



Consiglio della Provincia
Autonoma di Trento



Ordine degli Psicologi
della Provincia di Trento

Le violenze psicologiche

Tra variabili sociali, relazionali e di genere

Dicembre 2022

 **Indice**

Prefazione	5
Introduzione	7
CAPITOLO 1 Concetti generali ed inquadramento teorico	11
CAPITOLO 2 Violenza psicologica nella coppia	21
CAPITOLO 3 La violenza in famiglia: conseguenze sui minori	31
CAPITOLO 4 La trasmissione transgenerazionale della violenza	41
CAPITOLO 5 Bullismo e cyberbullismo: forme di violenza a scuola	51
CAPITOLO 6 La violenza psicologica nei luoghi di lavoro	67
Conclusioni e proposte	83



Prefazione

*“Se vuoi andare veloce, vai da solo.
Se vuoi andare lontano, vai insieme”*

Proverbio africano

Questa pubblicazione nasce da un desiderio – ma anche un’esigenza - di collaborazione e condivisione.

Come Commissione provinciale Pari Opportunità tra donna e uomo abbiamo affrontato negli anni precedenti il tema delle violenze sulle donne sotto vari aspetti (violenze fisiche, nel linguaggio e nella comunicazione interpersonale e istituzionale, sui social, violenza economica, ecc).

Nel 2022 abbiamo sentito forte l’esigenza di affrontare il tema delle violenze focalizzando l’attenzione sulle violenze di tipo psicologico, che lasciano meno segni “visibili” sul corpo delle donne, ma fanno male e sono altrettanto dolorose; inoltre, minando autostima, relazioni e capacità di reagire delle vittime, rappresentano i prodromi anche per altri tipi di violenza.

La *mission* istituzionale della Commissione Pari Opportunità tra donna e uomo è, per definizione e per legge, focalizzata appunto sulla componente di genere, ma ci piaceva inquadrare il fenomeno in uno scenario più generale.

Abbiamo quindi trovato la disponibilità dell’Ordine degli Psicologi di Trento, che ha proposto di procedere con un inquadramento più ampio delle dinamiche delle violenze psicologiche e la sua contestualizzazione nei vari ambiti della vita, sia familiare che sociale, per poi dare la possibilità a noi - come Commissione Pari Opportunità tra donna e uomo - di creare delle piccole schede di approfondimento in prospettiva di genere.

Questo ci è parso un approccio utile al fine di comprendere le dinamiche di violenza in senso lato, senza tuttavia perdere la fondamentale visione che riconosce la peculiarità del fenomeno della violenza maschile sulle donne e della violenza di genere come fenomeno pervasivo e strutturale che affonda le radici in pratiche culturali e sociali di stampo patriarcale.



Troverete quindi in questa pubblicazione, per ogni capitolo, una parte generale - frutto del lavoro corale di varie/varie professioniste/i dell'Ordine, che ringraziamo di cuore. Alla fine di ogni capitolo, chi legge troverà la scheda "Le parole della CPO" che focalizza invece l'attenzione sulle violenze psicologiche in chiave di genere.

Anche queste schede sono frutto di un lavoro corale, stavolta delle/del componenti/e della Commissione provinciale Pari Opportunità.

Buona lettura.

PAOLA MARIA TAUFER

*Presidente della Commissione provinciale
Pari Opportunità tra uomo e donna*

*"L'indifferenza è peggio della violenza.
Dall'indifferenza non puoi difenderti"*

Liliana Segre



Introduzione

Quando la Presidente della Commissione Pari Opportunità dott.ssa Maria Paola Taufer ha chiesto la disponibilità a scrivere un volume sulla *Violenza psicologica*, l'Ordine di Trento - che qui rappresento - ha accolto la proposta con grande entusiasmo. Era una buona opportunità per trattare il tema complesso della *Violenza psicologica* offrendo una visione articolata, ma anche rigorosa, dei meccanismi psicologici alla base di una relazione che veicola pressioni e comportamenti verbali violenti.

Ci siamo confrontati su chi avrebbe materialmente pensato e scritto. E la risposta, la migliore che potevamo dare, è stata: "tutti/e", tutto il Consiglio dell'Ordine degli Psicologi. Tutti i Consiglieri e le Consigliere, nel loro ruolo di psicologi, hanno a che fare con le numerose versioni della violenza psicologica e, poiché esercitano in settori diversi della società, possono essere testimoni competenti dei tanti modi e dei tanti contesti in cui la violenza matura e si manifesta.

Ciascun capitolo offrirà dunque elementi per comprendere specifici aspetti del meccanismo mentale che sfocia nella violenza psicologica declinata in diversi ambiti: la coppia (V. Bombardelli e P. Franceschi), la famiglia con bambini/e (C. Cocco e W. Longhi), la famiglia attraverso le generazioni (C. Dalmonego e A. Giovanazzi), la scuola (E. Scappatura e R. Zumiani) e i luoghi di lavoro (M. Gradassi e A. Sebaste)

Prima di descrivere alcuni aspetti delle dinamiche psicologiche attive nelle relazioni psicologicamente violente che saranno poi brevemente riprese nei diversi capitoli, per consentire una autonomia di lettura, riteniamo indispensabile fare alcune riflessioni di contesto.

Lo sguardo allargato con cui abbiamo affrontato questo tema è legato in maniera stretta alla nostra attività clinica. Chi lavora in campo psicologico incontra pazienti singoli, coppie, gruppi, famiglie. E sa che le distinzioni nette tra chi esercita la violenza e chi la subisce, quando si tratta di *Violenza psicologica*, si fanno più sfumate. La violenza psicologica, in particolare, può essere esercitata da chiunque: uomini e donne, padri e madri, giovani e vecchi, insegnanti e studenti, colleghi e amici.

Se la statistica indica impietosamente che la violenza fisica è messa in atto prevalentemente dagli uomini sulle donne, per quanto riguarda quella psicologica i contorni si fanno meno netti. Per esercitare la violenza psicologica sono necessari strumenti più sofisticati e complessi, quali, solo per fare qualche esempio: il linguaggio, l'espressione di stati emotivi ed affettivi, le ingiunzioni paradossali e altri ancora.

La violenza psicologica è un fenomeno strettamente legato alle relazioni interpersonali e queste ultime hanno subito in questo ultimo secolo dei cambiamenti repentini e straordinariamente ampi.

È importante precisare che due fenomeni stanno segnando dei cambi di paradigma nelle relazioni. Mi riferisco a due processi 'rivoluzionari' sia per rapidità di manifestazione che per ampiezza, che sovvertono nel profondo le relazioni interpersonali: una è prevalentemente sociale e culturale ed la 'rivoluzione femminista', l'altra è una rivoluzione di tipo antropologico prodotta dall'avvento dello sviluppo tecnologico.

In tema di diritti civili la lunga storia dell'uomo è stata contraddistinta da costanti discriminazioni di tipo etnico e razziale. Dobbiamo attendere la fine del 1700 perché i diversi paesi abolissero la schiavitù etnica nelle colonie e il 1865 perché negli Stati Uniti venisse approvato il tredicesimo emendamento che aboliva la schiavitù razziale. Le donne dovranno attendere ancora quasi un secolo per avere gli stessi diritti civili degli uomini. In Italia il diritto di voto alle donne si ottenne il 31 gennaio 1945, ed è solo del 1950 la Convenzione dei diritti universali, per arrivare al 1989 con la Convenzione ONU sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza. Questa carrellata di tappe storiche serve a mostrare quanto siano recenti diritti che ora riteniamo naturali ed ovvi, ma che la storia ci dice che così non erano considerati fino a non moltissimi anni fa. Infatti, quello che al singolo individuo sembrano - ragionevolmente dal suo punto di vista - tempi lunghi del cambiamento, in termini storici sono fenomeni di trasformazione straordinariamente rapidi. Citiamo Harari per il suo acuto sguardo da storico: *".... Per quanto il divario tra i generi sia ancora significativo, gli eventi si sono succeduti a una velocità impressionante. Negli Stati Uniti del 1913 l'idea di concedere il diritto di voto alle donne era generalmente ritenuta offensiva; la possibilità che il Gabinetto del presidente o la Corte suprema potessero comprendere donne era semplicemente ridicola; e quanto all'omosessualità, era così tabù che la buona educazione imponeva di non farne mai cenno. Arriviamo al 2013, e il diritto di voto delle donne è un fatto assodato; le donne ministro non fanno più notizia e cinque giudici della Corte suprema, tre dei quali donne, sentenziano in favore della legalizzazione dei matrimoni tra persone dello stesso sesso (vincendo sulle obiezioni di altri quattro giudici uomini)."* (YN Harari Sapiens. Da animali a dèi. Bompiani 2014)

Le battaglie femministe degli anni '60 e '70 hanno avuto il grande merito di cercare di trasformare ciò che la legge riconosceva in vere libertà quotidiane. La guardia non può abbassarsi e le lotte non sono terminate: sono battaglie di trincea, che si vincono (o si perdono) nelle singole coppie, dentro le famiglie, all'interno gruppi. E non dimentichiamoci l'impatto del movimento #metoo che sta rappresentando un salto di qualità dal tema dei diritti civili al tema della messa in discussione e della rivendicazione di cambiare lo sguardo e i comportamenti nell'alveo delle relazioni intime. Esse coinvolgono l'uso del corpo e della sessualità e si pongono questioni importantissime quali il *consenso*. Consenso, detto per inciso, che nella cultura patriarcale non veniva nemmeno 'pensato' e che ancora molte donne non si autorizzano a vivere come un diritto.

Tutto questo ci aiuta a capire che i rapporti di forza all'interno della coppia si stanno modificando, dando alla donna una maggiore autonomia che inevitabilmente rende



il fenomeno della violenza psicologica mutevole, in rapido cambiamento e a macchia di leopardo con aree di maggior equilibrio ed equità ad altre in grave ritardo.

La violenza psicologica trova un'area di espressione importante anche nelle relazioni genitori e figli, spesso marcati da comportamenti oppressivi, svalutanti e manipolatori. I soggetti presenti su questo scenario non sono più solo uomini o donne ma padri e madri. Nel campo delle relazioni di cura e di accudimento il potere del materno supera spesso quello paterno e quindi i ruoli di chi esercita la violenza psicologica possono essere invertiti. Interessanti le riflessioni di Laura Pigozzi sul *plus-materno* (L. Pigozzi Troppa famiglia fa male Rizzoli ed. 2020). Per la psicologia, che ha a cuore il benessere dei soggetti socialmente e psicologicamente più deboli come sono i bambini e le bambine, questo tema non può essere eluso.

Il secondo fenomeno che ha un forte impatto sulla qualità e le modalità con cui si esprime la violenza psicologica ma anche su chi può esercitarla, è data dall'avvento di uno sviluppo tecnologico che ha investito le dimensioni più profonde delle persone, del loro modo di stare in relazione alla politica. Di questo enorme cambiamento qui ci preme sottolineare le conseguenze che ha avuto il diverso modo di entrare in contatto con gli altri caratterizzato dalla lontananza fisica e dalla possibilità dell'anonimato.

La violenza psicologica, diversamente da quella fisica, viene veicolata prevalentemente dal linguaggio (verbale o iconico). Si può essere violenti in assenza del corpo: basta una tastiera. L'odio corre sul web e si sono conati nuovi termini per definirlo, *hate speech* ne è un esempio. L'attacco e la persecuzione può essere veicolata dai social in modo più personalizzato dai messaggi sullo smartphone. Queste caratteristiche facilitano le possibilità di offesa e violenza, sciolgono confini generazionali, di status ed anche di genere.

Le statistiche ci dicono che lo stalking e il cyberbullismo non replicano in modo così evidente le categorie di genere che appaiono invece più definite nella violenza fisica (sessuale e/o maltrattamento). Anche questi sono aspetti che vanno tenuti in considerazione nell'interpretazione e nella comprensione del fenomeno della violenza psicologica.

ROBERTA BOMMASSAR

Presidente Ordine Psicologi della Provincia di Trento



Concetti generali ed inquadramento I. teorico

ROBERTA BOMMASSAR

1.1. COME LA PSICOLOGIA DESCRIVE LA VIOLENZA PSICOLOGICA

La premessa riguarda lo statuto epistemologico, il modo cioè in cui la psicologia come disciplina scientifica guarda e tenta di incidere sui processi della mente umana.

Possiamo dire che la psicologia è innanzitutto laica. Non sposa ideologie, non è di parte, è integrativa, non approccia (o non dovrebbe approcciare) i processi psicologici secondo la *logica della colpa*. Come scrive Roberto Speciale Bagliacca¹, la psicologia pensa e lavora secondo la *logica della responsabilità tragica*. In altre parole, la nostra posizione scientifica è rigorosamente neutrale. E questo non perché non sia interessata alle conseguenze spesso dolorose e distruttive di certi comportamenti e ai contesti che le favoriscono, ma perché lo sguardo psicologico non può che essere quello della *comprensione*. Su questo termine bisogna fare attenzione. Va inteso nel senso etimologico latino di *cum-prehendere*, dell'afferrare insieme le cose, i fenomeni che osserva.

Comprendere non è giustificare. Comprendere è tentare di dare senso agli accadimenti, di spiegarli. Il compito di stabilire le colpe ed eventualmente comminare le giuste pene e/o riparazioni non è di pertinenza della psicologia, appartiene a precise istituzioni che le nostre società hanno individuato a tali scopi. La comprensione non esclude ovviamente la consapevolezza che alcuni comportamenti sono distruttivi, producono un profondo dolore in chi li subisce e spesso anche in chi li produce. Ecco, in questo la psicologia non è neutrale, perché si schiera sempre per il benessere delle persone.

La comprensione riguarda le componenti del processo mentale (paure, fantasie, desideri ecc.) che stanno all'origine dei comportamenti umani. La riconduzione dei fatti e dei comportamenti a questo processo è definita *mentalizzazione*². Lo sforzo della psicologia attraverso il processo mentalizzante è quello di promuovere condizioni che riducano il rischio che paure, angosce, desideri, traumi favoriscano comportamenti distruttivi. Detto in altri termini: credo sia chiaro a tutti che la persona

¹ Speciale Bagliacca Roberto: *Colpa*, Astrolabio Ubaldini Roma 1997

² Fonagy e Target : *Mentalizzazione*, Cortina editore Milano

serena, che ha avuto un buon accudimento durante la sua infanzia, che ha solide relazioni di attaccamento, è molto spesso anche una persona psicologicamente forte. E una persona psicologicamente forte, per quanto detto prima, non ha bisogno di ricorrere alla violenza. La grande scommessa della psicologia dunque porta ad una conclusione che è solo apparentemente paradossale, su cui torneremo. E cioè che da un punto di vista strettamente psicologico la persona violenta è tutt'altro che una persona psicologicamente "forte". Troppo spesso si scambia la violenza per forza; può essere certamente espressione di un potere esercitato attraverso la violenza (fisica o relazionale) ma è bene non confonderla con la forza.

La considerazione complementare a questa, sul piano della forza psicologica, è però che anche la persona vittima di violenza, quella che rimane invischiata in una relazione maltrattante senza saperne uscire, presenta delle debolezze/fragilità che la tengono inchiodata in una condizione di sofferenza. E questo è l'altro grande versante del lavoro degli psicologi. Quella delle donne e dei bambini sono proprio per questo squilibrio di forza le categorie che corrono il rischio più alto di rimanere intrappolati in una relazione psicologicamente violenta.

1.2. LA DEFINIZIONE

Dobbiamo partire da una definizione perché la nostra prima esigenza è delimitare e circoscrivere il fenomeno. La violenza psicologica è un insieme di atti, parole, minacce e intimidazioni utilizzati come strumento di costrizione e di oppressione per obbligare gli altri ad agire contro la propria volontà. La violenza psicologica non utilizza (necessariamente) la forza fisica e si manifesta principalmente con parole e atti.

La violenza, così definita, può portare ad un trauma psicologico che include ansia, depressione, disturbo post traumatico da stress e a sua volta reazioni aggressive. La vittima finisce con l'aver una percezione distorta della realtà, una profonda diminuzione della propria autostima e a provare forti sensi di colpa e di vergogna. È piuttosto frequente che la vittima non riconosca la violenza perché nella dinamica relazionale il *persecutore* riesce - in un processo di denigrazione e di plagio - a convincere la vittima di essere una persona di scarso valore, in qualche modo colpevole di ciò che le accade, suscitando il sentimento di *meritarsi* ciò che le sta accadendo.

Uno degli ambiti in cui la violenza psicologica si manifesta frequentemente è la famiglia, sia nei rapporti di coppia che nei rapporti con i figli/e, ma riguarda anche tutte le aggregazioni di gruppo e i luoghi di lavoro.

1.3. I SEGNALI

Partendo da questa premessa di approccio e definizione, vediamo da quali segnali noi rileviamo il manifestarsi di una violenza.

La violenza psicologica fa uso di diverse strategie comportamentali e comunicative. Non sempre sono vistose. Spesso si manifestano sottotraccia, ma hanno sempre un carattere continuativo, un persistere nel tempo.

Sul piano della comunicazione, una caratteristica frequente è la *critica* e l'*umiliazione* espressa con l'uso di nomignoli, generalizzazioni improprie, ridicolizzazioni



o espressioni usate per imbarazzare, specie in pubblico. E poi l'uso frequente del sarcasmo, indugiano nell'evidenziare i punti deboli dell'altro/a.

Sul piano dei comportamenti e delle motivazioni, invece, ciò che si nasconde dietro alla violenza silente e camuffata è soprattutto la spinta al controllo: la necessità di conoscere gli spostamenti, le cose che si fanno, a volte persino i pensieri che passano nella mente della vittima. Tutte cose che esprimono, da parte di chi tende all'esercizio della violenza, il tentativo di esercitare sull'altro un *potere*.

Bisogna fare attenzione al fatto che questo comportamento contiene e manifesta sempre un messaggio svalutante e denigratorio incentrato sulla mancanza di fiducia. Alla base c'è una negazione dello statuto di individuo psicologicamente separato, cioè autonomo nei propri pensieri e comportamenti e quindi nella libertà di fare delle scelte in autonomia. Questo spazio di libertà viene completamente rifiutato dal soggetto violento, perché contiene in sé il principio che l'altro può esistere anche senza di lui. Ed è questo un pensiero insopportabile. A questo alveo appartengono per esempio tutti i comportamenti di gelosia patologica, che lungi dall'essere il normale sentimento prodotto dal sentirsi legati ad una persona, rappresentano invece proprio il tarlo implacabile della volontà di avere il controllo totale del corpo e della mente dell'altro, di poterlo manipolare a proprio piacimento.

Nel campo degli studi della violenza psicologica si fa spesso riferimento al lavoro dello psicologo americano Albert Biderman³, che ha studiato le tecniche di manipolazione psicologica in tempo di guerra. Biderman ha identificato ben otto diverse strategie. E l'esperienza clinica, oltre a numerosi altri studi, hanno confermato che anche in molti casi di violenza psicologica intrafamiliare, per esempio, è possibile ritrovare gli stessi meccanismi.

Può essere utile elencare tali strategie: 1. controllo e manipolazione, 2. stress cronico, 3. umiliazione e denigrazione, 4. isolamento, 5. minacce, 6. ricompense occasionali, 7. dimostrazione di onnipotenza, 8. richieste assurde e contraddittorie.

Certo, il modello di descrizione di Biderman si riferisce a un contesto in cui le strategie psicologiche per indebolire la volontà e mantenere il controllo mentale sono state individuate in modo deliberato e *professionale* in un contesto molto specifico, come quello bellico.

Però è interessante che queste tecniche belliche scientificamente catalogate, si sovrappongano bene ai comportamenti spontanei di chi ha il desiderio/bisogno di sottomettere l'altro, maltrattandolo, in contesti normali, di quella che dovrebbe essere la normale vita civile. Ed è inquietante, ma anche significativo, che per fare meglio la guerra si sia deliberatamente messo in atto e tradotto in una sequenza "scientifica" di operazioni ciò che nella mente di chi tende alla violenza si attiva in maniera inconsapevole ed inconscia anche nella apparente pace della vita sociale e familiare. Questo credo renda bene l'idea del livello di complessità, diffusione e pericolosità del fenomeno della violenza psicologica.

Vale dunque senz'altro la pena di riprendere qualcuno degli aspetti elencati. Hanno tutti un grande impatto psicologico.

³ Biderman Albert:

Possiamo dire intanto che spesso l'abuso emotivo consiste nella manipolazione delle emozioni della vittima al punto da trasmettere il messaggio di “*sapere meglio dell'altro*” quali sono i suoi sentimenti e le sue emozioni. Poi, il continuo stato di tensione che rischia ad ogni momento di esplodere in scatti d'ira. Lo sbattere oggetti per esempio, anche se non rappresenta una violenza diretta, crea un clima di allarme estremamente faticoso da sostenere e che fiacca la volontà di contrapporsi. La ripetuta violazione della privacy e i commenti sarcastici fatti passare come semplice ironia, creano disorientamento e perdita di lucidità. Un segnale altamente significativo che è bene non banalizzare mai riguarda il progressivo *isolamento* in cui viene spinta la vittima, la quale, per evitare continue scenate, smette di frequentare la cerchia abituale di amici e famigliari. L'isolamento è importante come segnale, perché rappresenta anche il viatico verso la dipendenza affettiva. Il partner finisce così col restare come uno dei pochi legami sociali attivi. Anche l'alternanza di minacce (non necessariamente di violenza fisica ma anche di abbandono e di solitudine) e di riavvicinamenti improvvisi, carichi di affetto e buoni propositi, producono nella vittima un quadro comportamentale di profondo disorientamento.

1.4. LE CONSEGUENZE

Un clima relazionale con queste caratteristiche va inevitabilmente a incidere con grande forza sul senso di autonomia, efficacia ed efficienza. La rappresentazione di sé come persona assume i contorni dell'insicurezza, del dis-valore. I rimproveri ricevuti diventano rimproveri fatti a sé stessi. In altre parole viene introiettata l'immagine di sé svalutata dal soggetto che esercita la violenza psicologica: ci si sente come l'altro vuol farci sentire. Da un punto di vista psicologico possiamo descrivere questo processo come *l'identificarsi nelle parti proiettate dall'altro*. Attenzione, perché questo è un processo che molto di frequente rileviamo, sia nelle relazioni di coppia che nei rapporti tra genitori e figli.

È importante avere sempre presente che quando si parla di relazioni umane è difficile e forse anche scorretto pensare in termini di on-off, inizio e fine. I processi procedono spesso per accumuli quantitativi di piccoli fenomeni di comunicazione, di eventi di per sé minimi, fino al manifestarsi di un “salto di qualità”. I momenti, gli episodi singoli in cui vediamo esercitarsi una quota di violenza psicologica “a bassa intensità” sono molto più frequenti, trasversali e spesso parzialmente nascosti di quanto si pensi. È dunque importante sapere che ci sono gradienti diversi di violenza psicologica e che si va da episodi isolati – come si diceva - ad un vero e proprio clima emotivo che ad un certo punto finisce col colorare i vissuti di angoscia e paura.

1.5 IL MECCANISMO PSICOLOGICO ALLA BASE DELLA VIOLENZA PSICOLOGICA

La psicologia non solo definisce e descrive i fenomeni, non si limita a perlustrare i segnali con cui vanno man mano a manifestarsi e ad individuare le conseguenze che producono, ma cerca soprattutto di dare una risposta al loro *perché*. Anzi, il punto centrale del nostro lavoro è proprio cercare di rispondere a questa domanda: quali sono le *motivazioni* che spingono una persona a comportarsi in un certo modo, un modo che produce sofferenza per sé e per gli altri?

Qui compare nuovamente quella laicità cui si è fatto cenno all'inizio. Il nostro intento è dare una lettura ed un senso a ciò che accade. Riconoscendo che alcuni comportamenti umani fanno soffrire, la psicologia evita di fermarsi alla eventuale condanna (che compete, lo ribadisco, ad altri) e fa suo invece il compito – non facile – di chiarire il come e il perché di quei comportamenti.

Una sosta del nostro percorso introduttivo e di tutto questo nostro ragionare insieme, è bene farla anche dalle parti delle *neuroscienze* e della *neuropsicologia*, area che è in grande fermento in questi ultimi decenni. Gli assunti della psicosomatica, per cominciare, non devono abbandonarci mai: i nostri comportamenti sono il risultato dell'intreccio tra dimensione psichica, somatica e sociale. Chi si interessa dell'aspetto psichico fa bene a tenere in considerazione anche quello che le neuroscienze ci dicono al proposito.

E le ricerche internazionali^{4 5} in questo campo offrono interessanti risultati riguardo all'esistenza di *“poliformismi genetici significativi ...che modulano le reazioni a variabili ambientali quali l'esposizione ad eventi stressanti e a reagire agli stessi con comportamenti di tipo impulsivo”*. In altre parole, anche certi aspetti genetici e neuronali hanno un'influenza, riguardo alla capacità di contenere i comportamenti istintuali, di cui la violenza psicologica è una delle versioni. E per completare la visione che conferma la complessità del problema, dobbiamo anche ricordare ciò che la *psicologia epigenetica* dice riguardo a questo aspetto.

La psicologia epigenetica ha dimostrato che la quantità e la qualità delle esperienze di vita influenzano l'espressione del livello biologicamente più intimo del nostro organismo.

Occorre qui sottolineare che ciò di cui dobbiamo essere assolutamente consapevoli prima di andare avanti nella individuazione dei perché, è che una risposta semplice ad una domanda tanto complessa, che ha così tanti fattori a determinarla, non può esserci. Sarebbe illusorio e riduttivo pensarlo. Sarà bene non dimenticarne mai.

Quindi procediamo ed inoltriamoci nelle descrizioni e spiegazioni che la psicologia dinamica ha provato a dare ai comportamenti psicologicamente violenti.

Per cercare di comprendere le condizioni che attivano la violenza psicologica e spesso anche quella fisica ad essa associata, dobbiamo cercare di *decostruire* il concetto di violenza come categoria. Possiamo articolare la domanda in questi termini: *“in che modo la violenza trasforma l'equilibrio piacere/dispiacere all'interno della persona riguardo ai suoi bisogni fondamentali quali la sicurezza di Sé, il narcisismo, il benessere sessuale, ecc.”*⁶

Ebbene un aspetto comune e trasversale alle condizioni capaci di attivare la violenza è che esse comportino una qualche forma di sofferenza nel soggetto. Una sofferenza, per essere precisi, che viene vissuta soggettivamente come un pericolo interno. Tale pericolo di solito ha a che fare con aspetti di tipo simbolico. Non è cioè un pericolo “materiale”, concreto, per la sopravvivenza del proprio corpo, ma viene

⁴ Caspi et al. 2003

⁵ Rujescu et al. 2003

⁶ H. Bleichmar *Psicoterapia psicoanalitica* Astrolabio Roma 2008

percepito come un pericolo che riguarda la propria vita interiore. Per semplicità escludiamo le due categorie francamente patologiche della *paranoia* e del *sadismo*, perché collocare questi comportamenti nell'ambito della patologia ci toglie dalla responsabilità di guardare invece a comportamenti che sono molto diffusi nella cosiddetta popolazione normale. Per esercitare violenza psicologica non occorre essere né paranoici né dei sadici. Per dirla in termini grossolani, non è "il matto" quello che stiamo cercando di scovare e di capire.

Vediamo quali sono e che caratteristiche hanno i funzionamenti psicologici interni che attivano più frequentemente comportamenti psicologicamente violenti.

