

Questo progetto è finanziato dal bando



ACLI  
MILANESI  
aclimilano.it

realizzato con il sostegno di:



# DECALOGO PER INTERCETTARE I PRIMI SEGNALI DELLA VIOLENZA DI GENERE

# UNA PANORAMICA DEL PROBLEMA

- A livello mondiale **1 donna su 3** vive o ha vissuto nella sua vita una **situazione di violenza**.
- **Non possiamo parlare solo di violenza sessuale**, ma anche di violenza economica, psicologica, istituzionale, stalking, catcalling, revenge porn, violenza fisica e violenza assistita; punta dell'iceberg della violenza è il femminicidio.
- La violenza maschile sulle donne non è un problema individuale, ma un **problema sociale** che riguarda tutte/i. Non deve essere un tabù, ma un fenomeno a cui si può dare una risposta.
- La violenza di genere **NON si manifesta solo con il conflitto** e non è equiparabile a un litigio familiare, dove uomo e donna discutono alla pari.



# IL CICLO DELLA VIOLENZA

La violenza è una **strategia** studiata da chi la agisce, che segue fasi che si ripetono nel tempo: si parla di **ciclo della violenza** (1979, E.Walker). Questo modello ci aiuta a capire l'origine della violenza di genere, identificando **tre momenti** fondamentali e consecutivi:

- **Fase di accumulo della tensione**

Si realizzano aggressioni psichiche, violenza verbale e volontà di sminuire e insultare la vittima. Si verifica un'escalation.

*La donna adotta comportamenti che non infastidiscano e che calmino il maltrattante, pensando che in tal modo la tensione possa risolversi.*

- **Fase dell'aggressione o del maltrattamento**

Il partner abusante intensifica il comportamento violento: potrebbe ricorrere alla violenza fisica e anche alla violenza sessuale per sottolineare il proprio potere e il predominio sulla partner.

*La donna si sente impotente e non reagisce per paura oppure perché si sente responsabile della reazione violenta.*

- **Fase di riconciliazione o "luna di miele"**

L'apparente calma dell'aggressore fa credere alla donna che sia cambiato davvero. Questa fase finisce quando dalla calma si passa nuovamente alle vessazioni. L'uomo maltrattante giustifica il proprio comportamento attribuendo la responsabilità del proprio gesto violento alla donna.

*La donna spesso dà un'altra possibilità all'autore delle violenze subite o cerca giustificazioni. Può giungere anche a ritirare una denuncia o far finta che nulla sia successo.*

# 5 SEGNALI DA NON SOTTOVALUTARE

## 1. Idolatria e ammirazione verso la donna

L'uomo appoggia e sostiene la donna in tutto e crea un rapporto di fiducia con quest'ultima, in modo da renderla più vulnerabile e facilitare l'instaurazione di un rapporto violento.

## 2. Minacce psicologiche

Se non fai quello che dico, io faccio questo (es: mi ammazzo, ti faccio lasciare il lavoro, ti obbligo a far qualcosa contro la tua volontà).

## 3. Controllo e possesso da parte del partner

La donna non ha libertà di scelta: il partner vuole controllare ogni aspetto della sua vita ("con chi vai?", "cosa compri?" "cosa fai?", "chi chiami?") portandola all'isolamento sociale, perché la considera una sua proprietà e non una persona dotata di diritti di scelta.

## 4. Mancanza di autonomia che si lega a tirannia/dominio del partner

L'uomo esercita il potere sulla donna in modo prepotente, autoritario, seminando paura e sottomettendola al suo volere. L'uomo prende decisioni al posto della donna (chi deve frequentare, dove andare, cosa fare). Es: la donna viene sempre accompagnata e riaccompagnata dal partner; non si può truccare o si deve vestire in una certa maniera, etc.

## 5. Tendenza alla rinuncia

La donna è rinunciataria, non ha più stimoli e perde la fiducia in se stessa (si sente inadeguata).



# 5 SUGGERIMENTI PER ACCOGLIERE UNA DONNA VITTIMA DI VIOLENZA

## 1. **Ascoltare la donna aiutandola a mettere ordine nella sua confusione.**

Spesso la donna, per via dell'evidente trauma subito, non si ricorda della cronologia dei fatti, può ometterne alcuni o può chiedere tante cose tutte insieme. Bisogna darle il tempo di metabolizzare e fare ordine nei fatti accaduti.

## 2. **Sospendere il giudizio.**

Accogliere i fatti, ma anche la donna. Indipendentemente da com'è la donna (preziosa, aggressiva, scortese) bisogna mettere da parte il giudizio ed ascoltarla. Occorre **dare credibilità** al racconto della donna (non dubitare)

## 3. **Rispettare il silenzio della donna**, non forzarla a raccontare.

## 4. **Riconoscere, valorizzare e oggettivare la percezione della violenza.**

Valorizzare le strategie messe in campo dalla donna (per esempio prendersi del tempo lontana dal partner), la sua capacità di chiedere aiuto. Arrivare a conoscere la situazione della donna tenendo presente la dinamica (cosa succede? cosa produce?) senza apporre etichette/pregiudizi.

## 5. **Prendere una posizione netta nei confronti della violenza.**

Conoscere e condannare la violenza essendo consapevoli dei propri pregiudizi, sentimenti e di ciò che è possibile/non possibile fare.

