disinnescare i meccanismi di disimpegno morale, soprattutto a partire da se stessi. Correndo il rischio di essere riduttivi estrapoliamo qualche voce da questo decalogo per poter diventare anche noi, se dovesse capitare, testimoni consapevoli: non negare la realtà dell’abuso anche se ci provoca sofferenza o eventuali ricordi personali; supportare la donna nel riconoscimento della violenza senza dare interpretazioni o giudizi, evitando di scandalizzarsi; offrire un ascolto aperto ed empatico rifuggendo il rischio di consigli intrusivi o che la facciano sentire incapace o debole; proporre punti di vista differenti sulla situazione che favoriscano la ricerca di più opzioni di scelta; non minimizzare i maltrattamenti e mostrarsi disponibile a testimoniare le offese se fosse necessario; comunicare tutte le informazioni in nostro possesso sui diritti e sulle risorse alle quali la donna può avere accesso nel suo caso; evitare di creare dipendenza dalla nostra figura ma proporsi come un collegamento di una rete di sostegno più ampia; incoraggiare il percorso verso l’autonomia e la libertà, ma comprendere con lucidità i rischi e le conseguenze delle sue decisioni; considerare

²³ *Ibidem*, pp. 159-161

valore la capacità della donna di riconnettersi con i propri desideri personali perché si attivi per trasformarli in progetti. Diventare testimoni consapevoli significa scegliere una posizione generativa, in grado di fornire il rispetto e la fiducia necessaria a nominare la violenza per poterla vedere e allontanare dalla propria vita.

1.3. Cambiare approccio: la psicologia di comunità

Affrontare il tema della violenza di genere in un'ottica di psicologia di comunità ci permette di inquadrare il problema in una prospettiva ecologica che riconosce l'interconnessione tra individui, comunità e sistemi sociali più ampi. Per contrastare il più forte ostacolo all'emersione del problema, che consiste nel considerarlo una questione privata, è necessario un cambiamento radicale di prospettiva per passare da un approccio basato sulle caratteristiche psicologiche e fisiologiche dell'individuo, ad un approccio che tiene conto dei contesti culturali e promuove il cambiamento sociale. La psicologia di comunità si impegna ad affrontare i problemi di discriminazione e di giustizia sociale e lavora per costruire partenariati collaborativi fra i nodi della rete e per rafforzare il sostegno sociale, cioè il supporto emotivo, informativo, interpersonale e materiale che è possibile ricevere e scambiare nelle reti sociali.

Perché siano gli stessi cittadini ad essere protagonisti del cambiamento è importante stimolare lo sviluppo di un *sensò di comunità*, un sentimento di appartenenza ad una struttura stabile e affidabile dove ci si riconosce interdipendenti e attivamente disponibili ad un sostegno reciproco. In quest'ottica i problemi di abuso e violenza, non possono essere affrontati solo dai professionisti, psicologi e servizi sociali, ma vengono ridefiniti come responsabilità dell'intera comunità. È necessario sensibilizzare i cittadini, aumentare la conoscenza del fenomeno e sviluppare un senso di coesione sociale, attivare cioè un processo di empowerment in modo che la comunità si riconosca competente, perché solo insieme saremo in grado di combattere un problema così ampio, intricato e per molti versi impenetrabile.

1.4. Per cambiare le cose bisogna avere il coraggio di guardarle e nominarle

La violenza contro le donne è fenomeno complesso e difficile da misurare soprattutto perché sommerso. L'ultima rilevazione ISTAT su "La violenza contro le donne dentro e fuori la famiglia" è del 2014 ed esamina i dati dei cinque anni precedenti²⁴. Riferisce che 6 milioni 788 mila donne hanno subito nel corso della propria vita una qualche forma di violenza fisica o sessuale e che le violenze più gravi sono state commesse da partner o ex partner.

Sappiamo quindi che gli autori sono in larga maggioranza uomini, e in particolare gli uomini "di casa", ma nessuna ricerca finora ha rilevato specifici fattori come indicatori di rischio per quanto riguarda la tipologia del violento o maltrattante: né il gruppo etnico, né lo status sociale, né le condizioni economiche e culturali. Come abbiamo visto non c'è una specifica condizione psico-patologica da imputare al maltrattante o alla donna maltrattata. Non è possibile disegnare un identikit del violento o della vittima, perché la violenza è trasversale a cultura e ceto sociale, colpisce donne di ogni condizione e dall'altro lato è perpetrata da uomini di ogni tipo e condizione. Nel leggere i racconti delle sopravvissute, si resta impressionati nel riconoscere in ogni storia narrata le stesse tecniche di coercizione, le stesse aggressioni, le stesse minacce, le stesse espressioni. Quasi come se ci fosse un linguaggio segreto di parole e pratiche tramandate nei secoli, codificate in modo da non essere riconoscibili da parte della comunità.

Il rischio che spesso corriamo è quello di stare in silenzio a spiare dal buco della serratura. Noi per primi dobbiamo fare un esame di realtà per poter agire. Facciamo sapere agli uomini violenti che noi non siamo d'accordo e alle donne che possono farcela, che non le giudicheremo incapaci, che sappiamo cosa vuol dire sentirsi impotenti e sbagliate, sentirsi in colpa, avere paura. Con i nostri giudizi, con la

²⁴ *La violenza contro le donne dentro e fuori la famiglia*. (2022b, September 21). <https://www.istat.it/it/archivio/161716>

vittimizzazione, con l'indifferenza collaboriamo invece ad aggiungere altri lucchetti a quella porta.

2. *Prevenire, proteggere, perseguire gli autori*

2.1. Strategia integrata nel solco della Convenzione di Istanbul

2.1.1. *La violenza di genere è una violazione dei diritti umani*

Il diritto delle donne di vivere una vita libera dalle discriminazioni è un obiettivo ancora lontano, nel mondo e anche nel nostro paese. Con l'attuale ritmo di progresso, ci vorranno 131 anni per raggiungere la piena parità¹, tuttavia si continua a lottare per ridurre il gap. Da quando la violenza contro le donne è uscita dalle mura domestiche, e anche dalle singole nazioni, per occupare tavoli internazionali ed europei, sono state emanate, leggi, decreti, documenti, convenzioni, con l'obiettivo che siano sottoscritte da più stati possibile, ma che incontrano ostacoli culturali a volte insormontabili.

Le lotte generalmente vengono portate avanti per difendere i diritti di alcune minoranze che risultano contrattualmente più deboli delle maggioranze e rischiano per questo di essere oppresse. Appare del tutto paradossale che le donne, che rappresentano numericamente la metà del mondo, debbano combattere tanto strenuamente per difendere i loro diritti e il paradosso rende evidente la natura totalmente culturale della disparità di potere.

Come leggiamo sul sito dell'Organizzazione Mondiale della Sanità² la violenza contro le donne è un fenomeno di proporzioni enormi e provoca gravi conseguenze su donne e bambini, ma anche sulla vita sociale ed economica dei singoli paesi. Colpisce un terzo della popolazione femminile nel mondo e ha un impatto

¹ *Gender equality is stalling: 131 years to close the gap.* (n.d.). World Economic Forum. <https://www.weforum.org/press/2023/06/gender-equality-is-stalling-131-years-to-close-the-gap/>

² World Health Organization: WHO. (2020, July 8). *Violence against women.* https://www.who.int/health-topics/violence-against-women#tab=tab_1

esorbitante sulla salute fisica e mentale. Morte, lesioni, stupri, gravidanze indesiderate, aborti, mutilazioni genitali femminili, matrimoni forzati, malattie sessualmente trasmissibili, ma anche depressione, disturbi post-traumatici da stress, abuso di alcol, suicidio. Importanti fattori di vulnerabilità e di predisposizione sono: aver subito o assistito alla violenza durante l'infanzia, vivere in una cultura che considera accettabili la violenza e le disuguaglianze di genere o in paesi dove le leggi contro la violenza sessuale sono deboli.

A partire dalla Dichiarazione universale dei diritti umani del 1948, è stata intrapresa la lunga battaglia perché il mondo riconosca che le donne, da sempre, in tutto il mondo, in modo più o meno grave, vivono una condizione che lede la loro libertà. Le tappe internazionali più importanti sono state la CEDAW nel 1979 e la Convenzione di Istanbul del 2011.

La *Convenzione per l'eliminazione di tutte le forme di discriminazione contro le donne* (CEDAW) collega per la prima volta i diritti delle donne ai diritti umani. È il più importante strumento internazionale giuridicamente vincolante in materia di diritti delle donne e definisce discriminazione contro le donne: “ogni distinzione, esclusione o limitazione basata sul sesso, che abbia l'effetto o lo scopo di compromettere o annullare il riconoscimento, il godimento o l'esercizio da parte delle donne, [...] dei diritti umani e delle libertà fondamentali in campo politico, economico, sociale, culturale, civile, o in qualsiasi altro campo”³. È stata ratificata da più di due terzi degli stati membri dell'ONU e si era posta l'obiettivo di avere un'approvazione “universale” nel 2000, che evidentemente non è stato raggiunto. La Cedaw indica con accuratezza e rigore le misure per eliminare la discriminazione e gli stati che la ratificano si impegnano, non solo ad adeguare ad essa la loro legislazione, ma a cancellare ogni discriminazione praticata da “persone, enti e

³ *Convenzione per l'eliminazione di tutte le forme di discriminazione contro le donne* (CEDAW). (n.d.-c). Dipartimento per Le Pari Opportunità. <https://www.pariopportunita.gov.it/it/politiche-e-attivita/attivita-internazionali-ed-europee/convenzione-per-leleliminazione-di-tutte-le-forme-di-discriminazione-contro-le-donne-cedaw/>

organizzazioni di ogni tipo, nonché a prendere ogni misura adeguata a modificare costumi e pratiche consuetudinarie discriminatorie”⁴.