Partiamo dalla premessa che *"la violenza può costituire un movimento difensivo contro una sofferenza psichica di tipo narcisistico o legata all'angoscia di separazione, tramite la quale il violento riesce a ristrutturare l'idea che ha di Sé e l'idea che ha dell'Altro."* In questo senso il comportamento violento non ha solo un significato espressivo, ma ha anche e forse soprattutto la funzione di ristrutturare la propria identità.

L'altra cosa da tenere presente è la qualità che la violenza e/o aggressività conferisce al soggetto in termini di rappresentazione sociale. Chi è violento viene spesso sentito e rappresentato come potente, come forte. Il che, si ricorderà, è proprio il contrario di quel che abbiamo ipotizzato poco sopra.

In quest'ottica la violenza acquista il significato di uno strumento magico-onnipotente a cui fare ricorso ogni volta che si desidera assumere un'identità di persona potente. La persona violenta è come se si dicesse: *"Sono forte, non sono debole, gli altri mi devono obbedienza perché non sono io che quello che si sottomette ai loro desideri. Dunque sono uno che vale"*. È esattamente in questo senso che la violenza non è solo un modo di esprimere dei vissuti o dei pensieri, ma ha un ruolo difensivo di ristrutturare la rappresentazione di Sé, in quel momento vissuta come indebolita e in pericolo. Credo sia ora meglio comprensibile l'aspetto paradossale cui si è fatto cenno inizialmente e cioè che la violenza poggia le sue radici su un sentimento di vulnerabilità. La violenza è figlia – sempre – della paura e delle insicurezze.

Ma di che tipo sono queste paure? L'argomento è complesso ma possiamo dire, sintetizzando, che sono soprattutto di due tipi.

Una di queste è la *fragilità narcisistica*. In questo periodo storico si sente citare spesso questo termine: *narcisismo*, che corrisponde all'amore per Sé, all'idea che ognuno di noi ha di sé stesso come persona. C'è un narcisismo sano: quello che ci fa fare un bilancio positivo del nostro valore, ma che è anche in grado di tollerare le nostre mancanze e incapacità, senza per questo vergognarci. Un buon equilibrio narcisistico è un prerequisito indispensabile per affrontare in maniera serena la vita in generale e le relazioni con l'altro, senza sentire le relazioni come rapporti di forza in cui dover uscire necessariamente vincitore. Un narcisismo buono e sano permette di esprimere le proprie qualità restando al contempo capaci di apprezzare anche quelle dell'altro. Una società come la nostra, che spinge molto sugli aspetti narcisistici (avere molte cose, esibire un bel corpo, essere ammirati per la professione e via dicendo) ci rende molto attivi e intraprendenti, ma anche molto vulnerabili. Siamo spinti a creare relazioni che abbiano la funzione prioritaria di garantirci "il successo" e così alimentare il nostro narcisismo. Un meccanismo in cui diventa tendenzialmente predominante il prendere invece che il dare.

Nel novero delle persone psicologicamente violente, il narcisista è molto ben rappresentato. Vive la vita nella costante preoccupazione di non essere sufficientemente ammirato; le relazioni sono vissute come un costante campo di *gara a chi è più... intelligente, ricco, potente, bello, e via dicendo*. È una vita faticosissima, in cui l'unico faro è l'IO; il rischio di travolgere e calpestare le vite degli altri è implicito, altissimo e spesso vi è totale inconsapevolezza di quanto viene messo in atto.

Un altro motore che può attivare comportamenti psicologicamente violenti è legato alla tematica della *separazione-individuazione*. Una buona e serena relazione prevede un equilibrio tra il bisogno di attaccamento/dipendenza e il bisogno opposto di autonomia. Se uno dei due o entrambi presentano delle caratteristiche di dipendenza e controllo perché si vive l'altro come indispensabile alla propria esistenza (fisica e/o psichica) le relazioni si complicano. Può accadere che uno invada lo spazio psichico dell'altro/a, tentando di regolare i suoi desideri con la compressione di quelli altrui che non corrispondono ai propri. Oppure accade di imporre la propria presenza fisica, riducendo lo spazio del soggetto o violentando la libertà del suo corpo. Il controllo sulla vita dell'altro/a è il risultato di una incapacità di viverli psicologicamente separati.

La lontananza del partner o l'insofferenza al controllo viene vissuta come un grave pericolo al proprio benessere. Anche in questi casi la violenza psicologica (a volte seguita anche da quella fisica) rappresenta una risposta difensiva per ristabilire una condizione di sicurezza; è evidente che il raggiungimento di questa sicurezza va a scapito del benessere e dei diritti dall'altro/a. Le legittime scelte di autonomia dell'altro possono scatenare reazioni rabbiose, che incutono timore ed angoscia e finiscono col raggiungere l'obiettivo di tenere l'altro legato, per paura, in una relazione disfunzionale.

Tutto quanto detto finora conferma che alla base di comportamenti che socialmente nel comune sentire vengono percepiti come segno di potenza e forza in realtà sono frutto di processi psichici di segno esattamente opposto.

Ora lasciamo la parola ai colleghi/ghé che parleranno ed approfondiranno questa tematica collocandola nei diversi ambiti di vita.

LE PAROLE DELLA CPO...

All'inizio di questo primo capitolo si sostiene che la psicologia è una scienza "laica", intesa come una scienza che non sposa ideologie, che non è di parte e che non approccia secondo le logiche della colpa. Si dice, poi, che il compito della psicologia è quello di comprendere, vale a dire di dare un senso agli accadimenti e spiegarli.

Non si può non concordare con queste premesse, che sono le premesse alla base di qualunque statuto epistemologico di qualunque disciplina che voglia definirsi "scientifica".

È importante, tuttavia, sottolineare che se l'obiettivo è davvero quello del "comprendere" determinati accadimenti, non è possibile prescindere dalle variabili che li rendono unici, nella consapevolezza che non esistono due situazioni iden-

tiche alle quali poter applicare allo stesso modo i paradigmi scientifici della neutralità.

Se, dunque, per “neutralità” si intende una caratteristica della scienza che, per definizione, non deve parteggiare, a prescindere e pregiudizialmente, per una sola parte (ad esempio nel caso delle violenze relazionali), allora la questione ci trova perfettamente d'accordo.

Ma la neutralità della scienza non la esime dall'affrontare ogni singola situazione tenendo conto delle singole iridescenze e sfumature che la rendono unica e diversa da tutte le altre.

Per poter comprendere e spiegare determinati accadimenti, nel caso specifico forme di violenza tra soggetti, infatti, è necessario tenere in considerazione tutte le variabili che entrano in gioco, e una di queste variabili è sicuramente l'elemento di genere che caratterizza, il più delle volte, i protagonisti della relazione violenta.

Se in altri lavori si è fatto riferimento alla “violenza relazionale” (Monzani & Giacometti, 2018), non è certo per attribuire responsabilità ad entrambi i soggetti della relazione violenta, ma è per sostenere che le dinamiche e le motivazioni della violenza vanno ricercate anche nella relazione che intercorre (o che è intercorsa) tra i due soggetti prima del fatto violento. Non è sufficiente ricostruire il fatto violento in sé, ma occorre comprendere da dove deriva questo fatto e da quali dinamiche è stato mosso (la criminologa parla, a riguardo, di criminogenesi e di criminodinamica).

In tutto questo l'elemento di genere rappresenta una delle variabili più significative per la comprensione dell'agito violento. Pur con tutti gli accorgimenti e le cautele del caso, volti a non cadere in un inganno metodologico, tuttavia è evidente dal dato empirico che la maggior parte delle vittime di violenza relazionale (non solo fisica) appartiene al genere femminile (pur non negando l'esistenza di situazioni violente, numericamente residuali, che possono venire agite anche “a generi invertiti”).

È evidente che le donne rappresentano la maggior parte delle vittime di violenza relazionale/domestica/intrafamiliare; è evidente che esse non restano vittima soltanto di violenza fisica, ma anche (e forse soprattutto) di violenza psicologica, di violenza economica, di violenza sessuale e, in alcuni casi, di una vera e propria violenza “istituzionale”, ecc.

Le statistiche, seppur con tutte le cautele del caso relative alla cifra oscura del crimine (vale a dire la percentuale di violenze che non vengono denunciate), ci dicono chiaramente che le donne subiscono la maggior parte delle violenze a causa di comportamenti agiti da soggetti di genere maschile.

Il dato empirico ci conferma questo, oltre all'esperienza quotidiana di chi si occupa di accogliere, supportare e aiutare vittime di violenza domestica, primi tra tutti i Centri Antiviolenza sul territorio.

È innegabile, dunque, che una componente di genere nelle diverse forme di violenza relazionale esiste e fa sentire la sua presenza in modo significativo. Le

radici di tutto questo sono da ricercare in fattori di carattere storico, culturale, ambientale, ma non è questa la sede per tali approfondimenti.

Sostenere che la scienza deve essere neutrale è, come detto, condivisibile; tuttavia è la violenza a non essere neutrale. Occuparsi di violenza contro le donne non significa compiere una scelta di campo preconcepita e legata al genere femminile tout-court, ma significa occuparsi del soggetto più debole (dal punto di vista storico e culturale, non certo personale) che, a causa di questa condizione, si trova a subire la maggior parte delle forme di violenza.

In altre parole, l'appartenenza al genere femminile rappresenta una predisposizione vittimogena, almeno per alcune forme di violenza e di reati, e questo è innegabile.

Occuparsi di violenza contro le donne significa occuparsi delle vittime di violenza per eccellenza; non si tratta, come detto, di occuparsi di donne in quanto donne (in questo caso la discriminazione verso il genere maschile, e verso altre situazioni di genere, sarebbe evidente), ma significa occuparsi di donne in quanto vittime di violenza. E se la psicologia, come detto correttamente, ha come obiettivo quello di ricercare sempre il benessere delle persone, va da sé che per alcune forme di violenza (come quelle trattate in questo volume) la psicologia non può prescindere da una variabile di genere che rappresenta, il più delle volte, come detto, una vera e propria predisposizione vittimogena.

L'obiettivo, come giustamente specificato nel capitolo, non è quello di attribuire colpe (per questo esistono i Tribunali), ma quello di affrontare il tema della "responsabilità", nel senso di "rendere responsabili", attraverso una buona consapevolezza delle diverse forme di violenza, delle loro conseguenze e dei fattori che ne sono alla base.

Individuare le cause della violenza significa operare con un'ottica preventiva tenendo conto di tutte le variabili in gioco.



Violenza psicologica nella coppia

II.

VANDA BOMBARDELLI, PIERA FRANCESCHI

DEFINIZIONE, TERMINI, CONFINI

Per violenza psicologica nella coppia si intende una forma sottile e insidiosa di comportamento denigratorio e mortificante caratterizzato da espressioni manipolatorie e di esercizio di potere e di controllo sul proprio partner.

È una configurazione di atteggiamenti agiti attraverso la comunicazione ed il comportamento, ed è spesso il comune denominatore di altri tipi di violenza come quella fisica, quella economica e quella sessuale.

La violenza psicologica non conosce differenze sociali culturali o geografiche, è diffusa nello stesso modo in tutte le classi sociali. Si tratta di un fenomeno che riguarda più la vita domestica che le nostre strade, le nostre piazze o altri luoghi pubblici. Nella comune convivenza molti comportamenti vessatori e controllanti presenti e diffusi nelle coppie, sono ritenuti connaturati con la tradizione o coi valori dominanti al punto da passare quasi inosservati e tollerati come comportamenti normali.

Parliamo dunque di un fenomeno sociale sottostimato e poco riconosciuto, che tuttavia può avere conseguenze psichiche invalidanti e generare molta sofferenza. Di fatto si traduce in una forma grave di maltrattamento emotivo e può produrre grande dolore.

Si manifesta frequentemente con atti di umiliazione, denigrazione e minaccia, interventi di controllo e limitazione della libertà. L'intento è confondere la vittima, minandone sicurezza e autostima, in modo non occasionale ma ricorrente.

In questo tipo di esperienza relazionale non mancano i momenti seduttivi di empatia, ma questi apparenti avvicinamenti fanno parte di una strategia controllante/premurosa/punitiva e l'intento è il possesso della mente dell'interlocutore.

I singoli scambi di questa relazione, presi separatamente, potrebbero apparire insignificanti, ma nell'insieme danno origine a un processo emotivamente distruttivo. Squalifiche, mancanza di rispetto, umiliazioni, possono alternarsi ad atteggiamenti seduttivi e compiacenti in un intreccio perverso che riesce a conservare un'apparenza di normale quotidianità. Questo aspetto rischia di diventare una trappola, perchè incatena in qualche modo le vittime che finiscono di dubitare delle proprie percezioni o temono di ingigantirle.

Si potrebbe dire che si tratta di una condotta a spirale, con fasi di intensificazione e fasi di pausa, ma con un andamento ricorrente e prolungato.

Questa caratteristica è un importante elemento discriminante che fa la differenza fra la coppia maltrattante e la coppia che litiga.

Anche se il perpetratore di violenza non è per forza l'uomo, quando si parla di violenza psicologica nella coppia si intende prevalentemente violenza sulle donne. L'European Institute for Gender Equality definisce la violenza di genere un "fenomeno profondamente radicato nelle disuguaglianze tra uomini e donne" e lo considera "una violazione dei diritti umani" in tutte le società.

Violenza di genere, e violenza contro le donne, vengono dunque spesso usati come termini interscambiabili perché spiega l'EIGE "è stato largamente riconosciuto come la maggior parte della violenza di genere sia inflitta a donne e ragazze da parte di uomini". Dunque nel parlare di questo fenomeno non si può prescindere da queste evidenze : si tratta di un problema sociale e sistemico che incide sulla vita di molte persone ed è giusto parlarne nella sua specificità.

All'interno del nostro attuale ordinamento non ci sono norme precise che individuino la violenza psicologica ed emotiva e la riconoscano come un reato o un abuso, ossia non esiste una legislazione unitaria sulla violenza psicologica. La violenza psicologica è "costretta" ai limiti angusti della prova: dare riscontri certi dei comportamenti manipolatori e vessatori è spesso difficile, dobbiamo ricordare che il nostro stesso ordinamento giuridico è stato in passato permeato a lungo da valori patriarcali e discriminatori.

Esiste una differenza strutturale tra conflitto nella coppia e violenza psicologica ed emotiva. Il conflitto è connotato a tutte le relazioni sane, è una messa a confronto aperta, magari intensa, limitata nel tempo e non presenta progressione incondizionata. Non mette in discussione la relazione ma determinati contenuti. Non è cronico, non altera la relazione stessa, non implica l'uso di atteggiamenti coercitivi. I periodi di contrarietà, divergenza, opposizione, non impediscono l'evolversi della relazione stessa. La violenza psicologica è invece l'uso intenzionale di atti e comportamenti destinati a sottomettere e privare l'altro della propria libertà di scelta.

Le ragioni della violenza di genere sono da ricercare nelle disuguaglianze sociali fra uomini e donne in relazione al potere, alle opportunità e alla rappresentazione simbolica e politica. Un problema le cui radici affondano nella cultura, nell'immaginario socialmente condiviso e sono tramandate nei processi educativi e nella comunicazione.

CONSEGUENZE DELLA VIOLENZA PSICOLOGICA O DI GENERE

Possiamo equiparare la violenza di genere a una forma asimmetrica di maltrattamento o a una condizione di stress invasivo o prolungato.

Se la vittima riesce a sottrarsi parzialmente al condizionamento (molto spesso con l'aiuto di persone che intervengono dall'esterno) può capire e diventare consapevole della manipolazione. Malgrado la persona che subisce questo tipo di violenza abbia la sensazione di subire un'ingiustizia, si sente confusa e vagamente colpevole, in preda a grande incertezza. Si sente in qualche modo responsabile di quello che

accade e si interroga sull'eventualità di aver provocato lei stessa involontariamente quei comportamenti.

Se la situazione si protrae a lungo e si ripete, va oltre la capacità di adattamento personale e provoca disturbi e patologie croniche.

Tra le reazioni patologiche più citate in letteratura ricordiamo: disturbi depressivi e isolamento sociale, disturbi del sonno e dell'alimentazione, perdita di fiducia e alterazione della percezione di sé, sindrome post traumatica, stati d'ansia e disfunzioni neurovegetative.

Non si muore di queste aggressioni, come succede con la violenza fisica, ma si perde una parte di sé.

STALKING E GASLIGHTING

Due forme particolari di violenza psicologica, considerate fenomeni in crescita, sono il gaslighting e lo stalking.

Il primo è una crudele forma di manipolazione psicologica attraverso la quale il perpe-tratore (chiameremo così chi la agisce) presenta alla partner false informazioni con l'intento di farla dubitare di sé stessa, della sua memoria e percezioni, della sua capacità di analisi e valutazione della realtà fino a farla sentire disorientata, inadeguata, o addirittura dubitare delle sue facoltà mentali. Per es. negando che certi episodi siano mai accaduti, compresi i maltrattamenti ma non solo, o mettendo in scena situazioni bizzarre con l'intento di disorientare e confondere la vittima.

Il termine "gaslighting" deriva dal titolo del film "Gaslight" del 1944 del regista americano Georg Cukor con Ingrid Bergman e Charles Boyer. Il film si svolge nell'Inghilterra vittoriana dove un gentiluomo persuade la giovane moglie ad abitare nella vecchia casa dove è cresciuta e dove fu assassinata (da lui, naturalmente) sua zia e con una diabolica strategia psicologica, alterando le luci delle lampade a gas della casa, la spinge sull'orlo della pazzia.

Quando una vittima è catturata in questa rete, si dibatte e si confonde e può rinunciare a difendersi prima di rendersene conto. Si tratta di una manipolazione emotiva messa in atto per indebolire le energie mentali e fisiche della propria partner, una tattica psicologica devastante che combina elementi di manipolazione, controllo, e sfruttamento della fiducia. Sono descritte convenzionalmente quattro fasi:

- distorsione della comunicazione da parte del perpe-tratore allo scopo di insinuare dei dubbi.
- Incredulità e la confusione della vittima.
- Difesa disordinata e aggressiva della vittima.
- Depressione e rassegnazione.

Questo particolare tipo di violenza psicologica viene dissimulato sotto una parvenza di protezione e umanità. Il controllo premuroso rappresenta la base per agire una "effrazione psichica" della mente della vittima.

Col termine stalking si fa riferimento invece a una serie di atteggiamenti tenuti da un individuo che affligge un'altra persona perseguitandola e generandole stati d'ansia e paura che possono arrivare a compromettere la sua vita quotidiana. Include



condotte di molestie assillanti e l'imposizione persistente e non consensuale di comunicazioni e ricerche di contatto che suscitano timore e preoccupazione nel destinatario. Non raramente si complica con episodi di violenza fisica.

Spesso si manifesta in un contesto di separazione conflittuale.

Lo stalker (il termine è inglese e indica: fare la posta beccare, pedinare) irrompe in maniera ripetitiva, indesiderata e distruttiva nella vita di un'altra persona.

Può trattarsi all'inizio di abituali e insistenti condotte di corteggiamento invio di fiori, lettere, telefonate regali. Queste condotte poi assumono un carattere intrusivo e molesto in assenza di un consenso tacito o esplicito e non si fermano di fronte al dissenso chiaro inequivocabile di chi le riceve. L'accanimento di questi comportamenti provoca ansia e paura e crea timore per la propria incolumità o quella dei propri cari. Vengono a mancare le libertà basilari come andare al lavoro e fare la spesa.

Questi reati di fatto all'atto pratico non comportano un danneggiamento fisico della persona per cui fino a non troppo tempo fa non li si riteneva lesivi. Recentemente si è visto che in realtà questi atti incidono notevolmente sulla vita di chi li subisce e non in pochi casi questi atteggiamenti hanno portato a conseguenze estreme.

Negli anni l'opinione pubblica è diventata sempre più sensibile sul tema delle condotte persecutorie fino ad avere nell'aprile del 2009 la legge che tutela le vittime e punisce gli autori di questi atti. L'articolo che dà le direttive è il 612 bis del codice penale e sancisce che può essere penalmente perseguito e condannato "chiunque con condotte reiterate minaccia o molesta qualcuno in modo da cagionare un perdurante e grave stato d'ansia o di paura ovvero da ingenerare un fondato timore per l'incolumità propria o di un prossimo congiunto o di persona al medesimo legata da relazione affettiva ovvero di costringere la stessa ad alterare le proprie abitudini di vita."

CARATTERISTICHE DEL MALTRATTANTE E DELLA VITTIMA

Molti autori sostengono che non sia possibile delineare un profilo psicologico del perpetratore; tuttavia, si possono riconoscere alcune tipiche modalità relazionali che rispecchiano uno specifico modo di interagire con il partner, ne parla dettagliatamente Monica Buonsangue (vedi bibliografia).

Una tipologia può essere rappresentata da soggetti che cercano di soddisfare i loro bisogni narcisistici attraverso il controllo ed il possesso dell'altra persona, anche se non tutti i soggetti narcisisti sviluppano una relazione psicologicamente violenta. È un soggetto che ha un'immagine di sé grandiosa che deve trovare nell'altro la conferma, una persona che sia una sorta di specchio che gli rimanda un'immagine positiva di sé. Se ciò non accade viene assalito dall'angoscia e dalla paura di annientamento, vissuti insopportabili che provocano una reazione di ipercritica verso l'altro (non capisci nulla, cosa stai a fare). È una sorta di autoinganno che gli permette di mantenere un'immagine buona di sé e di evitare vissuti di totale inadeguatezza legati al mondo relazionale. Solitamente questi soggetti nella fase iniziale del corteggiamento sono brillanti, seducenti, spiritosi, appaiono sicuri di sé, l'adulazione e le lusinghe fanno parte della tecnica di seduzione.

È molto probabile che una persona con una buona autostima non si presti a soddisfare tali necessità o intraveda il pericolo, mentre una persona altrettanto bisognosa di sentirsi importante, desiderabile, valorizzata si senta attratta da una persona con queste caratteristiche che le permette finalmente di coronare il suo bisogno di essere amata e valorizzata. Spesso confondendo il bisogno dell'altro con il proprio. Solitamente i problemi iniziano dopo la stabilizzazione della relazione, il narcisista pretende sempre l'ammirazione e legge l'autonomia del partner come una minaccia reagendo ad essa cercando di rovinare l'immagine dell'altro.

Un altro profilo è visibile in soggetti che necessitano di controllare tutto come equivalente del bisogno di tenere sotto controllo il proprio mondo interiore, diventa un modo per evitare le emozioni percepite come travolgenti. Per il soggetto con queste modalità la mente è la sua protezione, le emozioni sono un pericolo, è un contesto nel quale non c'è spazio per il dubbio o l'ambiguità. Se un soggetto con queste caratteristiche diventa un maltrattante psicologico, con il partner si pone come un dominatore, prevaricatore, egoista. Il suo bisogno è controllare tutto anche il suo partner. Prevalgono le critiche, il giudizio, il disprezzo e la sfiducia.

Se percepisce un pericolo scatta l'aspetto paranoico.

Nel corteggiamento esprime sicurezza, rigore e controllo, è preciso, organizzato, può dare senso di affidabilità e di sicurezza anche se il messaggio implicito potrebbe essere "tu devi ubbidire". Per la persona con queste caratteristiche una partner autonomo ed indipendente sarebbe un pericolo, ma una persona con scarsa autostima e poco senso di autoefficacia accetterà di buon grado che lui si occupi di tutto, permettendo così l'incastro fra i due partner. Incastro che si basa sulla confusione tra la cura in un progetto d'amore e la manifestazione di una precisione compulsiva, controllante ed egocentrica. Se l'altro esprimerà un minimo di autonomia o il maltrattante si renderà conto che l'altro non è totalmente aderente alle sue idee si romperà l'incanto e potrà iniziare la fase del maltrattamento con minacce, insulti offese. La gelosia può essere un'espressione di questa reazione così come l'isolamento sociale.

Un altro profilo si può individuare in chi usualmente percepisce il mondo intorno a sé come minaccioso: il sospetto è una sua caratteristica principale insieme alla convinzione dell'esistenza di un nemico. Sono persone diffidenti, sospettose e permalose, tendono a mal interpretare ciò che vien loro detto, di fatto fanno fatica a mantenere le relazioni. A differenza dell'ossessivo che pone l'attenzione specialmente sugli ambienti e gli stati fisici, il sospettoso estremo (che possiamo definire paranoico) concentra la sua attenzione ai legami relazionali. È molto attento alle dinamiche sociali che intende come un gioco di alleanze o dichiarazioni di guerra, è costantemente in allerta in attesa di scoprire l'inganno o il torto quindi proteggersi o vendicarsi. Nella coppia pretende dal partner la partecipazione piena alle sue battaglie. All'inizio della relazione può essere gentile ed affettuoso, può presentarsi come colui che aiuta la donna a difendersi e a proteggerla. La partner diventa un proprio possesso relazionale che gli riconosce l'autorità, la forza e la superiorità. Si crea una confusione sul tema della fiducia che per il paranoico significa sapere tutto dell'altro, una totale mancanza di privacy. Il desiderio di proteggere la propria privacy da parte della partner e il rifiuto di prendere parte alle sue battaglie viene interpretata subito come tradimento creando la rottura



del sodalizio iniziale. Il maltrattante con queste caratteristiche inizia così ad aumentare il controllo sul tempo della partner, crea inoltre una sistema per isolarla utilizzando il fraintendimento come dati reali.

Altri autori come Racamier, Filippini, Fonagy (vedi bibliografia) hanno approfondito la relazione maltrattante dando un contributo di grande rilievo alla descrizione del profilo del perpetratore di violenza che, certamente caratterizzato da una patologia narcisistica, potenzia però la sua influenza relazionale attraverso un tratto distintivo definito perverso.

Questo termine linguistico non va inteso nel senso comune della parola o con riferimenti sessuali ma rimandato, nello specifico, a un'inclinazione a stabilire relazioni distruttive prive di affetti e sentimenti.

È un legame che “guasta e corrompe” cioè distorce e rovescia ciò che è vero e giusto, pur conservando l'apparenza della verità. Le caratteristiche distintive di questo profilo psicologico sono la mancanza di compassione e di rimorso e lo sfruttamento del partner per consolidare la propria identità. Si potrebbe dire che il perverso si è trovato un modo formidabile per far pagare agli altri il prezzo del proprio benessere.

La domanda che viene spontanea a questo punto è questa: perché le vittime subiscono, perché accettano a volte per lunghissimo tempo tali relazioni, perché non si difendono ed eventualmente quali vantaggi ne ricavano?

Il pensiero prevalente in letteratura è che non si possono individuare caratteristiche comuni per le donne che subiscono violenze psicologiche e ancor meno una particolare diagnosi psichiatrica predisponente. Anche la diagnosi di personalità dipendente, se può rendere conto in alcuni casi del perché una donna diventi vittima, non può però pretendere di rappresentare una spiegazione esauriente e generalizzabile del fenomeno.

Si possono piuttosto porre in risalto alcune caratteristiche di oblatività, di capacità e di bisogni riparativi.

Sembra più facile descrivere il percorso attraverso il quale la vittima diventa tale.

Nelle prime fasi la vittima si sente confusa, non capisce la situazione che si è creata e tende a sentirsi colpevole. Sappiamo che il ruolo culturalmente assegnato alle donne è stato quello di custodi del focolare, garanti dell'unità familiare e la società ha assegnato questa responsabilità soprattutto a loro. Dunque la mancata precoce comprensione di quanto sta accadendo è dovuta anche alla perdita di un sicuro esame di giudizio perché la relazione prosegue comunque, con momenti di tregua e gentilezza.

