



Gli uomini picchiano, le donne manipolano: il volto nascosto della violenza

Gli psicologi dell'Emilia Romagna fanno il punto su una sottile forma di abuso, spesso messa in atto da mamme e parenti di genere femminile: la violenza psicologica. Ecco da che cosa è caratterizzata e quanto può fare male ai figli

La praticano più le donne degli uomini, e spesso le vittime non si ribellano perché faticano perfino a riconoscerla: è la violenza psicologica, anche più diffusa e comunque estremamente dannosa, di cui si parla molto meno. Il punto su questa subdola forma di sopruso è stata fatta dall'Ordine degli Psicologi dell'Emilia Romagna. Ebbene, se dai dati Istat relativi al 2015 emerge che il 26,4% delle donne subisce violenza psicologica dal proprio partner, **incerti sono i contorni del fenomeno per quanto riguarda i bambini (e gli uomini). Le donne, infatti – sottolineano gli psicologi – sembrano essere più propense degli uomini a utilizzare tale tipologia di maltrattamenti** rispetto alle altre forme, in particolare in ambito familiare. La violenza psicologica *tout court* è una forma sottile e insidiosa perché, non avendo effetti evidenti, e restando in genere nascosta all'interno delle mura domestiche, spesso viene sottovalutata.

Rappresenta invece una delle più forti e distruttive espressioni manipolatorie di esercizio del potere e del controllo sulla persona, è un modo per marcarne la presunta inferiorità, per denigrala fino a farle perdere la coscienza del proprio valore e può avere effetti molto gravi anche su figli che subiscano o assistano a questo tipo di episodi. **Nelle espressioni più gravi può esserci un tentativo pianificato di distruzione psicologica dell'altro tramite manipolazione**, detta "Gaslighting". Il termine deriva dal dramma teatrale Gaslight, in cui un marito cerca di portare la moglie alla pazzia modificando di nascosto elementi dell'ambiente (tra cui le lampade a gas) per convincerla che le sue percezioni sono confuse. Anche senza arrivare a questi livelli, la violenza psicologica "classica" viene agita soprattutto attraverso la comunicazione e lo scopo è la sottomissione mentale dell'altro. **Spesso si**

considera la vittima complice dell'aggressore perché non si ribella, ma questa incapacità è il risultato della lenta distruzione psicologica subita.

In genere, la violenza psicologica inizia con battute svilenti, con un atteggiamento passivo-aggressivo fondato sul ricatto, la noncuranza, la privazione della privacy, che disorienta subdolamente la vittima. **La difficoltà a riconoscere questa forma di violenza è dovuta anche al meccanismo perverso che porta spesso i persecutori ad alternare momenti affettuosi agli atteggiamenti prevaricatori**, negando verbalmente i maltrattamenti attuati. Spesso tale violenza paralizza, provoca dolore e sofferenza emotiva, confonde la vittima che in questo modo rischia di non riconoscere l'aggressione subita e addirittura a giustificare il proprio partner.

Sono vittime delle violenze domestiche anche coloro che non ne sono necessariamente i bersagli, ma vi assistono: bambini e adolescenti. Il figlio può fare esperienza di qualsiasi forma di maltrattamento familiare - chiamata in genere "violenza assistita" -, sia direttamente che indirettamente, perché ne è a conoscenza o ne percepisce gli effetti. **La violenza assistita in quanto maltrattamento psicologico comporta effetti a livello emotivo, cognitivo, fisico e relazionale** con stati di profonda sofferenza psicologica che si possono protrarre anche nella vita adulta. Le vittime, soprattutto se l'esperienza di vittimizzazione psicologica si è protratta nel tempo, impegnano spesso tempi lunghi per uscire dai contesti e dalle relazioni violente.