



SAPIENZA  
UNIVERSITÀ DI ROMA

ROMA 

DIPARTIMENTO DI PSICOLOGIA  
DEI PROCESSI DI SVILUPPO  
E SOCIALIZZAZIONE

DIPARTIMENTO  
DI COMUNICAZIONE  
E RICERCA SOCIALE

**“La spirale della violenza:  
riconoscere, accogliere, trasformare.  
Come il linguaggio diventa strumento di accoglienza,  
ascolto e tutela”**

Dott.ssa Maria Spiotta  
Responsabile Area Formazione

**DIFFERENZA  
DONNA** APS ONG  
DONNE E RAGAZZE CONTRO LA VIOLENZA

# LA VIOLENZA COME LINGUAGGIO DI POTERE

## Riconoscere, ascoltare, nominare.

*“Se vogliamo davvero prevenire la violenza, dobbiamo imparare ad ascoltare le donne.”*



2

# LA VIOLENZA COME LINGUAGGIO DI POTERE

## Riconoscere, ascoltare, nominare.

“Diverse volte, specie quando mia mamma al telefono mi chiedeva se c’era qualcosa che non andava perché mi sentiva triste, sono stata tentata di sbottare e dirle tutto...a lei Sandro non è mai piaciuto e più volte ha cercato di mettermi in guardia. (...) per tanto tempo ho resistito, sapevo cosa mi avrebbe risposto “te l’avevo detto io!” quando finalmente ho trovato il coraggio perché non ce la facevo più ed ero già finita al pronto soccorso, lei invece è stata dolcissima, si è messa a piangere e mi ha supplicato di prendere i bambini e di partire di nascosto, voleva dirlo a mio padre e a mio fratello, sarebbero venuti loro a prendermi. Ma questa cosa a quella<sub>3</sub> epoca non riuscivo proprio ad accettarla...le ho urlato di non intromettersi, non era una cosa così grave (piange mentre continua a raccontare)...solo molto tempo dopo mi sono resa conto che aveva ragione, era l’unica cosa da fare...”

# LA VIOLENZA COME LINGUAGGIO DI POTERE

## Riconoscere, ascoltare, nominare.

Sono andata via di casa tante volte...ogni volta decisa a non ritornare più. Puntualmente invece **lui riusciva sempre a convincermi**...o forse ero io...oggi per la verità non lo so più. Ma quando ritornava pentito e mi chiedeva scusa, quando mi diceva dei bambini, quando mi spiegava dolcemente cos'è che l'aveva fatto imbestialire...non ce la facevo...non ce la **facevo...non riuscivo a non volergli bene**...era come se io stessa mi auto convincevo che stavo esagerando e **ogni volta mi dicevo che era la volta buona** (...). L'ultima volta invece è stato diverso, sapevo che non sarebbe cambiato niente, qualcosa dentro di me si era spezzato per sempre, ma mi sentivo spenta...senza forze...non ho deciso di ritornare <sup>4</sup>ne di non ritornare, mi sono semplicemente lasciata trascinare...mi sentivo come sdoppiata, il mio corpo si muoveva, la mia mente...non so come spiegarti...non riuscivo a pensare, non c'ero...”.

“Per diverso tempo **mi sono sentita colpevole** perché usavo parole e facevo domande che lo provocavano...mia suocera mi diceva che me le cercavo...”

# ASCOLTARE OLTRE LE PAROLE

**PERCOSSE**

**IRA**

**DOLORE**

**CALCI**

**VERGOGNA**

**FEROCIA**

**PAURA**

**COLTELLO**

**SANGUE**



**SILENZIO**

**RIFIUTO**

**TAGLIO**

**INDIFFERENZA**

**TRAUMA**

**ODIO**

**PERSECUZIONE**

**AGGRESSIONE**

**REATO**

**CACCIAVITE**

**ISOLAMENTO**



**BOTTE**

**MINACCIA**

**DEBILITAZIONE**

**VIOLENZA**

**MORTE**

**PUGNO**

**PICCHIARE**

**TIMORE**

**ABORTO**

**Non solo dati o atti,**

**ma le parole, i silenzi, le esitazioni.**

**Lì si manifesta la violenza, molto prima che diventi cronaca.**

# LE PAROLE NON SONO NEUTRE

- |                       |   |                            |
|-----------------------|---|----------------------------|
| ✗ Conflitto familiare | → | ✓ Violenza domestica       |
| ✗ Coppia in crisi     | → | ✓ Maltrattamento           |
| ✗ Lei non se ne va    | → | ✓ Sta valutando il rischio |