Un'altra difficoltà a fare chiarezza sulla propria situazione è che non è facile parlare all'esterno dei problemi di coppia, perché questo significherebbe alterare l'immagine di famiglia idealizzata e la buona reputazione. Va aggiunta l'abitudine delle donne a minimizzare il comportamento maltrattante del partner, un'abitudine da un lato indotta dal partner stesso e dall'altra assunta dalla donna allo scopo di riuscire ad andare avanti con lui.

In un secondo momento il riconoscimento della propria condizione può produrre un forte senso di umiliazione e di vergogna. La donna arriva a pensare in modo paradossale che quello col maltrattante è l'unico legame che le è rimasto e non

può metterlo in discussione. Questo ci fa capire il comportamento di tante vittime rassegnate.

Infine la sofferenza connessa con l'essere vittima si traduce in sintomi psichici o psicosomatici, molti dei quali, come abbiamo già detto fanno parte del corredo del disturbo post traumatico da stress e non sono transitori ma protratti nel tempo.

L'uscita da questo percorso per le donne che vogliono intraprenderla è difficile e faticosa, si tratta di ricucire un'identità lacerata.

STRATEGIE DI INTERVENTO E PREVENZIONE

Prevenire la violenza psicologica significa prima di tutto affrontarne le cause e riconoscerne le radici culturali.

La questione centrale è rappresentato dalla promozione di una cultura basata sul rispetto, sulla pari dignità, sulla civile convivenza. Serve una cultura delle pari opportunità e la costruzione di nuove narrazioni del maschile e del femminile. Occorrono strategie nazionali volte a formare insegnanti e operatori socio sanitari ad attuare a tutti i livelli scolastici e aziendali, iniziative di educazione alla parità tra i sessi e al superamento di ruoli e stereotipi di genere.

Fondamentale è il ruolo dei mass media nel raccontare e dare visibilità al fenomeno della violenza di genere: il linguaggio e le rappresentazioni non dovrebbero, come spesso accade, veicolare stereotipi e preconcetti!

Cambiare la cultura sottostante alla violenza di genere è da intendersi dunque come un percorso di consapevolezza che sveli quei pregiudizi attraverso i quali la violenza di genere cresce e si alimenta.

Regioni e città si stanno impegnando ad attivare azioni di sostegno e protezione rivolti alle donne. Le risposte concrete che un territorio può dare attraverso servizi sanitari e sociali, centri antiviolenza e numeri per l'accoglienza telefonica sono importanti per favorire una richiesta di aiuto tempestiva e un'uscita rapida dalla situazione. Spesso, oltre ad altri tipi di intervento ed aiuto, le donne possono sentire il bisogno di una terapia psicologica.

Le scienze psicologiche hanno da sempre dedicato attenzione a questa forma di violenza e alle sue ricadute. L'approccio psicologico è fondamentale per comprendere il fenomeno e le sue implicazioni e, per favorire il superamento del trauma e fornire strumenti terapeutici. Anche l'intervento psicologico sugli autori di violenza è una forma di prevenzione: è infatti molto importante la cura oltre alla punizione se si vogliono impedire recidive.

In questo ambito la professione psicologica si riconosce nei principi e negli obiettivi della Convenzione del Consiglio di Europa sulla "prevenzione e la lotta contro la violenza nei confronti delle donne e la violenza domestica" siglata a Istanbul l'undici maggio 2011, primo strumento internazionale giuridicamente vincolante destinato a proteggere le donne da qualsiasi forma di violenza.

In conclusione, una esperienza relazionale così complessa, per le componenti culturali e sociali sottostanti, non può che essere affrontata con un approccio integrato e multidisciplinare e con azioni coordinate da parte di tutti i soggetti in gioco, servizi sanitari e sociali, tribunali, forze dell'ordine.

PER APPROFONDIRE

- Bonsangue M. (2022) *La violenza psicologica nella coppia*, D. Flaccovio Editore
- Barbieri C: Galletti A: (2021) *La violenza di genere - 2021*, Edizione La Meridiana
- Fonagy P. (2001) *Uomini che esercitano violenza sulle donne*, in: *Attaccamento e funzione riflessiva*, Milano, Cortina.
- Ponzo G. (2004) *Maltrattamento e violenza alle donne nelle relazioni di coppia*, Milano, Baldini Castoldi Dalai.
- Ponsi M. (2004) *La dinamica narcisistico perversa*, Settig, 17,77-99.
- Racamier P.C. (1992) *Il genio delle origini. Psicoanalisi e psicosi*, Milano, Cortina.
- Filippini S. (2014) *Relazioni perverse. La violenza psicologica nella coppia*, ed. Franco Angeli
- Pace P a cura di, (2019) *Un livido nell'anima. L'invisibile pesantezza della violenza psicologica*, Mimesis ed.

LE PAROLE DELLA CPO...

L'ambito della violenza psicologica nella coppia rappresenta un ambito elitario di studio della violenza psicologica in generale. E questo perché il contesto di coppia rappresenta una situazione ad "alto rischio" di violenza psicologica, in quanto il legame affettivo tra i partner risulta particolarmente forte, i soggetti componenti investono risorse e ripongono grandi aspettative nel legame di coppia, risorse e aspettative che, quando vengono meno, possono portare a modalità conflittuali o di vera e propria violenza.

La violenza psicologica è una forma di violenza che, come detto anche all'interno del capitolo, può riguardare determinati ambiti relazionali e contesti di vita, tuttavia l'ambito della coppia resta l'ambito in grado di favorire maggiormente certe dinamiche.

La stragrande maggioranza delle violenze all'interno della coppia non viene denunciata, il sommerso è elevatissimo e raggiunge circa il 93% delle violenze subite ad opera del partner.

Nel 2006 l'Istat, con il patrocinio della Presidenza del Consiglio dei Ministri – Dipartimento per i Diritti e le Pari Opportunità, l'Unione Europea, il Ministero dell'Interno – Dipartimento della Pubblica Sicurezza, il Ministero del Lavoro e Previdenza Sociale, ha eseguito un'indagine telefonica, su tutto il territorio nazionale, interamente dedicata al fenomeno della violenza fisica e sessuale contro le donne. Il campione di tale ricerca, pubblicata nel febbraio del 2007, comprende 25 mila donne tra i 16 e i 70 anni, intervistate telefonicamente su tutto il territorio nazionale, dal gennaio all'ottobre del 2006.

L'indagine multiscopo sulla sicurezza delle donne ha misurato tre diversi tipi di violenza: fisica, sessuale e psicologica, dentro la famiglia (da partner o ex partner) e fuori dalla famiglia (da sconosciuto, conoscente, amico, collega, amico di famiglia, parente, ecc.).



L'indagine ha stimato in 6 milioni 743 mila le donne che dai 16 ai 70 anni sono rimaste vittima di violenza fisica o sessuale nel corso della loro vita. Di queste, 5 milioni hanno subito violenze sessuali (23,7%) e 3 milioni 961 mila hanno subito violenze fisiche (18,8%).

Il riferimento al dato relativo alla violenza fisica e sessuale nella coppia, risulta di grande interesse anche per quanto riguarda l'analisi della violenza psicologica, in quanto le violenze fisiche e sessuali provocano sempre anche una violenza psicologica che non può essere taciuta.

Da notare poi che, nonostante la violenza psicologica, come detto, sia anche il frutto e la conseguenza di altre forme di violenza, tuttavia con il termine "violenza psicologica" non si intendono soltanto le conseguenze indirette di altre forme di violenza (fisica, sessuale, ecc.), ma anche una tipologia di violenza diretta che non è il frutto o la conseguenza di altre situazioni violente, e questo amplifica la questione anche dal punto di vista numerico e della percezione del fenomeno.

Oltre a ciò, la riflessione secondo la quale la violenza psicologica non è facilmente riconoscibile da parte delle vittime stesse, né facilmente dimostrabile in un contesto giudiziario, rende ancora più delicata l'intera questione, sia in termini di repressione, che in termini di prevenzione del fenomeno.

La ricerca Istat citata evidenzia che le donne subiscono più forme di violenza e da diversi autori; subiscono violenze sia dai partner che da altri uomini: amici, parenti, datori e colleghi di lavoro, conoscenti e sconosciuti. Il 21% delle vittime ha subito violenza sia in famiglia che fuori, il 22,6% solo da partner, il 56,4% solo da altri uomini non partner. Un terzo delle vittime subisce sia atti di violenza fisica che sessuale e la maggioranza delle vittime ha subito più episodi di violenza.

2 milioni 77 mila donne hanno subito comportamenti persecutori (stalking), che le hanno particolarmente spaventate, dai partner al momento della separazione o dopo che la relazione si era chiusa.

7 milioni 134 mila donne hanno subito o subiscono violenza psicologica: le forme più diffuse sono: l'isolamento o il tentativo di isolamento, il controllo, la violenza economica e la svalorizzazione. Il 43,2% delle donne ha subito violenza psicologica dal partner attuale.

Si tratta di numeri allarmanti, che pare non accennino a diminuire, se non per alcune specifiche situazioni e fattispecie di reato, e comunque con una velocità molto più lenta rispetto alla velocità di diminuzione di altre forme di criminalità.

La violenza psicologica, avente come base questioni legate al genere della vittima, si verifica anche nei confronti di persone appartenenti agli orientamenti sessuali individuati con l'acronimo LGBTQ+. È da evidenziare, a tal proposito, che la ricerca latita, mentre sarebbe auspicabile una maggior attenzione a situazioni che sono via via più frequenti e che sono in grado di produrre effetti devastanti sul piano psicologico, e non solo.



La violenza in famiglia:

III. conseguenze sui minori

CRISTINA COCCO, WILMA LONGHI

1. PREMESSA

Nel presente elaborato ci proponiamo di illustrare la configurazione delle famiglie caratterizzate da violenza cronica e reiterata. Andremo a evidenziare il livello elevato di confusione e di caoticità che le caratterizza, quali l'isolamento dal sistema sociale (o iper-invischiamento), l'anomalia delle barriere generazionali e la confusione di ruoli. Spesso sono presenti anche imprevedibilità delle regole, assenza di modelli educativi o contrapposti, aspettative irrealistiche di ricevere cure da parte dei figli a prescindere dall'età, tendenza a rivestire i figli di aspettative che sono proprie dei genitori. Altri fattori predisponenti all'esercizio della violenza possono essere la presenza di conflitti distruttivi tra i genitori, l'insoddisfazione personale e familiare, la presenza di tossicomania, alcolismo, problemi psichiatrici in uno o entrambi i genitori, svantaggio sociale, esperienze di violenze subite dai genitori nell'infanzia.

La letteratura esistente documenta ampiamente come le maggiori difficoltà presentate dai bambini/e si riconducano sia al tipo di ambiente in cui crescono, caratterizzato, in questi casi, da continue e sistematiche esposizioni al rapporto con adulti e genitori che ne minano la fiducia e le competenze di base, che a elementi riguardanti il/la bambino/a, presenti fin dai primi mesi di vita, che divengono potenziali fattori di rischio quali: prematurità, parto difficile, problemi di sonno o alimentazione, patologie del bambino/a, temperamento difficile. Infatti, come vedremo, anche i bambini possono giocare "inconsapevolmente" un ruolo nella dinamica della violenza, esacerbandola.

2. ABUSO E MALTRATTAMENTO

Procedendo per gradi, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità si configura una condizione di abuso e di maltrattamento allorché i genitori, tutori o persone incaricate della vigilanza e custodia di un/a bambino/a, approfittino della propria condizione di potere e si comportino in contrasto con quanto previsto dalla Convenzione di New York sui Diritti del Fanciullo del 1989. Secondo la Società italiana di neuropsichiatria infanzia e adolescenza (SINPIA) una condizione di abuso e maltrattamento può concretizzarsi in una condotta attiva (es. percosse, lesioni, abusi sessuali, ipercuria) oppure in una condotta omissiva (incuria, trascuratezza, abbandono). L'assenza di evidenze traumatiche nel fisico, comunque, non può escludere



l'ipotesi di abuso e maltrattamento. Entrambe le condotte hanno effetti traumatici sulla crescita psicologica del minore perché possono avere il potere di sconvolgere, di alterare i meccanismi neurali, di confondere e modificare i ricordi, di generare un'incapacità nella regolazione delle emozioni, trasmettendo un'idea del mondo e delle relazioni come negative, pericolose, *malevoli*.

Nel prossimo paragrafo tratteremo gli aspetti salienti riguardanti il maltrattamento fisico mentre in seguito concentreremo l'attenzione su quello psicologico, argomento portante di questo elaborato.

2.1. Maltrattamento fisico

La letteratura indica come maltrattamento fisico i casi in cui i genitori o le persone di riferimento del/la bambino/a producano direttamente lesioni fisiche, assistano senza intervenire o mettano i/le bambini/e in condizioni di rischio fisico.

In base all'entità delle lesioni, il maltrattamento può essere classificato come di grado lieve, quando non vi è necessità di ricoveri ospedalieri; di grado moderato, quando si deve ricorrere al ricovero (ustioni, fratture, traumi cranici) e severo, quando il bambino abbisogna di rianimazione, rischiando gravi conseguenze neurologiche o addirittura la morte. Tra le forme di violenza più diffuse ricordiamo gli schiaffi violenti, il contorcimento di un arto, morsi e graffi, ustioni con sigarette o acqua bollente, escoriazioni, torcimento di un orecchio, strappare i capelli. Il tema degli abusi sessuali (che richiederebbe un capitolo a sé), come il maltrattamento fisico, produce forti conseguenze sullo sviluppo psicofisico dei/le bambini/e. Gli effetti possono presentarsi sia sotto forma di disprezzo verso le persone percepite come deboli, che nell'identificazione con le relazioni di sopraffazione, manifestando modalità aggressive e centrate sull'esercizio del potere. Durante la crescita possono subentrare anche altre difficoltà psicologiche, scolastiche e rifiuto dei pari che si accentuano in adolescenza, estendendosi al resto delle relazioni, fino al ritiro sociale.

2.2. Maltrattamento psicologico

Il maltrattamento psicologico si concretizza in azioni e/o omissioni messe in atto individualmente o collettivamente da persone che per età, cultura, condizione sociale si trovino in posizione di potere rispetto al/alla minore. Atti di rifiuto, pressione psicologica, sfruttamento, isolamento del bambino dal contesto sociale, possono arrivare a danneggiarne in modo irreversibile lo sviluppo affettivo, cognitivo, relazionale e fisico. Tra le forme di maltrattamento psicologico "meno evidenti" vi sono la privazione del contatto fisico, degli sguardi diretti e in generale l'esercizio di una comunicazione non verbale volta a escludere, a umiliare, sminuire, terrorizzare il bambino, in modo continuo e duraturo, alla quale si possono accompagnare anche manifestazioni verbali più o meno esplicite. Vi è inoltre un'altra forma di maltrattamento, la più diffusa, denominata *patologia delle cure o neglect*. La patologia delle cure si configura quando non si provvede adeguatamente ai bisogni fisici e psichici del/della minore, in rapporto al momento evolutivo e all'età dello stesso. Nello specifico sono forme di *neglect* l'incuria, la discuria e l'ipercuria.

Il termine *incuria* si riferisce alla negazione o carenza delle cure inerenti l'igiene, l'abbigliamento, l'assistenza medica, le vaccinazioni e la profilassi infettiva dei/delle bambini/e.



Con *discuria* si indica il ricevere cure e/o attenzioni distorte e qualitativamente non consone al momento evolutivo del bambino (es. eccessiva attribuzione di responsabilità, imposizione di ritmi di acquisizione precoce, iperprotettività, aspettative irrazionali).

Infine l'*ipercuria* si realizza quando le cure sanitarie e le relative preoccupazioni sono eccessive (es. *sindrome di Munchausen per procura*, *medical shopping per procura*) e nascono da convinzioni distorte sulla presenza di eventuali malattie del/ della minore, sottoposto dai genitori a continui e inutili accertamenti clinici e/o a cure inopportune.

Le conseguenze del maltrattamento psicologico possono essere riscontrabili già dalla prima infanzia attraverso la compromissione dei legami di attaccamento, una scarsa autostima, la mancanza di fiducia negli altri, l'emergere di problemi scolastici e possibili ritardi nello sviluppo fisico e intellettuale. In adolescenza si potrebbero osservare oltre a un peggioramento dell'autostima, il potenziamento di uno stile interattivo passivo o al contrario aggressivo, forme di ritiro sociale e, nei casi più gravi disturbi di personalità.

Durante l'infanzia "infelice" le persone con disturbi di personalità, tra cui disturbo borderline, antisociale e narcisistico, sono spesso state attrici in situazioni di violenza interpersonale e domestica. I ragazzi che sviluppano comportamenti riferibili al disturbo antisociale hanno un vissuto familiare caratterizzato da conflitti violenti tra i genitori, violenza domestica, prostituzione e dipendenza da sostanze. Il/la bambino/a viene sottoposto a comportamenti ambivalenti (dall'essere ignorato all'essere attaccato violentemente se disturba i genitori con la sua presenza), gravemente trascuranti e a un forte disinteresse rispetto alle sue esperienze adolescenziali, anche quando sono caratterizzate da comportamenti trasgressivi e pericolosi.

In presenza di tratti narcisistici, invece, spesso sono presenti configurazioni familiari caratterizzate da mancanza di empatia, inversione dei ruoli, sadismo oppure super-investimento del bambino di aspettative genitoriali che se vengono deluse si trasformano in rabbia, biasimo e punizioni. L'adolescente o il/la giovane adulto "narciso" assume un ruolo sfidante e di superiorità nei confronti delle regole, invaso da una particolare grandiosità del Sé e potrebbe mettere in atto comportamenti violenti percepite come persone deboli e indifese senza mostrare emozioni e pentimento, dove la sofferenza altrui non esiste: l'altro è solo un mero oggetto di desideri.

2.3. Violenza assistita

Con il termine *violenza assistita* ci si riferisce a qualsiasi atto di violenza compiuta su figure di riferimento e/o comunque figure significative per il/la minore in cui egli diventa spettatore, diretto o indiretto, dello scontro. Sono forme indirette per esempio quando la violenza viene appresa tramite il racconto di uno dei due genitori e/o quando ne percepisce gli effetti. Rientrano in questa categoria anche le minacce di fare del male, di abbandonare, di uccidere, di suicidarsi, ecc.

Tra le tipologie di violenza a cui un/una minore può assistere troviamo la violenza fisica, che è la tipologia di violenza più facilmente intuibile ed individuabile e che comprende qualsiasi atto coercitivo contro il corpo della vittima o contro le sue proprietà (siano esse animali o oggetti). I/le bambini/e rischiano anche di essere accidental-

mente feriti/colpiti durante i litigi mentre cercano di proteggere il genitore percepito come fragile e/o i fratelli durante o dopo gli attacchi. La violenza psicologica a cui possono assistere si concretizza, invece, in atteggiamenti volti a ribadire continuamente uno stato di subordinazione e una condizione d'inferiorità della vittima, che crea un clima di paura e di ansietà tale da inibire tentativi di ribellione o di fuga. I/le bambini/e che assistono alla violenza domestica soffrono perché non possono affidarsi ai genitori per essere protetti e accuditi; sviluppano problemi di alimentazione e del sonno; provano paura, angoscia, impotenza. Si rileva inoltre una più alta incidenza del disturbo post-traumatico da stress (ricordi intrusivi e flashback degli episodi vissuti, incubi, disturbi del sonno e/o ipervigilanza), ansia, depressione, difficoltà nella modulazione della rabbia, preoccupazioni riguardo al tema del suicidio, autolesionismo, somatizzazione, disturbi del sistema immunitario, amnesia, senso di colpa, senso di impotenza appresa e deficit di *mentalizzazione*. I/le bambini/e protagonisti di violenza assistita, inoltre, potrebbero imparare che l'uso della violenza è legittimo nelle relazioni affettive e che esprimere i propri pensieri, sentimenti, emozioni e opinioni potrebbe essere pericoloso perché suscettibile di alimentare nuovi conflitti. Bambini/e e ragazzi/e appaiono molto preoccupati quando devono uscire di casa e lasciare soli il genitore o i fratelli percepiti come più indifesi. Succede spesso a chi è stato sottoposto a violenza di dichiarare che in futuro si comporterà sicuramente in modo diverso dal genitore maltrattante quando si avranno figli propri (in termini tecnici, meccanismo di *controidentificazione*), ma sono diversi i casi in cui si palesa il rischio di riprodurre comportamenti violenti a loro volta e/o di vivere esperienze di *rivittimizzazione* nelle relazioni. Ci sembra importante evidenziare come l'esposizione alla violenza possa anche inibire nei bambini le proprie normali manifestazioni aggressive per non somigliare ai genitori, oppure può determinare la normalizzazione dei comportamenti violenti cui hanno assistito. Entrambe le posizioni portano all'incapacità di esercitare un conflitto sano, costruttivo.

3. DINAMICHE FAMILIARI MALTRATTANTI

Innanzitutto vogliamo premettere che le configurazioni familiari che ci apprestiamo ad analizzare nello specifico sono suscettibili di generare le diverse tipologie di maltrattamento e i disturbi accennati nei paragrafi sopra.

Per quanto riguarda le famiglie maltrattanti possiamo distinguere tra quelle in cui il genitore è trascurante e/o incapace di far fronte al compito di allevare e di accudire la prole (*incapacità genitoriale*) e quelle in cui oggetto del maltrattamento è uno specifico figlio che solitamente supera i due anni e che, con i suoi comportamenti, inconsapevolmente, rafforza i meccanismi connessi all'innescò della violenza (*dinamica del capro espiatorio*).

L'incapacità di un genitore potrebbe essere la reazione di quest'ultimo all'abbandono affettivo/emotivo del proprio partner che si sottrae alle richieste di affetto, vicinanza (anche fisica) e coesione, attraverso comportamenti di fuga nel lavoro o praticando altre attività all'infuori della famiglia. Il partner che si sente abbandonato e con la responsabilità di accollarsi *in toto* la gestione dei figli, scatena su di essi la rabbia per una situazione percepita come ingiusta.

In altri casi invece un coniuge lascia fisicamente la casa familiare e trascura i bisogni del/della figlio/a. In questo caso il maltrattamento diviene espressione di



sentimenti contrastanti in cui da una parte il/la figlio/a è vissuto come fardello di cui l'altro coniuge si è liberato, dall'altra incarna un desiderio di rivalsa che si trasforma in accudimento ossessivo e diventa la dimostrazione di quanto sia inutile la presenza del partner abbandonico. Ben presto però, il genitore rimasto, si renderà conto della fatica di crescere un figlio da solo e questo potrà generare molta rabbia nei suoi confronti, soprattutto se non aderisce perfettamente al suo stile di accudimento. Il genitore in questione così avrà la percezione di aver fallito su più livelli, sentendosi comunque incatenato in un legame con l'altro coniuge, seppur assente.

Esiste un'altra dinamica molto sottile che si può osservare quando rimane un unico genitore deputato alla cura dei figli. Prendiamo ad esempio il caso in cui dietro l'incapacità di una madre di gestire i propri figli, si celi la richiesta inconsapevole di essere risarcita, a sua volta, dalla relazione con la propria madre, allora assente o distanziante. La richiesta di cura dei suoi figli/nipoti può generare due tipologie di risposta: se la nonna si rifiuta, la figlia ne esce ancora più frustrata e trasferisce il rancore verso i figli, risultando ancora più maltrattante mentre se la nonna se ne occupa totalmente, la figlia si sentirà esclusa e di conseguenza privata nuovamente dell'amore materno e stavolta anche di quello dei suoi figli. Solitamente in queste situazioni il padre/nonno della maltrattante è una figura assente o periferica, che non ha fornito il giusto supporto alla famiglia.

Nelle dinamiche maltrattanti in cui il minore viene trasformato in *capro espiatorio* possiamo ritrovare i casi di strumentalizzazione presenti nelle separazioni conflittuali, in cui spesso i figli entrano in campo schierandosi con il genitore vissuto come più debole/vittima (anche se in verità capace di ambigue, sottili, sotterranee provocazioni), attirandosi così l'aggressività del genitore ritenuto più forte/carnefice.

La letteratura riporta che il maltrattamento è più frequente nelle famiglie in cui, dopo la separazione, rimane un unico genitore a farsi carico della gestione del figlio. Tale responsabilità, unita frequentemente ai sensi di colpa nei confronti dei figli, diviene fonte di stress e talvolta, in situazioni di grande solitudine, di depressione e ansia. Ne è esempio il caso in cui un coniuge "costretto" ad andarsene dalla casa familiare perché ha tradito l'altro o per una mancanza grave nei confronti dei figli, cercherà di mantenere un contatto facendo arrivare loro notizie su di sé e sullo stato di sofferenza e/o marginalità in cui vive. Contemporaneamente egli dipingerà il genitore tradito (o maltrattato), che lo ha cacciato di casa, come colui che gli impedisce di frequentare i figli. Questa situazione potrebbe da un lato impietosire i minori e dall'altro generare un profondo risentimento verso il genitore che in qualche modo li sta "privando" della presenza dell'altro genitore. Ciò che sfugge ai figli è il carattere provocatorio e ambiguo del genitore "punito" che mantiene inalterata la condizione in cui versa, proprio con l'obiettivo di colpevolizzare l'altro partner.

Il genitore convivente, di fronte al risentimento dei figli che spesso si manifesta con atteggiamenti oppositivi e provocatori, potrebbe sentirsi nuovamente tradito compiendo, inconsapevolmente, a sua volta, azioni maltrattanti verso di loro.

Un'altra situazione è quella in cui un genitore stringe una forte alleanza con il/la figlio/a "contro" l'altro genitore, costringendo bambini e ragazzi a dolorose scelte di campo (*conflitto di lealtà*). Questo si configura come un "triangolo perverso" in cui il figlio per paura di essere abbandonato o perché sente un genitore come più potente, accetta questo tipo di alleanza, anche se questa crea inevitabilmente una confu-



sione di confini e ruoli generazionali oltre che molta sofferenza. Nei casi più gravi si può arrivare alla rottura dei legami con un genitore e con tutta la famiglia d'origine.

In altri casi di separazione il figlio può giocare il ruolo di partner sostitutivo, su cui il genitore proietta aspettative e desideri irrealizzabili e in cui può sentire il peso e il dovere di consolare la madre o il padre che sente più fragili. Questa condizione può assumere connotazioni patologiche perché priva il figlio sia di molte energie che di essere riconosciuto nei suoi bisogni emotivi/affettivi (che diventano invisibili), che del diritto di avere un padre e una madre, perché troppo "risucchiato" nelle loro dinamiche di potere.

Un altro vero e proprio processo d'inversione di ruolo si può osservare quando viene annullata la differenza tra adulto e bambino, costringendo quest'ultimo a un faticoso adattamento *adultizzante* (*parental child*) e attribuendogli funzioni genitoriali e responsabilità che non gli sono proprie.

In generale nelle separazioni molto conflittuali, che si configurano come traumatiche, i figli hanno assistito o sono stati parte attiva del conflitto già da molto prima dell'inizio del processo di separazione effettivo e fino a molto tempo dopo la sua conclusione.