Del 2011 è invece la *Convenzione del Consiglio d’Europa sulla prevenzione e la lotta contro la violenza nei confronti delle donne e la violenza domestica*, nota come *Convenzione di Istanbul*. Prende il nome dalla città dove avvenne la firma, ma purtroppo la Turchia ha poi revocato la sua partecipazione nel 2021. Si tratta dello strumento internazionale più innovativo e ambizioso mai stato realizzato in questo ambito che, riconoscendo come base tutti i principi internazionali di salvaguardia dei diritti umani raggiunti fino ad allora, ha lo scopo di “condannare ogni forma di violenza sulle donne e la violenza domestica”. È un documento che individua un nuovo approccio al fenomeno della violenza di genere e che sta portando risultati concreti. Purtroppo la sua diffusione è ancora limitata e questo è parte del problema, mentre sarebbe fondamentale che il testo, conciso e di facile lettura, fosse distribuito e discusso nelle scuole, nelle università, nelle aziende e conosciuto da tutta la società civile, oltre che oltre essere obbligatorio per politici e legislatori. La Convenzione “riconosce la natura strutturale della violenza contro le donne, in quanto basata sul genere, e lo considera uno dei meccanismi sociali cruciali per mezzo dei quali le donne sono costrette in una posizione subordinata rispetto agli uomini”, individuando di fatto la responsabilità dei governi nel contrastarla. Un punto di vista che inquadra il problema in una cornice normativa istituzionale e fornisce le linee guida perché ogni paese firmatario sia in grado di dotarsi di efficaci strumenti di contrasto. Gli 81 articoli che la compongono sono semplici, chiari e molto precisi nella definizione del contesto e di tutte le situazioni possibili in cui si esprime la violenza di genere, ma soprattutto risultano incisive le misure definite come le tre “p”, *prevenire, proteggere, perseguire gli autori*, che gli stati sono obbligati a mettere in pratica. A queste possiamo aggiungere una quarta “p”, *politiche integrate*, che determinano

⁴ *Ibidem*

l'efficacia delle politiche di contrasto. Colpisce quanto tutto il testo sia redatto considerando sempre prioritari i diritti della vittima e quanto lucidamente si esprima la responsabilità delle istituzioni nel favorire la collaborazione fra gli attori della rete a realizzare un'azione congiunta. Un gruppo di esperti indipendenti denominato GREVIO⁵ ha il compito di vigilare e valutare il rispetto degli accordi, attraverso rapporti periodici forniti dagli stati.

Benché il testo della Convenzione di Istanbul, e forse la stessa esistenza, sia sconosciuta all'opinione pubblica, i benefici della sua applicazione sono molti e sono oggetto di questo capitolo.

2.1.2. *L'Italia cambia passo: il Piano strategico nazionale di contrasto alla violenza di genere*

L'Italia, nel 2012, è tra i primi Paesi europei a ratificare la Convenzione. Dopo pochi mesi il Parlamento approva a larga maggioranza *Disposizioni urgenti in materia di sicurezza e per il contrasto della violenza di genere*, che introduce misure volte a rafforzare sia la tutela penale delle donne vittime di violenza, sia a prevenirne il fenomeno. Sono seguite varie modifiche al codice civile e penale, ma il provvedimento che più ha inciso è la legge conosciuta come Codice Rosso⁶, che ha rafforzato le tutele processuali delle vittime, con particolare riferimento ai reati di violenza sessuale e domestica, ha introdotto alcuni nuovi reati nel codice penale (tra cui il delitto di deformazione dell'aspetto della persona mediante lesioni permanenti al viso, quello di diffusione illecita di immagini o video sessualmente espliciti e quello di costrizione o induzione al matrimonio) ed aumentato le pene previste per i reati che più frequentemente sono commessi contro vittime di genere femminile (maltrattamenti, atti persecutori, violenza sessuale)⁷. Il Dipartimento per le pari

⁵ GREVIO *Group of Experts on action against Violence against Women and Domestic Violence*

⁶ Legge n. 69/2019 Gazzetta Ufficiale. (2019, July 25).

<https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2019/07/25/19G00076/sg>

⁷ Deputati, C. D. (2018b, March 23). *Violenza contro le donne*. Documentazione Parlamentare. <https://temi.camera.it/leg19/temi/violenza-contro-le-donne.html#:~:text=La%20legge%2019%20luglio%202019,disposizioni%20di%20tutela%20delle%20vittime>.

opportunità è la struttura di supporto alla Presidenza del Consiglio dei Ministri che si occupa di coordinare le attività conoscitive, di verifica, controllo, formazione e informazione in materia e di curare le relazioni di collaborazione delle amministrazioni e la gestione dei fondi. Lo strumento chiave con cui opera è il Piano strategico nazionale.

L'Italia ha adottato dal 2015 un primo *Piano strategico nazionale sulla violenza maschile contro le donne*, l'ultima versione è quella presentata per il biennio 2021-2023. Leggiamo nelle sue premesse che esiste un *sentire comune* da parte del Paese che richiama l'azione del governo sul contrasto alla violenza. Il Piano si articola sui quattro assi indicati dalla Convenzione e ne individua le specifiche priorità, impegnandosi contemporaneamente nella redazione di un *Piano Operativo*, ossia un documento di programmazione contenente l'elenco puntuale delle azioni da realizzare. Gli assi sono *prevenzione, protezione e sostegno, perseguire e punire, assistenza e promozione*.

2.1.3. Le rilevazioni dell'Istat e l'importanza dei dati

La Convenzione di Istanbul (Articolo 11) sancisce l'importanza della raccolta dei dati statistici e della ricerca al fine di studiare opportune politiche di prevenzione e anche su questo punto l'Italia si è adeguata prontamente. Sebbene i dati venissero raccolti anche in passato, a partire dal 2013, su incarico del Ministero delle pari opportunità, l'attenzione ai numeri diventa centrale nei gruppi di lavoro istituzionali e permette un intervento integrato tra il governo e le varie realtà sociali del territorio. Già i report dei centri antiviolenza venivano accuratamente raccolti e gestiti dalle Regioni, ma intersecare tutti i dati nazionali ha permesso di disegnare un quadro più coerente e ha fatto emergere le criticità. L'Istat ricopre un ruolo fondamentale e gli accordi di collaborazione, anche con il Ministero della Sanità e quello della Giustizia, hanno fornito gli indicatori e le analisi utili a comprendere il fenomeno e a

predisporre politiche efficaci. Tutto il sistema informativo sulla violenza di genere è basato sulle tre “p”.

Per lavorare sulla *prevenzione* nell’ottica del problema culturale, è importante raccogliere dati che indichino il livello di stereotipi diffuso fra la popolazione. Sono essenziali, per stimare il sommerso della violenza, cioè la parte non denunciata alla polizia e alle autorità giudiziarie, i dati dell'*Indagine sulla sicurezza delle donne*⁸, una ricerca che fornisce un quadro molto dettagliato dei vari tipi di violenza e permette di conoscere meglio le dinamiche e le conseguenze, al fine di predisporre dei percorsi di fuoriuscita. Dall’osservazione delle statistiche emerge la necessità di lavorare sull’educazione e sulla formazione perché la conoscenza e la consapevolezza sono strumenti efficaci di contrasto, sia per le vittime, che per la rete e la società civile.

Sul tema della *protezione* la Convenzione ha avuto il merito di superare i confini locali di istituzioni e associazioni per creare una sinergia che ha permesso di incrociare i dati dei centri antiviolenza, del 1522 e degli accessi al pronto soccorso, consentendo di mappare tutto il territorio nazionale per creare una rete di protezione per le vittime di violenza che garantisca la cooperazione fra le differenti istituzioni competenti.

Per quanto riguarda la *persecuzione degli autori*, i numeri sono ancora poco diffusi a causa della criticità di divulgazione da parte del Ministero della Giustizia, ma è in corso (2024) una rilevazione sulla Sicurezza delle donne. L’indagine avrà un campione di circa 25.500 donne tra i 16 e i 75 anni, di cui 21.000 italiane, 4.000 straniere e 500 rifugiate in Italia. Di grande importanza è la partecipazione dell’Istat all’interno della Commissione femminicidi. Le variabili per definire un femminicidio come tale sono che il reato sia stato agito dal partner o ex partner, da un parente o da persona, conosciuta o sconosciuta e che avvenga attraverso un modus operandi o in un contesto legato alla motivazione di genere. I dati degli anni 2020-23 indicano una

⁸ *La violenza contro le donne dentro e fuori la famiglia*. <https://www.istat.it/it/archivio/161716>

media di una donna uccisa ogni 3-4 giorni distribuite uniformemente su tutto il territorio nazionale.

2.1.4. *1522, il numero verde anti violenza e stalking*

In linea con quanto definito dalla Convenzione di Istanbul (Articolo 24), l'Italia nel 2006 ha istituito la linea telefonica 1522, un servizio pubblico promosso dal Dipartimento per le pari opportunità della Presidenza del Consiglio dei Ministri. Il numero è gratuito, attivo 24 ore su 24 e accoglie le richieste di aiuto e sostegno delle vittime di violenza e stalking e le indirizza verso i servizi di protezione disponibili più vicini. Si può chiamare per avere aiuto o anche solo un consiglio ed è possibile parlare al telefono o chattare direttamente sul sito www.1522.eu e via app. L'accoglienza è disponibile, oltre che in italiano, in 10 lingue diverse. L'equipe è composta da operatrici specializzate, formate nell'accoglienza delle donne vittime di violenza e quindi in grado di effettuare un'attenta valutazione del rischio. Il team è coadiuvato da una psicologa, da avvocate e da altre figure con competenze specifiche per dare sostegno a donne portatrici di disabilità o donne migranti. Le richieste di aiuto sono relative soprattutto alla violenza fisica, il più delle volte subita per anni dal partner, ma anche a stalking e abusi psicologici che in genere si sommano a tutti gli altri.

Il 1522 ha una doppia funzione, oltre ad accogliere e indirizzare le donne verso i servizi territoriali specifici, fornisce una mappatura del fenomeno e dati sempre aggiornati. Tutte le attività, infatti, pur nel rispetto della privacy, vengono monitorate attraverso una piattaforma digitalizzata in grado di riorganizzare le informazioni fornite durante le telefonate e di restituire un'analisi utile a comprendere le dinamiche e le caratteristiche del fenomeno. Negli ultimi mesi del 2023 le chiamate sono aumentate, con un incremento di quasi il 90%, in concomitanza con le numerose campagne promozionali, ma soprattutto a seguito del femminicidio di Giulia Cecchettin, che ha fortemente sensibilizzato l'opinione pubblica. Oltre alle

richieste di aiuto per se stesse o per amiche o parenti, molte persone hanno chiamato per avere informazioni sul servizio di cui non conoscevano l'esistenza. Questi dati confermano che nonostante l'impegno delle istituzioni nell'impiegare risorse economiche in un sostegno sociale altamente professionale, i cittadini spesso non ne sono a conoscenza e che solo il 12,8% delle donne che hanno subito un reato di genere sa che esistono i centri anti violenza. Emerge anche il fenomeno dell'under-reporting⁹: il 65,5% delle vittime che chiamano il 1522 non denuncia la violenza subito alle autorità.

