

A dark blue vertical bar on the left side of the page, with a blue arrow pointing to the right, overlapping the top of the bar.

# *Battered Men Syndrome*

*Breve guida alla violenza contro gli  
Uomini*

*Helena Bia*





## INTRODUZIONE

La **violenza di genere** è quella perpetrata contro un individuo in base a una sua caratteristica intrinseca e la violenza contro le donne è un ramo di essa. È necessario innanzitutto imparare ad utilizzare la nomenclatura corretta in base all'argomento a cui ci si vuole riferire, inoltre bisognerebbe fare in modo che anche i media e le agenzie del controllo inizino ad utilizzare la terminologia adeguata, precisa e puntuale, per ogni caso.

È necessario partire dal presupposto che *la violenza non ha genere*, ci sono anche molte donne che maltrattano i propri uomini ed è il caso di cominciare a considerare il fenomeno nella sua completezza. Inoltre è fondamentale sensibilizzare la società in merito a questo problema per diversi motivi: è un tipo di violenza che si crede inesistente, avviene a un ritmo sempre crescente, il numero oscuro è smisuratamente alto, gli uomini che hanno il coraggio di denunciare non sono creduti bensì derisi, non ci sono servizi dedicati agli uomini e non esiste alcuna tutela per questa tipologia di vittime.

È importante comprendere che la violenza contro gli uomini esiste, e bisogna darle il giusto riconoscimento al fine di iniziare la risoluzione del problema.

Infine, è bene specificare che **parlare di violenza contro gli uomini non significa negare la violenza contro le donne**, bensì garantire pari diritti e assistenza indistintamente a tutte le vittime della violenza di genere.



## LA SPIRALE DELLA VIOLENZA

Nel 1979 la studiosa **Lenore E. Walker** definisce la **“spirale della violenza”** come *“il progressivo e rovinoso vortice in cui la donna viene inghiottita dalla violenza continuativa, sistematica, e quindi ciclica, da parte del partner”*. È un modello caratterizzato dall’alternarsi di diverse fasi che si ripresentano ciclicamente: l’accumulo della tensione, l’esplosione di violenza, la fase di pentimento e la fase honeymoon (“luna di miele”, per via delle attenzioni amorevoli che l’aggressore riversa sulla vittima).

Questo modello mette in evidenza due caratteristiche fondamentali della violenza domestica, la *gradualità* e l’*intermittenza* delle azioni violente, che rendono difficoltoso per la vittima rendersi conto della gravità e pericolosità della relazione. Il rapporto diventa, quindi, un alternarsi di periodi amorevoli e affettuosi con qualche intrusione più o meno violenta, spesso scatenata da un cambiamento (il principio di una convivenza, una gravidanza, una variazione sul lavoro, un lutto...) che concorre a giustificare l’aggressore agli occhi della vittima, la quale darà colpa a fattori come lo stress, il cambiamento improvviso o la propria eventuale incapacità di sostenere ed aiutare il partner in una fase delicata della relazione. La fase honeymoon è quella di passaggio da un ciclo ad un altro, l’anello di congiunzione che ci permette di visualizzare questo susseguirsi di azioni contrastanti come un vortice, sempre più rapido e impetuoso, con fasi sempre meno

distinguibili tra loro. È un vortice che passa dal compiersi in tempi lunghi (mesi o settimane) a tempi sempre più ravvicinati, tanto da riuscire a vedere cicli completi realizzarsi in un giorno o meno.

Tale vortice si articola in quattro fasi che analizzeremo nello specifico:

### **1. Accumulo della tensione.**

È una fase di difficile individuazione, soprattutto se si tratta di relazioni giovani (può essere interpretato come un momento di stanchezza passeggera). In questo momento della relazione, il/la maltrattante dà le prime avvisaglie del proprio carattere “particolare”: silenzi improvvisi, malumori continui e apparentemente immotivati, sono solo i primi avvisi. L’accumulo di tensione evolve, aumenta la tensione emotiva ed è percepibile un certo distacco dell’aggressore. Solitamente la vittima in questa fase cerca il dialogo, ma il/la maltrattante lo rifiuta e diventa sfuggente, trova la causa del cambio di umore in fattori esterni (stress, lavoro...) e convince la vittima che non ci sia nulla da temere. In questo momento possono manifestarsi anche le prime aggressioni verbali, come insulti o denigrazioni. È in questa fase che la vittima inizia a mettersi in discussione, cerca in ogni modo di limitare le tensioni al partner, smette di fare commenti, fa delle rinunce, trova tutti i modi per non far vacillare la relazione e cerca di prodigarsi per il partner in ogni modo scibile. Piano piano la vittima inizia ad annullarsi.