4. FATTORI DI RISCHIO POST-MODERNI

Ci sembra doveroso introdurre alcune forme di genitorialità post-moderne che non sono scevre da rischi per lo sviluppo del benessere psicofisico dei figli. La transizione alla genitorialità è sicuramente vissuta in modo molto diverso rispetto al passato, si assiste a un cambiamento di significato profondo che l'aver un figlio assume per la coppia, che diventa il simbolo della riuscita della relazione e della realizzazione personale. Sono sempre di più le coppie che si muovono intorno alla *logica del bambino*, che rappresenta più un collettore per i due partner e/o il desiderio di paternità e maternità di due soggetti che non una nuova generazione, frutto di una coppia che si sente collegata anche alle generazioni precedenti. L'investimento eccessivo sui figli, tipico della genitorialità post-moderna, può portare questi ultimi a sentire di dover rispondere ad alte aspettative proiettate su di loro e ad assumere un'immagine di sé impegnativa, che spesso corrisponde all'ideale dei genitori e che allontana dalla propria reale identità. Madri e padri restano affascinati dagli alti livelli di competenza relazionale e affettiva che attribuiscono al bambino che viene idolatrato e ammirato e che porta dentro di sé inconsapevolmente il bisogno realizzativo dei genitori (*puerocentrismo narcisistico*). La nuova famiglia tende quindi a iper-valorizzare, iper-nutrire, iper-accudire i figli che così, poco addestrati all'insuccesso, accompagnati e sostenuti su tutto, spesso paritari nelle decisioni con i genitori, divengono poco abituati alle delusioni, alle frustrazioni e alle fatiche. Le configurazioni familiari che ne emergono, tendenzialmente *iperprotettiva e/o democratica/permisiva*, possono portare rispettivamente a una permanenza prolungata del figlio nella casa familiare (che riduce la spinta ad essere adulti, autonomi, responsabili e "separati") oppure alla convinzione di detenere il potere decisionale, assumendo un atteggiamento tirannico sia all'interno della famiglia che nelle relazioni con il mondo, a volte fino a sviluppare veri e propri disturbi psicopatologici.

Le famiglie maltrattanti e/o con difficoltà educative sono quelle che maggiormente faticano a chiedere aiuto perché non si rendono conto, non vogliono o non riescono a farlo. Spesso queste oppongono negazioni e giustificazioni a loro difesa che non

sostengono i fatti che testimoniano indiscutibilmente le violenze agite. In alcuni casi si assiste a comportamenti di omertà con il coniuge da parte del genitore non maltrattante ma anche da parte degli stessi bambini che mantengono il silenzio in protezione dei genitori e di una continuità familiare, seppur disfunzionale. Questi fattori sono cruciali nel potenziamento di effetti disfunzionali già presenti che, se presi in tempo, potrebbero essere risolti velocemente oppure, se trascurati o taciuti, esarcerbarne gli esiti, generandone anche di nuovi.

Guardando oltre i fattori che attivano o predispongono alla violenza e alle sue conseguenze, è importante ricordare che molti bambini possiedono capacità di coping o di accedere a fattori protettivi che generano resilienza, quali il supporto extrafamiliare e la presenza di una rete di servizi attenti che bilanciano gli aspetti negativi del maltrattamento.

Un antico proverbio africano recita che per crescere un bambino ci vuole un intero villaggio, a significare che della sua tutela debbano farsi carico non solo le figure di riferimento ma l'intera comunità che gli ruota intorno. Partendo da azioni preventive e attraverso sguardi attenti che possano cogliere il disagio fin dai primi segnali, bisogna creare una rete di supporto e protezione a diversi livelli, fino ad assumersi la responsabilità di denunciare quelle situazioni che oltrepassano i limiti.

PER APPROFONDIRE

Cancrini, L., (2012) *La cura delle infanzie infelici. Viaggio nelle origini dell'oceano borderline*, Milano, Raffaello Cortina Ed.

Cirillo S., (2005), *Cattivi genitori*, Milano, Raffaello Cortina Ed.

Cirillo S.; Di Blasio, P. (1989), *La famiglia maltrattante: diagnosi e terapia*, Milano, Raffaello Cortina Ed.

Cigoli, V.; Scabini, E., (2000) *Il familiare. Legami, simboli e transizioni*, Milano, Raffaello Cortina Ed.

Dell'Antonio A., (2002), *La consulenza psicologica per i minori*, Roma, Carocci Ed.

Di Blasio P., (2005), *Genitori e figli oltre la crisi: la valutazione delle competenze parentali tra rischio e protezione*, Milano, Unicopli

Di Blasio P., (2000), *Psicologia del bambino maltrattato*, Bologna, Il Mulino

Luberti, R., Grappolini, C., (a cura di) (2017), *Violenza assistita, separazioni traumatiche, maltrattamenti multipli Percorsi di protezione e di cura con bambini e adulti*, Trento, Ed. Erickson

Malacrea, M., (2018), *Curare i bambini abusati*, Milano, Raffaello Cortina Ed.

Pietropolli Charmet, G., (2015), *Narciso innamorato. La fine dell'amore romantico nelle relazioni tra adolescenti*, Milano, Rizzoli Collana BUR Parenting

Pietropolli Charmet, G., (2019), *Il ritiro sociale negli adolescenti*, Milano, Raffaello Cortina Ed.

Scabini, E., (2019), *Psicologia dei legami familiari*, Bologna, Il Mulino

Valcarengi, M., (2011) *Mamma non farmi male. Ombre della maternità*, Milano, Ed. Mondadori

LE PAROLE DELLA CPO...

Si è visto, all'interno del capitolo, come la famiglia garantisca il processo generativo su diversi piani: biologico, psicologico, sociale e culturale.

Le relazioni che intercorrono tra i membri della famiglia non sono mai casuali, ma si condizionano e si intrecciano tra di loro costituendo, al medesimo tempo, causa del comportamento degli altri ed effetto di questo.

In altre parole, i componenti della famiglia, con la loro condotta, co-determinano la dinamica del sistema familiare. Vedremo meglio a breve cosa significhi tutto questo, quantomeno per scongiurare il rischio di possibili fraintendimenti a riguardo.

Consideriamo, quindi, la famiglia come un sistema.

Spesso i comportamenti che si tengono in una relazione di coppia tendono a mantenere costante la loro reciprocità con le condotte di coloro che fanno parte del sistema. Per quanto ciò possa apparire sorprendente, comportamenti della famiglia tendono a mantenere lo *status quo*, cercando di evitare con cura ogni cambiamento, sabotandolo, anche in contesti violenti.

Una delle regole principali dei rapporti tra le persone è che, quando il comportamento dell'uno indica un cambiamento, l'altro risponde con un comportamento che tende a limitare questo comportamento.

Appare così evidente la parzialità di un'analisi che si basi soltanto sugli oggetti singolarmente considerati (la moglie, il marito, i figli, i loro caratteri...) e trascuri il modo come essi interagiscono, cioè i rapporti che intercorrono tra di loro.

L'analisi della violenza subita dal coniuge dalle donne all'interno di relazioni di coppia deve necessariamente fare riferimento alla coppia come sistema; tuttavia, ciò non significa che entrambi i componenti della coppia abbiano responsabilità in merito alle dinamiche violente, agite o subite. La responsabilità resta in capo al soggetto che agisce violenza (in questo caso psicologica), che nella maggior parte dei casi corrisponde al soggetto di genere maschile.

A volte la donna vittima di violenza intrafamiliare considera il restare nella situazione maltrattante come la migliore delle strategie possibili: l'uscire da quella situazione, e la conseguente perdita di uno stato di equilibrio, comporterebbe, infatti, un investimento psichico maggiore di quanto richieda la sopportazione del maltrattamento stesso.

Questa è una delle ragioni per le quali la violenza intrafamiliare presenta una cifra oscura di mancate denunce molto rilevante.

Oltre a questa, anche la riluttanza, quando non la assoluta contrarietà, dei familiari della stessa vittima a denunciare quanto accade e chiedere in tal modo aiuti dall'esterno della famiglia, incide pesantemente sulle mancate denunce.

Della serie: i panni sporchi si lavano in casa...

Ancora, la mancata denuncia della donna, in merito alla violenza intrafamiliare subita, potrebbe anche essere dovuta a una mancata consapevolezza della donna stessa rispetto a quanto sta subendo.

Alcune ricerche (Monzani, Giacometti, 2018) hanno evidenziato come, a volte, la consapevolezza della propria vittimizzazione non sia così scontata: a volte la donna non è consapevole del danno subito; altre volte non è consapevole che il danno subito corrisponda anche a una fattispecie di reato, per cui vi è la possibilità di essere tutelate anche legalmente; altre volte ancora non è consapevole che dal circuito della violenza sia possibile uscire. E tutto questo, inevitabilmente, porterà a una mancata richiesta di aiuto da parte della donna stessa.

E la mancanza di consapevolezza rileva maggiormente in contesti di violenza intrafamiliare che non in contesti diversi, proprio perché il rapporto di fiducia e amore nei confronti del proprio partner impedisce alla donna che subisce violenza di percepire quanto subito come una forma (o più forme) di violenza.

Altre ricerche evidenziano come la tematica della violenza assistita (ben descritta all'interno del capitolo) sia strettamente legata al percorso di consapevolezza della donna vittima di violenza intrafamiliare; anzi, molto spesso ne rappresenta l'avvio del percorso: vale a dire che molte donne che subiscono violenza intrafamiliare si rendono realmente conto di quanto stanno subendo soltanto nel momento in cui le si rende consapevoli della violenza che stanno subendo i figli a seguito della situazione familiare violenta. Molte donne decidono di denunciare quanto subito proprio con l'obiettivo di sottrarre i figli a questo genere di esperienze.

La ricerca Istat già citata evidenzia che sono più colpite da violenza domestica le donne il cui partner è violento anche all'esterno della famiglia. Presentano tassi più alti le donne che hanno un partner attuale violento, fisicamente o verbalmente, anche al di fuori della famiglia.

Le violenze domestiche sono, in maggioranza, gravi: il 34% delle donne ha dichiarato che la violenza subita è stata molto grave e il 29% abbastanza grave.

Da questo punto di vista occorrerebbe appurare se la gravità dichiarata riguarda le conseguenze fisiche, piuttosto che le conseguenze psicologiche; nel secondo caso il dato sarebbe assolutamente intuitivo, in quanto l'investimento emotivo all'interno di una relazione domestica, come detto, è sicuramente maggiore dell'investimento emotivo all'interno di altre forme relazionali, e di conseguenza anche i riflessi di tipo psicologico saranno più marcati e maggiormente sentiti.

Le vittime della violenza sono in maggioranza le donne separate e divorziate (63,9%), tuttavia solo il 7,3% della violenza in famiglia viene denunciata.

Per tale dato valgono le riflessioni fatte poco sopra in tema di mancate denunce del reato subito. Il 92,4% delle violenze fisiche e sessuali fanno parte del numero oscuro. Si denuncia meno sia la violenza sessuale da partner che la violenza fisica e si denunciano meno i mariti o i fidanzati attuali rispetto agli ex mariti ed ex fidanzati. Ciò dimostra, ancora una volta, che le donne sono maggiormente inclini alla denuncia nei confronti degli ex partner piuttosto che nei confronti dei partner attuali, e le ragioni sono le stesse evidenziate poco fa. Il tasso di denuncia è basso, anche se le donne tendono a parlare della situazione con i propri familiari, a volte, però, senza ottenere riscontri positivi o convalide; e questo crea nuove problematiche.



Da notare, infine, che la violenza (psicologica) intrafamiliare assume connotati del tutto particolari quando si tratta di relazioni tra persone omosessuali o appartenenti a orientamenti sessuali diversi. Nonostante si tratti di questioni particolari e peculiari, tuttavia le dinamiche relazionale che muovono i diretti protagonisti sono assimilabili alle dinamiche relazionali che riguardano coppie eterosessuali. La peculiarità sta proprio nelle questioni legate al genere, questioni che potrebbero aggravare situazioni già di per sé violente, soprattutto per le persone vittime di quella relazione.



La trasmissione transgenerazionale IV. della violenza

CARLO DALMONEGO, ANNA GIOVANAZZI

CULTURA, FAMIGLIA E TRASMISSIONE TRANSGENERAZIONALE

Il celebre filosofo tedesco Wolfgang Sofsky, nella suo famoso saggio sulla violenza postulava in maniera ineluttabile come essa fosse pervasiva alla cultura umana spingendosi a dire che “la cultura viene imposta e conservata con la violenza e mette a disposizione degli uomini i mezzi della distruzione. Lungi dal trasformare il genere umano attraverso un progresso morale, la cultura moltiplica il potenziale della violenza, le fornisce opere e istituzioni, idee e giustificazioni”. (Sofsky, 1998). Il pessimismo di Sofsky rispetto violenza intrinseca della natura umana trova molti consensi ma, consapevoli del loro ruolo, le scienze moderne hanno cercato di indagarne i meccanismi al fine di provare a bloccare questa spirale che, in un certo qual modo, si perpetua dalla notte dei tempi.

Nell'anamnesi di alcuni individui che si sono macchiati di comportamenti violenti emerge una storia di violenza o maltrattamenti subiti dall'abusante durante l'infanzia. Siamo di fronte ad un fenomeno che vede la violenza trasmettersi da una generazione alla successiva attraverso meccanismi diversi; ci si riferisce ad un fenomeno conosciuto dalla metà del secolo scorso che evidenzia come un evento traumatico subito da una generazione possa essere trasmesso alle successive. Negli altri capitoli della presente pubblicazione sono stati affrontati alcuni aspetti specifici che riguardano la violenza e altri contesti in cui si manifesta. Il contesto da cui parte l'analisi del presente contributo è la famiglia in quanto nucleo sociale principale in cui la maggior parte degli individui si trova inserito fin dalla nascita. Nel contesto familiare, infatti, possono generarsi fenomeni associati alla violenza caratterizzati da qualsiasi comportamento minaccioso, coercitivo, dominante o offensivo che si verifica tra persone dello stesso nucleo, che fa sì che la persona che subisce o assiste al comportamento provi paura. La violenza in famiglia non è definita da un singolo episodio ma è un modello continuo di comportamento abusivo perpetrato da una persona nei confronti di un'altra, spesso attraverso modalità differenti.

In questa cornice culturale e sociale accade che alcune forme di violenza vengano “ereditate” attraverso la *trasmissione transgenerazionale della violenza* (Montecchi, 2015). Per trasmissione transgenerazionale della violenza si intende quel fenomeno descritto da discipline diverse in cui i comportamenti violenti subiti da un individuo vengono riprodotti dallo stesso a danno della generazione successiva; in ambito familiare una persona che durante l'infanzia è stata esposta o ha subito forme



di violenza una volta adulta tende a replicare gli stessi comportamenti con i propri figli. È importante sottolineare che non tutte le persone che hanno subito forme di violenza durante la propria infanzia finiscano per replicare sulla propria prole quelle stesse forme di violenza, ma è importante comprendere perché alcune persone, invece, subiscano questo meccanismo.

Quando ci riferiamo al fenomeno della trasmissione della violenza da una generazione ad un'altra in letteratura s'incontrano due termini: trasmissione intergenerazionale e trasmissione transgenerazionale della violenza. Sebbene alcuni autori di area psicodinamica attribuiscono significati diversi ai due termini (es: Corigliano A.M., 1996), nella maggior parte dei contributi più recenti entrambe le formule vengono utilizzate con il medesimo significato che evidenzia come il comportamento violento e la traumatizzazione possono essere trasmessi da una generazione all'altra.

GLI STUDI SUL DPTS E LA TRAGEDIA COLLETTIVA DELL'OLOCAUSTO

Uno dei traumi collettivi di maggior impatto dello scorso secolo è l'immane tragedia dell'Olocausto, che ha portato alla morte milioni di persone e ha lasciato nei sopravvissuti indelebili cicatrici. Sia ricercatori che clinici si sono occupati delle ferite emotive nelle persone sopravvissute ai campi di sterminio e prigionia e date le proporzioni enormi della tragedia la letteratura abbonda di studi che si sono soffermati su aspetti diversi dei fenomeni correlati al trauma. Oltre ai prevedibili traumi di chi ha vissuto in prima persona quei terribili eventi mano a mano che il tempo passava è emerso come anche figli/e e nipoti presentavano sofferenza riconducibile alle esperienze vissute dai genitori e dai nonni. Kellerman (2001) ha sottolineato come molti figli di persone sopravvissute ai Lager, sperimentassero spesso incubi, sogni in cui venivano inseguiti, perseguitati, torturati o uccisi, come se stessero rivivendo le scene di violenza legate a eventi accaduti durante la seconda guerra mondiale più e più volte. Il prolungarsi degli incubi determinava l'insorgenza di ansia, depressione e ha ridotto significativamente la loro capacità di gestione dello stress, con ripercussioni negative sulla loro vita. Il fenomeno non è nuovo e lo si può riscontrare anche ad altri contesti familiari in cui una generazione ha vissuto eventi drammatici e il DPTS viene "trasmesso" ai figli (Bowers & Yehuda, 2016).

Cause della trasmissione transgenerazionale della violenza

La scienza moderna è stata in grado di spiegare molto bene come molte caratteristiche di un individuo siano ereditate dalla propria prole attraverso meccanismi genetici. L'idea quindi che tratti, malattie e comportamenti si tramandino di generazione in generazione è stata un argomento di studio e dibattito di lunga data nel mondo accademico e scientifico. Se i meccanismi di trasmissione di caratteristiche fisiche come il colore degli occhi o il gruppo sanguigno sono ormai acclarati, il dibattito è ancora aperto rispetto ai fattori responsabili delle caratteristiche psicologiche che, a seconda dei periodi storici e delle teorie di riferimento, propendevano maggiormente per fattori biologici o fattori ambientali. Inevitabilmente anche le teorie che hanno provato ad individuare le cause della trasmissione transgenerazionale della violenza hanno cercato di soppesare i fattori genetici e di apprendimento alla base di questo fenomeno.

MODELLI BASATI SULLA TEORIA DELL'APPRENDIMENTO

Molte indagini nate in ambito cognitivo-comportamentale e riconducibili alla teoria dell'apprendimento sociale di Bandura, a proposito della trasmissione intergenerazionale della violenza, sostengono che i bambini esposti a modelli di comportamento genitoriale violento, apprendono direttamente o indirettamente che la violenza è un canale accettabile per risolvere i conflitti nelle relazioni strette (Mihalic e Elliott, 1997). Gli studi di Baier e Pfeiffer (2015) hanno evidenziato la correlazione esistente tra esperienze di violenza vissute durante l'infanzia e il comportamento violento. Quando, in situazione di stress, genitori traumatizzati da violenze e abusi subiti durante l'infanzia riproducono sui figli il trauma vissuto e favorendo a loro volta lo sviluppo nella prole di un disturbo post-traumatico da stress (Huber & Plassmann, 2012).

Anche la variabile di genere è stata indagata nell'apprendimento e trasmissione generazionale di comportamenti violenti ipotizzando che il genere di appartenenza del genitore violento abbia una ricaduta sulla prole dello stesso sesso; Milletich, e colleghi (2010), infatti, hanno identificato una stretta associazione tra l'aver assistito a episodi di violenza domestica nell'infanzia e la tendenza a riproporli in età adulta, quando il genitore violento è dello stesso genere. Già quarant'anni fa, Strauss (1980) dimostrò la correlazione tra la frequenza di esposizione a episodi di violenza e la possibilità di iniziare a mettere in atto comportamenti violenti. Nell'indagine, i ricercatori hanno evidenziato come giovani madri, che erano state a loro volta vittime di violenza domestica nella loro adolescenza, avessero un maggior rischio di riproporre maltrattamenti e comportamenti violenti verso i loro stessi figli.

Un altro interessante studio empirico (Bower e Knutson, 1996) metteva in luce la correlazione tra l'accettazione dei comportamenti violenti da parte di adulti e l'esperienza precoce di violenza domestica. Ad un campione di circa 1369 studenti, veniva chiesto di esprimere il loro parere rispetto al grado di severità di pene da infliggere in caso di violenza. I risultati mettevano in evidenza come gli studenti che avevano avuto esperienze di violenza domestica nel loro passato, fossero più inclini ad essere meno severi nei confronti degli episodi di violenza.

In estrema sintesi, i contributi riconducibili a modelli basati sulle principali teorie dell'apprendimento definiscono la trasmissione transculturale della violenza come risultato dell'acquisizione e interiorizzazione di modelli di relazione violenti dovuti alla ripetuta esposizione nei principali contesti di vita di schemi di comportamento violenti.

MODELLI BASATI SU APPROCCI SISTEMICO-FAMILIARI

Gli approcci sistemici hanno da sempre posto molta attenzione al fenomeno della violenza domestica e alla trasmissione intergenerazionale della violenza.

Uno dei contributi più importanti è rappresentato dalla Teoria dei Sistemi Familiari di Bowen (Bowen, 1978). Il modello si basa sul presupposto che gli esseri umani funzionino come un'unica unità emozionale ed è più facile comprendere loro e i loro problemi quando sono esaminati nel contesto in cui i loro legami e le loro relazioni si manifestano. Quello che succede ad una persona avrà un impatto positivo o negativo sugli altri membri del nucleo. A seconda di ciò che succede a casa, qualcuno

può passare dal sentirsi sicuro e felice all'ansia e alla paura. In particolare il concetto di Bowen di "differenziazione del sé" è basato sulla capacità di un individuo di essere in grado di pensare come un individuo pur mantenendo le connessioni con gli altri. Parte di questo significa anche bilanciare il loro bisogno di essere un sé separato rispetto al bisogno di essere connessi agli altri. Significa bilanciare le emozioni con i pensieri, la vicinanza all'altro con l'autonomia. Una maggiore differenziazione si traduce in una minore reattività emotiva nei momenti emotivamente provocatori, che alla fine porta a un funzionamento guidato dal pensiero, piuttosto che dalle emozioni. Inoltre, si pensa che la differenziazione si traduca nella capacità di essere emotivamente coinvolti nelle relazioni intime mantenendo però un senso di sé preservato e una certa autonomia nel funzionamento emotivo e comportamentale.

In linea con la teoria di Bowen, Rosen, Bartle-Haring and Stith (2001) suggeriscono che il concetto di differenziazione del sé può aiutare nella comprensione del meccanismo attraverso il quale i comportamenti violenti si trasferiscono attraverso le generazioni. I loro studi, su giovani adulti coinvolti in situazione pericolose, hanno indicato che la maggiore differenziazione del sé è correlata a una minore possibile violenza agita.

I risultati hanno anche indicato che il legame tra l'aver assistito a episodi di violenza tra i genitori e la violenza agita è solo parzialmente mediato dalla differenziazione e che l'essere stato testimone di violenza domestica è positivamente correlato alla differenziazione e alla probabilità di subire violenza da parte di partner occasionali.

La ricerca ha forse dato poco spazio e attenzione al ruolo giocato dalla capacità di perdono all'interno dei contesti famigliari complessi (Fincham, 2010). Alcuni studiosi di sistemi familiari hanno ipotizzato una correlazione tra una maggiore differenziazione del sé e una maggiore capacità di perdonare l'altro (Shults & Sandage, 2003). Si ritiene che la capacità di un individuo più differenziato di fare affidamento su un processo guidato dal pensiero, piuttosto che su un processo guidato dall'emozione, gli consenta di raggiungere la stabilità emotiva di fronte alle emozioni negative relative a un'offesa (processo di differenziazione intra-psichico). Questo, a sua volta, si pensa possa tradursi nella capacità di autoregolarsi e impegnarsi nel perdono. Inoltre, si ritiene che la capacità di separare le trasgressioni degli altri dal proprio senso di sé (differenziazione inter-psichica) faciliti il processo di perdono (Sandage & Jankowski, 2010; Shults & Sandage, 2003).

MODELLI BASATI SULLA TEORIA DELL'ATTACAMENTO

Le teorie che propongono modelli esplicativi basati sulla teoria dell'attaccamento partono dall'assunto condiviso da tutti dell'importanza delle relazioni interpersonali precoci sullo sviluppo dell'individuo e in particolare nel determinare il modo in cui ognuno percepisce se stesso e in cui si pone in relazione con gli altri. Secondo questi modelli (Mannino, Cataudella & Zappalà, 2003) l'origine di molti comportamenti violenti è da attribuire alla perdita precoce di relazioni di attaccamento significative, nella deprivazione affettiva o in maltrattamenti subiti durante l'infanzia.

Un passo ulteriore rispetto ai modelli relazionali di tradizione psicoanalitica è stato fatto da Bowlby attraverso la *Teoria dell'Attaccamento*. Partendo dal suo modello di



sviluppo Bowlby (1989) evidenzia come le modalità con cui un bambino viene accudito hanno un impatto cruciale sul modo in cui il/la bambino/a stesso organizzerà le proprie strategie di attaccamento nei confronti della figura di accudimento. A sua volta, il modo in cui il genitore o un'altra persona con funzione di accudimento risponde ai segnali del bambino dipenderà dalla qualità delle sue esperienze precoci e dal modo in cui si sono organizzate nella sua mente. Questo tipo di interiorizzazione rappresenta un'importante tassello della teoria (Bowlby, 1969) che introduce il costrutto dei "modelli operativi interni", una sorta di schemi che organizzano il comportamento di attaccamento di un adulto interessando le sue aspettative di relazione, i suoi processi decisionali, la sua capacità di leggere correttamente i segnali dell'altro. In particolare il sistema di attaccamento e quello di accudimento sono una costante reciprocità di connessione. Molte ricerche hanno confermato come in persone con capacità di prendersi cura dell'altro carenti, spesso possono essere riscontrate esperienze di attaccamento deficitarie (Collins & Feeney, 2000; Kunce & Shaver, 1994). Nei casi più gravi, ovvero di persone adulte che agivano violenza nel proprio contesto familiare, è possibile ritrovare stili di attaccamento di tipo disorganizzato (Lyons-Ruth & Jacobvitz, 1999).

MODELLI BASATI SU CAUSE BIOLOGICHE ED EPIGENETICHE

Studi epidemiologici, familiari e genetici molecolari hanno dimostrato che la predisposizione genetica e gli eventi della vita stressanti o traumatici, soprattutto durante l'infanzia, sono importanti fattori di rischio per i disturbi psichiatrici, tra cui la depressione maggiore e il disturbo post-traumatico da stress (PTSD) e che questi fattori interagiscono secondo specifici meccanismi. In particolare l'esposizione a traumi e violenze nella prima infanzia altererebbe in maniera importante il sistema di regolazione dello stress aumentando la possibilità di sviluppare PTSD (Klengel et al., 2013). A conferma di questo dato uno studio (Mehta et al., 2013), condotto su adulti con PTSD, ha evidenziato come le persone con una storia di esposizione alla violenza nella prima infanzia presentassero patterns di attivazione genica diversi rispetto agli adulti con PTSD, ma senza una storia di abuso infantile.

Una recente meta-analisi (Thumfart, Jawaid, Bright, Flachsmann, & Mansuy, 2022) ha descritto numerosi meccanismi genetici attraverso cui il nostro cervello si modifica reagendo ai traumi e alla violenza subiti durante l'infanzia. Tali modificazioni, infatti, rappresentano uno dei principali fattori di rischio per le malattie neuropsichiatriche in età adulta. I recenti progressi nel campo dell'epigenetica suggeriscono che fattori epigenetici come la metilazione del DNA e le modifiche degli istoni, nonché i processi regolatori che coinvolgono l'RNA non codificante sono associati alle violenze ed ai traumi subiti nell'infanzia. Queste modifiche genetiche rappresentano quindi un grande fattore di rischio nella riproposizione di comportamenti violenti una volta che le persone sono diventate adulte..