2.1.5. *La rete territoriale integrata e l'importanza della formazione in ottica di prevenzione*

L'obiettivo del Piano nazionale è quello di potenziare le risorse per dare sostegno a donne e bambini che vivono situazioni di violenza, attuando un piano multilivello che integri tutte le istituzioni coinvolte nel contrastarla, mediante la formalizzazione di protocolli d'intesa ispirati al principio del partenariati pubblico-privato. Elemento fondamentale di congiunzione deve essere una formazione specifica che rappresenta ancora oggi l'anello debole del contrasto alla violenza. Proprio per le caratteristiche di un fenomeno criminale, ma totalmente culturale, è necessario che chiunque agisce in questo ambito abbia la consapevolezza di essere condizionato da stereotipi che impediscono un pensiero libero da pregiudizi. Un giudice delle indagini preliminari, un funzionario delle forze dell'ordine che riceve una denuncia, un operatore del pronto soccorso che medica una donna caduta dalle scale troppe volte, come fa a capire di trovarsi di fronte ad una violenza di genere? La parola chiave è dunque *riconoscere*, imparare a vedere i segnali nascosti, avere gli strumenti per valutare il rischio, conoscere il pericolo di colpevolizzare la vittima. Nel processo penale, ancora in troppi casi, è la vittima ad essere protagonista e non l'autore del reato. Ad essere analizzato è il comportamento della donna più che il reato compiuto

⁹ fenomeno per il quale le forze di polizia non riconoscono la matrice discriminatoria del reato denunciato e, conseguentemente, non lo registrano né lo investigano come tale

dall'uomo. Nei processi civili può capitare che le sentenze vadano nella direzione dell'affido condiviso e che psicologi, assistenti sociali e giudici, se non viene riconosciuta la violenza, spingano per una mediazione familiare, di fatto vietata in questi casi per non esporre i minori a situazioni di pericolo e la donna al rischio post-separazione. È un tema non molto studiato ma, da ricerche internazionali, emerge che è la separazione in sé a costituire un elemento di rischio¹⁰, infatti le donne continuano a subire violenze anche dopo essersi separate e le donne uccise sono quasi sempre uccise o ferite gravemente da ex partner.

La legge¹¹ prevede che siano predisposte delle linee guida per formare gli operatori che entrano in contatto con le donne vittime di violenza. Il Ministero della giustizia propone iniziative di formazione di figure specializzate anche alla Scuola Superiore della Magistratura¹². Un esempio virtuoso è quello del Procuratore Francesco Menditto che ha istituito a Tivoli dal 2017 un team composto da pubblici ministeri, polizia giudiziaria e psicologi, ispirandosi ai pool antimafia. Se possono essere individuate delle analogie, l'ambiente familiare, il contesto di omertà che impedisce l'emersione del fenomeno, la reiterazione del reato anche in seguito alle misure cautelari e al carcere, allora anche gli strumenti di contrasto possono essere gli stessi: magistrati specializzati, una società civile che fa rete, la condanna da parte della comunità.

La formazione è un pilastro della prevenzione ed è per questo che le caratteristiche specifiche della violenza di genere e le trappole degli stereotipi devono essere diffusi ovunque. Ad esempio, per contrastare la violenza economica che impedisce alla donna di essere autonoma e quindi libera di scegliere, è fondamentale che le lavoratrici conoscano i propri diritti, ma anche politici, aziende e privati devono

¹⁰ Brownridge, D. A. (2006). *Violence against women post-separation. Aggression and Violent Behavior*, 11(5), 514–530. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2006.01.009>

¹¹ *Disposizioni per il contrasto della violenza sulle donne e della violenza domestica*, articolo 6 della legge n. 168 del 24 novembre 2023

¹² https://www.camera.it/temiap/documentazione/temi/pdf/1405997.pdf?_1713365776516

essere consapevoli che proporre condizioni di lavoro svantaggiose o stipendi più bassi degli uomini, significa in molti casi, limitare la libertà di una donna di uscire da una situazione di violenza. Formazione in materia di genere dovrebbe essere erogata anche nelle aziende, così come negli istituti bancari, per vigilare che le donne ricevano lo stipendio su un conto proprio. Da una ricerca di Episteme del 2019 è emerso che il 37% delle donne in Italia non possiede un conto corrente, la percentuale cresce al diminuire del livello culturale, fino a giungere il 100% per le donne che hanno un livello culturale basso. Anche in questo caso si tratta di riconoscere i segnali della violenza economica che rende le donne vittime.

2.2. Le strutture di sostegno

2.2.1. I centri antiviolenza

I CAV, centri antiviolenza, sono il cuore pulsante del contrasto alla violenza maschile sulle donne. I primi centri aprono in Italia intorno agli anni '80. La mappatura presente sul sito del 1522 ne conta oggi 385 distribuiti su tutto il territorio, non sempre in modo omogeneo, e i dati sono in continuo aggiornamento¹³. Anche in questo caso è stata la ratifica della Convenzione di Istanbul a spingere il Ministero delle pari opportunità ad aumentare i finanziamenti, ma siamo ancora lontani dal fabbisogno che cresce ulteriormente con l'emersione. C'è quindi una politica attuata dall'alto, dal governo, ma anche una vasta rete di associazioni no profit e di volontariato attivate dalla società civile sui territori. Accanto alle piccole realtà, esistono organizzazioni più strutturate che agiscono a livello nazionale e sono state in grado di costruire, sia una competenza specifica per il sostegno alle donne, sia la capacità di collaborare con gli altri organismi allo scopo di trovare insieme mezzi di contrasto più efficaci. Il ruolo dei CAV agisce soprattutto nella rete, stimolando tutti i

¹³ *I Centri antiviolenza e le donne che hanno avviato il percorso di uscita dalla violenza*. (2023, November 23). <https://www.istat.it/it/archivio/291270>

soggetti coinvolti, dalle forze dell'ordine ai medici, dagli avvocati ai giudici, psicologi, assistenti sociali, sindacati, scuole, che devono essere stimolati ad identificare la radice culturale nella violenza di genere e attivarsi per riconoscerla. Quando ci si trova davanti ad una donna che probabilmente, o certamente, ha subito violenza è necessario essere consapevoli dei propri stereotipi, astenersi dal giudizio durante il suo racconto, sapere che c'è un alto tasso di recidiva e consigliarle sempre di rivolgersi ad un centro antiviolenza. I CAV devono costituire il nodo principale della rete perché la loro caratteristica di bidirezionalità favorisce un collegamento competente tra i servizi delle istituzioni e i soggetti da proteggere.

2.2.2. *Un'equipe di donne formata e specializzata*

I CAV sono i luoghi dove le donne che subiscono maltrattamenti e abusi fisici e psicologici possono essere accolte e supportate in un percorso di uscita dalla violenza, un processo complesso dove è sempre la donna che deve essere protagonista e decidere di agire secondo i suoi tempi. Restituire la libertà di scelta a chi si è sentita svilita, umiliata e controllata, è il valore che guida ogni operatrice fin dal primo colloquio. Il personale che lavora nei centri è composto interamente da donne, preparato e sempre aggiornato attraverso corsi di formazione organizzati internamente e sostiene un periodo di affiancamento e tirocinio prima di incontrare le donne. Quasi la metà delle operatrici di accoglienza sono volontarie e le lavoratrici hanno contratti del terzo settore, con stipendi ancora troppo bassi. Inoltre la sopravvivenza economica delle associazioni è legata a bandi pubblici che non permettono sempre contratti a tempo indeterminato. La convivenza fra volontarie e operatrici retribuite, che lavorano a tempo pieno e spesso hanno anche funzione di leader, può generare delle criticità e snaturare la proficua collaborazione. Burnout e turnover sono i rischi più importanti, ma risulta fondamentale anche una coesione del gruppo di lavoro perché resti alta la motivazione e tutte si sentano attive e partecipi, nonostante incentivi e sistemi premianti differenti. La forte vocazione volontaristica

del resto dimostra il grande senso di responsabilità percepito dalla comunità e quanto questa sia disposta ad impegnarsi. Le istituzioni dovrebbero riconoscere e sostenere questo valore e non usarlo come un un escamotage per coprire inefficienze e carenza di risorse (Francescato et al., 2011). Lo psicologo di comunità potrebbe svolgere una funzione essenziale all'interno delle associazioni, sia per mantenere alta la coesione e il senso di appartenenza all'interno delle organizzazioni, che per stimolare la comunità con interventi di sensibilizzazione e partecipazione a livello locale, contribuendo ad un concreto cambiamento culturale.

2.2.3. Case rifugio e case di semi-autonomia

In Italia, nel 2022, più di 26.000 donne si sono rivolte ad un centro antiviolenza¹⁴. Possono arrivare dopo aver chiamato il 1522 o essere state consigliate dalle Forze dell'Ordine, dai servizi sociali o anche da amici e parenti. Tutti i punti di contatto sono importanti e proprio dal basso, dall'idea della dottoressa Vittoria Doretti e di un gruppo di volontari, nasce in un ospedale di Grosseto il primo *codice rosa*, divenuto ora una realtà nazionale finanziata dal Ministero della Sanità. Nel 2023 l'80% dei Pronto Soccorso ha attivato un percorso protetto per donne e ragazze che hanno subito violenza e assicura visite specialistiche, un consulto psicologico, la possibilità di un ricovero in caso di pericolo imminente nell'abitazione familiare e il collegamento con la rete dei centri antiviolenza¹⁵, che a loro volta, in alcuni casi, gestiscono sportelli dedicati all'interno dei principali ospedali. Se viene valutato un alto rischio di recidiva, si cerca ospitalità nelle case rifugio, strutture protette in grado di accogliere le donne in pericolo di vita, anche con i propri figli minorenni. Attualmente sono 450¹⁶, distribuite in modo non molto omogeneo, anche queste in

¹⁴ *Ibidem*

¹⁵ Ministero della Salute (n.d.). *Violenza sulle donne*.
<https://www.salute.gov.it/portale/donna/dettaglioContenutiDonna.jsp?lingua=italiano&id=4498&area=indennizzo&menu=society&tab=1>

¹⁶ *Le case rifugio e le strutture residenziali non specializzate per le vittime di violenza*.
<https://www.istat.it/it/archivio/296384>

numero insufficiente a soddisfare le richieste. La gestione è affidata a figure specializzate che coordinano le attività di operatrici, assistenti sociali, psicologhe ed educatrici, la cui presenza è importante per la presenza dei bambini e il sostegno alla genitorialità. Nelle case rifugio vengono attivati percorsi di accompagnamento all'uscita dalla violenza che richiedono il coinvolgimento di tutta la rete per sostenere le donne a ricostruire una vita libera per sé e per i propri figli. Vengono attivati, per esempio, corsi di formazione professionale, educazione finanziaria e assistenza nella ricerca attiva di un lavoro, nella convinzione che l'indipendenza economica sia indispensabile per non dover più essere ricattate. Nei servizi di supporto le donne cercano accoglienza, ascolto, ma anche un sostegno concreto per essere assistite nei passi necessari. Trovano operatrici preparate ed esperte anche in varie pratiche come richiesta di asilo e permesso di soggiorno, domanda di reddito di libertà, diritti del lavoro. Un grande supporto proviene dalle avvocate che lavorano come volontarie o attraverso il *gratuito patrocinio* garantito dallo stato, in caso di violenza di genere, senza alcun limite di reddito. In tutta la rete antiviolenza sono sempre disponibili mediatrici culturali a sostegno delle donne migranti e anche corsi di alfabetizzazione alla lingua italiana. Nelle case rifugio le donne ospitate possono sentirsi al sicuro e anche meno sole nel condividere con le altre spazi comuni e attività di gioco e di socializzazione. Le operatrici sono presenti h24, sette giorni su sette.

