

ABUSO PSICOLOGICO

FENOMELOGIA DELL'ABUSO



francesca_ellisse · 3d ago

Generazioni a confronto #challenge
#generazioni #educazione ... more

QUANDO UNA PAROLA HA FERITO PIÙ DI UNO SCHIAFFO ?



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

COS'È L'ABUSO PSICOLOGICO

- ▶ Umiliazione, ridicolizzazione sistematica, ironia crudele
- ▶ Controllo eccessivo, isolamento, sorveglianza continua
- ▶ Manipolazione affettiva, confusione intenzionale di colpa/responsabilità
- ▶ Colpevolizzazione cronica, generare sensi di colpa indebiti
- ▶ Silenzio punitivo, sarcasmo velenoso, negazione delle emozioni altrui



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

COS'È L'ABUSO PSICOLOGICO

Ferita invisibile che intacca l'autostima e il valore personale. Non è meno grave dell'abuso fisico.

- ▶ Comportamento intenzionale o inconsapevole che mira a svalutare l'altro
- ▶ Può essere continuo o episodico, diretto o sottile
- ▶ Non lascia segni visibili (sulla pelle), ma incide profondamente sulla psiche



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

DINAMICA

- ▶ Spesso tutto inizia in modo gentile. L'abusatore può sembrare premuroso, simpatico, protettivo. E si presenta in questo modo.
- ▶ La vittima chi è un soggetto sensibile, insicuro, desideroso di approvazione, isolato o già ferito
- ▶ L'abusatore "fiuta" chi è più facile da controllare.
- ▶ Si crea una relazione asimmetrica: uno ha potere, l'altro si sottomette.



- ▶ A volte **non si rende conto di fare abuso**. Pensa di "correggere", "guidare", "aiutare l'altro a migliorare", ma lo fa con parole o gesti che feriscono.

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

DINAMICA

L'abusatore:

- ▶ Non ha una sana autostima, prova a distruggere l'autostima altrui.
"Se ti faccio sentire piccolo, io mi sento più grande."
- ▶ Non sa creare relazioni sane, Teme il rifiuto o la perdita.
- ▶ Manipolare diventa un modo per tenere l'altro vicino. Così usa il **potere** per ottenere attenzione, obbedienza o affetto.



- ▶ Spesso vuole apparire forte, rispettato, temuto.
- ▶ Non sa fare altrimenti di questo schema imparato da altri (famiglia, comunità)

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

DINAMICA

Innestato il legame:

- ▶ Comincia a criticare
- ▶ A mettere dubbi
- ▶ A isolare
- ▶ A far sentire in colpa

La vittima non se ne accorge subito.

Ma anzi si abitua, colpevolizza alla
luce delle svalorizzazioni ricevute.



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

DINAMICA

Conseguenze a lungo termine

- Chiusura e isolamento sociale o emotivo
- Rabbia e aggressività improvvise o trattenute
- Frasi svalutanti: "Non valgo nulla", "Sono un peso"
- Calo del rendimento, assenze frequenti, somatizzazioni
- Imitazione del linguaggio abusante: diventano a loro volta controllanti o passivi
- Incapacità di gioire o di esprimere emozioni autentiche



L'abusato può legarsi emotivamente all'abusatore e difenderlo, anche se soffre. Questo si chiama a volte "legame traumatico".

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

ESEMPIO 1

Un professore nota che un'alunna timida si impegna molto ma commette errori.

All'inizio le dà attenzione e la elogia. Poi comincia a:

- Correggerla in modo sarcastico:
"Possibile che non capisci nemmeno questo?"
- Ridicolizzarla davanti alla classe
- Dirle che è deludente
"nonostante il potenziale"



Lei, per paura di deludere o perdere la sua approvazione, si sottomette sempre di più. Smette di parlare in classe. Ha paura.

"Ti prenderei a schiaffi come farei con mio figlio fuori di qui"

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

ESEMPIO 2

Un catechista ha un gruppo di ragazzi.

Con uno in particolare, più fragile, all'inizio è molto affettuoso. Poi comincia a dire:

- "Se non fai tutto quello che ti dico, offendì Dio."
- "Solo io so cosa è giusto per te."
- "Se parli con altri, ti allontani dal cammino di salvezza."



Il ragazzo inizia ad avere paura del peccato, della punizione, di Dio stesso. Non distingue più l'autorità di Dio da quella dell'adulto.

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

IL PERICOLO DELLA PROSPETTIVA ADULTA

- ▶ Il rischio di sminuire
 - ▶ "Era solo uno scherzo"
- ▶ Il rischio di giustificare
 - ▶ "Non era mia intenzione"
 - ▶ "Deve imparare a resistere"
- ▶ Il rischio di colpevolizzare
- ▶ La necessità di "Farsi carico"



Effetti dello sminuire:

- ▶ Si impedisce alla vittima di chiedere aiuto
- ▶ Si normalizza il danno psicologico
- ▶ Si perde l'opportunità di crescita relazionale



LA VERITÀ VA DETTA TUTTA, MA
SEMPRE CON CARITÀ. E LA
CARITÀ È SEMPRE ANCHE
TENEREZZA. SENZA TENEREZZA
NON SI PUÒ DIRE LA VERITÀ

Papa Francesco
(Omelia 16 gennaio 2015)

È MAI ACCADUTO DI CHIEDERE SCUSA AD UN
ALUNNO?