CONCLUSIONI

Dalla sintesi dei modelli esposta nei paragrafi precedenti si evince come ad oggi non si conoscono con esattezza i meccanismi precisi alla base della trasmissione transgenerazionale del trauma e della violenza; probabilmente, come sug-



geriscono alcuni ricercatori (Kellermann, 2001), la trasmissione tra generazioni potrebbe essere causata da un complesso di molteplici fattori tra loro correlati, tra cui la predisposizione genetica, la storia di sviluppo personale, le influenze della famiglia di origine e la situazione sociale. Una combinazione ecologica di fattori dunque e non un'unica causa a cui attribuire il delicato processo di trasmissione.

PER APPROFONDIRE

Baier, D., Pfeiffer C. (2015). *Gewalterfahrungen und Gewaltverhalten*. In (a cura di), Melzer W., Hermann D., Sandfuchs U., Schäfer M., Schubarth W., & Daschner P *Handbuch Aggression, Gewalt und Kriminalität bei Kindern und Jugendlichen*, Verlag Julius Klinkhardt, 238-243, Bad Heilbrunn.

Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*, Northvale, N.J. Jason Aronson.

Bower, M.E. & Knutson, J.F. (1996). Attitudes toward physical discipline as a function of disciplinary history and self-labeling as physically abused. *Child Abuse and Neglect*, 20, 689-699.

Bowlby J. (1969), Attachment and loss. I: Attachment, Hogart Press, London (tr.it. *Attaccamento e perdita. Vol. I: Attaccamento alla madre*. Torino, Boringhieri, Torino, 1975).
Bowlby, J. (1989). *Una base sicura. Applicazioni cliniche della teoria dell'attaccamento*. Milano: Raffaello Cortina Editore.

Bowers, M.E., & Yehuda, R. (2016). Intergenerational Transmission of Stress in Humans. *Neuropsychopharmacology*, 41, 232-244.

Collins, N.L., & Feeney, B. C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(6), 1053–1073.

Corigliano N. (1996). Il transgenerazionale tra mito e segreto, *Interazioni*, 1, Milano, Franco Angeli.

Fincham, F.D. (2010). Forgiveness: Integral o a science of close relationships? In M. Mikulincer & P Shaver (Eds.), *Prosocial motives, emotions, and behavior: the better angels of our nature* (pp. 347-365). Washington, DC: American Psychological Association.

Huber M., & Plassmann, R. (2012), *Transgenerationale Traumatisierung, Junfermann*, Paderborn.

Kellermann, N. (2001). Transmission of Holocaust Trauma - An Integrative View. *Psychiatry*. 64. 256-67. 10.1521/psyc.64.3.256.18464.

Klengel, T., Mehta, D., Anacker, C., Rex-Haffner, M., Pruessner, J. C., Pariante, C. M., Pace, T.W., Mercer, K.B., Mayberg, H.S., Bradley, B., Nemeroff, C.B., Holsboer, F., Heim, C.M., Ressler, K.J., Rein, T., & Binder, E. B. (2013). Allele-specific FKBP5 DNA demethylation mediates gene-childhood trauma interactions. *Nature neuroscience*, 16(1), 33–41.

Kunce, L. J., & Shaver, P.R. (1994). An attachment-theoretical approach to caregiving in romantic relationships. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Attachment processes in adulthood* (pp. 205–237). Jessica Kingsley Publishers.

Lyons-Ruth, K., & Jacobvitz, D. (1999). *Attachment disorganization: Unresolved loss, relational violence, and lapses in behavioral and attentional strategies*. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 520–554). The Guilford Press.

Mannino G., Cataudella S., Zappalà F. (2003). La violenza in famiglia. Una teoria sull'origine dei comportamenti violenti. *Esperienze Sociali*, 86, pp 52-91.

Mehta, D., Klengel, T., Conneely, K.N., Smith, A.K., Altmann, A., Pace, T.W., Rex-Hafner, M. (2013). Childhood maltreatment is associated with distinct genomic and epigenetic profiles in posttraumatic stress disorder. *Biological Sciences – Psychological and Cognitive Sciences*,

Mihalic, S.W. e Elliott, D. (1997). A social learning theory model of marital violence. *Journal of Family Violence*, 12, 21-47.

Milletich, R., Kelley, M., Doane, A., & Pearson, M. (2010) Exposure to interparental violence and childhood physical and emotional abuse as related to physical aggression in undergraduate dating relationships. *Journal of Family Violence*, 25, 627-637.

Montecchi F. (2015). *Dal bambino minaccioso al bambino minacciato. Gli abusi e la violenza in famiglia: prevenzione, rilevamento e trattamento*. Milano: Franco Angeli.

Rosen, K.H. Bartle-Haring, S., & Stith, S. M. (2001). Using Bowen theory to enhance understanding of the intergenerational transmission of dating violence. *Journal of Family Issues*, 24, 124-142.

Sandage, S.J., & Jankowski, P. J. (2010). Forgiveness, spiritual instability, mental health symptoms, and well-being: Mediator effects of differentiation of self. *Psychology of Religion and Spirituality*, 2, 168-180.

Shults, F.L., & Sandage, S. J. (2003). *The faces of forgiveness: Searching for wholeness and salvation*. Grand Rapids, MI: Baker Academic.

Sofsky W. (1996). *Traktat über die Gewalt*, Frankfurt am Main: Fiscer (trad. it. *Saggio sulla violenza*. Torino: Einaudi).

Strauss M.A. (1980). Stress and physical child abuse. *Child Abuse and Neglect*, 4, 75-88.

Thumfart, K.M., Jawaid, A., Bright, K., Flachsmann, M., & Mansuy, I.M. (2022). Epigenetics of childhood trauma: Long term sequelae and potential for treatment. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 132, 1049–1066.

LE PAROLE DELLA CPO...

Quando si parla di violenza transgenerazionale si corre il rischio di tentare di individuare fattori deterministici ed ereditari del comportamento violento e aggressivo.

Le teorie transgenerazionali fecero la fortuna degli approcci positivisti allo studio dell'eziologia criminale, e viceversa.

Vi è stata, infatti, a inizio '900, una corrente di pensiero facente capo a Cesare Lombroso, considerato il padre fondatore dell'Antropologia criminale, corrente di pensiero che voleva il comportamento criminale come un comportamento tramandato di generazione in generazione, anche attraverso il patrimonio genetico (pur non essendo stato ancora scoperto, a quei tempi, il DNA). Secondo tale corrente di pensiero la causa del comportamento criminale era da ricercare all'interno del soggetto autore di reato, e precisamente in fattori di carattere biologico ed ereditario (da qui la fortunata teoria di Cesare Lombroso del c.d. "delinquente nato").

Nei decenni successivi, poi, ad affiancare queste teorie si affacciarono altre correnti di pensiero che ritenevano il comportamento criminale un comportamento appreso, vale a dire frutto di apprendimento; e l'apprendimento derivava da soggetti vicini, in particolare familiari.

In una visione ancor più complessa del fenomeno, che vuole il comportamento criminale come frutto di diversi fattori concomitanti, si affacciarono alcune teorie sociologiche, le quali ritenevano rilevante, nell'apprendimento del comportamento criminale, anche il fattore sociale, ambientale e di contesto.

È evidente come tutto questo, se da un lato ha fornito una lettura più complessa del fenomeno criminale, dall'altro ha creato non poche difficoltà nell'individuare i confini dei singoli elementi deterministici; vale a dire: un comportamento violento e aggressivo può essere comune a più generazioni della stessa famiglia; ma ad agire sono stati i fattori biologici, i fattori psicologici o i fattori socio-culturali, tutti comuni ai componenti del medesimo nucleo familiare?

E inoltre: se questi fattori sono comuni a tutti i componenti della famiglia, e se sono deterministici di un futuro comportamento violento, come mai in quella famiglia vi sono comunque anche soggetti che violenti non sono? Come e quanto, allora, possiamo ritenere determinanti di un comportamento questi fattori, e quanto, invece, resta di libero arbitrio di ognuno di noi rispetto alle azioni, più o meno legittime, che compiremo nella nostra vita?

La questione diviene ancora più interessante nel momento in cui si inserisce anche una chiave di lettura legata al genere. Quanto la variabile di genere può influire in tutto questo?

Secondo alcuni studi, richiamati anche all'interno del capitolo, la violenza intrafamiliare è una violenza appresa, in particolare attraverso Modelli Operativi Interni che fanno sì che un'esperienza di violenza subita in tenera età possa tradursi in esperienze di violenza agita in età adulta. L'esperienza legata a una



violenza subita rappresenta, dunque, una c.d. predisposizione criminogena, vale a dire una predisposizione ad agire in modo violento.

Tuttavia è interessante notare come recenti ricerche tendano a identificare la violenza subita (o assistita in tenera età) come una predisposizione vittimogena, e non criminogena, soprattutto se il soggetto in questione è di genere femminile. Vale a dire che una bambina che assiste a forme di violenza tra i genitori (soprattutto nel caso in cui sia il padre a usare violenza nei confronti della madre) da adulta sarà più predisposta e restare vittima di violenza intrafamiliare, in quanto “disposta” a sopportare maggiormente situazioni di violenza che altre persone, che non hanno vissuto la stessa esperienza violenta in adolescenza, non accetterebbero.

Dunque, tra i fattori di trasmissione della violenza a livello transgenerazionale è bene non trascurare il fattore di genere che, come visto, potrebbe facilitare una predisposizione vittimogena in grado di produrre conseguenze psicologiche (e non solo) di grande rilievo.



Bullismo e Cyberbullismo: V. forme di violenza a scuola

ENRICO SCAPPATURA, ROBERTA ZUMIANI

L'obiettivo di questo capitolo è condividere concetti semplici e comprensibili di sensibilizzazione rispetto ai temi della violenza psicologica e fisica che può manifestarsi a scuola e che impatta sul piano sociale e di violazione dei diritti: il bullismo e cyberbullismo.

Approfondire il tema della violenza nella scuola può suscitare in noi un certo senso di avversione. Solitamente infatti ci piace pensare alla scuola come un luogo sicuro dove i nostri figli o nipoti sono intenti ad apprendere, a socializzare e a vivere le loro esperienze di vita comunitaria. Ultimamente però siamo costretti a rivedere questo concetto idilliaco e romantico di scuola per fare i conti con fatti di cronaca che ci raccontano come possano esserci episodi di violenza sia nelle interazioni tra ragazzi/e che tra professori/esse.

Le prevaricazioni e i soprusi, spesso perpetrati di fronte a spettatori compiacenti e connotati da violenza e umiliazione, sono un problema che esiste da sempre fra i giovani e ne caratterizza in negativo alcune fasi dello sviluppo. A scopo esemplificativo basti ricordare la caratterizzazione letteraria di Franti, contenuta nel libro Cuore, divenuta figura stereotipata del bullo.

Negli anni però le dinamiche sociali, le caratteristiche individuali e il diffondersi delle diverse forme di prevaricazioni hanno cambiato forma a questi soprusi trasformandoli in quelli che oggi riconosciamo come atti di bullismo e cyberbullismo. La platea dei potenziali spettatori è aumentata, è cresciuto il fenomeno del disimpegno morale ed è aumentato enormemente il valore sociale dell'immagine e dell'identità costruita nel mondo virtuale. Così, quelli che erano soprusi, si sono trasformati sempre più in devastanti traumi identitari.

L'intento di questo breve capitolo, sicuramente non esaustivo per un tema così complesso, è quello di illustrare e condividere alcuni concetti ed esplicitare alcune azioni che possono mettere a repentaglio la salute e il benessere degli studenti, delle famiglie e, di conseguenza, di coloro che lavorano anche nel mondo della scuola.

Nello specifico approfondiamo il tema del bullismo a scuola, come elemento sul quale la società può mettere in atto azioni educative e di prevenzione che vanno a salvaguardare la salute e il benessere non solo di uno/a studente, ma preservano il buon clima della classe e dell'intera comunità che entra in relazione con la scuola. È importante approfondire questo argomento anche per poter distinguere un disagio



passaggero da quello che potrebbe essere un disturbo emotivo importante, per il quale può essere utile un intervento specialistico e un sostegno da parte della rete (scuola-famiglia e specialisti), investendo sulla salute e sul benessere psico-fisico di questi ragazzi in via di sviluppo.

Iniziamo con il definire alcuni concetti cardine come “salute”, “violenza” e “conflitto”.

5.1 LA SALUTE

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (WHO, 2013) ha definito la salute come “un completo stato di benessere fisico, psicologico e sociale che coinvolge la globalità dell'individuo e delle sue esperienze”.

Tale condizione interessa 6 diverse componenti:

1. fisica
2. psicologica
3. sociale
4. emotiva
5. relazionale
6. ideologica – valoriale

Questa definizione implica una visione olistica della persona, che tenga in considerazione la complessità dell'essere umano in interazione con il suo ambiente di vita.

In quest'ottica, un ruolo centrale l'assume la prevenzione, in quanto azione finalizzata a prevenire quelle condizioni che possono mettere a rischio la salute.

Importante a tale scopo è distinguere tra fattori di rischio e fattori di protezione. Come esemplificazioni tra i primi possiamo annoverare esempi quali le malattie croniche, uno stress prolungato, una condizione di difficoltà economiche; tra i secondi invece una rete sociale emotivamente presente, l'accesso ad aiuti e cure socio-sanitarie.

5.2 LA VIOLENZA

La violenza viene descritta dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (WHO, 1993) come “qualsiasi atto che provoca, o può provocare, danno fisico, sessuale o psicologico, comprese le minacce di violenza, la coercizione e la privazione arbitraria della libertà, sia nella vita pubblica che privata”.

L'OMS offre una definizione complementare che raffigura la violenza come “l'utilizzo intenzionale della forza fisica o del potere, minacciato o reale, contro se stessi, un'altra persona, o contro un gruppo o una comunità, che determini o che abbia un elevato grado di probabilità di determinare lesioni, morte, danno psicologico, cattivo sviluppo o privazione” (WHO, 2002, p. 21).

Da questa definizione si può intuire come anche la violenza psicologica possa essere considerata una forma di violenza, che può causare danni allo sviluppo e limitare le libertà della persona che ne è vittima.

5.3 IL CONFLITTO

Nell'accezione comune, il "conflitto" viene quasi sempre associato alla violenza, stravolgendone così il valore relazionale. Cozzo (2004) ad esempio dice che *"il conflitto di per sé è un momento in cui si incontra necessariamente l'altro e si comunica con lui"*, ci si confronta per trovare un accordo, una soluzione comune, capace di tenere conto il punto di vista e i bisogni di entrambi gli interlocutori.

Anche Novara (2013) sostiene l'importanza del "conflitto non-violento" in ambito educativo perché permette lo sviluppo di una relazione che per essere "buona" non deve necessariamente essere caratterizzata da un totale accordo ma necessita lo sviluppo di capacità relazionali, sociali e comunicative assieme all'educazione a riconoscere le emozioni (proprie e dell'altro). Partendo, quindi, dal presupposto che il conflitto è fisiologico nella vita della comunità è più importante educare gli studenti a vivere i conflitti come momenti per il confronto e l'ascolto dell'altro, imparando a gestirli in modo efficace e proficuo per tutti i soggetti coinvolti.

Il conflitto, come è noto, può scaturire da diversi fattori, quali ad esempio, diversità dei sistemi valoriali, divergenza di interessi ed esigenze, problematiche personali, equivoci, problemi di comunicazione, o ancora difficoltà nell'accettare l'altro e in tal senso è un aspetto inevitabile dell'esperienza umana: dall'infanzia all'adolescenza, dall'età adulta alla senilità.

Compito fondamentale della scuola, come comunità educante, è quindi quella di sviluppare e far crescere le competenze relazionali e sociali degli studenti per aiutarli a stare nella società che, per definizione, è caratterizzata dalla diversità (di genere, esigenze, intenti, bisogni....).

In questo capitolo in cui si parla di persone in evoluzione e che vengono educate all'interno di un sistema complesso come la scuola diventa importante distinguere tra conflitto e violenza tra persone, in primo luogo per poter promuovere benessere e salute. Anche il conflitto infatti può portare ad un confronto in cui le persone possono provare il disagio di non sentirsi completamente comprese dall'altro, ma in questo frangente non viene mai a mancare il rispetto e l'ascolto e non si va a ledere al benessere e alla salute delle persone coinvolte.

Altro è l'atto di violenza in cui le persone si sentono profondamente a disagio e addirittura provoca danno alla persona che subisce atti di violenza (psicologica o fisica che sia).

5.4 LA SCUOLA

Come anticipato nell'introduzione, anche il mondo della scuola non è purtroppo esente da tensioni ed aspetti di violenza, ed è importante conoscerle in profondità per poter migliorare la qualità della salute e del benessere delle persone ed educarle a gestire in modo efficiente ed efficace i conflitti che possono nascere a scuola, in modo da non farli sfociare in violenza.

Riprendendo il concetto di visione olistica, suggerito dall'OMS, sappiamo che le persone sono condizionate anche dall'ambiente nel quale vivono, che può fungere da fattore protettivo o da fattore che comporta dei rischi per la salute e il benessere degli studenti. La scuola non è esente da questo principio, pertanto, a seconda

che la sua influenza sia positiva o negativa sul singolo individuo, può diventare, per quella persona, un fattore di protezione oppure un fattore di rischio per il suo benessere psico-fisico.

La scuola si configura non solo come un luogo di lavoro dalla struttura gerarchica, ma anche un luogo dove molte persone trascorrono molto tempo a stretto contatto tra loro, per un periodo di vita che può durare anche decenni.

È inoltre un luogo dove le diversità sono molteplici (pensiamo ai ruoli tra studenti e docenti, maschi e femmine, la disabilità...) e il confronto è continuo e quotidiano. Confronti che a volte possono arrivare a livelli insostenibili e pericolosi, e, magari, sfociare in violenza.

In base alle figure coinvolte, possiamo distinguere le tensioni che avvengono a scuola in 4 macro-categorie:

1. studenti-studenti (bullismo e cyberbullismo)
2. insegnanti-insegnanti (mobbing)
3. insegnanti-studenti
4. insegnanti-genitori

In questa nostra analisi ci concentreremo sulla prima casistica, ossia sulla tipologia di scontri che possano coinvolgere due o più studenti.

Il bullismo, infatti, è una realtà sempre più presente e preoccupante per la vita dei giovani. A fronte del 78% dei ragazzi che dichiara di essere “preso di mira” a scuola, il 66% afferma che una volta che si è vittime la prevaricazione accade anche fuori da scuola e nel 60% dei casi su Internet e cellulari (Rapporto Ipsos per Save the Children).

Seppure in letteratura non sia stata riscontrata una correlazione tra il possedere determinate caratteristiche e il rischio di divenire vittima, spesso avere qualità che costituiscono elemento di diversità aumenta il rischio di divenire oggetto di prepotenze.

5.5 SCONTRI STUDENTI-STUDENTI

5.5.1 Il bullismo

Il bullismo è una delle forme di violenza di cui si parla spesso sui media e in cui può essere vittima uno studente durante la propria carriera scolastica.

Il bullismo è un tipo di azione che mira deliberatamente a danneggiare qualcuno; è ripetuto nel tempo (può durare da giorni ad anni), e per coloro che ne sono vittime, risulta difficile difendersi.

Il bullismo è tra compagni/e. Infatti le aggressioni di genitori o insegnanti nei confronti di ragazzi/studenti (e viceversa) non sono definite come bullismo.

In una situazione di bullismo dobbiamo avere almeno una persona che agisce (il *bullo*) e almeno una che subisce (la *vittima*).

Il bullo compie comportamenti sopraffattori, con un uso dell'intimidazione e della dominanza volti ad acquisire potere o dominio sulla vittima (e di riflesso sugli altri



compagni). Talvolta può essere un comportamento strumentale per ottenere denaro o oggetti di valore.

Statisticamente, il bullo è prevalentemente maschile, ma il fenomeno coinvolge anche le femmine, in un numero che sta aumentando (soprattutto se si considera il cyberbullismo, fenomeno di cui parleremo più avanti).

Si distinguono soprattutto per le strategie utilizzate per colpire la vittima: i maschi sembrano utilizzare prevalentemente una prepotenza diretta, in particolare di tipo fisico; nelle femmine invece si nota più frequentemente violenza indiretta, seppur recentemente è emerso come anche le ragazze utilizzino prepotenza fisica.

Possiamo distinguere tre tipologie di bullo:

1. *bullo dominante*. Prende in giro ripetutamente e in modo pesante i propri compagni ma tende a rivolgersi, in particolare, agli studenti più deboli e indifesi. I bulli, diversamente da quanto si potrebbe ipotizzare, non hanno scarsa autostima; al contrario, si tratta di individui generalmente sicuri di sé, raramente sfiorati da dubbi sul loro valore (Olweus 1972).
2. *Bullo ansioso*. Si caratterizza per una tipologia di personalità ansiosa; generalmente è insicuro, ha un basso rendimento scolastico ed è poco popolare nel gruppo. In genere, tende a ricoprire il ruolo di aiutante o sostenitore del bullo.
3. *Bullo-vittima*. È definito anche “vittima aggressiva o provocatrice” e pur subendo le prepotenze dei compagni, mostra uno stile di interazione di tipo reattivo e aggressivo.

Si definisce una vittima di bullismo quello/a studente che “è oggetto di azioni di bullismo, ovvero è prevaricato, quando viene esposto, ripetutamente nel corso *del tempo, alle azioni offensive e aggressive messe in atto da parte di uno o più compagni* (Olweus, 1986; 1991).

Possiamo distinguerne due tipi:

1. *vittima passiva*. È caratterizzata da scarsa autostima e debolezza fisica, spesso con aspetti ansiosi. Le vittime passive sono facilmente individuate dai bulli per la loro insicurezza e anassertività.
2. *Vittima provocatrice*. È spesso caratterizzata da iperattività, che può infastidire il bullo. Questa categoria di vittime è sovrapponibile a quella dei bulli-vittima (vedi sopra).

Il pubblico è invece composto da quelle persone che rimangono esterne, indifferenti, fuori dalla situazione. Centrale per dare potere al bullo è però il rinforzo dato dall’attenzione e dal supporto dei sostenitori, dall’allineamento degli aiutanti, dalla sottomissione di coloro che hanno paura e dalla mancanza di opposizione della maggioranza silenziosa (Menesini, 2008).

Analizzando gli aspetti psicologici ed emotivi del bullismo, possiamo scomporlo in tre aspetti principali:

1. *ripetitività*: l’interazione bullo-vittima è caratterizzata da un’aggressività non episodica bensì ripetitiva, e tali comportamenti di prevaricazione perdurano nel tempo;

2. *asimmetria*: la relazione bullo-vittima è basata su un'asimmetria di forza e potere (fisico, psicologico o sociale) tra i due attori; pertanto il bullo prevarica e la vittima non è in grado di difendersi;
3. *intenzionalità*: il bullo mette in atto dei comportamenti aggressivi con lo scopo intenzionale (seppur non sempre totalmente consapevole) di causare danno, offesa e disagio a un altro bambino/ragazzo. Pertanto vanno distinti dai danni involontari durante uno scherzo o un gioco;
4. *pubblico*: il bullismo avviene spesso in presenza di altri compagni, che finiscono con il rinforzare il comportamento del bullo, legittimando o sostenendo la sua azione a seconda che essi siano *spettatori* (passivi) o *complici* (attivi).

Se in passato si consideravano violenti solo i comportamenti che comportassero danni fisici, negli ultimi anni la maggiore attenzione alla dimensione emotiva ha portato ad includere tra i comportamenti violenti anche quelli che causino sofferenza emotiva.

Da notare che anche la violenza psicologica può causare profonda sofferenza, minando il benessere delle persone, come confermato dall'OMS. Tale sofferenza percepita può essere anche maggiore rispetto alla violenza fisica e tra le cause possiamo considerare anche i pregiudizi che possono rendere difficile o impossibile poterla comunicarla ad altri.

La violenza nel bullismo può avere le seguenti manifestazioni:

- *fisica*: spintonare o colpire, sottrarre e/o danneggiare oggetti e/o denaro; spostare e/o nascondere oggetti;
- *verbale*: prendere in giro o fare brutti scherzi, offendere o apostrofare volgarmente, insultare o minacciare. Fare telefonate anonime, diffondere pettegolezzi maledvoli, persuadere un'altra persona a criticare, offendere, denigrare o prendere in giro qualcuno;
- *non verbale*: gesticolare in modo minaccioso od osceno, allontanare o distogliere deliberatamente lo sguardo per ignorare qualcuno;
- *indiretta o relazionale*: formare apertamente una coalizione contro qualcuno con l'effetto di isolarlo, escludere deliberatamente una persona da un gruppo; persuadere un'altra persona o altri ad escludere qualcuno.

Dal sondaggio online, U-Report, realizzato dall'Unicef (2016), per il 90% dei partecipanti (più di 100.000 giovani, dai 13 ai 30 anni) il bullismo rappresenta una problematica del proprio contesto di vita, i due terzi hanno dichiarato di averlo subito personalmente almeno una volta e un terzo di considerare normale rimanere vittima.

5.5.2 Il cyberbullismo

L'uso delle tecnologie ha migliorato la vita degli utenti, permettendo di rimanere costantemente aggiornati, ampliare le conoscenze e rimanere sempre in contatto. In questa prospettiva, le tecnologie di comunicazione consentono anche ai giovani di soddisfare il bisogno di sapere di essere sempre nella mente di qualcuno, che esiste sempre qualcuno a disposizione.

Con il diffondersi della tecnologia nelle nostre vite, alcuni comportamenti “off-line” sono diventati “on-line”. È il caso anche del bullismo, che negli ultimi anni è stato affiancato da una sua versione digitale, non meno violenta e pericolosa, chiamata “cyberbullismo”, che si svolge in rete, utilizzando soprattutto i social network.

Gli atti di cyberbullismo possono declinarsi in diverse tipologie (Pisano & Saturno, 2008):

- flaming: invio di messaggi insultanti per suscitare dispute online;
- harassment: invio ripetuto di messaggi offensivi e volgari a un'altra persona;
- cyberstalking: perseguitare la vittima tramite messaggi di minaccia;
- denigration: pubblicare pettegolezzi o dicerie online sulla vittima, con lo scopo di danneggiarne la reputazione e i rapporti sociali;
- impersonation: violare una password e, fingendosi un'altra persona, creare danni (es. inviare messaggi malevoli ai contatti della vittima), rovinando così sia la reputazione che le amicizie della vittima;
- trickery: spingere una persona, attraverso l'inganno, a rivelare informazioni imbarazzanti e riservate per renderle poi pubbliche in rete;
- outing: rivelare informazioni personali e riservate riguardanti una persona;
- exclusion: escludere intenzionalmente la vittima da un gruppo online (es. blog, chat, WhatsApp, Facebook);
- happy slapping: la vittima viene colpita da un compagno, videoripresa da un altro e il conseguente filmato viene fatto circolare tramite telefonini o in rete;
- sexting: inviare immagini sessualmente esplicite o di testi inerenti al sesso attraverso i mezzi informatici.

Anche il cyberbullismo, come il bullismo, si manifesta nel gruppo dei pari, e anche in questa modalità si ripetono i ruoli specifici (Salmivalli, Kärnä & Poskiparta, 2010), ovvero: il bullo, gli aiutanti (o sostenitori) del bullo, la vittima, il difensore della vittima e la maggioranza silenziosa (Salmivalli, 1999).

Il cyberbullismo inoltre si può collegare al bullismo tradizionale, quando scene di bullismo fisico possono essere facilmente videoregistrate con gli smartphone e poi essere pubblicate e diffuse sul web.

