

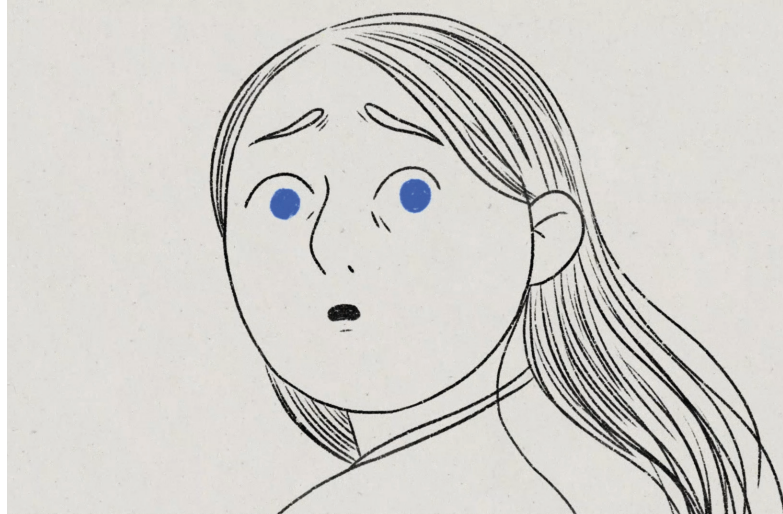
LIBERATI DAL SILENZIO!



VIDEO 4 CRESCENDO

Il video esemplifica l'escalation della violenza e i meccanismi di controllo e manipolazione. Evidenzia come gli episodi di violenza aumentano progressivamente, e agiscono in un ciclo con fasi di colpevolizzazione e di riconciliazione.

Il video è interessante anche per interrogarsi su cosa sia normale o no all'interno di una coppia e nella relazione con il proprio partner e per capire la differenza tra interesse, amore e violenza.



DONNA - 30/40 ANNI

VIOLENZA

- Psicologica
- Fisica
- Sociale

TEMATICHE

- Ruolo della polizia
- Ruolo dei testimoni
- Presenza di figli

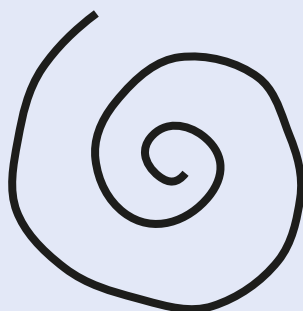
IL CICLO DELLA VIOLENZA

4. LUNA DI MIELE

“È lì che cambiò: divenne gentile e premuroso,”

3. RICONCILIAZIONE

„Tutti fanno degli errori, ma se ci si Rendo conto e si cambia è giusto perdonare”



1. CRESCITA DELLA TENSIONE

“Sentivo che le discussioni aumentavano di frequenza e di intensità”

2. ESPLOSIONE DELLA VIOLENZA

“Invece, la situazione, a poco a poco, è degenerata, prima verbalmente e poi fisicamente e un giorno mi ha completamente spaccato la faccia”

All'inizio era una relazione salvatore-salvata. Mi sosteneva, era sempre presente. Facevamo tante cose belle insieme. Ma quando ho cominciato a voler uscire, a vedere gente, ho avuto la sensazione che questo non gli andasse a genio.

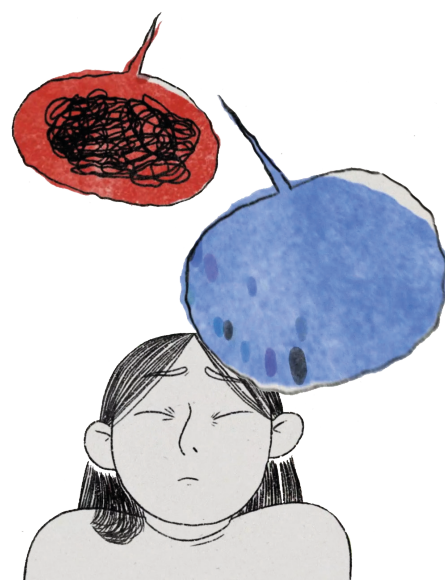
Voleva che facessimo tutto assieme. E io mi dicevo: "Forse è perché mi ama tanto". Ogni volta, mi domandavo se era una forma di abuso... ma forse no, forse era un atto d'amore. Per tanto tempo ho dubitato.