MI È CAPITATO INVECE DI NON RIUSCIRCI PUR
RENDENDOMI CONTO DI AVER SBAGLIATO?

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

COS'È L'ABUSO SPIRITUALE

- ▶ Nell'esperienza spirituale vi sono due elementi costitutivi: la libertà di Dio che vuole entrare in relazione con la persona, e la libertà del singolo che accoglie. Abuso in questa dinamica?
- ▶ Un evento **in cui la persona viene danneggiata nel suo rapporto con Dio**; ciò avviene in ambiti specifici quali l'accompagnamento spirituale, il colloquio pastorale o la confessione.
- ▶ Una manipolazione di ordine emotivo ma che ha contenuti di ordine religioso-spirituale, e ciò incide profondamente sulla sensibilità della persona nei confronti della sua percezione del divino.



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

LE "5 FASI DELLA TRAPPOLA" (RONZONI, 2023)

1. **Fascinazione:** Il leader si mostra accogliente, spirituale, carismatico
2. **Dipendenza:** La persona sente di non poter decidere nulla senza di lui
3. **Isolamento:** Viene scoraggiato ogni confronto esterno
4. **Confusione:** Il bene e il male si mescolano, la volontà personale sparisce
5. **Colllasso spirituale:** Il rapporto con Dio viene deviato, sostituito dalla sottomissione al leader

SOPHIA / Práxis

18

Giorgio Ronzoni

L'ABUSO SPIRITUALE



Riconoscerlo per prevenirlo

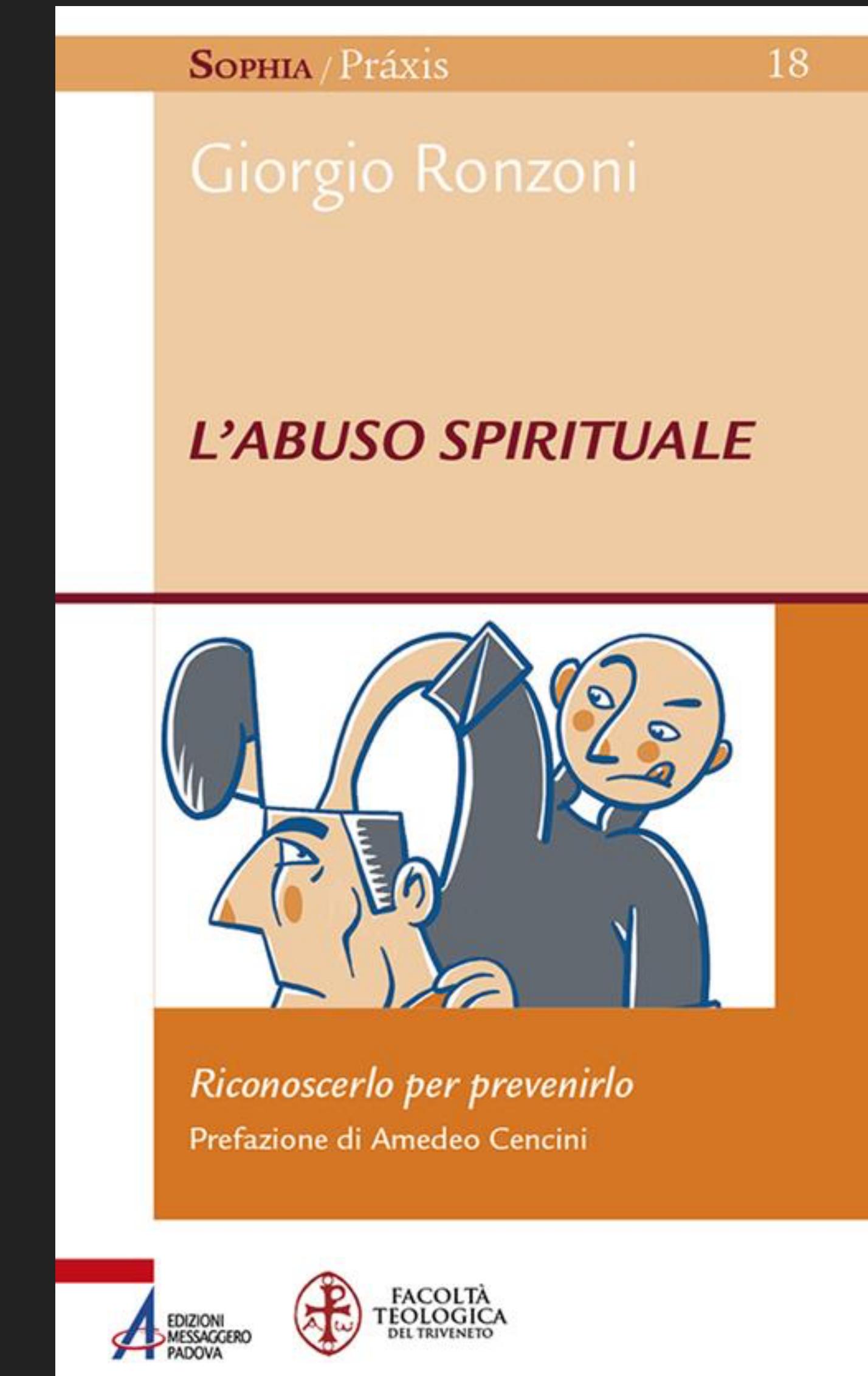
Prefazione di Amedeo Cencini

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

L'ABUSATORE (RONZONI, 2023)

Il leader di un gruppo assume una modalità abusante nel momento in cui inizia a chiedere un'obbedienza cieca, fideistica e priva di motivazioni, fondando le sue richieste su un'autorevolezza giustificabile in maniera quantomeno discutibile.