Nelle scuole primarie e secondarie di primo grado la maggior parte delle azioni di bullismo sembra avvengano nelle aule, per poi eventualmente proseguire anche ad altre zone della scuola (il cortile, i corridoi e i bagni).

Nelle scuole secondarie di secondo grado invece sembra si estendano anche ai mezzi di trasporto e per strada.

L'aula scolastica, nonostante la presenza degli insegnanti, diviene spesso il palcoscenico delle azioni del bullo.

Più delicati sembrano essere i momenti “non strutturati” (cambio dell'ora e ricreazione), ma anche durante l'attività didattica si possono verificare delle azioni che non vengono notate o segnalate (piccole spinte, pizzicotti, gomitate, occhiate, smorfie, minacce, commenti ecc.), magari non particolarmente eclatanti ma che necessiterebbero di un intervento tempestivo.

Gli studi degli ultimi anni, infatti, hanno messo in luce come le forme più “sottili e psicologiche” di violenza si manifestano in modo subdolo soprattutto tra le ragazze, andando ad attaccare la rete sociale delle vittime ma in una modalità più difficile da intercettare per genitori e insegnanti.

Il fenomeno si manifesta solitamente (almeno nella fase iniziale) tramite determinati comportamenti da parte del bullo (offese sia pubbliche che private, diffusione di pettegolezzi, calunnie) con l'intenzione di distruggere l'immagine della vittima e, quindi, andando a toccare la sua “immagine e reputazione”, sia reale che online.

La vittima viene progressivamente sminuita, sfinita e poi isolata: ad esempio non le viene più rivolta la parola, non viene invitata a partecipare agli eventi a cui partecipano normalmente gli altri, si stacca dagli amici (o li perde) e comincia ad aver paura di frequentare la scuola o gli altri luoghi condivisi.

Una delle caratteristiche più pesanti del bullismo psicologico è che spesso viene vissuto come “colpa” dalla vittima, favorendo così un'idea di sé come di “persona non degna”, con possibile perdita di autostima e sintomi d'ansia. Fenomeni come la depressione e i disturbi alimentari possono essere strettamente connessi a tali forme di bullismo.

5.6 CONSEGUENZE DEL BULLISMO E CYBERBULLISMO

Essere vittima sia di bullismo (tradizionale, discriminatorio) che di cyberbullismo ha conseguenze importanti e gravose per l'adattamento sociale e il benessere psicologico della persona. I sintomi che possono presentarsi sono: sintomi di interiorizzazione (principalmente ansia e depressione); abbassamento dell'autostima e del senso di auto-efficacia, scarsa fiducia in se stesso e negli altri; scarso coinvolgimento nelle relazioni, isolamento e ritiro sociale; calo del rendimento scolastico, problemi di concentrazione che possono condurre a disinteresse per la scuola ma anche al suo rifiuto; sintomi psicosomatici quali mal di pancia, mal di testa, nausea e disturbi fisici; disturbi del sonno, incubi, sintomi post-traumatici; autolesionismo e comportamenti distruttivi, ideazione e comportamenti suicidari.

Essere bullo può portare a esiti gravi sia a lungo che breve termine: difficoltà di concentrazione, scarso rendimento scolastico che può comportare l'abbandono scolastico; sviluppo di convinzioni violente a 15-20 anni; rischio di comportamenti di abuso di sostanze, alcol, fumo; disturbi della condotta, comportamento deviante e maggiore probabilità di divenire autore di reato e di avere problemi con la legge; reiterazione di comportamenti aggressivi e violenti in famiglia e sul lavoro.

Anche negli osservatori che mantengono un ruolo passivo, il non prendere una posizione comporta conseguenze negative: desensibilizzazione alle prevaricazioni, disimpegno morale e diffusione di norme e atteggiamenti a sostegno del bullismo nel gruppo dei pari; senso di insicurezza, timore di venir prevaricati; sentimenti d'impotenza e di colpa per il non intervento; possibile messa in atto di comportamenti aggressivi come difesa dagli eventuali attacchi del prepotente; demotivazione e difficoltà scolastiche.

Nel caso di cyberbullismo, un recente studio (Caravita, Colombo, Stefanelli, & Zigliani, 2016) ha rilevato che assistere a situazioni di bullismo e cyberbullismo suscita negli/ nelle adolescenti alti livelli di stress ed emozioni negative. Inoltre, l'esposizione al cyberbullismo suscita in chi osserva emozioni di rabbia, vergogna, paura e disgusto.

5.7 I DATI

Le indagini dell'incidenza del bullismo in Europa (Europe Anti-Bullying Project, 2013) hanno indicato come il 15,9% dei/delle ragazzi/e italiani/e sia vittima di bullismo online o offline.

Nonostante l'attenzione a questo fenomeno negli ultimi anni sia sempre più alta, si ipotizza comunque che questi dati possano essere sottostimati a causa di quei casi "sommersi" non denunciati per vergogna o altro.

Secondo una ricerca svolta in 6 Paesi europei, condotta in Italia da Telefono Azzurro e Doxa Kids (2014) su oltre 5000 ragazzi tra i 12 e i 18 anni, è emerso come, nel nostro Paese:

- circa il 30% degli adolescenti ha trovato online proprie foto non autorizzate
- circa il 20% ha trovato proprie foto imbarazzanti
- più del 15% ha trovato online propri video non autorizzati
- più del 10% ha trovato propri video imbarazzanti

Una tendenza simile si è notata anche nel 2015, dove nella stessa tipologia di ricerca, seppur svolta su un campione più ridotto (circa 600 ragazzi/e), gli intervistati si sono espressi in questo modo:

- quasi il 10% ha diffuso informazioni/video che umiliano qualcuno
- circa il 20% è stato vittima di bullismo
- più di 1 su 10 (12%) individua in internet il contesto in cui sono avvenute queste violenze con maggiore frequenza.

Ciò che preoccupa è il silenzio che ancora troppo spesso permea le vittime di queste prevaricazioni. Si stima infatti che solo 1 minore su 10 informi un adulto dell'essere stato vittima di bullismo offline o online. In Italia il dato sembra essere ancora più elevato: secondo l'ultima ricerca di Telefono Azzurro e Doxa Kids (2014) quasi il 23% dei bambini e degli adolescenti vittima di bullismo non ne ha parlato con nessuno.

I fenomeni di bullismo e cyberbullismo avvengono nella maggior parte dei casi a scuola. Gli studenti indicano come luogo principale la propria classe, le aule. Seguono i corridoi, il cortile, i bagni e più in generale i posti meno sorvegliati e isolati. Altri ambiti coinvolti sono le squadre sportive, gli oratori, i luoghi pubblici, i mezzi di trasporto o lungo il tragitto casa-scuola. Considerando la distribuzione geografica, nel 2014 di tale fenomeno in Italia, il Rapporto Istat (2015a) riportava che a subire frequentemente soprusi era il 23% dei ragazzi (11-17 anni) residenti al Nord (24,5% nel Nord-est, il 21,9% nel Nord-ovest), il 18,3% di quelli residenti al Centro e il 16,7% di quelli residenti al Sud. La percentuale di giovani del Nord-Italia vittime di bullismo saliva al 57,3% se si prendevano in considerazione anche le prevaricazioni sporadiche (qualche volta all'anno) contro il 48,7% del Centro e il 49,2% del Sud. La quota maggiore di prepotenze (23,3% almeno una volta al mese) si rileva nelle zone molto disagiate dell'intero territorio italiano (Rapporto Istat, 2015a).

Nonostante, i/le ragazzi/e riconoscano la gravità del fenomeno (il 69% reputa il bullismo come uno dei maggiori pericoli e il 38% colloca al primo posto il cyber-



bullismo; Save the Children, 2015) e ne dichiarino la presenza, in Italia solo il 5% denuncia l'accaduto alle autorità giudiziaria contro l'11% del resto dei Paesi europei e del Nord America (Rapporto OCSE, 2015 citato nel 9° Rapporto di aggiornamento).

5.8 GLI INTERVENTI POSSIBILI

La prima criticità per una vittima è quella di uscire dalla situazione di “silenzio” e parlare del proprio problema con genitori, adulti e insegnanti. Rompere questo muro psicologico non è facile, ma non è nemmeno impossibile. La complessità del problema e la sofferenza che ne deriva denotano la necessità di prendere in carico la situazione in rete, in cui l'azione educativa di docenti e genitori e professionale degli psicologi scolastici può prendersi cura e proteggere la vittima ed educare nel contempo il gruppo alla sana relazione e gestione dei conflitti. Importante anche prevedere un'azione rieducativa del bullo per sviluppare in lui competenze sociali e comunicative.

Sia la letteratura scientifica (Menesini, Nocentini, & Palladino, 2017; Ttofi & Farrington, 2015) che le raccomandazioni per il contrasto al bullismo promosse dalle istituzioni (es. ONU, 2016) evidenziano la necessità di implementare interventi che siano supportati dalle indicazioni della ricerca e che siano evidence-based.

Tra i programmi evidence-based più rinomati e la cui efficacia è stata testata in numerosi Stati, si annoverano:

- l'intervento elaborato da Dan Olweus (1991; 1996) e quello proposto da Sharp e Smith (1995), che coinvolgono più livelli (scuola, classe e individuo);
- l'intervento nazionale finlandese KivaKoulu (Salmivalli, Kärnä, & Poskiparta, 2011) che focalizza l'azione sul gruppo classe e gli osservatori, in particolare sui ruoli di difensore della vittima e di esterno, con lo scopo di trasformare esterni, aiutanti e sostenitori del bullo in difensori della vittima e di modificare le dinamiche di gruppo che rafforzano il potere dei prepotenti;
- l'intervento austriaco ViSC (Strohmeier, Hoffmann, Schiller, Stefanek, & Spiel, 2012), che mira alla riduzione delle prevaricazioni e allo sviluppo delle competenze sociali basandosi su un modello di formazione e azione a cascata per cui gli esperti formano il corpo docente che poi mette in atto l'intervento con i propri alunni e che include moduli specifici per il contrasto ad alcune forme di bullismo discriminatorio.

Tutti questi programmi sono accomunati dai seguenti elementi:

- assumono un approccio di tipo sistemico, che prevede azioni rivolte a tutte le componenti del sistema (nel caso della scuola: alunni, dirigenza, docenti e personale non-docente, famiglie degli alunni, fino ad arrivare alla comunità);
- coniugano azioni a livello universale che interessano l'intero gruppo dei pari (a livello di classe e di istituzione educativa), il singolo individuo (vittima e autore di prepotenza);
- coinvolgono insegnanti/educatori del contesto come conduttori attivi delle azioni d'intervento, attuate sotto la supervisione degli esperti psicologi scolastici;



- prevedono la realizzazione di un'iniziale rilevazione (anonima) dell'incidenza e delle forme di prevaricazione presenti nel contesto, così da mirare l'azione di intervento;
- includono rigorose modalità di verifica dell'efficacia dell'intervento. Queste caratteristiche sono strettamente associate con alcuni degli elementi identificati da metanalisi e rassegne scientifiche come fattori di efficacia degli interventi (Farrington & Ttofi, 2015; Ttofi & Farrington, 2009, 2011).

I più rilevanti elementi dei programmi associati con un decremento del bullismo sono:

- l'impiego di metodi disciplinari di sanzione del bullismo, soprattutto ispirati al modello della giustizia riparativa (quindi non mirati alla punizione in sé del prepotente, quanto a ristabilire relazioni positive con la vittima e a promuoverne comportamenti sociali positivi);
- la presenza di percorsi formativi e incontri psico-educativi destinati alle famiglie, oltre che di seminari/conferenze sul tema del bullismo a livello di scuola;
- l'uso di regole a livello di classe e di modalità di corretta gestione della classe;
- l'impiego di modalità di lavoro di peer-education e l'uso di lavori cooperativi di gruppo;
- l'implementazione di metodi di supervisione delle aree di attività libera (playground).

5.9 CONCLUSIONI

Il fenomeno del bullismo è una violenza che intacca dimensioni sempre più ampie e complesse della vita dei/delle ragazzi/e. Le professioni coinvolte (insegnanti, educatori e psicologi) devono avere competenze sempre più elevate all'interno dei processi di presa in carico tanto delle vittime quanto del bullo, tanto nella fase preventiva quanto in quella valutativa e nell'intervento. È bene perciò che educatori, psicologi e genitori si muovano in sinergia. Chi si trova di fronte a segnali che possano presagire una situazione di bullismo è utile si ponga in un atteggiamento di ascolto attivo, ognuno secondo il proprio ruolo e competenze, permettendo così alla vittima di potersi sentire accolta e non giudicata. Utile poi osservare le dinamiche relazionali nel gruppo classe, soprattutto nei momenti meno strutturati. Infine importantissimo è favorire, all'interno del Consiglio di Classe, un confronto tra docenti non solo per integrare le informazioni in possesso, ma anche per predisporre una strategia educativa condivisa all'interno del "gruppo di lavoro", composto dalla famiglia della vittima, dai docenti della classe e dallo psicologo scolastico.

Tale complessità clinica ci fa capire che oggi non si può pensare di lavorare senza l'inserimento di uno psicologo all'interno della scuola per favorire la rete tra docenti e genitori in ottica di prevenzione e presa in carico del fenomeno del bullismo. L'intervento psicologico, infatti, si configura come una risorsa preziosa e utile per comprendere il fenomeno, ma anche per supportare la rete di protezione e le istituzioni nella stesura di progetti preventivi e di interventi professionali complessi, trasversali dall'intimità individuale alla realtà sociale più estesa.

PER APPROFONDIRE

9° Rapporto di aggiornamento sul monitoraggio della Convenzione sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza in Italia (2015-2016). I diritti dell'infanzia e dell'adolescenza in Italia. Gruppo di Lavoro per la Convenzione sui Diritti dell'Infanzia e dell'Adolescenza. www.gruppocrc.net/IMG/pdf/ixrapportocrc2016.pdf.

Caravita, S.C.S., Colombo, B., Stefanelli, S., & Zigliani, R. (2016). *Emotional, psychophysiological and behavioral responses elicited by the exposition to cyberbullying situations: Two experimental studies*, in "Psicología Educativa" 22, 49–59.

Cozzo A. (2004), *Conflittualità nonviolenta. Filosofia e pratiche di lotta comunicativa*, Milano, Mimesis, p. 73.

Farrington, D.P., & Ttofi, M.M. (2011). *Bullying as a predictor of offending, violence and later life outcomes*, in *Criminal Behavior and Mental Health*, 21, 2, 90-98. doi: 10.1002/cbm.801.

Ferro Allodola V. (2020), *Le fake news come "movimento sommerso" di protesta?: intervista a Ermes Maiolica e implicazioni pedagogiche*, «Pedagogika» (accettato).

Kärnä A., Salmivalli C., Poskiparta E., Voeten M.J.M. (2008), *Do bystanders influence the frequency of bullying in a classroom? The XIth EARA conference*, Turin, Italy.

Leiter M.P., Maslach C. (2000), *Preventing burnout and building engagement*, San Francisco, Jossey-Bass (trad. it.: OCS Organizational Checkup System. Come prevenire il burnout e costruire l'impegno. O.S. Organizzazioni Speciali, Firenze, 2005);

Lodolo D'Oria V. (2010), *Pazzi per la scuola. Il burnout degli insegnanti a 360°. Prevenzione e gestione in 125 casi*, Alpes Italia;

Maslach C., Leiter M.P. (1997), *The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it*, San Francisco, Jossey-Bass. (Trad. it., Burnout e organizzazione: Modificare i fattori strutturati della motivazione al lavoro, Erickson, Trento, 2000).

Menesini E. (2008), *Il bullismo: uno dei volti del disagio in adolescenza*, in F. Cambi, M.G. Dell'Orfanello, S. Landi, *Il disagio giovanile nella scuola del terzo millennio. Proposte di studio e intervento*, Roma, Armando Editore, pp. 91-106.

Menesini, E., Nocentini, A., & Palladino, B. (2017). *Prevenire e contrastare il bullismo e il cyberbullismo: approcci universali, selettivi e indicati*, Bologna: Il Mulino.

Novara D., Di Chio C., *Litigare con metodo. Gestire i litigi dei bambini a scuola*, Erickson, 2013.

Olweus D. (1972), *Personality and aggression*. In J.K. Cole, e D.O. Jensen (a cura di), *Nebraska Symposium on Motivation*, Lincoln, University of Nebraska Press, pp. 261-321.

Olweus D. (1986), *Mobbning – vad vi vet och vad vi kan göra*. Stockholm, Liber; Olweus D. (1991), *Bully/victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a school based intervention program*, in D. Pepler and K. Rubin (Ed.), *The development and treatment of childhood aggression*, Hillsdale, NJ, Erlbaum.

Olweus, D. (1996). *Bullismo a scuola. Ragazzi oppressi, ragazzi che opprimono*, Firenze: Giunti.



Palladino, B.E., Nocentini, A., & Menesini, E. (2012). *Online and offline peer led models against bullying and cyberbullying*, in "Psicothema", 24, 4, 634-639

Piano nazionale per la prevenzione del bullismo e del cyberbullismo (2016-2017). Le scuole unite contro il bullismo. Miur. http://www.istruzione.it/allegati/2016/Piano_azioni_definitivo.pdf

Pisano L., Saturno M.E. (2008). *Le prepotenze che non terminano mai. Il Cyberbullismo, sebbene meno diffuso del bullismo tradizionale, è un fenomeno che coinvolge sempre più preadolescenti e adolescenti*: Periodico: Psicologia contemporanea

Rapporto Ipsos-Save the Children (2014). *Safer Internet Day: Il Cyberbullismo*. http://images.savethechildren.it/IT/f/img_pubblicazioni/img229_b.pdf

Salmivalli C. (1999), *Participant role approach to school bullying: implications for interventions*, «Journal of Adolescence», vol. 22, Issue 4, pp. 453-459.

Salmivalli C., Kärnä A., & Poskiparta E. (2010), *From peer putdowns to peer support: A theoretical model and how it translated into a national anti-bullying program*, in S. R. Jimerson, S. M. Swearer & D. L. Espelage (a cura di), *Handbook of bullying in schools: An international perspective*, New York, Routledge, pp. 441-454.

Salmivalli, C., Kärnä, A., & Poskiparta, E. (2011). *Counteracting bullying in Finland: The KiVa program and its effects on different forms of being bullied*, in "International Journal of Behavioral Development", 35, 405-411. doi:10.1177/0165025411407457.

Smith PK., and Sharp S. (a cura di), (1995), *Bulli e prepotenti nella scuola: prevenzione e tecniche educative*, Trento, Edizioni Erickson.

Strohmeier, D., Hoffmann, C., Schiller, E.M., Stefanek, E., & Spiel, C. (2012). *ViSC Social Competence Program. New Directions for Youth Development*, 133, 71-84. doi:10.1002/yd.20008.

Telefono Azzurro e Doxa Kids – "Osservatorio adolescenti: pensieri, emozioni e comportamenti dei ragazzi di oggi", 2014.

Telefono Azzurro (2016). *Dossier bullismo e cyberbullismo. Bersagli senza difese? Non lasciamoli soli*. <http://www.azzurro.it/sites/default/files/TelefonoAzzurroDossierBullismoCampagnaBackToSchool-2016.pdf>.

Ttofi, M.M., & Farrington, D.P. (2009). *What Works in Preventing Bullying: Effective Elements of Anti-Bullying Programmes*. *Journal of Aggression Conflict and Peace Research*, 1, 13-24. 50.

Ttofi, M.M., & Farrington, D.P. (2011). *Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: a systematic and meta-analytic review*. *Journal of Experimental Criminology*, 7, 27-56. doi: 10.1007/s11292-010- 9109-1.

Ttofi, M.M., Farrington, D.P., Lösel, F., Loeber, R. (2011). *The predictive efficiency of school bullying versus later offending: a systematic/meta-analytic review of longitudinal studies*, in *Criminal Behaviour and Mental Health*, 21, 2, 80-89. doi: 10.1002/cbm.808.

Approfondimenti online:

<https://www.stateofmind.it/2017/03/bullismo-strategie-intervento/>

<https://www.stateofmind.it/2018/10/bullismo-cause-olweus/>



<https://www.articolo21.org/2018/04/violenza-sulle-donne-omofobia-e-bullismo-dallindagine-doxa-amnesty-international-per-gli-italiani-discriminazioni-ancora-diffuse-nel-nostro-paese/>

<https://www.redattoresociale.it/article/notiziario/dal-bullismo-alla-violenza-di-generediscriminazioni-allordine-del-giorno-#>

<https://vivavoceinstitute.com/bullismo-italia-societa-italiana-medicina-adolescenza/>

<https://www.opl.it/public/files/14545-COP+IMP-Dossier-bullismo-e-cyberbullismo-web.pdf>

<https://www.studiocataldi.it/articoli/37224-legge-sul-bullismo.asp>

<https://cPPP.it/approfondimenti/dettaglio/per-genitori/lalfabetizzazione-al-conflitto-come-educazione-alla-pace>

<https://www.educare.it/j/temi/pedagogia-e-psicologia/conflitti-mediazione/1726-per-una-pedagogia-del-conflitto?showall=1>

<https://www.unicef.it/media/sondaggio-online-su-adolescenti-e-bullismo/>

https://www.google.com/search?q=Europe+Anti-Bullying+Project%2C+2013&rlz=1C5CHFA_enIT922IT922&oq=Europe+Anti-Bullying+Project%2C+2013&aq=chrome.0.69i59.494j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8#:~:text=Anti%2Dbullying%20Practices,%E2%80%BA%20social%20%E2%80%BA%20BlobServlet

Rapporto Istat (2015a). Il bullismo in Italia: comportamenti offensivi e violenti tra i giovanissimi. <http://www.istat.it/it/files/2015/12/Bullismo.pdf?title=Bullismo++tra>.

LE PAROLE DELLA CPO...

All'interno del capitolo dedicato alle violenze nella scuola, sono state ben evidenziate le diverse forme di violenza psicologica che possono venire agite/subite all'interno di un contesto scolastico.

È evidente come sia difficile (quanto rischioso) tentare di uniformare, dal punto di vista dell'analisi, situazioni molto diverse tra loro, nonostante tutte accomunate dal medesimo contesto ambientale/educativo.

Vuoi perché esistono diverse tipologie di scuola di ogni ordine e grado; vuoi perché i contenuti di carattere culturale e geografico incidono pesantemente sulle dinamiche della violenza (e non solo); vuoi perché a trovarsi a subire determinate forme di violenza a scuola possono essere persone di genere maschile, così come persone di genere femminile, così come persone appartenenti ad altro orientamenti sessuali; vuoi per la miriade di comportamenti che potrebbero dare vita a violenze di carattere psicologico; tutto ciò depone per la necessità di un'analisi che sia il più possibile rispettosa delle diverse situazioni e delle diverse dinamiche di violenza che potrebbero verificarsi. Per contro, un'analisi che non tenesse conto di tutte le iridescenze possibili rischierebbe di falsare la chiave di lettura di questi fenomeni, con la conseguenza di proporre strumenti di carattere repressivo e preventivo poco efficaci.



Senza riprendere le questioni affrontate all'interno del capitolo, preme tuttavia sottolineare come l'elemento di genere possa, a volte, essere alla base della scelta di agire determinati comportamenti, o come, altre volte, possa rappresentare un ulteriore elemento di sofferenza, quando presente. Potremmo, infatti, trovarci di fronte alla situazione nella quale l'agito violento viene messo in atto a causa dell'appartenenza di genere della vittima, o a situazioni nelle quali l'agito violento viene messo in atto indipendentemente dal questioni di genere, seppur presenti.

È evidente come chi si occupa di "violenza di genere" debba necessariamente occuparsi della prima situazione descritta (vale a dire quella nella quale l'elemento di genere risulta dirimente rispetto alla scelta di agire violenza psicologica all'interno di un contesto scolastico), ma debba necessariamente occuparsi anche della seconda situazione, vale a dire la situazione nella quale a venire colpita è una persona appartenente ad un orientamento sessuale piuttosto che un altro.

La peculiarità dell'ambiente scolastico, rispetto ad altri ambienti, non può passare in secondo piano, in particolare per le ragioni evidenziate nel capitolo. Peculiarità che determinano e definiscono il contesto all'interno del quale comportamenti violenti vengono agiti. E il contesto definisce la chiave di lettura da utilizzare nella comprensione del fenomeno, sia da parte di chi agisce, sia da parte di chi subisce, sia da parte di chi assiste, sia da parte dell'istituzione scolastica stessa.

La violenza psicologica all'interno di un contesto educativo/scolastico richiama necessariamente istanze di genere che non possono essere taciute, sia in termini di rilevazione del dato statistico quantitativo, sia in termini di valutazione del danno e degli effetti di ogni singola situazione. Il rischio da scongiurare, ancora una volta, è quello di uniformare tra loro situazioni diverse, soprattutto dal punto di vista del genere, il quale risulta da evidenze scientifiche, come una delle variabili maggiormente significative.

È evidente, poi, come le differenze di genere obblighino a percorsi diversi a seconda delle diverse situazioni, e come questi percorsi debbano essere attuati tenendo conto di questa importante variabile.

Le ricerche ci dicono che a fronte di fenomeni di violenza quali bullismo, cyberbullismo e altri, i soggetti più colpiti sono i soggetti appartenenti al genere femminile e i soggetti appartenenti ad altri orientamenti sessuali, e che spesso è proprio la loro identità di genere ad essere alla base della motivazione ad agire.

Il contesto scolastico, tuttavia, se ben "sfruttato" potrebbe rappresentare una grande risorsa e una grande occasione per gestire e prevenire queste forme di violenza: la possibilità di un confronto tra docenti e studenti; la possibilità di pianificare momenti di carattere educativo e culturale; lo sfruttamento della scuola anche come luogo fisico (oltre che come luogo simbolico) in grado di accogliere determinate istanze e determinati bisogni; tutto ciò potrebbe consentire una riflessione che va molto al di là della situazione legata a "violenza e scuola", anche in termini di educazione al rispetto, indipendentemente dal contesto scolastico.





La violenza psicologica

VI. nei luoghi di lavoro

MARCO GRADASSI, ALESSANDRA SEBASTE

LE GENERALITÀ DEL FENOMENO

Nel contesto del lavoro è rilevante la valutazione oltre che dei rischi fisici e ambientali, anche quella dei rischi psicosociali legati all'organizzazione del lavoro e al clima relazionale.

La violenza psicologica trova spazio anche nei luoghi di lavoro e può essere perpetrata da colleghi, spesso coalizzati, come pure, più frequentemente, dai superiori gerarchici.

Per definire la violenza psicologica sul posto di lavoro esistono diversi termini tra cui i più ricorrenti sono, *bullying at work* (bullismo sul lavoro), *harassement* (molestia), *work abuse* (abuso lavorativo) e *victimisation* (vittimizzazione), ma il termine più usato a livello internazionale è quello di *Mobbing*.

Questo termine è ripreso dall'etologia per indicare il comportamento di alcune specie di uccelli consistente nel circondare minacciosamente un membro del gruppo al fine di allontanarlo dal gruppo stesso. È stato Heinz Leymann, il primo a parlare di *mobbing* quale *condizione di persecuzione psicologica nell'ambiente di lavoro*, trovando un'analogia tra l'aggressività di questi animali e quella manifestata da certi lavoratori nei confronti di altri. Il termine esattamente deriva da quello inglese "to mob", che vuol dire aggredire, accerchiare, assalire in massa, malmenare.