La permanenza in genere non dovrebbe superare i sei mesi, in seguito si può essere ospitate nelle case di semi-autonomia dove le donne e i loro bambini possono percorrere l'ultima parte del loro viaggio verso l'indipendenza. Un percorso solido, che renda autonoma una donna deve durare almeno dodici mesi, per permetterle di rafforzarsi sul piano dell'autodeterminazione e, se ha già trovato un impiego, accantonare una piccola cifra per affittare un'abitazione e ripartire da persona libera. Anche queste strutture sono previste dal Piano Nazionale Antiviolenza, ma non sono mai sufficienti ad accogliere le tantissime donne costrette a scappare per mettersi in

salvo. Gli sforzi che facciamo per facilitare l'emersione di situazioni di violenza, sono spesso vanificati dalla scarsità di risorse disponibili. Donne e bambini obbligati a lasciare le proprie case, amicizie, abitudini, scuola, vivono come una grande ingiustizia la necessità di nascondersi, essere "rinchiuse", pur non avendo nessuna colpa, mentre spesso il maltrattante resta nella casa familiare. Rispondere a questa emergenza rappresenta una priorità per un paese civile e democratico

2.2.4. *Come funzionano i centri antiviolenza*

Non esistono studi che possono dimostrare con certezza l'efficacia dei centri antiviolenza. Conosciamo le statistiche, il numero delle donne che chiamano per chiedere aiuto, di quelle che prendono il primo appuntamento, di quelle che iniziano, poi lasciano e riprendono, oppure abbandonano. Non conosciamo il numero più importante, quello di chi non trova il coraggio, di chi ha troppa paura, di chi ha perso la speranza, di chi pensa che nessuno la potrà aiutare.

Le donne che decidono di affrontare un percorso sono già diverse, hanno messo timidamente un piede fuori dalla porta oppure sono scappate in pigiama e ciabatte, trascinando con sé bambini terrorizzati.

Nella maggior parte dei casi il primo contatto avviene al telefono, e questo può aiutare a superare il senso di vergogna. Fin da subito si ha la possibilità di raccontare brevemente il motivo della richiesta d'aiuto e l'operatrice è in grado, con alcune domande strategiche, di valutare se la donna è in pericolo o è al sicuro. In base a queste informazioni le propone un appuntamento al centro, le spiega brevemente cosa aspettarsi dall'incontro e la rassicura sulla riservatezza di tutto ciò che desidera condividere. I colloqui di accoglienza si tengono in una stanza confortevole, in un clima rilassato e cordiale. Le operatrici ascoltano attivamente, sono preferibilmente in due e ruotano ad ogni colloquio anche per confrontarsi e fornire un supporto più efficace. La donna deve sentirsi al sicuro, in uno spazio protetto, dove può portare la sua storia essendo certa di non essere giudicata. Il valore assoluto è il rispetto dei

tempi e dei modi del racconto che a volte è un fiume in piena, mentre altre ha bisogno di essere incoraggiato dalle domande delle operatrici che possono essere dirette, ma mai invadenti o morbose. L'obiettivo è accompagnare la donna a dare un nome alla violenza e a prendere consapevolezza che una via d'uscita è possibile e lì può trovare il sostegno per salvarsi. Non farla sentire sballata se in quel momento si sente incapace di reagire, impaurita o arrabbiata. Incoraggiarla e rafforzarla nel credere al cambiamento che sarà in grado di mettere in atto. Supportarla significa soprattutto permetterle di riconoscere di avere diritto a non essere picchiata, violentata, umiliata, screditata, e il diritto di essere libera di decidere della propria vita di prendersi cura di se stessa e di scegliere quello che la fa stare bene, di lavorare e di gestire autonomamente i propri soldi. E, visto che lo stato è responsabile per i suoi diritti, ha diritto di essere protetta dalle forze dell'ordine e di essere difesa in tribunale perché nessuno possa più calpestare i suoi diritti.

Una ricerca del 2021¹⁷ ha analizzato quanto il supporto di un centro antiviolenza abbia contribuito all'emancipazione delle donne che lo hanno frequentato. I risultati hanno dimostrato che gli interventi del CAV si sono adattati alle esigenze delle donne. Nelle prime fasi, il loro obiettivo principale era quello di porre fine alla violenza e il lavoro svolto con le operatrici è stato ritenuto utile per il modo in cui forniva sostegno psicologico, sicurezza e protezione. Gli obiettivi delle donne si sono successivamente spostati verso l'indipendenza economica e personale e questo ha richiesto di poter accedere ad una formazione professionale e un maggiore sostegno sociale. Anche se gran parte del percorso ha ampiamente soddisfatto le aspettative delle donne, altri bisogni significativi (come il sostegno finanziario o l'assistenza legale) sono stati talvolta disattesi e la collaborazione con altri servizi (come le forze dell'ordine o i servizi sociali) è stata occasionalmente considerata problematica.

¹⁷ Albanesi, C., Tomasetto, C., & Guardabassi, V. (2021). Evaluating interventions with victims of intimate partner violence: a community psychology approach. *BMC Women's Health*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01268-7>

Quindi le donne ritenevano efficace il percorso verso l'empowerment, ma molto carenti il sostegno sociale ed economico, elementi che possiamo considerare cruciali per liberarsi dalla violenza.

2.2.5. *Misurare la violenza: strumenti di valutazione del rischio di recidiva*

I primi tentativi di misurare la violenza intima di coppia (IPV) iniziano con delle valutazioni soggettive degli operatori che venivano in contatto con il fenomeno. Più avanti, intorno al 2000 compaiono strumenti che provano a dare una misurazione standardizzata, ma è ancora forte la componente statistica. Tuttavia si inizia ad inserire un parametro fondamentale da misurare, ossia l'escalation della violenza, che permette di valutare l'esposizione del rischio di recidiva e che si perfeziona nelle varie versioni dello strumento attualmente più evoluto, il SARA (Spousal Assault Risk Assessment).

Il SARA nella sua versione portato in Italia da Differenza Donna, come SARA-S (Screening) esamina 15 Fattori di rischio articolati in 3 domini principali: violenze nei confronti del partner o ex partner, adattamento psicosociale e fattori di vulnerabilità della vittima. Il progetto europeo FuTuRe¹⁸, condotto sempre da Differenza Donna e che ha coinvolto l'Università degli Studi della Tuscia e Università degli Studi di Roma La Sapienza, si è posto l'obiettivo di diffondere il test in grado di rilevare il rischio in modo efficace e che può essere utilizzato da persone non formate in modo specifico, con cui le donne possono venire in contatto, come ad esempio le forze dell'ordine o gli operatori del pronto soccorso. È quindi uno strumento che può essere utilizzato da tutta la rete e che ha il vantaggio di utilizzare un linguaggio condiviso. A questo scopo sono state sviluppate delle linee guida, facili e comprensibili, sia per la valutazione e l'autovalutazione del rischio di recidiva.

¹⁸ FuTuRE – Fostering Tools of Resilience and Emersion of GBV with intersectional perspective. future – Differenzadonna.org. (n.d.). <https://www.differenzadonna.org/future/>

Il test di autovalutazione ISA (Increasing Self Awareness) permette a qualsiasi donna che ha subito violenza di comprendere qual è il livello di pericolo che sta correndo. Il questionario e il manuale che lo accompagna, oggi tradotti in 15 lingue e disponibili anche in comunicazione semplificata e comunicazione aumentativa alternativa, si possono scaricare sul sito dell'associazione¹⁹.

2.3. Punire gli autori dei reati proteggendo le vittime

Come abbiamo visto, la Convenzione di Istanbul ha esortato i governi a modificare alcuni articoli del Codice Penale e a produrre nuove leggi in materia di violenza contro le donne, è però di vitale importanza conoscerle e farle rispettare.

2.3.1. *Le forze dell'ordine*

Quando una donna si sente in pericolo, la prima cosa che deve fare è chiamare le forze dell'ordine. Lo stesso deve fare qualunque cittadino assista a violenze contro una donna o percepisca urla, minacce o richieste di aiuto.

Il ruolo delle forze dell'ordine è centrale per la protezione delle vittime e l'atteggiamento di chi interviene è fondamentale per definirne il comportamento. Per questo ci deve essere una formazione specializzata sulle dinamiche della violenza di genere e sui pericoli della vittimizzazione secondaria. Deve essere chiara la differenza fra conflitto (persone alla pari) e violenza (disparità di potere) e che, in questo caso, non si proponga mai una riconciliazione o si minimizzi l'accaduto. Che si proceda all'arresto il caso di flagranza di reato e ci si assicuri che la donna si rechi al pronto soccorso anche se non ci sono lesioni evidenti, perché anche la violenza psicologica è un reato e quella sessuale è poco visibile. Il referto sarà poi importante per eventuali azioni legali. La donna, ha diritto a denunciare, ma non deve essere

¹⁹ Scelta Lingua Questionario – Differenzadonna.org, n.d.

forzata se questo dovesse metterla in pericolo. Sarà sempre lei a decidere di farlo quando si sentirà pronta e al sicuro, nel frattempo ha bisogno di essere tutelata.

Nel caso in cui sia la donna a andare in commissariato a raccontare, allo stesso modo non la si deve forzare, né tantomeno dissuadere, ma accoglierla e riconoscere i suoi diritti. Condurre il colloquio in una zona riservata, preferibilmente con personale femminile, soprattutto in casi di violenza sessuale quando la vergogna può essere molto forte. Facilitare la narrazione dei fatti, ma fare attenzione che le domande non contengano un giudizio o una vittimizzazione: *com'eri vestita? avevi bevuto? lo tradisci?* Essere certi di scrivere il verbale utilizzando esattamente le parole della donna, evitando interpretazioni personali e parafrasi che potrebbero alterarne il senso²⁰.