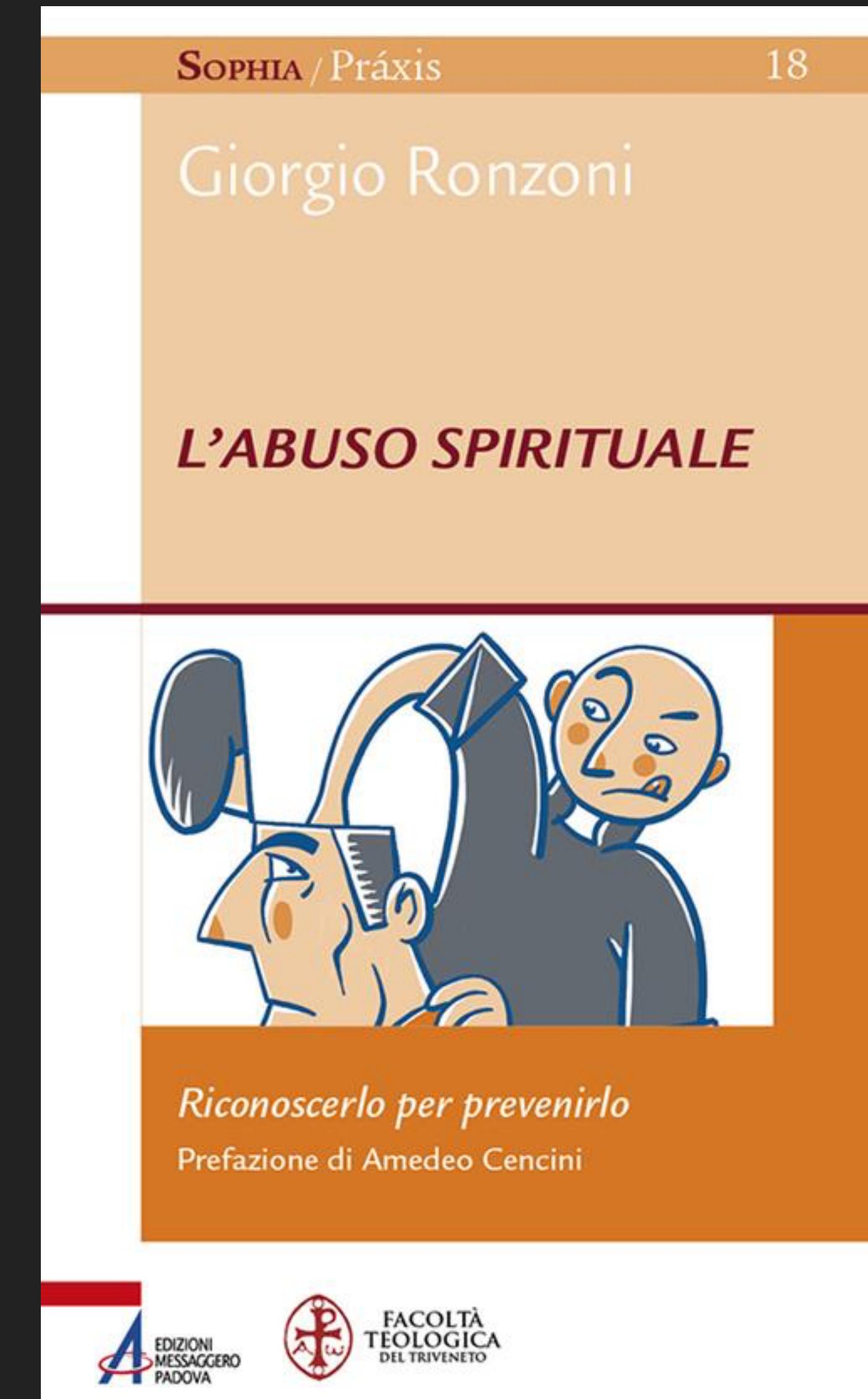
1. **Il manipolatore in buona fede:** vuole aiutare, ma finisce per dominare
2. **L'egocentrico insicuro:** si nutre di consenso e cancella ogni voce contraria
3. **Il narcisista perverso:** usa il carisma per controllare, spesso con secondi fini



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

IL CONTESTO (RONZONI, 2023)