## **2. Esplosione di violenza.**

A questo punto la violenza si manifesta tramite un'escalation: insulti e minacce lasciano il posto ad aggressioni fisiche indirette (lancio di oggetti o maltrattamento di animali cari alla vittima), per poi mutare in aggressioni fisiche dirette. Le cause scatenanti sono tra le più varie, ma solitamente si tratta di un'affermazione della personalità della vittima ritenuta troppo ampia dal carnefice, pertanto questo mira a ristabilire il suo personale ordine delle cose.

L'aggressività varia in base alla "gravità" degli episodi che hanno provocato l'eccesso di rabbia (un telefono non raggiungibile, un apprezzamento in merito a una persona esterna alla coppia, il trascorrere del tempo con amici/familiari piuttosto che con il partner, tardare dal lavoro...), l'importante per l'aggressore è riuscire a ristabilire l'ordine gerarchico in casa, e spesso l'unico metodo che conosce per imporsi è la violenza.

## **3. Fase di pentimento.**

È il momento in cui l'aggressore si rende conto delle conseguenze che potrebbero avere le sue azioni, è il periodo in cui si teme l'abbandono da parte del partner. Solitamente è in questa fase che l'aggressore cerca di riavvicinarsi alla propria vittima, si dimostra gentile e accondiscendente, promette di voler cambiare e propone soluzioni che alimentano nella vittima la convinzione che il cambiamento sia possibile (terapia di coppia, intervento di aiuti esterni...).

In questa fase, il/la maltrattante tende a minimizzare l'entità delle violenze perpetrate, giustificandole come periodi di stress o dovute all'alcool,

causate da una “rabbia incontrollabile”, dalla gelosia o dal tremendo inganno del “è perché ti amo troppo”, al che la vittima stessa si convince che sia dovuto a cause esterne e non alla vera natura del partner. Si innesca, quindi, un graduale svilimento delle capacità intrinseche della vittima di abusi, la quale si vedrà come causa di quei comportamenti e cercherà in tutti i modi di evitarli. Può succedere che carnefice e vittima mirino sinceramente alla riappacificazione, ma lo fanno con due scopi totalmente opposti: la vittima vuole fare in modo di cessare gli abusi, nonostante non li riconosca come tali, e riavere il partner che ha scelto all’inizio della relazione; mentre il carnefice vuole ristabilire la propria supremazia annullando l’essenza della vittima.

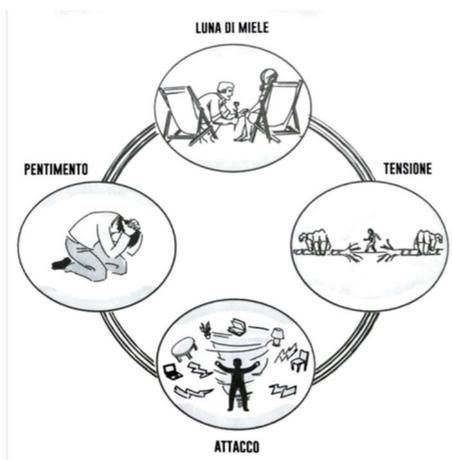
#### **4. Fase honeymoon.**

Questa è la fase più delicata. È il momento di raccordo tra un ciclo e l’altro, nonché il primo approccio tra maltrattante e vittima. Nel momento in cui vittima e carnefice si incontrano per la prima volta, quest’ultimo si dimostra gentile, amorevole, con una forte capacità empatica. Spesso si costruisce un passato difficile, caratterizzato dall’abbandono di uno o entrambi i genitori, e fa credere alla vittima che grazie a lei la sua propria vita abbia acquisito un senso. Al che, la vittima inizia a fidarsi, a coinvolgere il partner nei propri progetti e desideri più intimi, inizia a pensare a un futuro con questa persona che dimostra di voler esaudire ogni suo desiderio. È impensabile che dietro a una persona del genere si celi un/una terribile maltrattante, pertanto

la vittima abbassa le difese in quella che ritiene una relazione sicura e appagante.

Al termine del ciclo, si torna alle attenzioni dei primi tempi, come una vera e propria luna di miele. Il/la maltrattante si dimostra attento/a e sensibile, “coccola” la sua vittima e cerca di restaurare il rapporto di fiducia iniziale.

Solitamente la vittima si fida di questo cambiamento, crede che la violenza sia stata solo una fase, un “momento no”, e pertanto torna lei stessa ad essere la stessa di prima. A questo punto il pericolo di una nuova fase di tensione si fa più vivido: nel momento in cui il carnefice nota che la vittima sta ricominciando ad affermare la propria personalità, che ricomincia a uscire o a manifestare qualche apprezzamento ad attività o persone esterne alla coppia, la situazione muta, il ciclo ricomincia, e una nuova fase di tensione ha inizio.



