

STOP ALLA VIOLENZA FISICA ... ANCHE LE PAROLE LASCIANO I LIVIDI

Buongiorno a tutti voi, intervenuti oggi qui in aula magna per condividere insieme un momento importante che tocca tutti, in una società in cui ancora oggi accadono azioni imperdonabili che segnano in modo indelebile corpo e anima.

Vogliamo parlarvi di quanto sia importante dire stop alla violenza contro le donne.

Prima di iniziare, vi presento Hania Butt che mi ha fatto da modella per le foto che a breve vi mostreremo e Alessandro Recla che ha creato e montato il video con cui verrà introdotto il momento di riflessione; al pianoforte invece c'è Edina Perviz, che ci accompagnerà con delle melodie, infine ci sono io, Alessia Lombardo, voce narrante, che ho curato le fotografie che vi verranno proiettate.

- La violenza, nelle relazioni, spesso è associata principalmente a forme di aggressione fisica o sessuale, ma è essenziale comprendere che esistono diverse forme di violenza, tra cui la violenza psicologica.

- Quest'ultima consiste in offese, critiche, accuse, mancanza di rispetto, svalutazione, menzogne, ricatti e il controllo sulla libertà personale, nel tempo la violenza psicologica sabotava il proprio valore personale, l'identità, la dignità e l'autostima di un individuo.

- La violenza psicologica è un vero e proprio abuso emotivo, ma a volte essa viene sottovalutata o considerata meno grave rispetto alla violenza fisica. È importante riconoscere che ha un impatto significativo sul benessere delle persone coinvolte.

Professionisti, come ad esempio gli psicoterapeuti, aiutano donne, e non solo, a trovare una luce di speranza per uscire da un tunnel buio e senza fine.

- Come riconoscere la violenza psicologica?

La violenza psicologica si presenta non in un singolo episodio, ma in un comportamento abitudinario: inizia con poco, una frase poco lusinghiera, con delle critiche, delle umiliazioni, con la svalutazione del lavoro e del percorso degli studi della vittima, con dei commenti negativi sull'abbigliamento, con degli insulti, con il controllo quasi ossessivo dei social, di internet, degli spostamenti delle uscite con le amiche.

Poi, ... ecco ... una carezza forzata, uno schiaffo, un pugno.

- Tutto ciò è solo l'inizio: sarà sempre peggio e quando la ragazza, una qualsiasi ragazza, una qualsiasi giovane, una qualsiasi donna, si trova in una situazione del genere, con un ragazzo di calibro violento e ossessivo, deve chiedere aiuto; arrivati a questo punto la ragazza, la giovane, la donna non può semplicemente lasciare il suo atroce incubo: ogni sua parola pronunciata, ogni gesto, ogni azione, rappresenta un pericolo, tutto diventa terrificante.

- Tutti i giorni, i giornali e i media ci trasmettono storie che ci lasciano senza parole: donne uccise dai propri partner, e non solo, a causa di un rifiuto. Dobbiamo chiedere aiuto e non perdonare un insulto gratuito o un pugno.

- Quali sono le conseguenze della violenza psicologica?

Le conseguenze della violenza psicologica sono molte: ci si sente come fisicamente colpiti ogni volta che l'altro usa parole contro di noi o ci parla, questo è sufficiente a lasciare irrompere il suo potere, lasciando la vittima in silenzio, inondata dalla paura.

Indifesa e silenziosa, la vittima si trova ad ascoltare l'altro finendo per credere che tutto ciò che sta dicendo sia vero, che ad esempio non deve mettere una gonna corta altrimenti gli altri uomini crederanno di poter fare quello che vogliono o che quel rossetto rosso è troppo appariscente per una come lei.

- La ragazza, la giovane, la donna si sente impotente riconoscendo di non avere nessuna arma necessaria a fronteggiare quella battaglia. Non resta che aspettare che il tutto finisca, ma niente, non finisce mai, ancora una volta, l'ennesima volta, la vittima memorizza ogni dettaglio del modo in cui l'altro esprime quelle parole e ogni volta che la ragazza, la giovane, la donna sopravvive a questa esperienza, LEI muore, muore un po' dentro.

- Un amore tossico:

non poche ragazze finiscono in una relazione tossica da cui sembra impossibile uscire, dobbiamo avere il coraggio di dire "NO" e ribellarci alle oppressioni di un "fidanzato" troppo geloso, che cerca spesso di controllare ogni nostra abitudine, sminuisce il nostro lavoro di cui magari andavamo anche fiere, dobbiamo riconoscere una relazione tossica e levarcela di dosso prima che sia troppo tardi, questo per poter vivere felici, senza nessun uomo o donna che sia.

Nessuno può sminuire il nostro operato, noi stessi, i nostri valori. Se qualche ragazzo in sala si ritrova a rispecchiarsi in queste mie parole, non dovete fare finta di nulla.

- Vi pongo una domanda, quanti di voi uomini si sono sentiti in pericolo a uscire di casa, quanti di voi hanno riflettuto su cosa fosse meglio evitare di indossare, per paura di subire violenze nel tragitto verso casa, quanti di voi riflettono seriamente a quale strada sia più o meno pericolosa, quanti di voi sono stati molestati in treno, in bus, a scuola, al parco, al cinema o persino al supermercato? Probabilmente alcuni di voi hanno davvero ricevuto un qualche tipo di molestia almeno una volta nella vita, ma vi siete mai chiesti quante volte al giorno noi donne ci siamo trovate in pericolo? Vi assicuro che è molto di più di una volta all'anno o al mese, o al giorno...

- Vincere, vincere e ancora vincere contro le violenze: ogni donna per vincere contro la violenza deve avere coraggio, deve andare contro una persona che amava o che ama ancora, questo perché il benessere di se stessi è molto più importante di un uomo che ci ferisce ogni giorno, con parole o/e pugni che siano.

- La libertà è una delle nostre vittorie, per essere libere, ognuno deve essere in grado di esprimere se stesso senza fare del male fisico o psicologico a nessuno; abbiamo il dovere e il diritto di scegliere che strada intraprendere per il nostro presente e futuro.

Dobbiamo essere coraggiose, dobbiamo tutti essere coraggiosi.

Dobbiamo essere libere, dobbiamo tutti essere liberi.

Non dobbiamo mai, mai e poi mai provare il dolore di un abuso.

Abbiamo concluso il nostro momento di sensibilizzazione e abbiamo detto di NO a tutte le violenze.

Vi invito a osservare le foto da me scattate e i vari disegni esposti all'ingresso dell'aula magna.

By Alessia Lombardo 4E