Poi sono arrivati delle parole, delle discussioni sempre più violente. Ho provato ad adeguarmi al suo modo di essere per evitare il conflitto ma sentivo che le discussioni aumentavano di frequenza e di intensità. Allora, non avrei mai pensato che avrebbe superato la soglia della violenza fisica.

Invece, la situazione, a poco a poco, è degenerata, prima verbalmente e poi fisicamente e un giorno mi ha...Mi ha completamente spaccato la faccia! Per tre settimane non sono uscita di casa. Avevo una tripla frattura e le ossa della mano destra in frantumi. Nessuno doveva vedermi. E a lui andava bene. È lì che cambiò: divenne gentile e premuroso, affinché lo perdonassi e non lo raccontassi a nessuno. Vivevo al di fuori di me stessa. Mi sentivo totalmente persa, prosciugata, sfinita.

Non potevo vedere i miei figli nello stato in cui ero ridotta, così loro restarono in sicurezza dal mio ex marito – il loro padre, non l'autore delle violenze. Ero in bilico. Volevo convincermi che si fosse pentito e non l'avrebbe mai più rifatto.

Tutti fanno degli errori, ma se ci si rende conto e si cambia, è giusto perdonare. È quello che ho fatto, così ho cancellato le foto che avevo, ho distrutto la cartella clinica e quella della polizia, perché mi diceva: "Per andare avanti, è meglio sbarazzarci di tutto". Lui invece, ha conservato le foto in cui appariva con un livido sotto l'occhio e un graffio. È molto intelligente, e furbo. Un vero manipolatore. Cosa potevo fare? Non avevo un lavoro, non possedevo nulla. Se provavo a uscire, lui si arrabbiava moltissimo o, al contrario, piangeva. Non appena cercavo di reagire o mi mostravo più forte, ricominciava a picchiarmi, così da destabilizzarmi e riprendere il controllo su di me. Sapevo di non poter continuare a vivere in quella situazione. Ho due figli, toccava a me andarmene. L'assistente sociale aveva percepito il mio malessere e, un venerdì, mi diede il numero di una casa protetta. Il lunedì mattina, lui andò al lavoro e io chiamai.



TESTO

Violenza psicologica

Violenza fisica

Violenza sessuale

Violenza economica

Quando sono arrivata lì e che ho raccontato la mia storia, loro mi dissero: "Ha il diritto di non rientrare in casa. Può rimanere qui per tutto il tempo che le serve." E ciò mi ha aiutato a riprendere fiducia in me stessa e a rialzarmi. Non avevo visto i miei figli da più di sei mesi. Ho potuto riabbracciarli solo quando mi sono trasferita nel mio nuovo appartamento.

Ho un certo vissuto, ma rifiuto che questo definisca tutta la mia vita e il mio futuro. Questo l'assumo ma non provo vergogna. È lui che deve vergognarsi. La decisione più difficile è quella di andarsene. Ma poi è tutto più facile quando si riprende a comunicare con le persone. Quando si vive della violenza fisica o psicologica, si è isolati ed è una delle ragioni per la quale la violenza si mantiene, perché siamo isolati.



TESTO COMMENTO

Violenza psicologica

Violenza fisica

Violenza sessuale

Violenza economica

Violenza sociale

All'inizio era una relazione salvatore-salvata. Mi sosteneva, era sempre presente. Facevamo tante cose belle insieme. Ma quando ho cominciato a voler uscire, a vedere gente, ho avuto la sensazione che questo non gli andasse a genio.