All'interno della fase più violenta del ciclo di Walker, possiamo ritrovare una sorta di "sotto-ciclo" articolato in sette fasi. In questo susseguirsi di azioni violente, è presente un'escalation di violenza non indifferente, a cui si frappono un momento di "calma" per poi riprendere con gli attacchi in maniera più aggressiva e dannosa per la vittima.

### **1. Intimidazione.**

Si cerca di fare in modo che il/la partner viva in uno stato di costante paura. Molto spesso questa fase passa inosservata in quanto viene confusa con della semplice gelosia.

### **2. Isolamento.**

La persona si trova a isolarsi dal resto del mondo, si ritiene la causa dei comportamenti aggressivi, pertanto comincia a interrogarsi e a mettersi in discussione. In questo modo il/la maltrattante acquista maggiore potere.

### **3. Svalorizzazione.**

È l'apice della violenza psicologica, ossia il momento in cui nel/nella partner nascono sentimenti di insicurezza, incapacità e senso di inadeguatezza. La vittima tende quindi a giustificare il comportamento del/della maltrattante ritenendolo giusto e adeguato.

#### **4. Segregazione.**

La vittima viene privata anche degli incontri casuali (commessi, farmacisti, medico di base...) ossia tutte le occasioni che le permettono di uscire quotidianamente ed eventualmente chiedere aiuto.

#### **5. Violenza fisica e violenza sessuale.**

Alla violenza psicologica, molto spesso segue e/o si accompagna la violenza fisica, che frequentemente degenera in violenza sessuale, spesso a seguito della prima.

#### **6. False riappacificazioni.**

A momenti di violenza si alternano momenti di pentimento, i quali convincono il/la partner a perdonare, giustificare e convincersi che un cambiamento sia ancora possibile e, soprattutto, perenne. Tale cambiamento, ovviamente, non arriverà mai.

#### **7. Ricatto sui figli.**

Nel caso ci sia una ribellione della vittima, solitamente correlata alla precedente fase di calma, il/la maltrattante tende a fare leva sui figli (o sui parenti più prossimi alla vittima, in generale persone che le stanno vicine e a cui si sente particolarmente legata) minacciando di portarli via alla vittima stessa nel caso in cui non tornasse ad essere remissiva e a sopportare in silenzio.



## TIPI DI ABUSI

Gli abusi perpetrati verso la componente maschile della coppia sono i medesimi di quelli maggiormente conosciuti e agiti sulle donne. La differenza risiede spesso nelle modalità in cui vengono attuati tali abusi.

Impariamo a conoscere la violenza di genere **sugli uomini**

# Violenza psicologica



Controllo eccessivo  
Gelosia ingiustificata  
Insulti  
Mancanza di fiducia  
Denigrazione

La prima forma di violenza agita è la *violenza psicologica*: questo è probabilmente il tipo di violenza più subdolo in quanto mina profondamente la psiche del partner. Gli atti di violenza psicologica inizialmente possono essere scambiati con una profonda gelosia e sono, di solito, difficilmente individuabili dalla vittima. Come ogni forma di violenza, anche questa subisce un crescendo: si passa da piccoli atti di controllo (chiedere di vedere i messaggi o le chiamate sul cellulare, domandare più volte dove si è stati durante il giorno...) ad atti più severi caratterizzati da una vera e propria denigrazione della vittima (“non sai fare niente!”, “sei inutile”...). Questo

tipo di violenza è quello che crea maggiori ripercussioni a lungo termine, in quanto la vittima perde gradualmente la concezione di sé come individuo valevole, e comincia ad agire e pensare nello stesso modo in cui il/la partner violento lo/la definisce (Teoria dell'etichettamento). Si assiste così a un lento e progressivo annullamento della vittima e diventa difficoltoso, in questo senso, il suo percorso di ripresa, in quanto si troverà a ragionare come il/la carnefice e a vedersi con gli occhi dell'altro/a.

Impariamo a conoscere la violenza di genere **sugli uomini**

# Violenza fisica

Schiaffi  
Pugni  
Calci  
Morsi  
Distruzione di oggetti personali



Non di rado la violenza psicologica si evolve in *violenza fisica*: schiaffi, pugni, calci, accompagnati da alcune peculiarità tipiche delle donne violente: morsi e ausilio di oggetti. Secondo l'immaginario comune è difficile che una donna, solitamente più minuta e aggraziata del proprio uomo, sia in grado di sovrastarlo fisicamente, eppure sono molte le donne che hanno picchiato il proprio partner, spesso provocandogli danni così seri da costringere la vittima a recarsi al pronto soccorso più vicino. Di fatto, le donne tendono a colmare la differenza di forza fisica aiutandosi con oggetti di vario tipo: vedremo donne utilizzare acidi, stivali, piatti, martelli e persino una katana giapponese. La fantasia

femminile sembra non avere limiti! Inoltre, gli uomini vittime tendono a far presente alle agenzie del controllo solamente gli episodi più gravi, pertanto abbiamo un enorme numero oscuro di cui non sapremo mai nulla.