2.3.2. I tribunali e le azioni legali

Le donne spesso non denunciano perché hanno paura, ma anche un urgente bisogno di liberarsi dalla violenza e allontanare il maltrattante. Si trovano quindi in una condizione di pericolo e non sanno come uscirne. Il centro antiviolenza rappresenta un luogo dove poter essere informate sui propri diritti, e soprattutto essere sostenute nelle scelte possibili. Le operatrici sono preparate a supportarle visto che, per formazione, ma soprattutto per esperienza, conoscono i reati specifici e i sistemi di protezione previsti dalla legge, ma non esistono soluzioni predeterminate, ogni mossa va costruita con consapevolezza. Le donne arrivano spaventate e confuse, incerte su quali azioni intraprendere per mettersi al sicuro e non provocare ulteriori violenze. Nei casi in cui subiscano una violenza economica, non hanno un reddito sufficiente per consultare un legale e non tutte sanno che le vittime di reati di stalking e violenza sessuale hanno diritto al *gratuito patrocinio*. Le avvocate che collaborano con i centri antiviolenza conoscono bene, oltre alle leggi specifiche, le difficoltà che

²⁰ M.L. Bonura (2016), *Che genere di violenza. Conoscere e affrontare la violenza contro le donne*, Erickson, pp. 200-202

le donne incontrano in questo percorso che può durare anni. Nonostante gli strumenti legislativi siano aumentati, nella pratica sono spesso indeboliti, sia dalla mancanza di risorse operative, sia dalle difficoltà a riconoscere la violenza, fattori che costringono la donna a subire ulteriori umiliazioni e stress, quando non ulteriori traumi.

2.4. Sostegno sociale e rete sociale

Abbiamo visto che i centri antiviolenza, in quanto specificatamente competenti, costituiscono il nodo più importante della rete sociale per prevenire e contrastare la violenza di genere, ma svolgono anche la fondamentale funzione di sostegno sociale, cioè quel supporto emotivo, strumentale, informativo e materiale che contribuisce a proteggere la salute psicofisica delle persone. Per chi è stata ridotta a pensare di non avere diritti, sapere di essere inserita in una rete sociale rappresenta di per sé un fattore protettivo dallo stress.

Una delle tattiche manipolatorie che l'uomo maltrattante mette in atto per assicurarsi il silenzio è l'isolamento della donna da familiari, amici e ambiente di lavoro. Conseguentemente le relazioni vengono danneggiate dalla paura della donna, che può avere comportamenti di allontanamento proprio da chi costituisce il suo sistema di sostegno informale, mentre una risposta dall'ambiente sociale potrebbe moderare l'impatto della sua sofferenza.

Nei casi di violenza sessuale spesso lo stupratore, se è una persona che già conosce la ragazza o la donna, oppure ha uno status sociale più alto, ad esempio un professore, un superiore, può godere del sostegno della comunità, che tenderà a colpevolizzare la vittima. Questo è uno dei motivi per cui il numero delle denunce per reati sessuali è così lontano dalla realtà.

Le donne, per non essere isolate, colpevolizzate vittimizzate, preferiscono restare in silenzio con il rischio frequente di interiorizzare il trauma e andare incontro a depressione e altre patologie, soprattutto se adolescenti. Restituire loro una visione positiva di sé e fargli percepire il sostegno sociale è un compito della comunità che

può ristabilire un senso di dignità e giustizia. È necessaria la condanna dei reati di violenza, nella quotidianità, da parte di tutti i soggetti della rete, informale e formale, perché ogni donna che decide di parlare, corre sempre il rischio di subire ulteriore violenza psicologica.

3. *Dall'impotenza all'empowerment*

3.1. Il ciclo della violenza: come si scivola lentamente in uno stato di totale impotenza

Le relazioni che sfociano nella violenza non iniziano certo con percosse o insulti. L'uomo non diventa violento a causa di qualcosa che riguarda la donna. La strategia manipolatoria con cui spesso hanno inizio le relazioni abusanti è il *love bombing*, un modello comportamentale in cui una persona cerca di stabilire un legame emotivo per influenzare il comportamento dell'altra, riempiendola di regali, affetto e ammirazione. Circondare la donna di attenzioni e amore, evidenziando i suoi lati più belli, ha lo scopo di aumentare la fiducia e abbassare le difese. Per questo, quando arriva il primo schiaffo, la donna rimane così stupita da non riuscire a crederci. Il primo gesto violento mina quella fiducia e spesso le fa pensare di interrompere subito la relazione, ma immediatamente dopo arriva il momento delle scuse che ci riporta a quello che Lenore Walker ha definito il "ciclo della violenza" (Walker, 1980), dove si ripetono ciclicamente tre fasi.

Nella prima fase, detta *crescita della tensione*, sembra difficile comunicare, iniziano litigi e discussioni che restano irrisolti. L'uomo si infastidisce per qualsiasi inezia e comincia a criticare proprio quegli aspetti che diceva di amare. Così la donna è disorientata, ha la sensazione di dover scegliere parole e gesti ed evitare situazioni che possano innescare la rabbia o l'irritazione del partner. Ha l'impressione di "camminare sulle uova" (Ponzio, 2004). Questa fase ha una durata variabile di settimane, mesi o anche anni, in cui la tensione si accumula, alimentata da scenate di gelosia immotivate e da critiche su piccole cose quotidiane, dalla preparazione del cibo alla gestione dei bambini. La donna inizia a sentirsi in colpa e si sente minata nella sua autostima.

Nella seconda fase, quella dell'*aggressione*, si verifica l'episodio di violenza vero e proprio. È una fase molto rapida. Il maltrattante perde il controllo e può scegliere di agire violenza fisica, psicologia o sessuale. La donna, nonostante i precedenti segnali di tensione, rimane spiazzata, incredula e impiega un po' a rendersi conto di ciò che è accaduto. In genere non ne parla con nessuno perché prova vergogna e umiliazione, ma può manifestare al partner l'intenzione di uscire dalla relazione.

La terza fase è denominata della *falsa rappacificazione* o della *luna di miele*. Dopo l'aggressione l'uomo si mostra pentito, chiede scusa e promette di non farlo più. Porta regali e ritorna ad usare le tattiche manipolatorie dell'adulazione e delle lusinghe, per scongiurare il rischio di perderla. La donna si convince che è stato un caso isolato e che lui cambierà. Nella coppia sembra essere tornata la calma. L'uomo si mostra tranquillo, gentile, affettuoso, in totale contrasto con il comportamento violento mostrato in precedenza. A questo punto lei gli crede fino a quando la tensione inizia gradualmente a salire e il ciclo ricomincia.

Se non viene interrotta, questa dinamica si ripete, con la caratteristica che le fasi saranno sempre più ravvicinate e si avvierà una vera e propria escalation che può portare a conseguenze gravissime, anche al femminicidio.

Il *ciclo della violenza* è stato descritto da Lenore Walker nel suo libro *Battered Woman Syndrome*¹ (Sindrome della donna maltrattata), una teoria riferita alla violenza domestica che descrive i sintomi e le conseguenze psicofisiche che possono sviluppare le donne che subiscono un'abuso psicologico e fisico ripetuto e prolungato nel tempo. Secondo l'autrice basterebbero due cicli completi per svilupparla.

Un altro elemento che costituisce la sindrome è l'*impotenza appresa*, uno stato di prostrazione in cui la donna si sente inadeguata e incapace di cambiare la situazione. La reiterazione degli abusi, l'isolamento, la sensazione di non avere più nessun

¹ Walker, L. E. A., EdD. (2016). *The Battered Woman Syndrome*, Fourth Edition. Springer Publishing Company.

controllo sulla propria vita, la portano a perdere ogni speranza di salvarsi. Vive in uno stato di allerta costante, un'iperattivazione del sistema nervoso, accompagnato da pensieri intrusivi che le fanno rivivere continuamente le violenze subite. Può sviluppare alcuni meccanismi di difesa come minimizzare, giustificare o addirittura negare l'abuso. Può per esempio attribuirlo ad un episodio sporadico, dovuto ad un periodo stressante dell'uomo o alla sua dipendenza da alcol o droghe. Più spesso è convinta di essere stata in qualche modo responsabile, di averlo provocato, dimostrando così l'efficacia della manipolazione agita su di lei dal maltrattante. In alcuni casi si parla di *gaslighting*, una strategia che può essere usata per alterare nella vittima la percezione della realtà, facendole credere di aver frainteso o capito male, finché non dubiterà lei stessa della propria memoria, sentendosi confusa e impaurita. In molti casi il maltrattante viene descritto come un uomo *affascinante, bello, istrionico, amorevole, capace di gesti eclatanti* e per queste caratteristiche amato dai figli, dai parenti e dagli amici. È un atteggiamento tipico del manipolatore indossare una maschera che lo fa sembrare perfetto, lasciando a lei il ruolo di *strega*².

3.2. La scelta di andare via: la paura di morire, salvare i figli

Una donna che ha vissuto violenze fisiche e psicologiche ripetute può essere ridotta alla passività, sentirsi immobile, impietrita, bloccata e non trovare il coraggio di allontanarsi da quella situazione.

Le donne impiegano anni ad uscire dalla violenza per vari motivi: la bassa autostima, il senso di colpa, la speranza che le cose cambino, il timore di non essere credute, la vergogna e la preoccupazione dello stigma, la dipendenza economica e abitativa. Una sofferenza che si può sopportare a lungo finché non irrompe la paura di morire e l'urgenza di tutelare l'incolumità dei figli. Sono queste infatti le molle che poi fanno scattare la decisione.

² Saccà F., Belmonte R. (2022) *Sopravvissute. La violenza narrata dalle donne*. p. 195

La violenza domestica coinvolge sempre i figli. Quando anche loro sono soggetti a maltrattamenti e abusi o vittime di violenza assistita, possono sviluppare gravi traumi, andando incontro a tutte le conseguenze del PTSD. È stato inoltre dimostrato che aver vissuto situazioni di abuso espone al rischio, da adulti, di subire o perpetrare violenza.

Durante la relazione in genere l'uomo utilizza i figli in modo strumentale e ricatta la donna con la minaccia di toglierle la custodia e in effetti continuerà, anche dopo la separazione, ad utilizzarli per ricondurla a sé o per vendicarsi. Le paure delle madri non sono infondate, si verificano frequentemente casi in cui viene tolta loro la *patria potestà* (esatto, si chiama così), magari perché non li hanno sottratti alle violenze del padre oppure per essersi rifugiata con i figli in una casa protetta. Sembra insensato, eppure accade³. Per il tribunale, e per la società, la madre deve dimostrare di essere una *buona madre* attraverso il sacrificio e la rinuncia, agli studi, al lavoro, alla libertà. Può andare incontro a critiche e giudizi negativi se non antepone i figli all'indipendenza economica, ma poi la stessa società la disapprova se resta in una relazione violenta e non è in grado di portarli via. La disuguaglianza economica è dunque una delle cause che rendono difficile per la donna liberarsi, ma anche l'arma con cui si combattono le battaglie dell'affido dopo la separazione, le cui conseguenze sono spesso accordi economici umilianti.