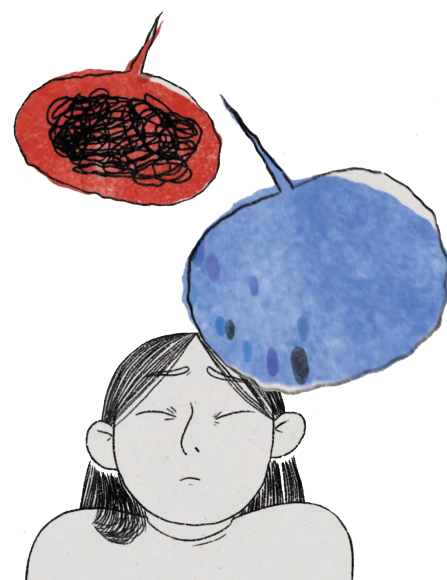
Voleva che facessimo tutto assieme. E io mi dicevo: "Forse è perché mi ama tanto". Ogni volta, mi domandavo se era una forma di abuso... ma forse no, forse era un atto d'amore. Per tanto tempo ho dubitato.

Poi sono arrivati delle parole, delle discussioni sempre più violente. Ho provato ad adeguarmi al suo modo di essere per evitare il conflitto ma sentivo che le discussioni aumentavano di frequenza e di intensità. Allora, non avrei mai pensato che avrebbe superato la soglia della violenza fisica.

Invece, la situazione, a poco a poco, è degenerata, prima verbalmente e poi fisicamente e un giorno mi ha...Mi ha completamente spaccato la faccia! Per tre settimane non sono uscita di casa. Avevo una tripla frattura e le ossa della mano destra in frantumi. Nessuno doveva vedermi. E a lui andava bene. È lì che cambiò: divenne gentile e premuroso, affinché lo perdonassi e non lo raccontassi a nessuno. Vivevo al di fuori di me stessa. Mi sentivo totalmente persa, prosciugata, sfinita.

Non potevo vedere i miei figli nello stato in cui ero ridotta, così loro restarono in sicurezza dal mio ex marito – il loro padre, non l'autore delle violenze. Ero in bilico. Volevo convincermi che si fosse pentito e non l'avrebbe mai più rifatto.

Tutti fanno degli errori, ma se ci si rende conto e si cambia, è giusto perdonare. È quello che ho fatto, così ho cancellato le foto che avevo, ho distrutto la cartella clinica e quella della polizia, perché mi diceva: "Per andare avanti, è meglio sbarazzarci di tutto". Lui invece, ha conservato le foto in cui appariva con un livido sotto l'occhio e un graffio. È molto intelligente, e furbo. Un vero manipolatore. Cosa potevo fare? Non avevo un lavoro, non possedevo nulla. Se provavo a uscire, lui si arrabbiava moltissimo o, al contrario, piangeva. Non appena cercavo di reagire o mi mostravo più forte, ricominciava a picchiarmi, così da destabilizzarmi e riprendere il controllo su di me. Sapevo di non poter continuare a vivere in quella situazione. Ho due figli, toccava a me andarmene. L'assistente sociale aveva percepito il mio malessere e, un venerdì, mi diede il numero di una casa protetta. Il lunedì mattina, lui andò al lavoro e io chiamai.



TESTO COMMENTO

Violenza psicologica

Violenza fisica

Violenza sessuale

Violenza economica

Violenza sociale

Quando sono arrivata lì e che ho raccontato la mia storia, loro mi dissero: "Ha il diritto di non rientrare in casa. Può rimanere qui per tutto il tempo che le serve." E ciò mi ha aiutato a riprendere fiducia in me stessa e a rialzarmi. Non avevo visto i miei figli da più di sei mesi. Ho potuto riabbracciarli solo quando mi sono trasferita nel mio nuovo appartamento.

Ho un certo vissuto, ma rifiuto che questo definisca tutta la mia vita e il mio futuro. Questo l'assumo ma non provo vergogna. È lui che deve vergognarsi. La decisione più difficile è quella di andarsene. Ma poi è tutto più facile quando si riprende a comunicare con le persone. Quando si vive della violenza fisica o psicologica, si è isolati ed è una delle ragioni per la quale la violenza si mantiene, perché siamo isolati.



**LIBERATI DAL
SILENZIO!**



**NOUS
PRAD.** Nous Prod
info@nous.swiss
www.nousprod.ch

ti
Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità

Cristiana Finzi
Kim Savoy
dss-lav@ti.ch

WWW.LIBERATIDALSILENZIO.CH