Impariamo a conoscere la violenza di genere **sugli uomini**

# Violenza sessuale

Denigrazione in merito alla virilità  
Insulti in merito alle prestazioni sessuali  
Torture e/o pratiche non condivise  
Costrizione all'atto



Un altro lato importante è la *violenza sessuale*. È davvero possibile violentare sessualmente un uomo? Sì, è possibile. Ovviamente con altre modalità. La forma più diffusa di violenza sessuale contro un soggetto di sesso maschile affonda le proprie radici nella violenza psicologica in un processo che è possibile descrivere così: denigrazione in merito alle dimensioni del membro, insulti riguardo la prestanza sessuale o sulla capacità di “saperci fare” con una donna, spesso anche vere e proprie torture con oggetti affilati, in seguito c’è la costrizione all’atto, a volte con la forza, o la costrizione a pratiche sadomaso non desiderate. Un aspetto importante che emerge è l’incapacità dell’uomo di

controllare il proprio corpo di fronte allo stimolo sessuale, aspetto che spesso genera vergogna e alimenta quel “senso di sporco”, lo stesso che caratterizza anche molte donne vittime di stupro.

Impariamo a conoscere la violenza di genere **sugli uomini**

# Violenza economica

Impedimento all'accesso alle risorse economiche familiari  
Impossibilità di gestire risorse proprie  
Negazione di servizi e beni essenziali (abiti, medicine, alimenti...)



Anche la *violenza economica* viene agita contro i partner di sesso maschile. È un tipo di violenza abbastanza sconosciuto che si risolve nell'impedire al partner di accedere alle risorse economiche della famiglia nei modi più svariati. In questo caso, solitamente la partner violenta pretende il controllo completo e assoluto sullo stipendio del compagno, impedendogli di fatto di gestire il proprio patrimonio liberamente e in maniera equilibrata.

Nei casi più gravi la vittima non ha nemmeno la possibilità di procurarsi beni fondamentali come abiti e medicine, a volte anche cibo, e può essere costretto dal/la carnefice a nutrirsi esclusivamente degli avanzi dei pasti.

Impariamo a conoscere la violenza di genere *sugli uomini*

# Violenza assistita

Assistere ad atti violenti durante il loro svolgimento  
Percepire l'atto violento indirettamente (vista di danni fisici/malessere generale della vittima)



Nel caso siano presenti figli, possiamo parlare di *violenza assistita*, la quale si definisce come l'assistere direttamente (mentre la violenza si svolge) o indirettamente (sentendo le urla, vedendo i lividi e i graffi, percependo il senso di malessere del genitore maltrattato) a ogni atto di violenza perpetrato. Questo genera una forte reazione nel testimone, il quale non di rado prova a interrompere gli episodi violenti frapponendosi tra maltrattante e vittima.

Impariamo a conoscere la violenza di genere **sugli uomini**

# Stalking

Controllo dei tabulati telefonici  
Controllo dei social  
Appostamenti presso i luoghi di frequentazione abituale  
Invio di messaggi minatori e/o insistenti  
Chiamate ossessive  
Invasione continua della privacy e della quotidianità



Infine, sta prendendo piede una nuova forma di violenza, che può essere agita anche dopo che la vittima è riuscita ad abbandonare il/la maltrattante. Si tratta dello *stalking*, ovvero tutta quella serie di atti persecutori che il/la carnefice mette in atto al fine di mantenere il controllo sulla vittima. Si compone di vari aspetti, come il controllo dei tabulati telefonici o dei social network, l'appostamento presso il posto di lavoro della vittima o presso la sua nuova residenza, l'invio di messaggi minatori e insistenti, spesso accompagnati da chiamate, il seguire ossessivamente la vittima notificandoglielo in qualche modo. Sono tutti comportamenti ossessivi e manipolatori che instillano nella vittima un

sentimento di paura, oppressione e spesso vergogna. La vittima non si sente più al sicuro nella propria casa, sul posto di lavoro, non ha più il coraggio di uscire spensieratamente con gli amici. Si chiude nel mondo delle sue paure, le paure create dal/dalla carnefice.



# *Il Fiocco di Neve*

*Il cambiamento alla portata di tutti*