Le donne non sono mosse dal bisogno di vendetta o di rivalsa, vogliono solo mettersi in salvo e proteggere i figli. La denuncia, la richiesta di aiuto, hanno questo scopo prioritario, ma prima di decidere di agire, ci sono altri ostacoli da superare. Secondo il pensiero comune la violenza domestica è relegata a situazioni di disagio sociale ed economico. Povertà e ignoranza rendono tutto più plausibile, mentre il fenomeno, proprio perché strutturale, è trasversale. Nei casi in cui la donna provenga da un ambiente agiato e abbia buoni titoli di studio e professionali, le risulta ancora

³ Saccà F., Belmonte R. (2022) *Sopravvissute. La violenza narrata dalle donne*

più difficile riconoscere, prima di tutto con se stessa, di essere una vittima, inoltre prova vergogna di fronte alla famiglia e al contesto sociale. Una volta che avrà raccontato la sua storia, sa che non potrà più tornare indietro e rimarrà sola, nuda, esposta al giudizio. Per questo è importante portare la realtà della violenza nel dibattito pubblico e nella vita quotidiana, per essere dalla parte delle donne quando decidono di parlare e perché la collettività si coalizzi contro il reale colpevole. Come abbiamo avuto modo di vedere nel primo capitolo, la comunità tende a giustificare il maltrattante perché la violenza su donne e bambini innocenti mette in crisi la nostra visione del mondo, è troppo disturbante, abbiamo bisogno di distogliere subito lo sguardo e rassicurarci che sono cose che capitano raramente alle persone normali, sono situazioni al limite, oppure causate da fattori lontani da noi come la gelosia, l'alcool, un raptus. Le donne che subiscono la violenza fanno di essere scomode, di portare lo stigma, ed è proprio per questo che hanno bisogno di più aiuto e l'intervento esterno è vitale. Il poliziotto, il medico al pronto soccorso, la psicologa, la vicina di casa, la collega, l'amica, la sorella, ogni persona che percepisca il dramma che la donna sta vivendo, può contribuire a salvarla, consigliandole di chiamare il 1522 o di rivolgersi ad un centro antiviolenza per trovare un aiuto concreto, professionale e umano. Sappiamo che non è facile fare quella chiamata, ma è l'unico modo di uscirne davvero.

3.3. Il sollievo e lo stupore di non sentirsi sola

“Sorella non sei sola. Noi ti crediamo!” è uno slogan usato spesso nelle manifestazioni di piazza e preso in prestito anche dalle istituzioni. Sono parole che possono incoraggiare ad uscire dall'isolamento e, anche se non vengono pronunciate, rappresentano il principio ispiratore di ogni luogo di accoglienza.

Il primo incontro con il centro antiviolenza o la casa rifugio rappresenta il punto di svolta e l'impatto è forte. Le donne arrivano sospettose, ammantate dalla paura di non essere credute, pronte a difendersi e con in testa una storia dai contorni confusi.

Vengono accolte da operatrici che mostrano subito un atteggiamento accogliente ed empatico, pronte ad ascoltare senza giudizio e disponibili a credere alle loro parole, senza alcuna intenzione di minimizzare o normalizzare.

L'ingresso in casa rifugio può essere più drammatico. La donna arriva magari di notte, spesso dal pronto soccorso dopo aver subito l'ennesima violenza, quella che l'ha spaventata a morte, oppure è scappata di corsa da casa con i figli piccoli. Si sente catapultata in un luogo estraneo, con persone sconosciute, ma trova subito protezione e supporto emotivo, oltre ad una soluzione concreta ai bisogni primari, un posto sicuro, un letto, cibo per sé e per i figli. Pian piano scopre che le operatrici sono lì per ascoltarla e sostenerla anche sul piano pratico attraverso la consulenza di avvocate specializzate, la richiesta di reddito di libertà, il permesso di soggiorno, la ricerca di un lavoro. Le case rifugio sono inserite nel territorio e coinvolgono le altre istituzioni quando necessario, per esempio per inserire i bambini nelle scuole vicine e non far perdere loro l'anno scolastico.

Il centro antiviolenza rappresenta quindi un risorsa efficace in un momento di bisogno, ma è anche un luogo dove non sentirsi più isolate, perché spesso il dolore allontana le persone, persino la famiglia d'origine.

3.4. L'indicibile: riconoscere e nominare la violenza e il colpevole

Di cosa parliamo quando parliamo di violenza? La violenza psicologica, la più difficile da riconoscere come tale eppure gravissima, può fare molti danni anche da sola ed è sufficiente a mantenere una persona sotto il proprio dominio per anni. Oppure può preparare efficacemente il terreno per le violenze fisiche.

Riferendoci sempre all'ultima rilevazione Istat⁴ le donne che sono state colpite fisicamente da partner o ex partner, raccontano di essere state schiaffeggiate, prese a pugni, morse (77,8%), tirate per i capelli, strattonate (65,4%), colpite con un oggetto,

⁴ Istat.it - Violenza sulle donne. (n.d.). <https://www.istat.it/it/violenza-sulle-donne/il-fenomeno/violenza-dentro-e-fuori-la-famiglia/numero-delle-vittime-e-forme-di-violenza>

hanno subito tentativi di essere strangolate, soffocate, ustionate (79,6%), sono state minacciate con coltelli o pistole (51,6%), costrette a rapporti sessuali indesiderati vissuti come violenza (90%) o forzate ad atti sessuali considerati umilianti (100%). Solo la metà di queste donne ha pensato che l'episodio fosse molto grave e, nonostante avesse riportato ferite e abbia avuto paura che sua vita fosse in pericolo, il 44% pensa che il fatto sia grave ma non un reato e quasi il 20% lo considera solamente qualcosa che è accaduto. Il 28% non ne ha parlato con nessuno e il 12% ha denunciato. Solo il 12,8% sapeva dell'esistenza dei centri antiviolenza.

Il lavoro più importante che si fa nei colloqui d'ascolto, con il sostegno delle operatrici, è quello di nominare la violenza. Se nessuno là fuori vuole ascoltare, quello è il luogo che può accogliere l'*indicibile*. Dare insieme un nome alle azioni subite e riconoscerle come soprusi e violazioni di diritti umani, permette di rimettere insieme i pezzi di un sé che è stato frantumato da traumi fisici e psicologici ripetuti. In quella stanza accogliente si riconosce alla donna il diritto di essere rispettata, le si restituisce la dignità che le era stata sottratta.

Nei primi colloqui spesso le donne minimizzano o negano le violenze subite, per questo è importante indicare chiaramente le cose con il loro nome. Nonostante il costante pericolo a cui vengono esposte, spesso non riescono a prendere coscienza di essere vittime di un reato perpetrato contro di loro.

Durante i colloqui è possibile utilizzare lo schema della *spirale della violenza* dove sono presentate le dinamiche che più comunemente si verificano nella violenza domestica con un crescendo che costringe la vittima all'impotenza. Le fasi che la compongono sono: intimidazione, isolamento, svalorizzazione, segregazione, violenza fisica, violenza sessuale, false rappacificazioni, ricatto sui figli. Spesso la domanda diretta su quale sia il punto della spirale dove pensano di trovarsi in questo momento, rappresenta un momento cruciale, che permette loro di prendere coscienza.

La difficoltà di nominare a volte si estende anche alle persone, al punto che alcune di loro non riescono a usare il nome di battesimo dell'uomo. Hanno difficoltà ad

attribuire la violenza alla persona che hanno conosciuto e amato e così nei loro racconti i partner vengono rinominati *Hulk*⁵, *l'individuo*, *l'innominato*. Colpisce ritrovare lo stesso comportamento nei media che spesso, concentrandosi sulla vittima e non nominando il colpevole, contribuiscono a mantenerlo nell'ombra, perché chi non ha un nome o un volto, non può essere condannato dall'opinione pubblica.

3.5. La ricostruzione della violenza, l'intrinseco bisogno di narrarsi

Le donne vittime di violenza domestica provengono da relazioni in cui hanno subito un potere utilitaristico e manipolatorio, nel sostenerle è dunque molto importante essere attenti a non fare lo stesso errore suggerendo loro cosa fare. È necessario presentargli un ventaglio di possibilità, ma saper rispettare il tempo che sarà necessario per elaborare e decidere come agire, e che potrà essere anche lungo. Tuttavia lavorare con le persone traumatizzate significa soprattutto dare loro la possibilità di narrare la propria storia con la certezza di essere credute. Anche se il racconto può essere atroce, non bisogna cedere alla sensazione di sentirsi impotenti. Nell'ascolto empatico e non giudicante troveranno la forza di portare fuori da sé quel macigno di paura, angoscia, senso di colpa. Se avranno la possibilità di essere credute potranno raccontare il loro inferno, trovare le parole, dare un nome a ciò che è accaduto e iniziare a pensarsi libere e padrone della propria vita (Herman, 1992).

*The battered woman*⁶ (La donna maltrattata) di L. Walker, testo fondamentale per la comprensione della violenza domestica, è nato dai racconti delle donne raccolti dalla psicologa americana. Gli studi sul tema erano ancora gli albori e la ricercatrice aveva perfino difficoltà ad elaborare le domande, così decise di far parlare direttamente le protagoniste. L'iniziativa ebbe un'enorme risposta, le testimonianze volontarie furono moltissime e le fornirono il materiale per comprendere i comportamenti fisici e psicologici che gli uomini usano per costringere le mogli a fare qualcosa senza

⁵ Saccà, F., & Belmonte, R. (2022). *Sopravvissute. La violenza narrata dalle donne*, p.143

⁶ Walker, L. E. A. (1979). *The Battered Woman*. <https://ci.nii.ac.jp/ncid/BA10549873>

preoccuparsi dei loro diritti, per elaborare la teoria del ciclo della violenza e definire la *sindrome della donna maltrattata*.

Anche il libro *Sopravvissute. La violenza narrata dalle donne*⁷, nasce con l'intenzione di dare voce alle protagoniste e ascoltare le loro parole. Le autrici, in seguito ad un progetto di ricerca su stereotipi e pregiudizi sulla violenza di genere, rilevati analizzando i testi della stampa e delle sentenze giuridiche, avevano dimostrato quanto la narrazione della violenza, se elaborata da fuori, risultasse distorta.

