

RELAZIONI TOSSICHE E VIOLENZA DI GENERE

L'AMORE MALATO

di Mariachiara Spallanzani

La cronaca delle scorse settimane, con i femminicidi di Sara Campanella e Ilaria Sula, ha riportato l'attenzione sul dramma delle relazioni tossiche, un fenomeno ancora troppo sottovalutato. Ne abbiamo parlato con la **criminologa e psicoterapeuta Maria Rosaria Palmigiano**, per capire come riconoscerne i segnali e cosa poter fare per prevenire tragedie simili, a partire dall'educazione in famiglia e a scuola



Maria Rosaria Palmigiano

Ilaria e Sara, studentesse universitarie di 22 anni, uccise a coltellate a poche ore di distanza una dall'altra, erano giovani donne nel pieno della vita, con aspirazioni, sogni, e un futuro spezzato dalla mano di un uomo che diceva di amarle. I loro sono solo gli ultimi nomi di una lunga e dolorosa lista che si allunga giorno dopo giorno, senza tregua. La cronaca delle ultime settimane ha così riportato al centro del dibattito le cosiddette **"relazioni tossiche"**.

Cosa porta un uomo ad agire in questo modo? Come può una donna riconoscere il pericolo prima che sia troppo tardi? Quali sono i segnali a cui prestare attenzione?

Le dinamiche disfunzionali all'interno di una coppia rappresentano una delle forme più subdole e pervasive di disagio

psicologico e spesso sono sottovalutate o fraintese. Esse non nascono dal nulla, spesso derivano da modelli appresi, da mancanza di consapevolezza emotiva, dall'incapacità ad accettare un "no", tipica di una generazione abituata a gratificazioni immediate, che fatica a incassare una sconfitta, un brutto voto, la mancanza di un like, la fine di una storia. Ma anche dal fatto che spesso l'uomo oggi non è pronto all'autodeterminazione della donna.

Ne abbiamo parlato con la **Dott.ssa Maria Rosaria Palmigiano**, Criminologa investigativa, Psicologa e Psicoterapeuta, che da diversi anni si occupa di femminicidi e di tematiche relative alla violenza di genere attraverso formazione, seminari e convegni pubblici. In questa intervista, la

dottorssa Palmigiano offre uno sguardo attento e strumenti utili per comprendere i segnali e gli impatti emotivi di questi legami, sottolineando l'importanza di interventi educativi, culturali e specialistici, fin dalla scuola primaria. Perché uscire da una relazione tossica è possibile, ma servono consapevolezza, sostegno e soprattutto un cambiamento culturale profondo.

Dottorssa, cosa si intende per "relazione tossica"?

Si intende una relazione asimmetrica in cui non si viaggia sugli stessi binari, in cui c'è un partner, il più delle volte di sesso maschile, che prevarica sull'altro attraverso tutta una serie di modalità disfunzionali.

Come può apparire all'inizio?

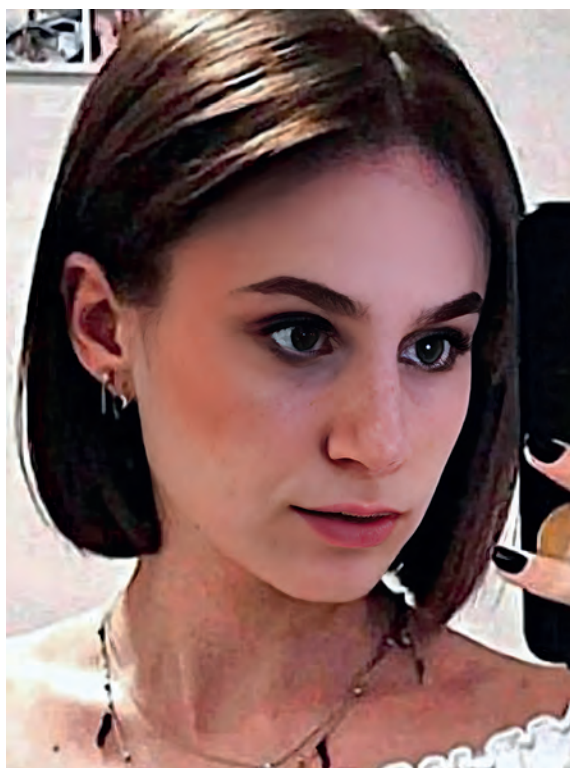
Come una relazione normale, fatta di fascino e travolgimento ormonale.