Negli ultimi anni l'uso del termine ha conosciuto un enorme sviluppo perché essendo particolarmente ricco di significato racchiude in sé il complesso mondo delle violenze e persecuzioni psicologiche nel contesto lavorativo.

In Italia si inizia a parlare di *mobbing* solo negli anni '90, grazie allo psicologo del lavoro Harald Ege, che nel 1996 ha fondato a Bologna "Prima"¹, la prima associazione italiana contro *mobbing* e stress.

¹ Organizzazione no profit nata nel 1996, per "prima", appunto, ha parlato di *Mobbing* in Italia. Intende intervenire ed operare sulle problematiche connesse a questo fenomeno, da un lato dedicandosi alla prevenzione delle cause scatenanti, dall'altro offrendo assistenza e sostegno a coloro che ne hanno subito gli effetti. c) la prevenzione, la cura e la riabilitazione psico-fisica, sociale e professionale delle vittime del *Mobbing* attraverso terapie ambulant e stazionarie adeguate alla causa scatenante.

Bisogna dire che non esistono rapporti professionali privi di un qualche tipo di conflittualità, che spesso è positiva: i conflitti generano innovazione, sbloccano situazioni senza apparente via d'uscita, conducono all'accordo su un'idea. Ma l'altra faccia del conflitto, quella che deriva da una cattiva organizzazione del lavoro e da altri aspetti che vedremo in seguito, spesso degenera in Mobbing.

Quindi possiamo dire che la distinzione spesso labile fra conflitto e Mobbing non riguarda "che cosa" viene fatto o "come" viene fatto, bensì si concentra sulla frequenza e sulla durata più o meno intensa di determinati comportamenti.

Ulteriormente fondamentale per la comprensione del fenomeno, è sapere che il concetto di mobbing a sua volta, raccoglie vari tipi di condotta (discriminazioni, molestie sessuali, dequalificazione, abuso di potere, ecc...), accomunati dalla caratteristica di essere costituiti da comportamenti e atti destinati a provocare sofferenze, disagi e mortificazioni a carico di un determinato soggetto in ambito lavorativo.

Si assiste parallelamente ad una sempre maggiore attenzione verso termini quali: "molestie morali, violenze morali e persecuzioni psicologiche, percosse psichiche, violenza o molestia psicologica, tortura psicologica, pressioni psicologiche, accerchiamento aziendale", che necessitano di una chiara definizione psicologica che ne consenta il riconoscimento anche su basi diagnostiche, oltre che giuridiche.

Per riuscire meglio a delineare le motivazioni per le quali si manifestano conseguenze importanti nella sfera psicologica dell'individuo interessato al fenomeno, dobbiamo anche considerare che il lavoro è uno degli elementi centrali e fondamentali della vita in quanto, sostanzialmente, costituisce una parte consistente dell'esistenza, di conseguenza, quando il/la lavoratore/ice si trova ad essere oggetto di condotte psicologiche lesive o gravemente impattanti, immancabilmente esso/a si ritrova in una situazione doppiamente difficile, e potenzialmente dannosa, in quanto si ritrova in condizione basata sul "ricatto" di poter perdere, nell'immediato o in prospettiva, molti dei propri riferimenti basilari della vita privata, la propria immagine e il proprio ruolo lavorativo, con tutti i rischi che questo comporta. La condizione di precarietà lavorativa rende le persone più fragili e, soprattutto, più ricattabili per la paura di perdere il posto di lavoro.

La sofferenza che ne può seguire, infatti, al di là degli aspetti penalistici, ai quali concretamente può accompagnarsi, può essere causa di "danno biologico, morale, esistenziale ed economico".

In Italia non esiste una normativa specifica sul fenomeno del Mobbing. Tuttavia si possono individuare nelle disposizioni in vigore (Costituzione, Codice civile e Penale, sentenze di Cassazione), strumenti legislativi in grado di tutelare la salute fisica e psicologica dei lavoratori e della lavoratrici.

Di contro, la difficoltà maggiore in sede giudiziale è rappresentata dalla necessità di dimostrare il rapporto di causalità tra vessazioni subite e danni alla persona.

Proprio per questo motivo diventa molto importante poter disporre di riferimenti certi per la sua diagnosi.



MOBBING, STRAINING E MOBBING SESSUALE

Si verifica pertanto una situazione di mobbing ogni qual volta vengono poste intenzionalmente in essere dai datori di lavoro, dai superiori o dagli stessi colleghi (c.d. "mobber") sistematiche e ripetute vessazioni (almeno una volta a settimana per sei mesi), finalizzate ad emarginare, discriminare, e, nei casi più gravi, ad indurre alle dimissioni, il lavoratore oggetto delle persecuzioni (c.d. "mobbizzato").

Quindi la condizione per parlare di mobbing è il requisito temporale: le violenze psicologiche devono essere regolari, sistematiche, frequenti e durare nel tempo, almeno sei mesi (Ascenzi e Bergagio, 2000).

Il mobbing viene più frequentemente esercitato mediante attacchi alla persona e/o minacce alla carriera professionale. Può essere orizzontale, fra colleghi pari grado, o verticale. Può essere effettuato dall'alto al basso e viceversa. Il mobbing ascendente, per esempio, è messo in atto dai subordinati nei confronti del proprio capo.

Il mobbing orizzontale si verifica quando le azioni vessatorie sono messe in atto dai colleghi pari grado ai danni della vittima. Anche qui le motivazioni possono essere molte, come la competizione, l'invidia, il razzismo, il campanilismo, la fede politica diversa, ecc.

Nella terminologia anglosassone, il mobbing verticale viene anche denominato "bossing" (anche detto mobbing strategico) o "bullying". Nel primo caso è l'azienda a mettere in atto delle strategie persecutorie ed umiliazioni per costringere alcuni dipendenti a dimettersi.

Il bullying ha un significato più ristretto poiché indica i comportamenti vessatori messi in atto da un singolo capo per svariate motivazioni: idee politiche diverse, timore di veder minacciata la sua immagine sociale, per differenza di età, per antipatia personale, per invidia o raccomandazioni (Ascenzi e Bergagio, 2000).

Un fenomeno simile ma distinto dal mobbing è lo straining. Il termine significa 'mettere sotto pressione'. Pensiamo, per esempio, al demansionamento, alla dequalificazione, all'isolamento o alla privazione degli strumenti di lavoro. Si tratta, certamente, di situazioni stressanti che possono anche causare gravi disturbi psicosomatici, ma non di azioni ripetute nel tempo.

Quindi, la differenza fondamentale tra lo straining e il mobbing consiste nel fatto, che nel primo caso è presente un'azione unica ed isolata, ma con efficacia ed effetti perduranti, mentre nel secondo è fondamentale la continuità delle azioni vessatorie.

Se questioni e problematiche inerenti all'ambito lavorativo oltrepassano i confini dell'ufficio, producendo effetti anche nella vita privata del dipendente, ciò significa che il datore di lavoro, un superiore o un collega sta compiendo non atti di mobbing, ma di vero e proprio stalking occupazionale.

Le condotte possono essere svariate, come ad esempio messaggi continui o telefonate ripetute senza un vero motivo e dopo l'orario di lavoro, presenza assillante e ossessionante, avances reiterate ed insistenti o vere e proprie molestie sessuali, dispetti, contestazioni pretestuose e infondate, diffusione di voci caluniose o denigratorie, costringendo la vittima, che vive un grande stato di ansia e paura, a modificare le proprie abitudini di vita.

Prima di parlare di mobbing sessuale è utile fare una piccola premessa sulle molestie sessuali, che, di per sé, non sono mobbing, ma sono legate ad esso da un doppio filo e ne possono costituire il preambolo. A volte il mobbing viene usato come arma per costringere la vittima a cedere alle molestie diventa la ritorsione, la vendetta del molestatore respinto.

Per molestia sessuale si intende *“ogni atto o comportamento indesiderato, anche verbale, a connotazione sessuale, arrecante offesa alla dignità e alla libertà della persona che lo subisce oppure atto che possa creare ritorsioni o un clima di intimidazioni nei suoi confronti, spesso accompagnate da minacce di ritorsione in caso di risposta negativa”* (Ege, 1997).

Nella maggioranza dei casi la molestia di tipo sessuale viene perpetrata da un uomo verso una donna, ma i ruoli possono non essere rispettati e ci si può trovare di fronte a donne che, ad esempio per motivi di carriera, attuano molestie nei confronti di un soggetto maschile.

Si è detto che le molestie sessuali non corrispondono tout court al mobbing, principalmente per il fatto che lo scopo del/della mobber è quello di eliminare o allontanare la vittima. Il molestatore sessuale, invece, non ha alcuna intenzione di allontanare la vittima, ma vuole tenerla il più possibile vicino.

In questo caso è la vittima che desidera invece allontanarsi, chiedendo trasferimenti o giorni di malattia, e il persecutore farà di tutto per ostacolare la ‘fuga’, obbligandola a lavorare quotidianamente insieme a lui, in modo che *“potrà importunarla sistematicamente fin quando non si arrenderà alle sue pesanti ed ossessive lusinghe”* (Hirigoyen, 2000).

TIPOLOGIE DI MOBBING

Conoscere e comprendere le svariate tipologie di violenza psicologica sul posto di lavoro, permette di mettere in atto strategie e tecniche di intervento mirate per affrontare ogni singolo caso (Menelao, 2001).

Il mobbing non è sempre uguale, bensì può assumere forme diverse a seconda degli attori coinvolti e del tipo di relazione che li lega. Possono esserci molti modi per mobbizzare un/a lavoratore/trice, come esistono anche sintomi, strutture di personalità specifiche e predittive di questi comportamenti violenti e soprattutto, caratteristiche contestuali che favoriscono l’evolversi delle violenze psicologiche tra colleghi.

Riconoscere quindi le azioni mobbizzanti è di estrema importanza ma, allo stesso tempo, risulta molto difficile poiché bisognerebbe avere informazioni dettagliate dell’ambiente lavorativo, della storia personale e professionale di chi compie tali azioni e di chi le subisce, dello scopo per cui sono state messe in atto, ecc.

Vediamo nello specifico le modalità più frequenti delle azioni mobbizzanti²:

² OMS - ISPESL - ICP - IST. Violenza psicologica sul lavoro. Accrescere la consapevolezza. Protecting Workers' Health Series No 4. World Health Organization, Milano/Ginevra, 2003

“Attacchi alla persona”

- danneggiamento di oggetti personali
- derisione, soprattutto in presenza di colleghi o superiori
- diffusione di false informazioni
- esclusione
- intrusioni nella vita privata
- isolamento
- istigazione da parte dei colleghi contro la vittima
- maldicenze continue
- minacce di violenza
- molestie sessuali
- offese verbali
- provocazioni
- umiliazioni

(OMS-ISPEL-ICP-IST, 2003)

“Minacce alla carriera professionale”

- assegnazione di compiti nuovi senza formazione o senza gli strumenti necessari
- assegnazione di compiti pericolosi o inadatti alla salute
- assegnazione di compiti senza significato
- azioni disciplinari infondate
- controllo eccessivo
- critiche e rimproveri ripetuti
- esclusione da riunioni, progetti o corsi di formazione
- inattività forzata
- mancanza di comunicazione
- mancanza di riconoscimento
- minacce di azioni disciplinari
- minacce di licenziamento
- negazione delle informazioni essenziali per lo svolgimento del lavoro
- retrocessioni di carriera
- riduzione graduale dei compiti di lavoro
- rimozione di strumenti essenziali per il lavoro
- sottostima intenzionale o sottovalutazione delle proposte
- sovraccarico di lavoro con scadenze impossibili da rispettare
- trasferimenti ingiustificati in posti lontani o remoti
- valutazioni di profitto ingiustificatamente basse

(OMS-ISPEL-ICP-IST, 2003)

Risulta evidentemente difficile fare un lista completa ed esaustiva di tutte le strategie e le azioni mobbizzanti, se non impossibile. In ogni caso, sono indicativi tutti quei comportamenti che colpiscono l'individuo nella sua dignità personale, morale e professionale, oltre che quelli che minano il suo equilibrio psichico per indurlo in errore e renderlo inerme.

LE CAUSE

Quali sono le principali motivazioni per cui si verificano, all'interno degli ambienti di lavoro, comportamenti, rivolti ad un singolo, caratterizzabili come violenza psicologica?

Al fine di rispondere a questa domanda, dalla fine del secolo scorso ad oggi, sono state formulate molte teorie. Queste ultime hanno preso in considerazione i vari aspetti della personalità del mobber e della vittima, le varie condizioni dell'ambiente di lavoro e del tipo di leadership, ma nessuna di queste è riuscita ad isolare l'ipotetica variabile di personalità e di ambiente di lavoro, capace di predire la comparsa di un'azione mobbizzante.

Molto probabilmente, il mobbing è un fenomeno complesso, difficilmente prevedibile, che nasce dalla correlazione di diverse variabili bio-psico-socio-relazionali.

Questa considerazione rende anche un'idea della difficoltà che ci si incontra nella progettazione di eventuali strategie preventive del fenomeno.

Nel 1992, Leymann dichiarò che i fattori di personalità dei mobber non erano importanti nel determinare le violenze psicologiche, mentre riconosceva, nelle condizioni di lavoro, la causa del fenomeno.

Leymann individua quattro aspetti all'interno dei quali si può innescare il mobbing. Sarà compito del management aziendale, riconoscere il problema e gestirlo in modo appropriato.

1. L'organizzazione del lavoro, con carico di lavoro eccessivo;
2. le mansioni lavorative, in particolare quelle monotone e ripetitive;
3. la direzione del lavoro, ovvero lo stile di leadership;
4. il gruppo di lavoro e le distribuzioni dei carichi lavorativi;

Un altro autore importante che ha studiato il fenomeno in modo approfondito è Harald Ege.

Questo autore ha isolato i tre aspetti del fenomeno (aggressore, vittima ed organizzazione) e attraverso la loro triangolazione ha formulato un «sistema a cubo delle cause»

Ognuno di questi elementi può porsi in due modi di fronte ad una situazione mobbizzante: favorire e provocare direttamente il mobbing o combatterlo.

A titolo esemplificativo, l'organizzazione aziendale, può favorire comportamenti di mobbing spingendo il personale verso una competizione sempre più estrema, instaurare lotte per il mantenimento del posto di lavoro, oppure può optare per una buona gestione dei conflitti e per la promozione di comportamenti cooperativi premianti.

La scarsa considerazione della dignità umana, rimanendo all'interno dell'organizzazione aziendale, è un'altra possibile causa di violenze psicologiche, come sottolineato dalla diversa letteratura.

Non da ultimo, come causa di mobbing, dobbiamo considerare la presenza di pregiudizi sociali verso i portatori di handicap, sia fisici che mentali.

EFFETTI DEL MOBING

Vi è una sempre maggior consapevolezza che il mobbing abbia il potenziale di causare o contribuire allo sviluppo di molti disturbi sia fisici che psichici. Rimane ancora difficile quantificare quale sia la percentuale di persone che se esposte a situazioni di mobbing svilupperanno di seguito disturbi della salute. Questo può dipendere da fattori di tipo situazionale (durata e violenza delle azioni ostili) o da fattori di personalità della vittima.

La letteratura riporta che la variabile di genere è importante in questo fenomeno, le donne sono più esposte alla vittimizzazione rispetto agli uomini, con una fascia di età prevalente di 35-54 anni.

In un terzo dei casi il mobbing è avvenuto entro 4 anni dall'inizio del rapporto di lavoro e perlopiù a seguito di riorganizzazioni aziendali e cambi di gestione.

Gli effetti negativi del mobbing sul sistema psichico e nervoso della vittima non cessano con il venir meno della condotta, ma permangono per un periodo compreso mediamente tra i 12 e i 18 mesi

Le conseguenze sulla salute più frequentemente correlate al mobbing sono la depressione e il disturbo d'ansia, anche se sono frequenti altri inquadramenti diagnostici e precisamente il disturbo dell'adattamento e il disturbo post-traumatico da stress.

Alcune persone, specialmente coloro che sono stati/e sottoposti/e ad una situazione di mobbing da breve tempo, presentano disturbi sul piano fisico, spesso, in questi casi, l'apparato gastrointestinale, il sonno e il sistema di percezione del dolore sono le funzioni dell'organismo più colpite.

La gravità sintomatologica è direttamente correlabile alla durata degli stimoli ed all'intensità della violenza, reale o percepita. Dove il fenomeno si manifesta ad alti livelli di intensità i quadri clinici, inizialmente sintomatologici, si strutturano in vere e proprie malattie e squilibri funzionali.

In alcuni casi si possono notare riacutizzazioni di malattie presenti o parzialmente risolte.

Da un punto di vista della qualità della vita della vittima di violenza si nota un fenomeno di "circolo vizioso negativo".

Inizialmente la vittima si sente confuso/a e disorientato/a a causa della progressiva scomparsa di tutti i riferimenti che prima regolavano la sua vita all'interno del luogo di lavoro. Il disorientamento e la confusione, se vengono mantenuti per un periodo di tempo sufficientemente lungo, portano ad un forte aumento dell'ansia con conseguente peggioramento del disorientamento, paura di sbagliare, aumento dei controlli, portando progressivamente la persona a non sentirsi più adeguata

alla situazione. Le prestazioni lavorative cominciano a peggiorare, l'ansia aumenta, l'autostima diminuisce, così come la qualità della vita lavorativa e generale.

Questo quadro mentale presto trasborda dai confini dell'attività lavorativa, investendo tutte le altre aree della vita del soggetto.

La conseguenza di tutto questo è il peggioramento della gestione dei rapporti interpersonali.

La persona si avvia ad un progressivo isolamento sociale, dato anche dagli aspetti depressivi che rendono il mondo poco interessante e vuoto e a livello familiare troviamo spesso separazioni e divorzi.

Nei casi più gravi la vittima, non trovando altra via d'uscita ai suoi problemi, può arrivare a mettere in atto condotte suicidarie o, più raramente all'opposto, ad azioni anche violente verso il mobber. La sovraesposizione di una persona al mobbing può portare la vittima a commettere reati per collera.

È interessante sottolineare come gli effetti del mobbing non producono danni solo a chi lo subisce direttamente, ma anche alle loro famiglie, con ricadute in termini di costi anche per le aziende. Questo dovrebbe fare riflettere in quanto, come si evince dalla letteratura, è spesso l'organizzazione apicale aziendale a creare le condizioni favorevoli alla nascita del fenomeno. In pratica si tratta di un fenomeno a boomerang.

Nei gruppi di lavoro dove sono presenti azioni di mobbing, indipendentemente da chi ne è colpito, si verifica una consistente riduzione dell'efficienza e di conseguenza della capacità di quel gruppo di creare innovazione e profitti per l'azienda stessa. Oltre a questo danno estremamente rilevante, si verificano altri fenomeni laterali quali l'aumento del tasso di assenteismo per malattia ai quali possono seguire ulteriori costi dati dalla necessità di sostituire il lavoratore assente incaricando altri a portare a termine il lavoro lasciato in sospeso dalla vittima. Se le violenze perdurano nel tempo porteranno la vittima ad abbandonare definitivamente il posto di lavoro costringendo l'azienda a trovare nuovo personale e sostenere le spese e il tempo di formazione. A tutto questo si aggiungano le spese legali e gli eventuali risarcimenti per cause civili.

È evidente che le aziende dovrebbero prestare più attenzione alla gestione delle risorse umane e delle relazioni all'interno dei luoghi di lavoro, soprattutto in questo momento storico dove il capitale umano è la migliore e quasi sempre unica, risorsa che l'azienda dispone.

Infine troviamo i costi che ricadono sull'intera società.

Gli oneri che il sistema sanitario nazionale deve sostenere per le lunghe assenze dal lavoro a cui si aggiungono anche, nei casi di prepensionamento, il pagamento di una pensione anticipata e la perdita dei contributi sullo stipendio prima versati dal/la lavoratore/rice.

ALCUNI DATI

In Italia, senza contare il "sommerso" che subisce in silenzio, secondo una stima INAIL effettuata nel 2008, circa un milione e mezzo di lavoratori italiani sono stati vittime di mobbing (su circa 21 milioni).

L'analisi della letteratura esistente mostra una maggior prevalenza degli uomini come aggressori (mobber) rispetto alle donne, dato questo in linea con la prevalenza di uomini aggressori evidenziata anche per altre fattispecie criminose. Molto scarsi, invece, sono i dati relativi alle donne come autrici del mobbing.

Il fenomeno del Mobbing non è neutro rispetto al genere: non è distribuito equamente tra donne e uomini; non si manifesta con le stesse caratteristiche; non ha le stesse conseguenze.

Possiamo ipotizzare che la donna interpreti più raramente il ruolo di aggressore per via della differenza di ruolo sociale ricoperto dalla donna stessa all'interno della società attuale, ruolo che la vede posizionata in maniera più pregnante all'interno della famiglia (educazione dei figli e assistenza ai genitori anziani), e con la marcata tendenza ad orientare l'educazione della donna alla soppressione della sua aggressività.

Al contrario è stato osservato che le donne sono più frequentemente vittime di mobbing, probabilmente a causa del loro nuovo ruolo nel mercato del lavoro, ai differenziali salariali, alla scarsa valorizzazione delle loro capacità/competenze, alla più limitata solidarietà tra donne e per la maggiore suscettibilità al fenomeno delle molestie fisiche e sessuali.

L'indagine ISTAT sulla sicurezza delle donne riporta che il 2,5% di donne ha subito almeno una violenza fisica o sessuale da colleghi di lavoro. Anche in altre nazioni le donne sono vittime di mobbing molto più frequentemente degli uomini.

I comportamenti riscontrati più frequentemente riguardano commenti negativi sulle loro competenze lavorative, o commenti dispregiativi che denigrano la loro posizione lavorativa.

In contesti organizzativi, inoltre, le donne vittime di mobbing, tendono ad essere aggredite quasi esclusivamente da uomini.

Un altro elemento da tenere in considerazione, tuttavia, è che le donne notano più frequentemente il mobbing rispetto agli uomini, pertanto, potrebbero avere una maggiore sensibilità verso il fenomeno e, conseguentemente, denunciarlo più frequentemente.

Dalle evidenze riportate in merito alle tipologie di aggressioni subite, sembra esserci una maggiore discriminazione delle donne ed assenza di parità di genere.

Le ragioni più frequenti per la discriminazione delle donne riguardano la maternità e la gestione dei figli, perché non vengono più considerate in grado di rispondere alle esigenze aziendali. Alcuni dati dell'ISTAT sembrano supportare queste considerazioni; fra le madri di 25-54 anni il tasso di occupazione è del 57%, contro un valore medio fra i padri dell'89,3%. Inoltre, ben l'11,1% delle donne non ha mai lavorato per dedicarsi ai figli, contro una media europea del 3,7%. Altro tema degno di nota, è il ritorno al lavoro dopo la maternità, che è per molte donne fonte di stress, vessazione, soprusi, demansionamento, rendendolo emotivamente e praticamente più complicato di quanto dovrebbe effettivamente essere in situazioni di normalità (cd. mobbing post partum). In questi casi, l'obiettivo è l'allontanamento definitivo della lavoratrice. Questo porta nella maggioranza dei casi proprio ad un abbandono del posto di lavoro. In fine, è risultato che le conseguenze del mobbing sulla salute mentale risulterebbero essere più gravi per gli uomini rispetto alle donne. Questo



può dipendere dalla centralità e l'importanza che il lavoro riveste per gli uomini nella loro vita.

Il genere può essere quindi un elemento di rilievo nella comprensione del complesso fenomeno del mobbing, anche se, talvolta, scarsamente considerato in letteratura. Il genere è rilevante per le diverse modalità in cui il fenomeno si esprime, per le valutazioni che vengono fatte su di esso, ed ha un'influenza anche sulle risposte organizzative al fenomeno.

STRATEGIE DI PREVENZIONE

Prevenire il mobbing significa mettere in atto interventi che tendano a contrastare il tipo di ambiente lavorativo e organizzativo antecedenti e causante il fenomeno, riducendo le condizioni favorevoli si riduce la probabilità della sua comparsa.

La prevenzione del mobbing è un elemento chiave se si desidera migliorare la qualità della vita lavorativa, il benessere dei/delle lavoratori/trici, e la salute stessa dell'azienda. È di fondamentale importanza costruire un ambiente di lavoro "ad alta efficienza umana", senza attendere il presentarsi di chiari sintomi di disagio personale e aziendale.

Una prima serie di azioni preventive riguarda la progettazione lavorativa, occorre che la progettazione del lavoro tenga conto del benessere dei lavoratori e questa dovrebbe essere la condizione da cui partire per tutte altre strategie aziendali atte a trarre profitti.

La prima attenzione dovrà essere alla selezione del personale, introdurre in un ambiente di lavoro un lavoratore che condivide gli stessi valori professionali del gruppo di lavoro e possiede lo stesso livello di competenze e motivazione diminuisce i livelli di frustrazione e stress e aumenta la motivazione di tutto il gruppo.

Altrettanto importante, attuare una buona politica di inserimenti, avendo cura di mettere in atto un graduale processo di socializzazione del nuovo assunto.

Quando, inevitabilmente, l'azienda dovrà attuare cambiamenti, a volte anche licenziamenti, grande attenzione dovrà essere posta al rendere noto, all'informazione, che dovrà raggiungere tutti i dipendenti e non solo i livelli apicali, cosa che ancora succede nelle aziende, così come nelle famiglie dove l'informazione raramente raggiunge i figli, provocando gravi danni a tutto il nucleo familiare e nel nostro caso aziendale.

In tema di leadership, il manager, o colui che ha la responsabilità dei lavoratori, dovrà essere in grado di pensare e generare "condizioni di benessere", riducendo, in questo modo, anche il senso di asimmetria di potere e conseguentemente di stress.

Un sistema di valutazione delle prestazioni basato su criteri noti e condivisi attraverso una comunicazione trasparente, e l'utilizzo di feedback costruttivi bilaterali (i manager dovrebbero imparare a loro volta a ricevere gli stessi feedback dai loro sottoposti) pone anch'esso le basi per un clima avverso all'instaurarsi di azioni mobbizzanti.

Sempre in linea con la gestione dell'informazione in modo trasparente e bilaterale, l'azienda deve dichiarare pubblicamente quali comportamenti ritiene accettabili e quali inaccettabili.

La prevenzione primaria nasce da una corretta analisi delle carenze e dei bisogni in termini di abilità richieste negli attuali ambienti di lavoro. È necessario operare in maniera mirata per dotare i/le lavoratori/trici delle competenze e delle risorse che impediscono il nascere di situazioni circolari di violenza psicologica. Bisogna operare attraverso la formazione ed il monitoraggio continuo.

Si ritiene importante che un datore di lavoro, e lo/a stesso/a lavoratore/rice, abbia gli strumenti adeguati per riconoscere i caratteristici comportamenti di una violenza psicologica e che conosca, almeno in linea generale, gli elementi base per la prevenzione.

Quindi è fondamentale acquisire una nuova cultura del lavoro, per tanti versi diversa o addirittura opposta a quella a cui siamo abituati.

Il mobbing va di pari passo con la variabile tempo, pertanto diventa indispensabile riconoscere il problema il prima possibile per poter intervenire con strategie mirate ed efficaci di difesa.

INTERVENTI

La diffusione del termine mobbing e l'attenzione per questa fenomenologia dimostrata dalla letteratura, dai media e dagli addetti ai lavori nei contesti organizzativi e preposti, fa presumere una diffusa sensibilità per le tematiche riguardanti le violenze psicologiche sul posto di lavoro.

Il Mobbing come già detto, è anche il sintomo di una cultura del lavoro inadeguata rispetto ai mutamenti sociali ed organizzativi.

Già molte organizzazioni, pubbliche e private, hanno stipulato accordi con la partecipazione delle *rappresentanze sindacali*, volti a tutelare la dignità delle lavoratrici e dei lavoratori all'interno dei luoghi di lavoro nonché a favorire un clima sereno e meno stressante, nonché a porre in risalto la dignità ed il valore della persona che lavora, con effetti estremamente positivi sulla motivazione, sulla produttività e, dunque, sul rendimento dell'impresa.

Questi accordi prevedono, di norma, le definizioni dei vari fenomeni, l'elaborazione di un codice di condotta aziendale che condanni atteggiamenti offensivi, vessatori, persecutori, immorali, l'informazione e la formazione sui vari fenomeni, l'istituzione (obbligatoria per le Pubbliche Amministrazioni) di un Comitato Unico di garanzia istituito, a livello nazionale, dall'articolo 21 della legge 4 novembre 2010, n. 183³, la nomina di un fiduciario (Consigliere/a di Fiducia), l'adozione di provvedimenti disciplinari, fino al *licenziamento* per le condotte vessatorie.

I cosiddetti Sportelli mobbing o di ascolto sono servizi che si stanno diffondendo negli ambienti di lavoro, che rappresentano un'opportunità per i/le dipendenti/e che possono contare su servizi specializzati per dare un nome al proprio disagio, ma sono anche un modo per l'azienda per lanciare un segnale forte di attenzione e cura nei confronti dei propri dipendenti.

³ "Misure atte a garantire pari opportunità, benessere di chi lavora e assenza di discriminazioni nelle amministrazioni pubbliche"

Il/la professionista, consulente esterno/a all'azienda, che generalmente si occupa della gestione e delle attività dello sportello mobbing è uno/a psicologo/a possibilmente con formazione psico-terapeutica e la denominazione con cui più frequentemente viene designato/a è Consigliere/a di fiducia.

Tale figura, svolge attività di prevenzione attraverso interventi di formazione e d'informazione e collabora alla realizzazione delle azioni di miglioramento.

A prescindere dal contesto lavorativo in cui viene attivato lo Sportello mobbing, sia esso un'azienda o una Pubblica Amministrazione, è fondamentale per garantire neutralità e imparzialità, che il /la professionista incaricato/a della gestione del servizio non abbia in essere rapporti di lavoro subordinato o autonomo con l'azienda presso cui è chiamato/a ad operare come Consigliere di fiducia.

In sede di consultazione, può indirizzare l'utente verso una procedura formale che sfocia nel contenzioso oppure informale con la ricerca di un accordo e di soluzioni "soft" che consentano alla persona di proseguire con serenità il proprio lavoro nel medesimo contesto lavorativo.

A livello nazionale, regionale e provinciale, in applicazione dell'art. 1 del D.Lgs. n. 196/2000⁴, è prevista la figura del/la Consigliere/a di Parità, dove si possono rivolgere in forma totalmente gratuita, donne e uomini che pensano di subire discriminazioni per l'accesso a un impiego o nel proprio posto di lavoro.

Nell'esercizio di tali funzioni, le consigliere e i consiglieri sono pubblici ufficiali e hanno l'obbligo di segnalazione all'autorità giudiziaria per i reati di cui vengono a conoscenza.

PER APPROFONDIRE

Ascenzi A., Bergaglio G.L., (2000), *Il mobbing. Il marketing sociale come strumento per combatterlo*, Giappichelli, Torino

Bass B.M., Avolio B. J. (1997), *Full range leadership development : Manual for the MLQ*, Mind Garden

Bertolucci T., (2004), *"Conoscere, comprendere e reagire al fenomeno del mobbing"*. Comitato delle pari opportunità, Università degli studi di Firenze

Bisi S. (2002), *Female criminality and Gender Difference*. Int Rev Soc., 12:23–43

Bisio C., Nocera A., Piazza A., (2008), *Mobbing Quali azioni preventive in azienda*, in *Risorsa Uomo*, Franco Angeli Milano

Ege H. (2001), *Mobbing: Conoscerlo per Vincerlo*, Milano: Franco Angeli

Ege H., (2005), *Oltre il mobbing: Straining, Stalking e altre forme di conflittualità sul posto di lavoro*, FrancoAngeli, Milano

Dassisti L., e coll. (2020), *"Donne e uomini, autori e vittime di mobbing in Italia: una revisione della letteratura"* Journal List, Med Lav , v.111(6)

⁴ prevede che le consigliere e i consiglieri di parità, effettivi e supplenti, a livello nazionale, regionale e provinciale, svolgono funzioni di promozione e controllo dell'attuazione dei principi di uguaglianza, di pari opportunità e di non discriminazione per donne e uomini nel lavoro.

- Depolo M., (2003), *Mobbing: quando la prevenzione è intervento. Aspetti giuridici e psicosociali del fenomeno*, FrancoAngeli, Milano
- Devoto L., "Mobbing and its effects on health". *The experience of the Clinica del Lavoro* Luigi Devoto in Milan
- DiGennaro G. (1970), *Vecchie e nuove ipotesi sulla criminalità femminile*. In F. Ferracuti, "Appunti di criminologia", Bulzoni, Roma
- Fondazione Istituto Andrea Devoto Onlus, (2005) *La percezione del Mobbing*, Ediesse, Roma
- Gilioli R., Cassitto M.G., Rengo C. (2003) *Lo scenario del mobbing e le sue ripercussioni sulla salute. Economia & Management, La rivista di direzione aziendale della SDA Bocconi*, n. 3: 25-34
- Giorgi G., Majer V. (2004), "Le variabili antecedenti al fenomeno del mobbing", in *Risorsa Uomo*, FrancoAngeli, Milano
- Hirigoyen M.F., (2000) *Molestie morali. La violenza perversa nella famiglia e nel lavoro*, Einaudi, Torino
- ISTAT. *Le molestie e i ricatti sessuali sul lavoro*. ISTAT. 2018.
- Leymann H., (1996), *Mobbing at work and the development of post-traumatic stress disorders*, «*European Journal of Work and Organizational Psychology*»
- Menelao M. et al., (2001), *Mobbing: la faccia impresentabile del mondo del lavoro*, FrancoAngeli, Milano
- Monateri P.G., Bona M., Oliva U., (2000), *Mobbing: vessazioni sul lavoro*, Giuffrè, Milano
- Olliffe J.L., Christina S.E., (2004), *Beyond Workers' Compensation: Men's Mental Health In and Out of Work*. *Am J Mens Health.*, 8:45–53
- OMS - ISPESL - ICP - IST. (2003) *Violenza psicologica sul lavoro. Accrescere la consapevolezza*.
- Protecting Workers' Health Series No 4. World Health Organization, Milano/Ginevra
- Progetto Strategico Ministero della Salute (2000) *Prevenzione dei rischi per la salute negli ambienti di vita e di lavoro U.O. A1 C "Stress e Mobbing"* Responsabile scientifico: Emanuela Fattorini
- Salin D., (2005), *Risk factors of workplace bullying for men and women: The role of the psychosocial and physical work environment*. *Scand J Psychol.*, 56:69–77
- Salin D., (2005), *Workplace Bullying among Business Professionals: Prevalence, Gender Differences and the Role of Organizational Politics, Perspectives interdisciplinaires sur le travail et la santé*, 7:1–14
- V. Penati G. Ferrari, (2011), *Il Mobbing e le violenze psicologiche*, Edizioni Ferrari Sinibaldi, Milano

LE PAROLE DELLA CPO...

Come ben evidenziato all'interno del capitolo, la violenza di genere nei luoghi di lavoro potrebbe presentarsi sotto diverse vesti: mancate opportunità di carriera, mancata parità salariale tra donna e uomo nello svolgimento delle medesime mansioni, oltre a comportamenti tipici dei luoghi di lavoro quali, ad esempio, il mobbing (in particolare il mobbing sessuale).

La violenza sui luoghi di lavoro non si traduce soltanto in violenza economica, come a volte si tenderebbe a pensare, ma assume ben altri connotati, a volte molto più gravi anche dal punto di vista delle conseguenze psicologiche.

Esistono situazioni sul posto di lavoro che rappresentano sicuramente fattispecie di reato: si pensi, per fare soltanto alcuni esempi, alla violenza sessuale sui luoghi di lavoro, a minacce e ricatti di ogni tipo, allo sfruttamento della condizione femminile, alle mancate tutele e garanzie per la donna lavoratrice, al mobbing.

Il luogo di lavoro rappresenta, spesso, un contesto elitario all'interno del quale vengono tenuti comportamenti violenti e criminali, soprattutto a carico del genere femminile.

Ma esiste anche una violenza di matrice, per così dire, sociale, se non vogliamo dire "istituzionale" o, peggio, "legalizzata", legata cioè alle minori opportunità che le donne hanno, rispetto agli uomini, di raggiungere gradi apicali o di responsabilità in ambito professionale. E questo si ripercuote necessariamente, e inevitabilmente, anche su aspetti di tipo psicologico, oltre che economico rispetto, ad esempio, all'impossibilità di realizzarsi come persona, all'impossibilità di realizzare i propri sogni, all'impossibilità di sviluppare un'identità in ambito professionale, ecc.

Mentre nella violenza "intra-familiare" l'elemento economico potrebbe risultare determinante, perché è quello che impedisce alla donna di andarsene da una relazione che non vuole più, nella violenza sui luoghi di lavoro l'aspetto maggiormente rilevante è legato all'impossibilità di realizzarsi come persona anche in campo professionale, al di là dell'aspetto meramente economico, il quale resta, tuttavia, un elemento di discriminazione che non ha ragione di essere, sia ben chiaro.

Tutto ciò si traduce in una violenza psicologica attuata sul posto di lavoro, con tutte le peculiarità che ne seguono.

In una ricerca commissionata dalla CPO nel 2021 sulla violenza economica nella Provincia autonoma di Trento è emerso chiaramente come, nonostante il Trentino rappresenti una situazione "privilegiata" rispetto al resto del Paese, tuttavia le discriminazioni tra donna e uomo restano particolarmente evidenti e allarmanti.

Dunque grande attenzione a quelle forme di violenza psicologica sui luoghi di lavoro provocate da fattispecie di reato codificate, ma anche grande attenzione a tutte quelle situazioni che, pur non configurandosi come fattispecie di reato, possono provocare gravi danni, anche di carattere psicologico, in chi si ritrova a subirle. Ed è evidente che il genere femminile, ancora una volta, risulta mag-



giornamente a rischio rispetto al genere maschile (il quale risulta più a rischio relativamente ad altre situazioni, quali gli incidenti e le morti sul lavoro).

Esiste, dunque, anche una questione di genere nei luoghi di lavoro che merita di essere affrontata con strumenti efficaci, con l'obiettivo di eliminare le disparità di genere (cioè dovute al genere) sui posti di lavoro.



Conclusioni

GIANLUIGI CARTA

Come si è mostrato, la violenza è un fenomeno suscettibile di manifestarsi in molti contesti naturali della vita degli esseri umani. Nelle precedenti pagine si è cercato di dare ragione di questo, cercando di esplorare e analizzare i “luoghi” entro cui essa emerge.

Nello studiare la violenza si sente l’inevitabile esigenza di formularne una definizione (per ragioni diagnostiche e di perseguibilità giuridica), di evidenziarne le cause (al fine di comprenderne la natura e progettare adeguate strategie di prevenzione e di intervento), di misurarne gli effetti e le conseguenze (per meglio comprenderne la portata nella vita delle vittime e dei suoi perpetratori) e infine, quando possibile, di individuare le caratteristiche delle persone coinvolte.

Non solo per semplicità espositiva, ma anche perché talvolta il manifestarsi della violenza si osserva in ambiti specifici, si è reso necessario scomporre l’analisi di tale fenomeno in contesti più definiti, partendo dalla violenza nella coppia per poi allargare lo sguardo al contesto familiare, con un doveroso approfondimento alla trasmissione transgenerazionale della violenza. Si è poi passati all’analisi delle istituzioni che, a vario titolo, rappresentano i contenitori fondanti le nostre esperienze di vita: la scuola, nell’età dello sviluppo, il contesto lavorativo, nell’età adulta, passando però anche quei “luoghi virtuali” esperiti come reali solo nel vissuto e nella percezione che se ne ricava nel “frequentarli”, eppure non meno irti di insidie e dolorosi per chi è vittima di attacchi violenti. Ci riferiamo al cyberbullismo e alla violenza in rete.

Uno dei concetti che non si è mancato di sottolineare più volte nei diversi capitoli, riguarda la sostanziale differenza tra conflitto e violenza, intendendo il primo come un fenomeno implicito nelle interazioni umane, di per se stesso non negativo, ma potenzialmente utile come elemento dinamico all’interno delle relazioni, capace di far emergere crisi che possono rivelarsi trasformative in senso evolutivo; mentre la seconda, la violenza, come una modalità relazionale dannosa e distruttiva, spesso espressione di istanze personali potenzialmente perverse, volte al danneggiamento dell’altro e al suo dominio e controllo.

È dunque utile riuscire a distinguere questi due fenomeni, per meglio riconoscere quando si è in presenza dell’uno, quando dell’altro.

Gli studi psicologici sul tema della violenza, espressa in contesti diversi e in relazione a dinamiche specifiche, sono fioriti in epoche anche temporalmente distanti



e sono figli di paradigmi e modelli teorici talvolta differenti. Nel ripensare a come la violenza sia stata inquadrata nel tempo, non si può non notare come la sua descrizione abbia inglobato lentamente anche aspetti del fenomeno che non erano stati tenuti in debita considerazione in epoche precedenti. In questo senso, il contributo degli studi psicologici è stato fondamentale, mettendo per esempio in luce come anche la violenza psicologica abbia delle conseguenze profonde su chi la subisce. O ancora, allargando la prospettiva di osservazione, come anche la violenza assista, dunque né perpetrata né direttamente subita, sia sovrapponibile, per le sue ricadute, alla stessa violenza psicologica, nonché come quest'ultima sia rimasta scotomizzata per via di una cultura che per lungo tempo l'ha considerata come parte integrante di norme, valori e tradizioni largamente diffuse e accettate.

Nei precedenti capitoli è stato inoltre messo in luce il ruolo della reiterazione degli atti di violenza nel produrre proporzionalmente un danno maggiore. Questo stesso concetto è stato utilizzato per definire alcune forme specifiche di violenza (vedi bullismo e mobbing), senza però ignorare il fatto che anche un singolo episodio può produrre gravi danni, esattamente come traumatismi di apparente lieve entità, ma ripetuti possono nuocere gravemente e in profondità.

Tuttavia, la natura stessa della violenza impedisce talvolta di osservarne separatamente talune espressioni. E così appaiono a volte intrecciati fra loro diversi tipi di violenza che si esprimono contemporaneamente (fisica, sessuale, psicologica, economica, ecc.), rendendo ancora più complesse e dannose le dinamiche tra perpetratori e vittime.

Nella nostra società, il riconoscimento e la descrizione di un fenomeno hanno sia implicazioni diagnostiche, utili principalmente per gli operatori psicologici, sociali e sanitari più in generale, sia implicazioni giuridiche, quando li si considera dal punto di vista del legislatore e della magistratura. Dunque, si è osservato un percorso lento, ma fondamentale, ovvero l'integrazione graduale nell'ordinamento giuridico di forme di violenza precedentemente non riconosciute e perseguite, che, come si è scritto, gli studi psicologici hanno contribuito a rilevare in diffusione e portata. È questo il caso dell'inquadramento giuridico in relazione al bullismo, al mobbing, allo stalking, tutte tipologie di violenze di più recente formulazione. Eppure, si tratta di un lavoro ancora incompiuto, se si pensa alla mancanza di norme che identifichino e, dunque, sanzionino da un lato e proteggano dall'altro, nei casi di violenza psicologica nella loro forma più ampia.

Più in generale, possiamo affermare che l'allargamento di una definizione di violenza, in rapporto al suo ruolo e al suo riconoscimento sociale, è un processo dinamico attualmente in corso.

Quando però ci si focalizza su quanto la psicologia abbia messo in luce, escludendo per un momento il contributo di altre prospettive di osservazione e discipline (es. giuridica, sociale, antropologica, ecc.), si evidenziano aspetti peculiari prettamente legati allo "sguardo psicologico" sul tema. Ne è un esempio l'importanza osservata delle relazioni precoci, in relazione allo sviluppo della violenza e alla sua trasmissione attraverso le generazioni. Si evidenziano anche alcune specifiche dinamiche intra e intersichiche presenti nelle proiezioni inconsce di parti di sé da parte del perpetratore sulla vittima e della scarsa differenziazione a cui il primo è soggetto durante gli episodi di violenza.

Lo sforzo di identificare più nettamente queste categorie di cause si scontra con il tentativo di dare una spiegazione di un fenomeno complesso, la cui origine non può e non dovrebbe essere eccessivamente semplificata, pena il rischio di “costruirne” una visione troppo rigida e stereotipata, nonché di scarsa utilità nell’analisi delle diverse situazioni.

Gli studi hanno comunque cercato di offrire uno sguardo anche sulle caratteristiche psicologiche di vittima e violento, talora mettendo in risalto la necessità da parte di quest’ultimo di soddisfare propri bisogni narcisistici di dominio e possesso sull’altro e, in modo opposto e complementare, rilevando che la vittima può anch’essa essere bisognosa di sentirsi importante agli occhi di qualcuno, se caratterizzata da bassa autostima. Eppure, si è anche osservato che, nel caso della vittima, una diagnosi (es. personalità dipendente) non può dare ragione di tutte le situazioni e le dinamiche interpersonali.

Anche limitare l’osservazione e l’analisi del fenomeno alle sole caratteristiche intrapsichiche individuali rischia di essere una limitazione che ostacola, più che un’informazione che chiarifica. Di contro, allargare a una riflessione sull’influenza del contesto, contribuisce a comprendere in modo più completo la nascita e lo svilupparsi delle dinamiche della violenza, nonché evidenziare gli elementi che le influenzano. Difatti, il contesto può porsi sia come fattore di rischio sia come fattore protettivo. Si pensi a quanto è stato scritto sugli ambienti di lavoro in relazione al mobbing, oppure alla scuola in relazione al bullismo.

Forse, gli aspetti più comuni, rispetto alle varie forme di violenza e ai contesti in cui esse si esplicano, riguardano le conseguenze. È importante evidenziare questi elementi trasversali per non restituire alle vittime una rappresentazione stigmatizzante del loro vissuto, ma una visione che normalizzi e legittimi alcuni sentimenti comuni. La paura, il senso di colpa, la vergogna, la confusione, non sono “malattie”, ma manifestazioni affettive di chi cerca di dare un senso a una situazione che eccede la capacità personale di farvi fronte e di chi tenta di integrarne adeguatamente il proprio vissuto nel flusso costante dell’esistenza. Tutto questo, prima ancora che l’individuo possa o debba attivarsi per trovare una soluzione pratica a situazioni talvolta drammatiche.

Sono stati messi in luce gli effetti dell’esposizione alla violenza. Essi possono essere numerosi, ma posso anche essere comuni a diverse situazioni: disturbi depressivi, isolamento sociale, disturbi del sonno e dell’alimentazione, alterazione della percezione di sé, disturbo post-traumatico da stress, stati d’ansia e disfunzioni neurovegetative, fino alla radicale scoperta che l’esposizione precoce a forme di violenza o conflitto distruttivo, possono produrre modificazioni neuroanatomiche nei più piccoli.

Come si osserva, dunque, gli effetti della violenza sono sia psichici sia fisici, e questi ultimi non si presentano solo quando la violenza di cui la vittima è oggetto è di natura esclusivamente fisica. Esattamente come il corpo valica i confini della mente, così accade il contrario, quando la psiche esprime la sua sofferenza attraverso il corpo.

Altresì, la nozione che gli effetti e le conseguenze degli episodi di violenza non sempre scompaiono al semplice venir meno della fonte della violenza stessa, deve costituire un allarme e una consapevolezza per chi si avvicina professionalmente a questa tematica.

Conoscere come si declina la violenza nei diversi contesti è il primo passo per poterla riconoscere nel suo manifestarsi, per comprenderne le dinamiche e per ipotizzarne gli esiti. Tale primo passo precede quello immediatamente successivo: introdurre strategie di prevenzione e progettare tecniche di intervento e di supporto.

Ciò che appare fondamentale è maturare primariamente una cultura dell'antiviolenza che trasversalmente permei ogni contesto di vita, dalla famiglia ai gruppi umani, dalla scuola ai luoghi di lavoro. Secondariamente, derivare dalle nostre conoscenze sul fenomeno qualsiasi tipo di decisione e di progetto di intervento rivolto a contrastarlo e a massimizzare il benessere di chi si trova in esso coinvolto.

RIFERIMENTI UTILI

Nome	Indirizzo	Telefono	e-mail
Centro antiviolenza	Via Dogana, 1 TRENTO	0461 220048 1522	centroantiviolenzatn@gmail.com
Alfid	Via Lunelli, 4 TRENTO	0461 235008 233528	info@alfid.it
Casa Rifugio	/	348 5451469	lacasarifugio@gmail.com
Casa Tridentina della Giovane (A.C.I.S.J.F.)	Via Prepositura, 58 TRENTO	0461 234315	info@acisjftrento.it
Casa Accoglienza alla Vita "Padre Angelo" onlus	Viale Bolognini, 28 TRENTO (entrata Via Adamello, 1)	0461 925751	info@casapadreangelo.it
Fondazione Famiglia Materna	Via Saibanti, 6b ROVERETO	0464 435200	info@famigliamaterna.it
Punto d'Approdo società cooperativa sociale - Casa l'Approdo - Casa Fiordaliso	Via Valbusa Grande, 48 ROVERETO Viale Schio, 3 ROVERETO	0464 421707 0464 486976	coordinamentofiardaliso@puntodapprodo.it
Atas onlus	Via Lunelli, 4 8° piano - TRENTO	0461 263330 (Trento) 0464 432230 (Rovereto) 342 5049253	info@atas.tn.it
SOS Villaggio del Fanciullo	via H. Gmeiner, 25 TRENTO	0461 384100	segreteria@sostrento.it
Consigliere di Parità della PAT			consigliera.parita@consiglio.provincia.tn.it



PRESENTAZIONI AUTORI/AUTRICI

Roberta Bommassar - Presidente dell'Ordine degli Psicologi della provincia di Trento, responsabile del Gruppo di Lavoro Infanzia e Adolescenza del Consiglio Nazionale Ordine Psicologi. Psicologa psicoterapeuta, libera professionista, di formazione psicodinamica lavora prevalentemente con adulti e adolescenti. Ha una lunga esperienza nel campo della psicologia giuridica.

Vanda Bombardelli - Psicologa psicoterapeuta a indirizzo psicodinamico, è libera professionista presso lo Studio "Interazioni". Ha lavorato fino al 2014 all'APSS di Trento - U.O. di psicologia clinica - area adolescenziale e consultoriale. Consigliera dell'Ordine degli Psicologi di Trento.

Gianluigi Carta - Psicologo psicoterapeuta libero professionista, Vicepresidente del Consiglio dell'Ordine degli Psicologi della provincia di Trento, membro del Consiglio Direttivo della SIPSOT (*Società Italiana di Psicologia dei Servizi Ospedalieri e Territoriali*). È co-creatore del Sistema VETraP Network per la raccolta e l'analisi dei dati di esito degli interventi psicologici e psicoterapeutici. In questa veste, svolge attività di formazione e analisi dei dati per i Servizi Territoriali di Psicologia.

Cristina Cocco - Psicologa psicoterapeuta, collabora con lo studio PsyCurae come libera professionista. Da molti anni lavora nel privato sociale attualmente come Coordinatrice di una Struttura Residenziale madre-bambino, si occupa di Formazione per enti privati e pubblici e di Supervisioni soprattutto con Equipe che lavorano con migranti e con disagio psico-sociale, da un paio di anni collabora con alcune Rsa del territorio. Consigliera e Segretaria dell'Ordine degli Psicologi della provincia di Trento, socia della Associazione Psicologi per i popoli Odv.

Carlo Dalmonego. Psicologo psicoterapeuta ad indirizzo Cognitivo-Comportamentale e Analista del Comportamento. Da anni lavora nell'ambito dei Disturbi del Neurosviluppo e svolge attività clinica presso uno studio privato. Docente presso la scuola di Psicoterapia ACABS. Consigliere dell'Ordine degli Psicologi della provincia di Trento.

Piera Franceschi - Psicologa psicoterapeuta, ha svolto la propria attività prevalentemente presso APSS di Trento: Unità Operativa di Psicologia clinica-area minori e famiglia, membro Consiglio Ordine Psicologi dal 2013 al 2019, referente PO. per Ordine Psicologi Trento e membro C.PO. del Cnop.

Anna Giovanazzi - Psicologa psicoterapeuta ad indirizzo cognitivo-comportamentale, lavora come libera professionista presso lo Studio Eufonia di Trento e come Psicologa Referente di Progetto presso il Centro abilitativo per l'età evolutiva "Il Paese di Oz" di Anffas Trentino. Consigliera dell'Ordine degli Psicologi della provincia di Trento.

Marco Gradassi è laureato in Psicologia Clinica e Specialista in Psicoterapia Cognitiva. Dirigente Psicologo presso l'Azienda per i Servizi Sanitari di Trento e Professore a contratto presso l'Università degli Studi di Verona. È Consigliere dell'Ordine degli Psicologi della Provincia di Trento e membro esperto in materia di programmazione sociale del "Comitato per la Programmazione Sociale", presso la Provincia Autonoma di Trento.

Wilma Longhi - Psicologa psicoterapeuta, Consigliera e Tesoriera dell'Ordine degli Psicologi della Provincia Autonoma di Trento e Consigliera onoraria della Corte di Appello di Trento, sezione per i minorenni. È socia sostenitrice di Psicologi per i Popoli-Trentino. Collabora con il Consultorio Familiare Ucipem di Trento e con altri enti pubblici e privati su tutto il territorio trentino.

Enrico Scappatura - Psicoterapeuta cognitivo-comportamentale, psicologo scolastico e formatore. Negli ultimi anni si è dedicato soprattutto ai disturbi di personalità, alla psicotraumatologia e alla mindfulness. Dal 2020 è Consigliere dell'Ordine degli Psicologi di Trento.

Alessandra Sebaste - Psicologa del lavoro e delle Organizzazioni, esperta in gestione e sviluppo delle risorse umane e benessere organizzativo. Collabora con enti pubblici e privati del territorio regionale per la formazione, la selezione, il supporto alle équipe e ai gruppi di lavoro, la valutazione stress lavoro correlato e lo spazio di ascolto aziendale. Consigliera dell'Ordine degli Psicologi di Trento dal 2013. Socia dell'Associazione Psicologi per i popoli Odv.

Roberta Zumiani: psicologa psicoterapeuta di formazione sistemico relazionale. Lavora nell'ambito della scuola per favorire l'inclusione scolastica di alunni con BES ed è responsabile dell'area scuola di AbilNova Cooperativa sociale dal 2000. Dal 2019 è consigliera dell'Ordine degli Psicologi di Trento e coordina il gruppo di lavoro di Psicologia scolastica. Partecipa al tavolo di lavoro DSA e al tavolo di lavoro Psicologo Scolastico con la provincia di Trento.



Finito di stampare
nel mese di dicembre 2022
Nuove Arti Grafiche - Trento