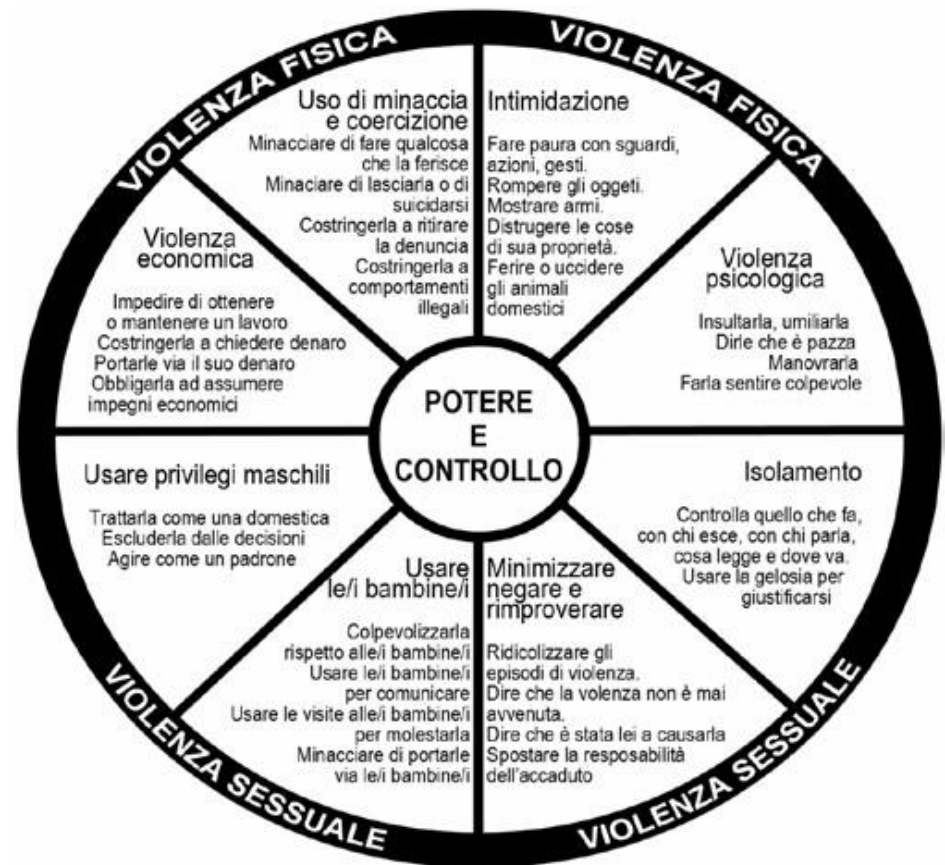
*Ogni parola sposta la responsabilità:  
dalla donna all'autore.*



# LA SPIRALE DELLA VIOLENZA

## Riconoscere ciò che non si vede

- La violenza non “scoppia” all’improvviso: è un processo che cresce nel tempo, alimentato dal controllo, dalla paura e dal silenzio.
- L’obiettivo di chi mette in atto questa spirale è la conservazione del potere e l’esercizio del controllo sulla donna per relegarla a uno stato di subalternità per vedersi garantito uno status quo.



# LA SPIRALE DELLA VIOLENZA

## Riconoscere ciò che non si vede



# LA SPIRALE DELLA VIOLENZA

## Riconoscere ciò che non si vede



Ogni fase produce danno,  
paura, confusione.

La calma apparente  
è solo **attesa**.