Sopravvissute è una ricerca di tipo biografico, condotta attraverso interviste in profondità a dieci donne che hanno accettato di raccontare il loro percorso di uscita dalla violenza attuato con il sostegno dei centri gestiti dall'associazione Differenza Donna. Lo studio ha messo in evidenza quanto le donne abbiano introiettato la rappresentazione della violenza che viene proposta dall'esterno e come l'intervista sia stata utile a prendere consapevolezza della propria esperienza e a rafforzare la determinazione a riprendere il controllo della propria vita. Viene mostrato come la narrazione sia un'importante strumento per il ricercatore di conoscere il mondo sociale direttamente dalla voce dei soggetti. Allo stesso tempo ha consentito alle donne coinvolte di rimettere in ordine i pezzi della propria storia, di ritrovare il filo delle azioni e dei pensieri per ridare un senso a tutto. Ricomporre il puzzle di relazioni durate decenni, a volte intere vite, in cui sovente si è perso tutto, può essere estremamente doloroso, ma necessario.

Molti studiosi di scienze sociali valorizzano il potere terapeutico della narrazione⁸ come un modo di riappropriarsi della propria storia per ricomporre quel sé che la violenza ha frantumato. Nella prefazione all'edizione italiana del libro di Susan Brison *Dopo la violenza*, Patrizia Romito mette in luce come una possibile riparazione al trauma possa avvenire solo quando la vittima può narrare le sua

⁷ Saccà, F., & Belmonte, R. (2022). *Sopravvissute. La violenza narrata dalle donne*

⁸ *Ibidem* p. 22

esperienza a qualcuno che la ascolta, quindi all'interno di una relazione fra la vittima e un'altra persona, ma anche fra la vittima e la società⁹.

La ricostruzione della storia di violenza attraverso il racconto in prima persona della donna dovrebbe diventare inderogabile. Per comprendere ciò che accade davvero è necessario assumere un punto di vista di chi subisce le violenze, mentre ancora i media, i tribunali, i servizi sociali, costruiscono valutazioni condizionate da teorie formulate in ambienti accademici dominati da uomini e troppo spesso distorte da stereotipi e pregiudizi.

3.6. Guarire dal trauma

Herman¹⁰ sostiene che la guarigione dal trauma avviene in tre fasi: creare le condizioni che offrano un saldo senso di sicurezza, ricordare ed elaborare il lutto, ricostruire i legami nella vita di tutti i giorni.

Una buona parte di questo lavoro viene svolto nei centri antiviolenza. Quando una donna chiama o arriva al colloquio, la prima cosa di cui ci si preoccupa è che non sia in pericolo di vita. La protezione deve essere assicurata da tutta la rete, infatti, in caso di denuncia o anche su richiesta di un legale, il giudice per le indagini preliminari può decidere alcuni provvedimenti cautelativi idonei, come l'ammonizione o l'allontanamento fino ad un anno dalla casa familiare, anche con l'obbligo del braccialetto elettronico che impedisce all'uomo di avvicinarsi a meno di cinquecento metri. La denuncia tuttavia non deve essere considerata un'azione scontata. I sentimenti di ambivalenza che la donna prova nei confronti del maltrattante, il reale pericolo di ritorsioni da parte di lui e il timore di scontrarsi con un sistema giudiziario che potrebbe non crederle, possono determinare un ulteriore stress. È molto importante che sia lei a decidere cosa ritiene giusto per se stessa in

⁹ Susan J. Brison (2021) *Dopo la violenza. Lo stupro e la ricostruzione del sé*

¹⁰ Herman, J. L. (2005). *Guarire dal trauma. Affrontare le conseguenze della violenza, dall'abuso domestico al terrorismo*, p. 201

quel preciso momento, cosa la fa sentire al sicuro, anche per riprendere in mano il suo potere di agire.

Attraverso l'incontro con le operatrici, con la psicologa, con le avvocate, la donna può ritrovare quella fiducia in se stessa e nel mondo che l'umiliazione e i maltrattamenti le avevano tolto. Per comprendere quanto sia importante che l'elaborazione avvenga in un luogo dove tutto il personale è preparato a lavorare sul tema specifico, portiamo un esempio raccontato in *Sopravvissute*¹¹. La donna, per affrontare le difficoltà con il partner, si era rivolta ad una psicologa che dopo tre sedute le dice che non può più tenerla in terapia perché ha ricevuto delle minacce e sospetta che provengano dal suo compagno. È una situazione che lascia sconcertati. Certo avrebbe potuto indirizzare la sua paziente ad un centro anti violenza, ma è anche comprensibile la paura di una professionista privata che si trova da sola ad affrontare una situazione che può spaventare molto. Le operatrici dei centri hanno la preparazione teorica e la competenza pratica data dall'esperienza, per gestire ogni situazione legata alla violenza. Sono pronte ad accogliere la narrazione del trauma senza attribuire alla donna nessuna responsabilità, assumendo il suo punto di vista come l'unico attendibile. Le donne, dopo essere state obbligate a vedersi attraverso le critiche e le parole sprezzanti del maltrattante, aver cercato di evitare la sua collera cercando di leggere i suoi pensieri, essere state deluse e tradite da chi credevano le amasse, hanno bisogno di essere rimesse al centro della propria vita e sentirsi in grado di riprogettarla.

3.7. L'empowerment

Il costrutto dell'empowerment è un concetto chiave della psicologia di comunità perché esprime bene la connessione fra la dimensione individuale e quella sociopolitica e integra in modo innovativo le teorie della psicologia sociale, ecologia

¹¹ Saccà, F., & Belmonte, R. (2022). *Sopravvissute. La violenza narrata dalle donne*, p. 236-237

e clinica¹². La parola deriva dal verbo *to power* che significa letteralmente dare forza, quindi favorire l'acquisizione di potere, rendere in grado di. Non è stato tradotto in italiano dagli autori che se ne sono occupati per non alterarne il significato. Bruscazioni lo lega al concetto di possibilità cioè all'incremento di opzioni di scelta che l'individuo riesce a vedere. Picardo lo legge come un'apertura a nuovi mondi possibili, allo sviluppo di potenzialità già insite nelle persone.

Per Zimmerman l'empowerment psicologico è il prodotto del processo che porta da uno stato di impotenza appresa (*learned helplessness*), in cui ci si sente passivi, sconfortati e senza fiducia nel futuro, ad uno stato di speranza appresa (*learned hopefulness*), in cui si acquisiscono abilità di *problem solving* attraverso il raggiungimento della fiducia nelle proprie capacità, ottenute grazie alla partecipazione e l'impegno nella comunità.

Si è concordi nel ritenere che il concetto di empowerment si riferisce sia al processo che al risultato che porta una persona ad essere empowered. Non si può dare l'empowerment a qualcuno, un operatrice non può sostituirsi alla donna perché ogni persona già contiene in sé la forza di fare delle scelte, anche se ora non le vede.

Comprendiamo come questo concetto, insieme personale e politico, possa essere alla base della metodologia con cui nei centri antiviolenza si sostengono le donne che decidono di fare un percorso di uscita dalla violenza. Non si dice alle donne cosa devono fare, ma le si sostiene perché ritrovino la propria forza per reagire. Non le si propongono soluzioni predeterminate, ma le si mostrano varie possibilità e si lascia a loro la facoltà di decidere fra diverse alternative e la capacità di trovare opportunità che non riuscivano più a vedere, né cercare, perché indebolite ed isolate dall'abuso fisico e psicologico.

Come abbiamo detto, i centri antiviolenza sono sistemi "aperti", connessi e integrati con gli altri nodi della rete e quindi in grado di prendere in carico le donne

¹² Francescato, D., Tomai, M., & Ghirelli, G. (2011). *Fondamenti di psicologia di comunità. Principi, strumenti, ambiti di applicazione*, p.66

vittime di violenza e dare risposte globali alla complessità delle situazioni che portano¹³. Condividendo la competenza e la visione del problema, i centri possono favorire anche l'empowerment sociale, contribuire cioè a sviluppare una *comunità competente*, responsabile della necessità di un'azione sociale, fiduciosa di poter collaborare ad un cambiamento culturale e politico, attraverso l'impegno personale, l'utilizzo corretto delle risorse e la gestione responsabile del potere.

Per contrastare il fenomeno della violenza di genere è importante che si realizzi un *senso di comunità*, la percezione cioè di essere simili e interdipendenti. Riconoscere l'interdipendenza fra le persone significa comportarsi facendo per gli altri ciò che ci si aspetta da loro e sentire di essere parte di un'entità stabile e affidabile che noi stessi abbiamo contribuito a costruire (Sarason, 1974).

3.8. Immaginare un futuro possibile

Quando le donne arrivano nei centri sono totalmente focalizzate sull'uomo maltrattante. Sono abituate a pensare a lui, ai suoi bisogni, ai suoi sentimenti. Hanno paura, ma soprattutto si sentono in colpa. È importante rovesciare fin da subito questa prospettiva e riportare in focus su se stesse. Il primo seme del cambiamento è il desiderio. È dunque importante supportare la donna perché ritrovi quel seme e lo coltivi con cura e determinazione. Ricominciare da se stesse significa prima di tutto prendere consapevolezza che la persona che avevano conosciuto e scelto come compagno di vita e padre dei propri figli, non ha alcuna giustificazione per le sue scelte violente. Che quella persona non cambierà, ma lei può ripartire da se stessa e da quello che le è stato tolto. Ritrovare l'indipendenza economica, una casa dove sentirsi al sicuro, un rapporto sereno con i figli, relazioni d'affetto e di supporto nel contesto di prossimità.

¹³ Saccà, F., & Belmonte, R. (2022). *Sopravvissute. La violenza narrata dalle donne*, p. 297

È un percorso di facilitazione per riconquistare ciò che la donna già possiede, non è un processo di cambiamento di sé, ma di realizzazione di sé¹⁴.

Quando alle *Sopravvissute* che si raccontano nel libro di F. Saccà e R. Belmonte, viene chiesto “chi è lei oggi?”, rispondono in molti casi, orgogliosamente, con il proprio nome e cognome. Tutte conservano tracce più o meno pesanti dei traumi fisici e psicologici subiti, ma si sentono di nuovo padrone della propria vita. Sono felici per cose che agli altri sembrano scontate, avere un animale domestico, leggere un libro, scegliere un programma tv, uscire con un’amica, godersi serenamente il tempo con i figli. L’esperienza della violenza le ha messe in contatto con le proprie fragilità, ma la forza che hanno trovato in se stesse per uscirne, ha dato loro la possibilità di crescere e sentirsi più consapevoli e orgogliose di esserci riuscite.