Come si fa a capire se si sta vivendo un rapporto di questo tipo? Quali segnali o comportamenti dovrebbero fare accendere un campanello d'allarme? E quali i segnali che vengono più frequentemente sottovalutati?

E' proprio nella seconda fase del rapporto, quando iniziano a scendere in campo i fattori di personalità della persona che abbiamo di fronte che dobbiamo prestare la maggiore attenzione. Una gelosia eccessiva, il tentativo di isolarci dai familiari o dagli amici, un controllo sui nostri spostamenti, i nostri dispositivi elettronici ma anche la comunicazione ambigua, svalutante e punitiva, debbono farci fin da subito allarmare e capire che non siamo all'interno di una relazione sana!

Dal suo punto di vista professionale, quali sono gli scenari che si trova più spesso ad affrontare quando si parla di relazioni tossiche?

Donne incastrate per anni in trappole emotive e psicologiche il più delle volte desiderose e speranzose di cambiare



Ilaria Sula e Sara Campanella

quell'uomo che le fa soffrire. Deve essere chiaro che certi uomini non cambiano e che non sta sicuramente a noi il compito di provare a farlo!

Per quanto riguarda i giovani, ritiene ci sia maggiore consapevolezza o nota molti casi in cui uno dei partner resta intrappolato in modelli disfunzionali?

Gli adulti dai 25/30 anni in su sembrano maturando consapevolezza in tal senso, ma nei giovani vi è un grande allarme, ad esempio ragazzine tredicenni che scambiano con facilità la gelosia nei loro riguardi come una forma d'amore.

Gli adulti riescono a essere maggiormente consapevoli perché parlandone molto, e dando loro la possibilità di partecipare a discussioni, seminari, convegni, sono più allertati sul problema e più attenti a riconoscere certi segnali, a differenza dei ragazzini verso i quali la prevenzione è ancora troppo poca.

Ho tenuto recentemente un incontro alle scuole medie, dal titolo "Educare alle relazioni", in cui ho parlato di questi meccanismi disfunzionali, e anche in questa occasione è emerso che spesso, quando si dicono a una ragazzina frasi come "non mettere la maglietta attillata per-

Quali segnali sono un campanello d'allarme

"Una gelosia eccessiva, il tentativo di isolarci dai familiari o dagli amici, un controllo sui nostri spostamenti, i nostri dispositivi elettronici ma anche la comunicazione ambigua, svalutante e punitiva, debbono farci fin da subito allarmare e capire che non siamo all'interno di una relazione sana"

ché sono geloso", lei scambia questo atteggiamento per attenzione nei suoi confronti, una forma d'amore, cosa che assolutamente non è. Si tratta piuttosto di un esercizio del controllo, una strategia di manipolazione. In questo senso c'è una difficoltà importantissima e soprattutto nei riguardi di queste fasce la prevenzione è ancora troppo scarsa.

Alla base di casi di cronaca anche recenti,

continua a pag.13 →



STABILE MOVIMENTO

Servizi assicurativi per la crescita
e la tutela d'impresa

AREA BROKER & QZ S.p.A.

Via N. Copernico, 28/A - 42124 Reggio Emilia

Tel. 0522.272499 - Fax 0522.272491

Email: info@areabroker.it - www.areabroker.it



AREA BROKER & QZ
BUSINESS INSURANCE SOLUTIONS



← segue da pag. 11

come l'episodio tragico della ragazzina defenestrata a Piacenza, ci sono condotte disfunzionali che la vittima non ha saputo o potuto cogliere.