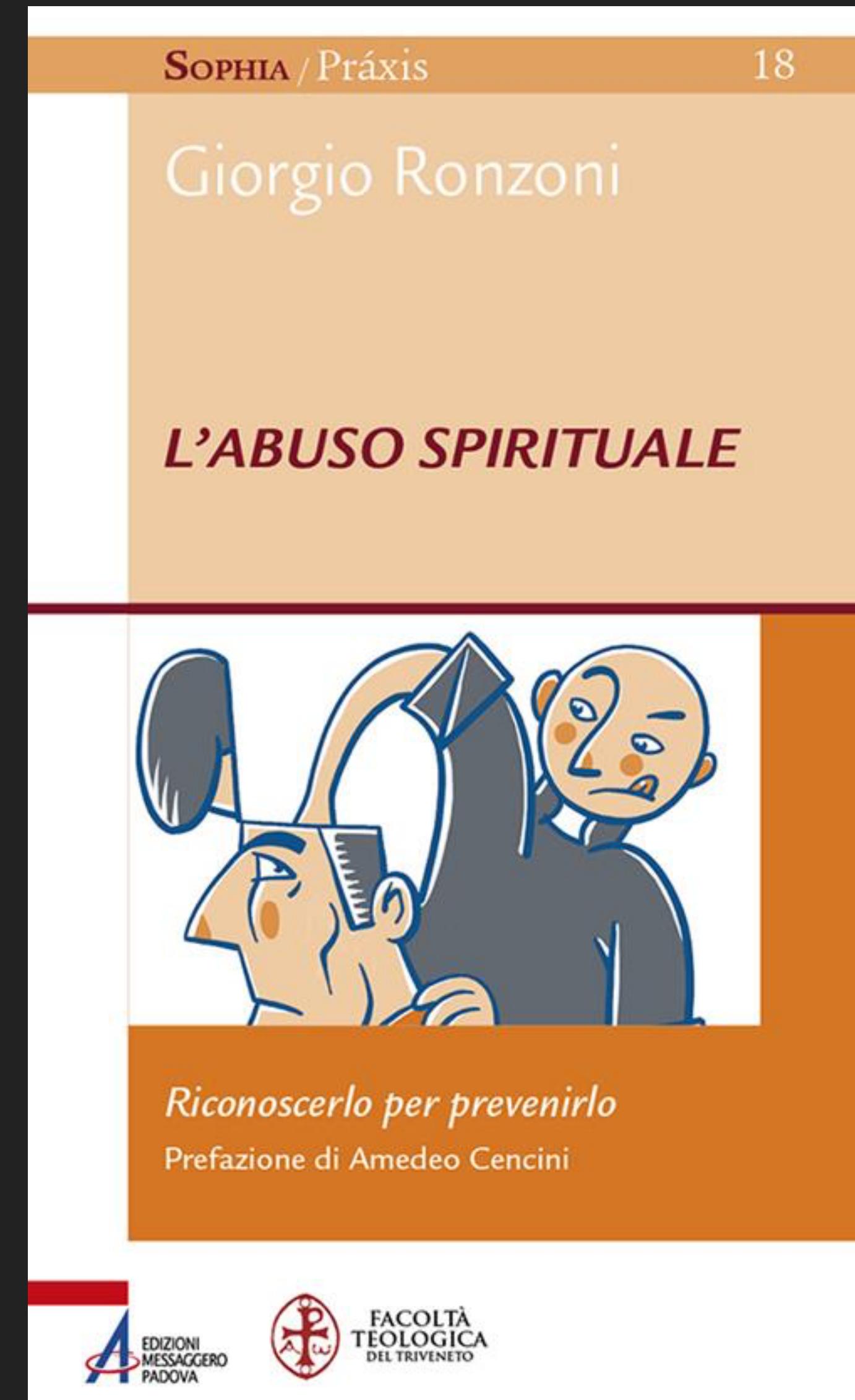
- ▶ Eccessiva idealizzazione della figura del sacerdote o catechista. I gruppo attorno al leader protegge e giustifica l'abuso
- ▶ Assenza di confronto e trasparenza
- ▶ Linguaggio dualista: noi giusti / voi sbagliati
- ▶ Uso del senso di colpa come leva spirituale
- ▶ Si crea un clima settario: vergogna, paura, dipendenza
- ▶ La persona perde la capacità di pensare, discernere, decidere



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO PSICOLOGICO

LE VITTIME (RONZONI, 2023)

- ▶ spesso si tratta di persone giovani (di età o di cammino spirituale), portate ad una pratica entusiastica ma spesso acritica della fede
- ▶ soggetti vulnerabili per eventi o che hanno già vissuto in contesi abusanti
- ▶ Ma anche altri soggetti con grande equilibrio poiché la dinamica abusante è molto più subdola e invasiva
- ▶ la vittima è sempre innocente nonostante le dinamiche legate alla vergogna e al senso di colpa
- ▶ Le vittime tenderanno sempre ad avvertirsi profondamente sbagliate ed in difetto: eppure, il loro comportamento è innocente.
- ▶ Effetto devastante per la persona abusata, nel suo rapporto con Dio: si crea un'immagine che appare come capriccioso, punitivo, focalizzato sulla performance spirituale piuttosto che sul cuore.
- ▶ Ciò provoca nel soggetto ferite spirituali e psicologiche che difficilmente - senza un supporto adeguato e competente - sarà in grado di superare.



NEL MONDO DIGITALE

FENOMELOGIA DELL'ABUSO



QUANTO CREDI SIA GIUSTO/ERRATO LA
PROPOSIZIONE EPOSTA DALLA GIOVANE
PROTAGONISTA?