¹⁴ *Ibidem* p. 295

Conclusioni

Nell'affrontare questo lavoro mi sono chiesta più volte come riuscire a condurre un'analisi lucida e scientifica di un fenomeno così intriso di ingiustizia da diventare politico. La mia ricerca ha viaggiato su due piani, quello della legge, delle norme, degli investimenti di risorse, il piano delle buone intenzioni, e quello della realtà che è drammatico e in grandissima parte sommerso. Un piano è descritto con il linguaggio burocratico delle istituzioni o con quello sensazionalistico della stampa, mentre dell'altro piano si occupano soprattutto intellettuali femministe e ricercatrici psicosociali. Emerge chiaro che il più grande ostacolo al contrasto del fenomeno è la disuguaglianza che c'è fra gli uomini che gestiscono il potere e l'informazione da posizioni privilegiate e le donne che, quando non lo subiscono, possono al massimo parlarne, per lo più fra loro. Questa ricerca mi ha portato ad indagare sul disagio, quasi fisico, che hanno tutte le persone a parlare della violenza di genere. È un argomento sgradevole e disturbante, quasi impossibile da sostenere e per questo è necessario occultarlo. Tutti, vittime, carnefici e comunità, ciascuno per motivi diversi, contribuiamo a tenerlo nascosto alla vista. Quindi la parola che mi ha guidato in questo percorso è stata "svelamento". Letteralmente togliere il velo che ci impedisce di vedere e usare questa lucidità per ri-guardare con altri occhi il mondo che abbiamo conosciuto, l'*habitus* che ci fa sembrare naturale quello che è culturale come la disparità di potere fra uomini e donne.

Rendere visibili i meccanismi di disimpegno morale che agiamo per non sentire l'angoscia e riconoscere gli stereotipi che ci semplificano la complessità del mondo, contribuisce a disinnescarli, perché la consapevolezza è l'arma più potente nella conquista della libertà.

Comprendere, prevenire e contrastare la violenza di genere richiede un approccio multifattoriale e questo il criterio che ho utilizzato qui, sicuramente in modo riduttivo. Il fattore protettivo più importante resta l'educazione alla consapevolezza. Più la nostra mente è consapevole di essere libera da pregiudizi, più sarà chiara l'informazione che trasmettiamo al mondo intorno a noi e soprattutto ai bambini a cui affidiamo il compito di costruire il futuro. Per costruire un presente migliore è fondamentale rifiutare i concetti di dominazione/sottomissione, la divisione dei ruoli maschile e femminile, ma anche la contrapposizione stessa fra uomini e donne. Si può funzionare bene insieme solo se ci si rispetta come esseri umani differenti e si costruiscono relazioni dove la libertà di pensiero è sempre garantita e la violenza è rifiutata senza eccezioni e in ogni sua forma.

Per contrastare la violenza di genere è necessario conoscerla nella sua complessità, portando il dibattito anche sulle sue forme più sottili, e per questo c'è bisogno dell'impegno di tutti, ma soprattutto degli uomini. Non tutti gli uomini sono violenti per fortuna ed è difficile per una donna immaginare cosa provano quando sono posti di fronte a questi argomenti. Utilizzando le parole di L. Walker, mi auguro che il lettore non si metta sulla difensiva, ma che provi rabbia e indignazione per chi agisce violenza contro le donne, abusando consapevolmente di un potere senza fondamento, che sia pronto a rinunciare a qualche privilegio e si impegni a partecipare alla costruzione di un mondo più giusto. La mia speranza è che donne e uomini possano portare avanti insieme questa battaglia e vincerla insieme un giorno non troppo lontano.

Ringraziamenti

Ringrazio il Prof. Pascucci perché lo studio della Psicologia di Comunità ha riaperto in me il desiderio di diventare volontaria in un centro anti violenza. Il suo corso è stato l'unico in cui si è nominata la violenza contro le donne. In tre anni di studio di scienze sociali, nessuno ha affrontato un tema così importante e diffuso. È stato proprio questo "vuoto" a spronarmi per scoprire di più.

Ringrazio l'associazione Differenza Donna, la loro metodologia, le straordinarie professioniste che hanno condotto il corso di formazione e le instancabili operatrici del centro anti violenza da cui imparo ogni giorno. È stato innanzitutto un percorso personale che mi ha incoraggiato a prendere posizione e a decostruire gli stereotipi e pregiudizi che mi impedivano di vedere. Considero un privilegio accogliere le narrazioni delle donne. Sono convinta che ogni volta che contribuiamo a cambiare una di queste storie, facciamo avanzare la Storia.

Ringrazio le mie colleghe, stimolanti compagne di studio e di infiniti confronti, con cui ho condiviso una passione che non conosce ostacoli.

Grazie alla mia amica P., che crede in me, mi ha sempre incoraggiato e ispirato. Lei lo sa.

Bibliografia

- Bandura, Albert (2016). *Disimpegno morale. Come facciamo del male continuando a vivere bene*. Erickson
- Bonura, Maria Luisa (2016). *Che genere di violenza. Conoscere e affrontare la violenza contro le donne*. Erickson
- Bourdeau, Pierre (1998). *Il dominio maschile*. Feltrinelli
- Brisson, Susan J. (2021) *Dopo la violenza. Lo stupro e la ricostruzione del sé*. Il Margine
- Francescato D., Tomai M., Ghirelli G. (2011) *Fondamenti di psicologia di comunità*, Carocci editore
- Herman, Judith Lewis (1992). *Guarire dal trauma. Affrontare le conseguenze della violenza, dall'abuso domestico al terrorismo*. Edizioni Scientifiche Ma.Gi.
- Hirigoyen, Marie-France (2006). *Sottomesse. La violenza sulle donne nella coppia*, Einaudi
- Melandri, Lea (2011 e 2024). *Amore e violenza. Il fattore molesto della civiltà*. Bollati Boringhieri
- Ponzio Giuliana (2004). *Crimini segreti. Maltrattamento e violenza alle donne nella relazione di coppia*. Baldini Castoldi Dalai editore
- Reale, Elvira (2021), *La violenza invisibile sulle donne. Il referto psicologico: linee guida e strumenti clinici*, Franco Angeli
- Romito, Patrizia (2005). *Un silenzio assordante. La violenza occultata su donne e minori*. Franco Angeli
- Saccà Flaminia, Belmonte Rosalba (2022). *Sopravvissute. La violenza narrata dalle donne*. Castelvecchia
- Volpato, Chiara (2014). *Deumanizzazione: come si legittima la violenza*. Laterza
- Walker, Lenore E. (1979). *The Battered Woman*. Harper & Row
- Walker, Lenore E. EdD. (2016). *The Battered Woman Syndrome, Fourth Edition*. Springer Publishing Company

Sitografia

- Albanesi, C., Tomasetto, C., & Guardabassi, V. (2021). Evaluating interventions with victims of intimate partner violence: a community psychology approach. *BMC Women's Health*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01268-7>
- Brownridge, D. A. (2006). Violence against women post-separation. *Aggression and Violent Behavior*, 11(5), 514–530. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2006.01.009>
- Camera Dei Deputati. (2018, March 23). Violenza contro le donne. Documentazione Parlamentare. Consultato il 20/03/2024, from <https://temi.camera.it/leg19/temi/violenza-contro-le-donne.html#:~:text=La%20legge%2019%20luglio%202019,disposizioni%20di%20tutela%20delle%20vittime>.
- Convenzione per l'eliminazione di tutte le forme di discriminazione contro le donne (CEDAW). (n.d.). Dipartimento per Le Pari Opportunità. Consultato il 20/03/2024, from <https://www.pariopportunita.gov.it/politiche-e-attivita/attivita-internazionali-ed-europee/convenzione-per-leeliminazione-di-tutte-le-forme-di-discriminazione-contro-le-donne-cedaw/>
- Convenzione del Consiglio d'Europa sulla prevenzione e la lotta contro la violenza nei confronti delle donne e la violenza domestica Consultato il 20/03/2024 da <https://www.istat.it/files/2017/11/ISTANBUL-Convenzione-Consiglio-Europa.pdf>
- Evaluating interventions with victims of intimate partner violence: a community psychology approach | *BMC Women's Health*. (n.d.). Consultato il 20/03/2024, from <https://rdcu.be/dHEua>
- Gender equality is stalling: 131 years to close the gap. (n.d.). World Economic Forum. Consultato il 20/03/2024, from <https://www.weforum.org/press/2023/06/gender-equality-is-stalling-131-years-to-close-the-gap/>
- Gli stereotipi sui ruoli di genere e l'immagine sociale della violenza sessuale. (2022, September 21). Consultato il 20/03/2024, from <https://www.istat.it/it/archivio/235994>
- I Centri antiviolenza e le donne che hanno avviato il percorso di uscita dalla violenza. (2023, November 23). Consultato il 20/03/2024, from <https://www.istat.it/it/archivio/291270>
- La violenza contro le donne dentro e fuori la famiglia. (2022, September 21). Consultato il 20/03/2024, from <https://www.istat.it/it/archivio/161716>
- Le case rifugio e le strutture residenziali non specializzate per le vittime di violenza - Anno 2022. (2024, April 18). Consultato il 20/03/2024, from <https://www.istat.it/it/archivio/296384>
- Legge n. 69/2019 Gazzetta Ufficiale. (2019, July 25). <https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2019/07/25/19G00076/sg>
- Mappatura 1522 – 1522. (n.d.). Consultato il 20/03/2024, from <https://www.1522.eu/mappatura-1522/>
- Ministero Della Salute. (n.d.). Violenza sulle donne. Consultato il 20/03/2024, from <https://www.salute.gov.it/portale/donna/dettaglioContenutiDonna.jsp?lingua=italiano&id=4498&area=indennizzo&menu=society&tab=1>

- Pinciotti, C. M., & Seligowski, A. V. (2019). The influence of sexual assault resistance on reporting tendencies and law enforcement response: Findings from the National Crime Victimization Survey. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(19–20), NP11176–NP11197. <https://doi.org/10.1177/0886260519877946>
- Pomicino, L., Beltramini, L., & Romito, P. (2018). Freeing oneself from intimate partner violence: A Follow-Up of women who contacted an anti-violence center in Italy. *Violence Against Women*, 25(8), 925–944. <https://doi.org/10.1177/1077801218802641>
- FuTuRE – Fostering Tools of Resilience and Emersion of GBV with intersectional perspective. Consultato il 25/05/2024, da future – Differenzadonna.org. (n.d.). <https://www.differenzadonna.org/future/>
- Ricerca - progetto Step. (2021, February 19). Progetto Step. Consultato il 20/03/2024, from <https://www.progettostep.it/ricerca/>
- Scelta lingua questionario – Differenzadonna.org. (n.d.). Consultato il 25/05/2024 da https://www.differenzadonna.org/scelta-lingua-questionario/?_gl=1*ineukr*_up*MQ..*_ga*MTgwMjMwODE3Ni4xNzE2NjI5MjQz*_ga_VZ614LJH2X*M TcxNjYyOTI0Mi4xLjAuMTcxNjYyOTI0Mi4wLjAuMA..
- World Health Organization: WHO. (2020, July 8). Violence against women. Consultato il 20/03/2024, from https://www.who.int/health-topics/violence-against-women#tab=tab_1