Quali le maggiori fragilità su cui ritiene si dovrebbe lavorare di più oggi?

Insegnare ai ragazzi cosa significa "il consenso ad un atto sessuale" e che deve essere prestato per tutta la durata senza che nessuno si arroghi un diritto sul corpo dell'altro senza la di lei volontà.

Insegnare alle ragazze che la natura del pensiero abusante si fonda principalmente sul possesso e il controllo e che lo stalking non è amore.

Ci sono altri casi di cronaca, come l'ultimo di Sara Campanella, in cui la vittima è oggetto di stalking. Il rischio è che la vittima sottovaluti questo tipo di 'attenzioni' che invece sono il chiaro esempio di comportamento di una persona discontrollata che ti sta stalkerizzando perché ossessionato da te. Nel caso di specie ci troviamo di fronte ad un ragazzo con una struttura di personalità di indubbia matrice narcisistica che di fronte al diniego si è attivata e in preda alla rabbia ha messo fine alla vita di Sara. In tanti casi di femminicidi il copione è spesso questo.

Alcune personalità possono essere più inclini a sviluppare o a trovarsi coinvolte in dinamiche relazionali tossiche?

"Deve essere chiaro che certi uomini non cambiano e che non sta sicuramente a noi il compito di provare a farlo!"

Quanto influisce, in queste dinamiche, la visione patriarcale della coppia?

Sì, persone con bassa autostima o che non hanno avuto modelli di attaccamento sicuri o che si sono dovute guadagnare l'amore dei genitori, soprattutto del padre.

Chi è stato esposto ad un modello genitoriale di tipo patriarcale ha imparato che la donna riveste un ruolo di genitrice e il suo unico compito è quello di sottostare al genere maschile, in tutte le sue declinazioni.

Ricordiamoci poi che la leva psicologica più forte è il senso di colpa, ed è quello che davvero mette in difficoltà la persona. Ovviamente se si decodificano male i segnali e se si legge male il contesto è inevitabile che una ragazzina possa provare sensi di colpa a seguito di qualcosa

di cui non ha alcuna responsabilità. Bisogna insegnare ai ragazzi a intercettare correttamente certi segnali.

Quando a scuola chiedo agli studenti quanto trovino giusto che un ragazzo o una ragazza guardi le loro chat, in molti rispondono che non ci vedono niente di male. Ma attenzione: lo smartphone oggi rappresenta il nostro mondo relazionale, e se qualcuno ci chiede la password d'accesso, è già da considerarsi una violazione, che può poi portarsi dietro una serie di dinamiche di controllo, di paranoia. C'è molta confusione.

Le persone che si trovano a vivere una relazione malsana come possono uscirne e, soprattutto, quando e in che modo prendono consapevolezza del proprio stato e della propria condizione?

Sì, con tanta volontà ed avvalendosi di aiuti specialistici, quando ancora in tempo. Purtroppo non sempre questo è possibile, (vedasi le numerose morti per femminicidio) espressione massima, il più delle volte di tutta una serie di violenze, direi la punta di un iceberg.

Si prende atto della condizione spesso quando si teme per l'incolumità dei propri figli o quando si è temuto di morire o quando, come un insight, la donna decide di aver dato veramente tutto e cerca di chiudere (ribadisco che da sole il più delle

continua a pag.15 →

Avvocati per l'Azienda.



Inquadra il codice
scopri con quali attività
possiamo supportare
la tua azienda.

Seguici anche su:



S.L.A. Studio Legale
Associato & Partners



@slastudiolegaleassociato



@iust_disLA



Via Natalia Ginzburg, 34 - 41123 MODENA(MO) - Tel. +39 059 243338 +39 059 214192

Via Alberto Pansa, 1 - 42124 REGGIO EMILIA (RE) - Tel. +39 0522 516251 +39 0522 516273

← segue da pag. 13

volte non è possibile, si necessita di un aiuto specialistico) quella relazione dolorosa.