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE

DANGER PHYSIC WORLD AND SAFE ONLINE

- ▶ Interpretazione di una realtà pericolosa a fronte di un calo drastico del rischio dagli anni '90 (Ingraham, 2015)
- ▶ We are overprotecting our children in the real world while unprotecting them online
- ▶ Da un lato ciò non produce bambini ANTIFRAGILE (Taleb, 2012): protetti eccessivamente non sviluppano la capacità di sopravvivere in mondi non prevedibili (es. sistema immunitario)



Paranoid Parenting (Furedi, 2001)

Trasformazione in ambiente urbano percepito come pericoloso a fronte di una mancanza di solidarietà tra adulti

Sovraccarico eventi da parte dei media

Necessità di una **supervisione continua**

Ingraham, C. (2015, April 14). There's never been a safer time to be a kid in America. Washington Post. www.washingtonpost.com/news/wonk/wp/2015/04/14/theres-never-been-a-safer-time-to-be-a-kid-in-america; Let Grow. (2022, December 16). Let Grow takes a look at crime statistics. letgrow.org/crime-statistics/

Taleb, N. N. (2012). Antifragile: how to live in a world we don't understand (Vol. 3). London: Allen Lane.

Furedi, F. (2001). Paranoid parenting: Why ignoring the experts may be best for your child. Chicago Review Press.

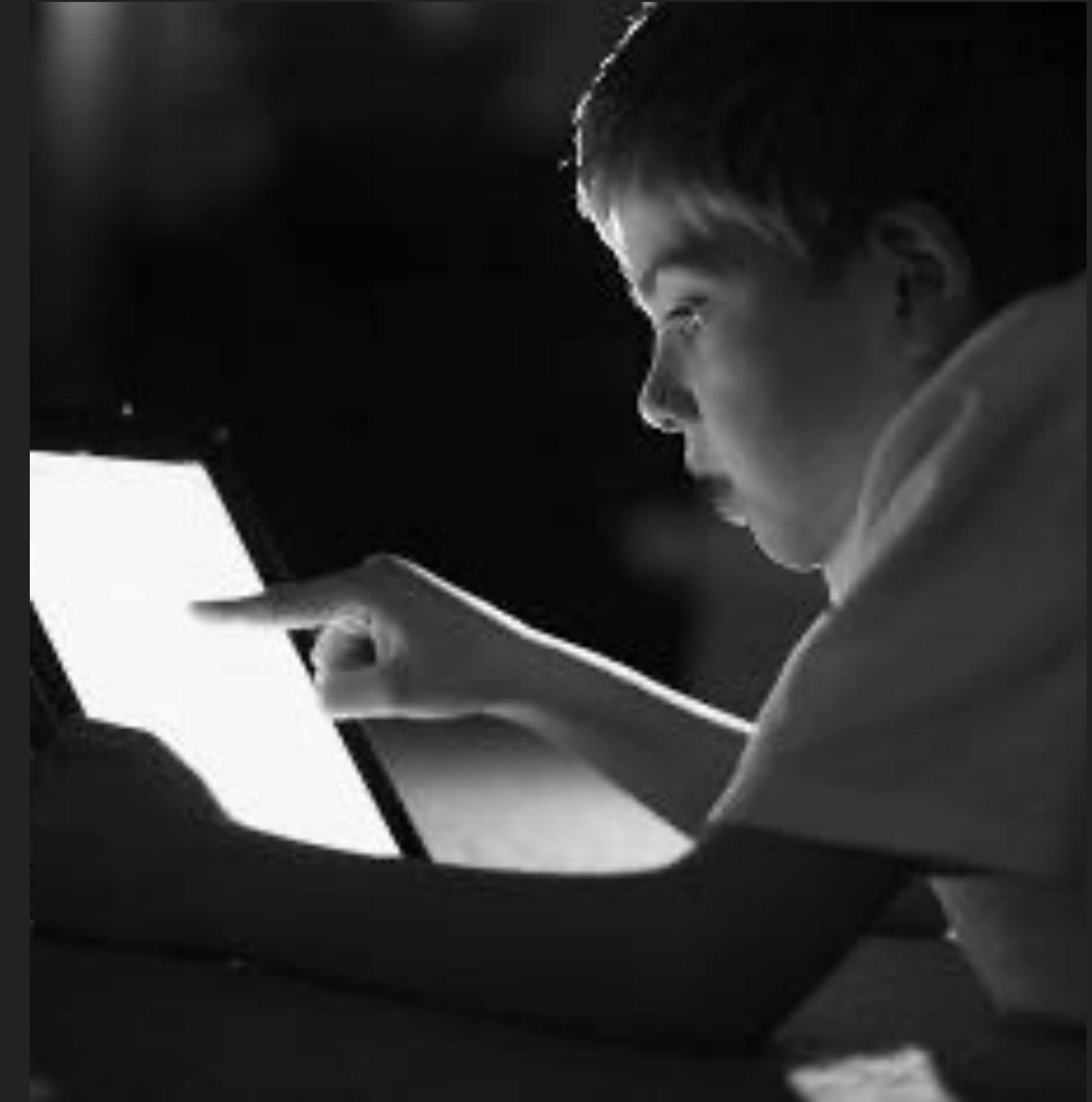
FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE

NATIVI DIGITALI

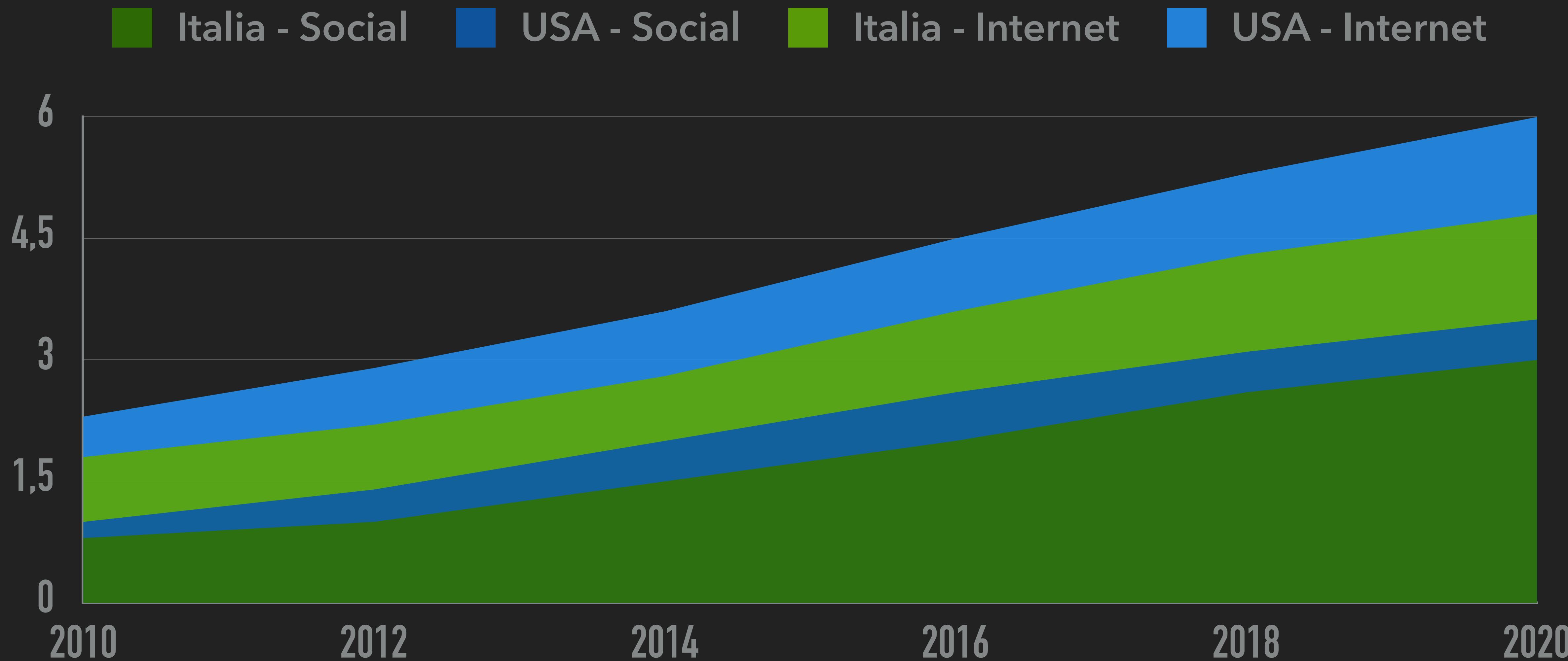
- ▶ “ONLIFE” termine coniato da Luciano Floridi per rappresentare l’esperienza dove “non si distingue più tra online o offline” (Floridi, 2015)
- ▶ MEDIATIZED LIVES "I bambini crescono in un ambiente saturo di media, dove dispositivi e piattaforme digitali sono profondamente integrati nelle loro routine quotidiane, relazioni sociali e senso di sé" (Livingstone & Sefton-Green, 2016)

Floridi, L. (2015). *The onlife manifesto: Being human in a hyperconnected era* (p. 1). Springer.

Livingstone, S., & Sefton-Green, J. (2016). *The class: Living and learning in the digital age* (Vol. 1). NYU Press



