Tutela minori e adulti vulnerabili. Il vocabolario della prevenzione/8: abuso emotivo

“Abuso emotivo” è la parola al centro dell’ottava puntata della rubrica sulla prevenzione e la tutela curata dal Servizio regionale delle Diocesi lombarde per la tutela minori e adulti vulnerabili. Ogni mese una parola chiave della prevenzione. In tre tempi: significato nella pratica educativa, domande per le relazioni educative personali e comunitarie, strumenti per l’approfondimento.

L’abuso emotivo è spesso sottovalutato nella sua pericolosità e troppo spesso giustificato. Anzi nel web è diventato un fatto di costume anche se non mancano seri tentativi di arginarlo. In realtà gli abusi emotivi costituiscono la trama sicura che sempre accompagna abusi fisici e sessuali, maltrattamenti e femminicidi.

Significato

Tra i segni di allarme di gravi abusi di potere, di abusi sessuali e di abusi che mettono in questione la salute psichica e l’incolumità non solo dei minori, ma anche dei giovani e delle persone adulte, spesso si sottovaluta l’abuso emotivo. Anzi troppo spesso, dopo che situazioni distruttive relazionali e di comunità si sono realizzate, si evidenzia una catena di abusi emotivi, che sono gravi ma difficili da riconoscere e da denunciare perché non lasciano segni e tracce esteriori! Invece è assolutamente importante comprendere che l’abuso emotivo anticipa e accompagna sempre l’abuso fisico

e/o sessuale.

Se ci sono forme di abuso da riconoscere, da segnalare come pericolose e sanzionare in ogni ambiente, queste sono proprio le forme di abuso emotivo. Possiamo distinguere cinque forme di abuso emotivo: svalutazione, controllo, minaccia, reazioni impulsive, forme persecutorie.

Svalutazione: svalutare, mettere a disagio, deridere, svergognare, disprezzare, fare apprezzamenti sessuali, umiliare, non riconoscere i successi.

Controllo: controllare relazioni, contatti e movimenti di una persona; verificare, senza che si tratti di genitore o tutore autorizzato con minorenne, le attività e i contenuti consultati su web e smartphone; costringere una persona a confessare tutto e dire tutto ciò che sa di altre persone.

Minaccia: minacciare, far paura, terrorizzare, punire, rimproverare in modo esagerato, pretendere il segreto.

Reazioni impulsive: esplosioni emotive, alzare la voce o togliere la parola, perdere di controllo.

Forme persecutorie: prendere di mira una persona, offendere, calunniare, perseguitare, accanirsi con persone vulnerabili fino a farle crollare o "saltare", sadismo.

Il profilo complessivo che esce da questi comportamenti è quello del bullismo degli adulti, più serio e influente rispetto a quello dei ragazzi/e. Questi comportamenti possono accadere nel rapporto personale, nel gruppo, nelle comunità, in pubblico e nel web. Il web in tanti modi influisce nel favorire, propagare e amplificare forme gravi di abuso emotivo.

Questi comportamenti, sempre gravi, diventano ancora più pericolosi quando si ripetono. Spesso capita che le persone che stanno intorno a persone carismatiche, comunque

importanti, tendono a giustificare ad oltranza comportamenti di abuso emotivo verso le persone senza considerarne la gravità, senza percepire la sofferenza di chi subisce e la distruttività progressiva verso un'intera comunità. Purtroppo non si può dimenticare, in prospettiva preventiva, che gli abusi emotivi ripetuti e sempre più gravi costituiscono una vera e propria trama che porta a maltrattamenti familiari e a volte ai femminicidi.

Domande

- Quali comportamenti di quelli sopra elencati sono presenti nel nostro contesto educativo, comunità, ambito formativo?
- Con chi ne possiamo parlare con sicurezza e discrezione, per diventarne consapevoli, per distinguerne il significato e per prendere posizione?
- Quali forme di prevenzione potremmo applicare nel nostro contesto non solo come intervento, ma anche come informazione e cultura?

Strumenti

Camisasca Elena, Miragoli Sarah, Milani Luca, *Maltrattamento e abuso in età evolutiva*, Il Mulino, 2024.

Ripalta Maria Massaro, *L'abuso emotivo nelle relazioni coppia: relazioni sane e relazioni tossiche*, Massaro Editore, 2024.

La comunicazione nell'abuso psicologico ed emotivo www.neurowebcopywriting.com