In questi casi, la terapia di coppia potrebbe essere un aiuto per entrambi i soggetti coinvolti nella relazione?

Assolutamente no e il partner non la prende proprio in considerazione perché su un piano superiore tra i due.

Spesso, pur consapevole di vivere in una vera e propria "trappola", la parte lesa non riesce a lasciare il partner. Quali possono essere i motivi?

Trappole emotive e psicologiche: dover riconoscere il fallimento, paura della solitudine, dei soldi, dover ricominciare daccapo. La paura per i figli, dei servizi sociali e di subire ripercussioni fisiche.

Le relazioni tossiche non coinvolgono solo chi le vive in prima persona: intorno ai partner ci sono spesso figli, amici, familiari che inevitabilmente assorbono il malessere e le tensioni della coppia. Quali consigli darebbe a chi si trova accanto a persone intrappolate in questa dinamica relazionale dannosa?

Rivolgersi alle forze dell'ordine e chiedere un colloquio informale in cui si rappresentano i comportamenti di cui si è a conoscenza. E' bene che si sappia che si può fare anonimamente e che esistono strumenti precautelativi che possono essere vagliati e portati al Questore come l'Ammonimento che equivale al cartellino giallo nel calcio.

I continui fatti di cronaca ci dicono di un fenomeno che non tende a placarsi. Perché questi fatti drammatici, che culminano spesso in tragedie, sono in aumento?

Perché sono troppi gli uomini che non accettano la fine di una relazione, che una donna voglia autodeterminarsi e scegliere di spiccare il volo verso una nuova vita. Vedasi il caso di Giulia Cecchetti, in cui l'autore di reato non si capacitava del



fatto che la ragazza stesse affacciandosi ad una vita senza di lui (anche in questo caso il profilo personale è di matrice narcisista).

La violenza c'è sempre stata. Oggi se ne parla di più e anche se c'è un mondo sommerso molto vasto, le persone a differenza di prima, riescono a parlarne. Rispetto agli agiti tragici, questo deve riportare l'attenzione sul fatto che l'uomo non è pronto all'autodeterminazione della donna che si sta verificando negli ultimi decenni. Se prima il ruolo femminile era confinato al fare figli e allevarli, oggi per fortuna le donne sono sempre più determinate a realizzarsi anche da un punto di vista professionale. E molti uomini non riescono a stare al passo.

Il secondo aspetto è il fatto che questi uomini non sono abituati alla fine delle relazioni, perché sono ancora legati a quello schema di donna che è una sorta di estensione della madre, per cui se viene meno lei è la fine. Di fronte a questa frustrazione in tanti non sanno gestirla e in diversi casi mettono in atto agiti violenti, a volte anche di tipo suicidario.

Cosa è possibile fare a livello sociale per prevenire e contrastare queste

tragedie?

Fare prevenzione dalle scuole elementari, cercando di decostruire i numerosi stereotipi di genere della nostra società, perché ricordiamo che la violenza affonda le radici nella cultura, e non è un fenomeno emergenziale, ma strutturale, e come dico spesso una vera e propria "piaga sociale."

Un ruolo fondamentale lo hanno le nuove generazioni: loro, infatti, hanno in mano il futuro della nostra società. Chi dovrebbe occuparsi della loro educazione sentimentale e in che modo?

In primis la famiglia, tutti abbiamo figli, nipoti e parenti di sesso maschile e dobbiamo insegnare loro la parità in tutto, che le donne si rispettano e che tutti siamo nati da una donna.

Oggi si attacca troppo la scuola e anche questo è un problema: la scuola ha il compito di insegnare, ma è la famiglia in primis che deve educare e ahimè, certi genitori dovrebbero fare un passo indietro rispetto alle regole e al riconoscimento del ruolo genitoriale con la autorevolezza che dovrebbe caratterizzarla, perché tanti genitori, purtroppo, non fanno più i genitori. ■