# LA SPIRALE DELLA VIOLENZA

## Riconoscere ciò che non si vede

Quattro giorni prima del matrimonio mi ha picchiata, mi ha anche portata al pronto soccorso, avevo i lividi sul volto, ma l'ho sposato ugualmente. La violenza psicologica era quotidiana, almeno una volta a settimana mi picchiava. Ricordo che alla sera mi costringeva ad ascoltarlo fino a mezzanotte, cercava di convincermi dei miei errori e che lui doveva educarmi finchè stremata ero costretta a dirgli: sì, hai ragione, hai fatto bene a picchiarmi, me lo sono meritato, e solo allora potevo essere congedata. Poi mentre ero da sola mi chiedevo ma come è possibile, sono una buona madre, gli riservo le parti migliori dei piatti che preparo, non uso i tacchi a spillo, e non lo tradisco, vivo solo per lui, la casa è sempre in ordine, risparmio su tutto per metter da parte, proprio non capivo perché doveva punirmi e umiliarmi. Addirittura mi costringeva ad inginocchiarmi mentre argomentava le sue “giuste ragioni”, anzi a scopo educativo frequentemente faceva assistere anche mio figlio che all'epoca era in prima media.

# LA SPIRALE DELLA VIOLENZA

## Riconoscere ciò che non si vede

Era soddisfatto solo quando gli dicevo sì, hai ragione e poi ricordo che mi costringeva a dirgli “ti adoro. Il mio tunnel è durato 20 anni. Mi maltrattava anche durante la gravidanza, ricordo che avevo frequenti minacce d’aborto, mi hanno fatto il cerchiaggio, e nemmeno in quel periodo mi lasciava in pace. Una volta gli ho chiesto di poter avere un aiuto in casa, ma lui mi ha risposto” poi vediamo se è il caso. Ogni giorno dimenticavo tutto quello che era successo il giorno prima, anzi ero pervasa dai sensi di colpa e mi dicevo: *devo migliorare così sarà soddisfatto di me!*

Riusciva a convincermi che lui avesse ragione e che sicuramente in qualcosa sbagliavo e mi arrovellavo chiedendomi in cosa sbagliassi.

Durante i vent’anni ho cercato per tre volte di andare dall’avvocato per chiedere la separazione, ma poi tornavo indietro, assalita dai sensi di colpa e dalla convinzione che ero io sbagliata. Questa volta era diverso, sentivo che dovevo liberarmi di lui a qualsiasi costo”.

# Il meccanismo del mantenimento del ciclo

Il meccanismo della negazione della violenza è centrale nel mantenimento del ciclo.

Lui tende a:

**Minimizzare:** “io non l’ho picchiata, le ho dato soltanto uno spintone” -  
“stai sempre esagerando, di qualsiasi cosa fai un dramma”

**Razionalizzare:** “in fondo lei è felice insieme a me, questa è l’unica volta che l’ho picchiata”, “alla fine ottiene quello che vuole”

**Giustificare:** “era diventata isterica, l’ho fatto per fermarla”

La donna interiorizza queste narrazioni:  
parla con le parole di lui,  
perde la propria voce e il proprio punto di vista.

# COSA SIGNIFICA “RICONOSCERE”

- Non chiedere:
  - *“perché non se ne va”*, ma
  - *“di cosa ha bisogno per essere al sicuro”*
- Non leggere la paura come passività, ma come strategia di sopravvivenza.
- Non giudicare i ritorni, ma valutare la pericolosità crescente
- Riconoscere ciò che non si vede significa
- Rompere la spirale e restituire senso e voce



# La narrazione come conoscenza

## OLTRE IL RACCONTO

- La narrazione:
  - rivela dinamiche e escalation
  - orienta le misure di tutela
  - connette i servizi in una visione comune

👉 È la prima fonte di verità nella valutazione del rischio.

### PARLARE CON LE DONNE, NON DELLE DONNE

- Dal linguaggio neutro → al linguaggio che nomina
- Dall'ascolto individuale → alla narrazione collettiva della rete
- Dal “caso” → alla storia

**“Ogni volta che una donna parla, la rete ha l'occasione di cambiare.”**