## 5 SUGGERIMENTI DI ATTEGGIAMENTI DA NON USARE

- 1. È fondamentale evitare la ri-vittimizzazione**, ovvero evitare di essere noi un ulteriore fattore che possa produrre violenza, anche solo attraverso le parole (mai usare espressioni come “poverina”, “che disastro”, etc.). Meno parole e più ascolto.
- 2. Non usare espressioni che possano far emergere la nostra incredulità rispetto al trauma subito dalla donna.** Espressioni come “assurdo”, “non ci credo” possono banalizzare qualcosa che invece non è affatto banale.
- 3. Non essere insistenti e incalzanti nelle domande** (rispetto del suo silenzio).
- 4. Non prendere decisioni o agire al posto della donna maltrattata.** La donna deve essere posta al centro del proprio percorso di fuoriuscita dalla violenza in modo tale da raggiungere una piena autonomia e sicurezza.
- 5. Non assistenzialismo, ma relazione:** non siamo noi le persone che possono affrontare e/o risolvere queste situazioni.

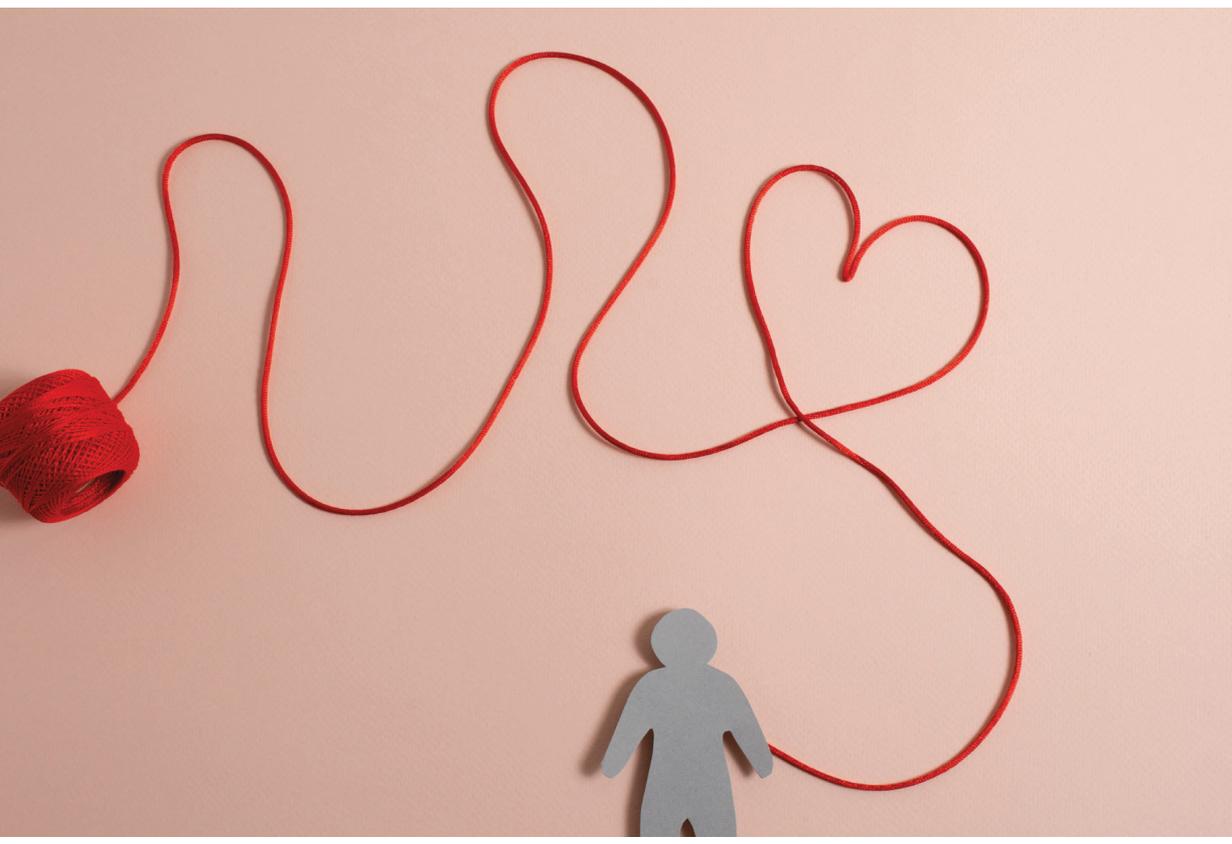
# INFORMAZIONI E CONTATTI UTILI

È fondamentale, invece, consigliare alla donna di:

- **chiamare il numero 1522**, numero unico nazionale attivo 24 su 24 che può indirizzare ai centri antivolenza più vicini sul territorio.
- **rivolgersi ad un Centro antivolenza**, dove trovare spazi di accoglienza, donne competenti ad aiutarla e possibili soluzioni per uscire dalla sua situazione.

A Milano dal 1986 opera la **Casa di Accoglienza delle Donne Maltrattate (CADMI)**, un luogo di ascolto, di relazione e di sostegno, punto di riferimento per le donne che subiscono violenza fisica, psicologica, sessuale, economica.

**CADMI risponde al numero 02 550 15519 e si trova in via Piacenza 14 a Milano.**





Questo progetto è finanziato dal bando



realizzato con il sostegno di:

