

Essere violenti con le parole

Spesso a far male sono più certe frasi od offese ripetute nel tempo

Senza arrivare a forme di violenza conclamata, molte volte nelle modalità comunicative all'interno delle relazioni umane si utilizzano parole forti che arrivano a diventare forme di violenza psicologica. E spesso, quando i ragazzi diventano loro stessi violenti verbalmente, i motivi si devono ricercare anche tra le mura domestiche. Dove c'è la grande inconsapevolezza sulle conseguenze di un linguaggio violento. Ne abbiamo parlato con una pedagoga, **Cinzia Marostegan**.

«Sei imbecille, non capisci niente, non combinerai mai niente nella vita». A quanti sarà capitato di sentire queste parole uscire, ad esempio, dalla bocca dei propri genitori, proprio le persone che invece, tra tutte, dovrebbero incoraggiare per prime i propri figli e sostenerli, in ogni momento della vita. Si tratta di atteggiamenti che, se ripetuti nel tempo, rientrano a pieno titolo nella sfera della violenza psicologica.

«Se un figlio si sente dire da un genitore che è un fallito, e che non combinerà mai niente nella vita, c'è il rischio concreto che finisca col crederci veramente. E si ritenga legittimato a usare a sua volta un linguaggio violento, di fronte a un'affermazione screditante e svilente pronunciata da un adulto. La violenza verbale all'interno della famiglia è un fenomeno che dovrebbe meritare maggiore attenzione».

È necessario quindi iniziare a sensibilizzare rispetto alla cura del linguaggio, visto che proprio da qui si innescano poi ulteriori forme di violenza. E se invece questo non avviene? «La legittimazione di linguaggi violenti poi rimane dentro perché i giovani assorbono i messaggi ricevuti dal mondo adulto. Ecco perché è proprio il mondo degli adulti a dover essere educato. I figli rispecchiano l'educazione che hanno ricevuto non solo a parole, ma anche attraverso l'atteggiamento concreto dei genitori. A che serve, dunque, raccomandare di comportarsi bene se poi si è i primi a mancare di rispetto?».

Questo esempio negativo spiegherebbe, allora, l'uso di espressioni violente, di minacce, di apprezzamenti sessisti di cui è accusato di abusare il mondo giovanile. E se è vero che sono spesso gli uomini a esprimersi in modo violento, questo fenomeno riguarda anche il mondo femminile.

«I genitori si sentono soli e in genere hanno paura a condividere le loro difficoltà e a confrontarsi rispetto all'esperienza educativa. In questo modo l'individuali-



Cinzia Marostegan

simo e la mancanza di dialogo portano a una forma di esasperazione che scatena reazioni violente». Fino a situazioni in cui si perde il controllo: spesso i vio-

lenti hanno la capacità di ferire con le parole facendo leva sulla debolezza dei propri "bersagli", utilizzando a proprio vantaggio e autoconvincendosi, addi-

rittura, di essere loro le vittime. Non è un caso se in molte serie tv e film pensati per un pubblico di adolescenti e giovani, questo meccanismo è spesso indagato attraverso la presenza di personaggi e figure adulte negative.

La soluzione, quindi, quale potrebbe essere? Di sicuro il primo passo è una nuova consapevolezza. Come ricorda Marostegan: «Mi è capitato di incontrare persone che subiscono forme di violenza verbale ma fanno fatica a chiamarla violenza. Non la riconoscono, perché di solito si tende a pensare che la violenza sia un termine da associare esclusivamente a uno schiaffo, un pugno, uno spintone. Sul lavoro si arriva quindi a legittimare una *avance*, o un complimento volgare, dando poca importanza alle parole e

quasi vergognandosi, quando in realtà a vergognarsi dovrebbe essere chi manca di rispetto e chi abusa della propria posizione di potere. E in famiglia c'è un ulteriore problema, ossia i parenti a conoscenza di questi episodi di violenza psicologica tendono a sdrammatizzare: ha un brutto carattere, è fatto così, è un modo di dire... Non si riflette sul fatto che la violenza verbale spesso non fa che precedere quella fisica, e in molti casi si affianca a quella economica: il violento fa in modo che la vittima non sia autosufficiente per poterla controllare e mantenere succube».

Servono allora nuovi strumenti: «È necessario sviluppare maggiore consapevolezza e spesso gli interventi con i ragazzi aiutano molto, certo, ma non bastano. Credo che sia fundamenta-

le creare spazi di gruppo e individuali, dove la persona possa iniziare a essere più consapevole di cosa accade nella propria rete di relazioni, specialmente quelle all'interno della famiglia. Preziosissimi, in tal senso, sono la scuola, l'associazionismo, i circoli sportivi, la parrocchia, i luoghi di aggregazione insomma. Per quanto riguarda gli adulti, invece, va sviluppata la capacità di auto osservarsi. E per farlo serve fermarsi».

A quel punto, forse, ci si potrà rendere conto che a ferire l'altro, offendere, etichettare e umiliare si guadagna poco, in termini di salute mentale e di appagamento nelle proprie relazioni. La violenza psicologica è questa. E lascia lividi invisibili, ma pesanti, come ogni forma subdola di maltrattamento.

Silvia Allegri

«Sono Margherita. Sono una giovane donna, mamma di tre figli di età compresa tra i 5 e i 12 anni. Dopo anni di un matrimonio fatto di violenza fisica, psicologica ed economica, nel momento in cui il mio ex marito ha iniziato a rivolgere la sua aggressività anche verso i figli, ho chiaramente compreso che il tentativo di tenere unita la famiglia "sopportando" un marito violento, non avrebbe dato ai miei figli nulla di buono, anzi erano costretti a vivere in un clima di paura. È così che ho trovato la forza di scappare da casa con i bambini e mi sono trasferita in un'altra regione, almeno finché non avessi avuto la certezza che il mio ex accettasse la separazione. Dopo un anno, ho deciso di tornare nella mia città, per ricongiungermi alla mia famiglia d'origine: ne avevo bisogno, anche per avere un aiuto nella gestione dei figli. I primi tempi, nella condizione in cui ero, non riuscivo a trovare un appartamento in affitto. Ho avuto la fortuna di essere stata accolta in una struttura di Caritas Verona, con l'obiettivo di consolidare il lavoro e accantonare dei risparmi per cercare un'abitazione in autonomia. Seppur con qualche fatica, quella Margherita che fino a poco tempo prima non aveva nemmeno il coraggio di lasciare quell'uomo che la picchiava, si rimbocca le maniche con caparbia. Sono riuscita a trovare un buon lavoro, che mi ha permesso finora di mantenere la mia famiglia e di garantire ai miei figli tutto il necessario; ma soprattutto in questa "nuova vita" posso assaporare la quotidianità in modo sereno e armonioso. Oggi vivo nella mia nuova casa e qui il clima che regna è di allegria, comprensione, gioco: ora è possibile invitare gli amici per un pranzo o un pomeriggio di chiac-

Caritas, quei "rifugi" che aiutano a rialzarsi

Un tetto e un aiuto per donne in grande difficoltà



chiere. Ora posso guardare il futuro con occhi diversi. Senza paura, ma con fiducia e speranza».

Quella di Margherita (nome inventato nel rispetto della sua privacy), è una storia vera, vissuta e respirata da operatori e volontari di Caritas diocesana veronese. È una storia, ma non è l'unica. Anzi, all'interno dei progetti di Caritas dedicati all'universo femminile, storie come la sua, capitano spesso e non sono lontane, provenienti dalle periferie di metropoli esotiche, ma riguardano le vie della città di Verona, della sua grande provincia e coinvolgono le famiglie più inaspettate.

D'altronde i dati nazionali parlano chiaro: il 31,5% delle donne dai 16 ai 70 anni, cioè quasi sette milioni di persone, ha subito nel corso della propria vita una qualche forma di violenza fisica o sessuale. Nel solo 2023 quasi 14mila donne sono state vittime

di violenza.

Caritas Verona è inserita all'interno di un progetto chiamato "Rete donna", un network di enti del privato sociale della Diocesi di Verona, che si pone l'obiettivo di sostenere le donne vittime di violenza di genere, accolte dalla Rete Caritas, attraverso un approccio multidisciplinare e realizzato su più livelli. Il principale è quello legato all'accoglienza abitativa. Ed ecco le opere segno come Casa Misericordia, Casa Braccia Aperte, Casa Santa Elisabetta, gli alloggi San Benedetto e la predisposizione di un appartamento dedicato in coordinamento con i punti antiviolenza e la rete territoriale. In secondo luogo, Rete donna prevede una formazione specializzata per volontari, operatrici e nuovi partner. L'obiettivo di questo livello di intervento è potenziare la conoscenza e la consapevolezza del fenomeno da

parte dei volontari della rete Caritas e delle operatrici o volontarie di Rete donna; fornire loro strumenti per accogliere le richieste di aiuto, orientare le donne vittime verso i servizi in maniera consapevole e responsabile.

Quest'ultimo punto è il più complicato. Perché tante volte le donne vittime di violenza non hanno il coraggio di denunciare tale situazione. Ecco che chi è già riuscita a chiedere aiuto, diventa un traino fondamentale per farsi conoscere da altre donne. Sono stati così pensati percorsi di cura e riscatto, attraverso metodologie artistiche e partecipative: laboratori teatrali, percorsi di scrittura autobiografica, laboratori di narrazione video. Sono proposte molto utili per le donne accolte, ma quando sono aperti al pubblico in occasione di eventi particolari, diventano da traino per altre donne.

Caritas Verona con Rete donna parte quindi dall'accoglienza, per arrivare all'opportunità di riscatto costruita attraverso laboratori e altri spazi di emancipazione. Il tutto poi pensato per sensibilizzare la comunità attraverso lo sviluppo di materiali informativi e iniziative pubbliche per contrastare il fenomeno della violenza di genere e costruire già dall'infanzia una cultura di parità e rispetto per le bambine, le ragazze e le donne attraverso incontri nelle scuole e nelle parrocchie.

Per sostenere il progetto Rete donna: associazione San Benedetto Odv Ets; Iban: IT74 S020 0811 7700 0000 3989 550; causale: Amore è cura non paura; donazioni@caritas.vr.it.

Francesco Oliboni