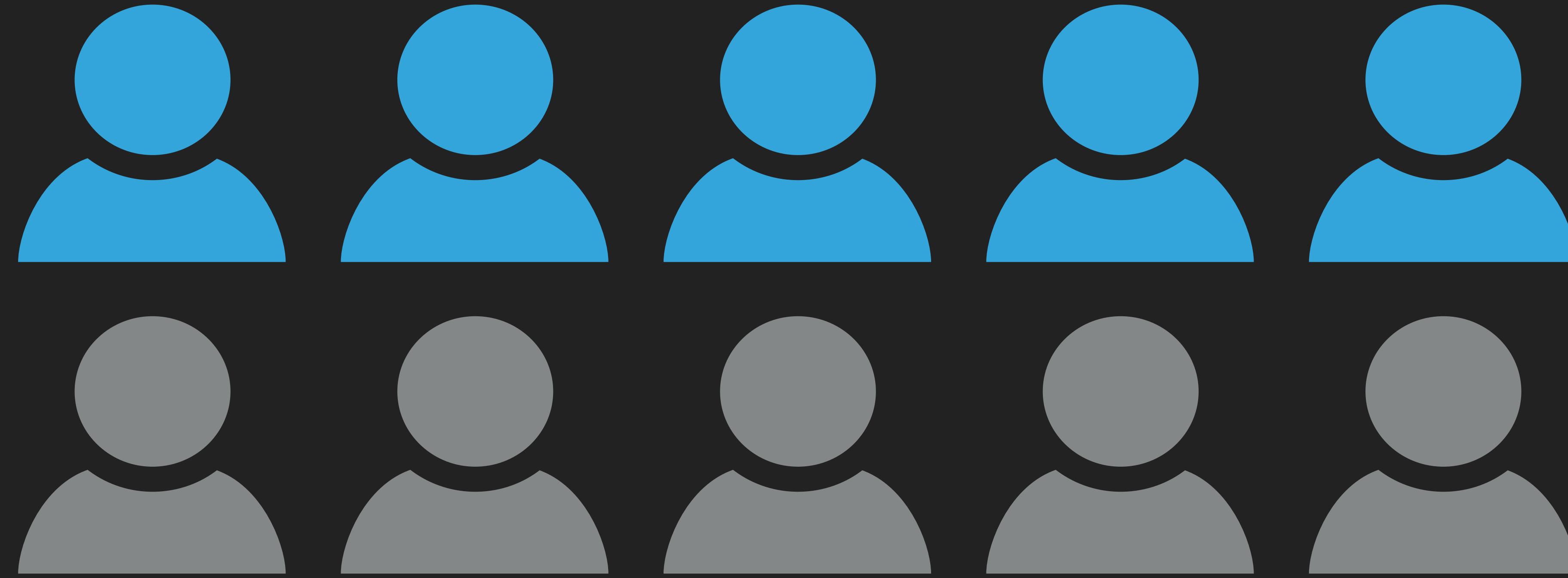
LA GENERAZIONE CHE VIVE SU INTERNET



Pew Research Center. (2022). Teens, social media and technology 2022. <https://www.pewresearch.org/internet/2022/08/10/teens-social-media-and-technology-2022/>

ISTAT. (2023). Cittadini e ICT - anno 2022. Istituto Nazionale di Statistica. <https://www.istat.it/it/archivio/286105>

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE



1 SU 2 TRA I 9-10 ANNI HA GIÀ UNO SMARTPHONE (SWG)

11 ANNI SEGNA IL PASSAGGIO (ISTAT)

SWG. (2023). *Niente sarà più come prima* [Rapporto di ricerca]. https://www.swg.it/pa/attachment/63fdc5b5567b4/Radar_20%20-%202026%20febbraio%202023.pdf

Istituto Nazionale di Statistica (ISTAT). (2024). Rapporto annuale 2024: La situazione del Paese. <https://www.istat.it/it/files/2024/05/Rapporto-Annuale-2024.pdf>

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE



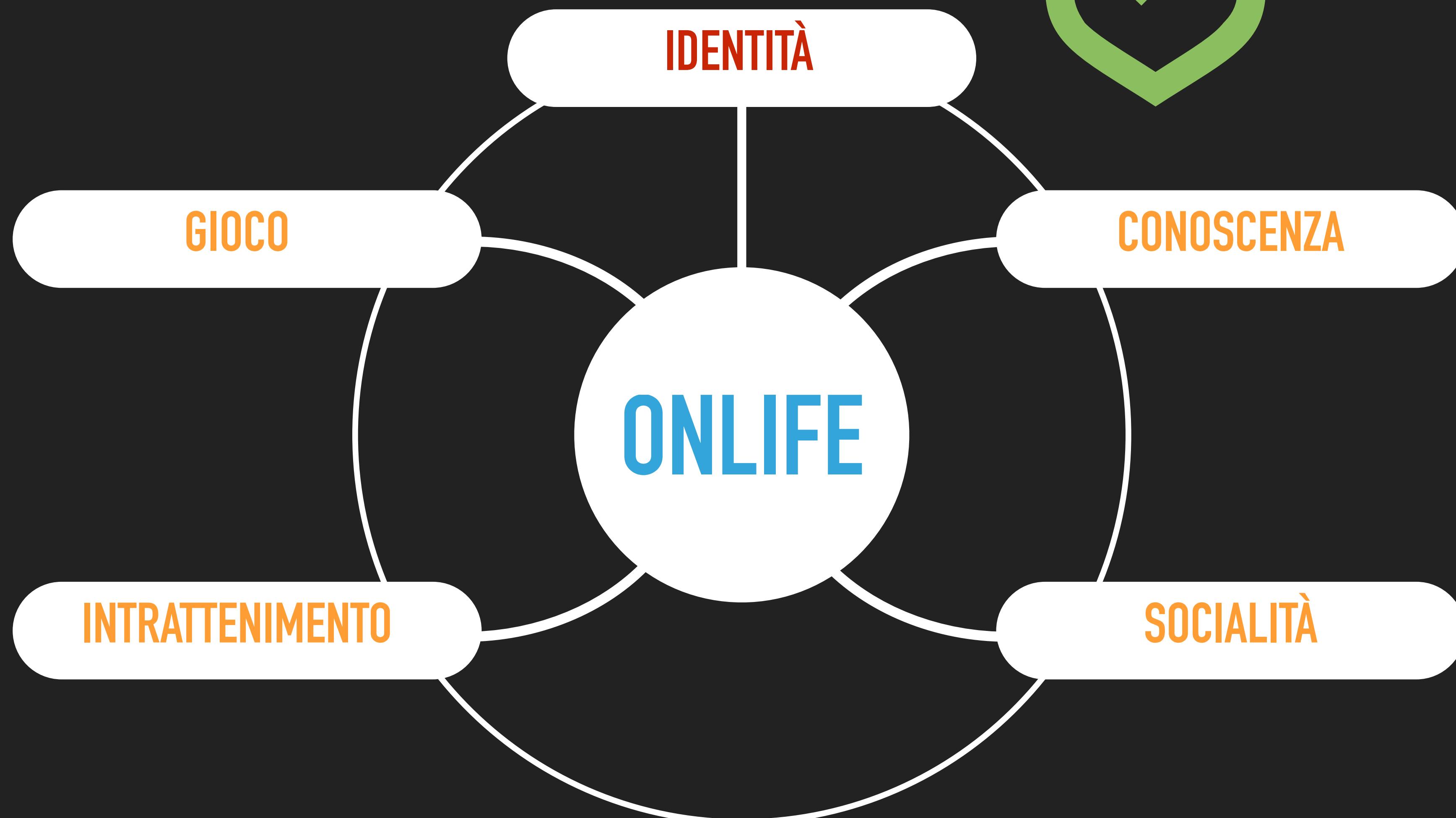
FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE



**CHI È
MIO
FIGLIO?**



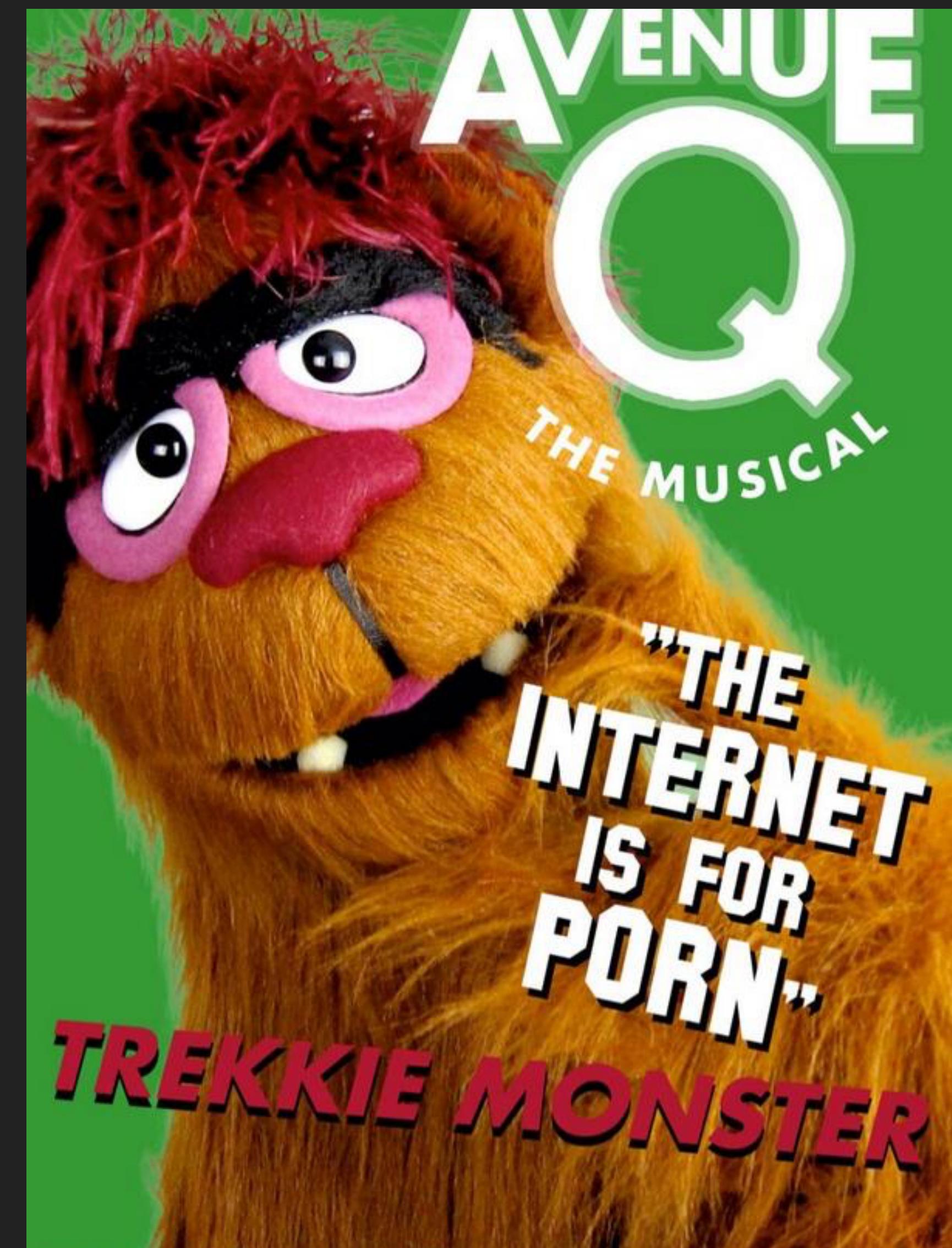
A SAFE ONLINE WORLD



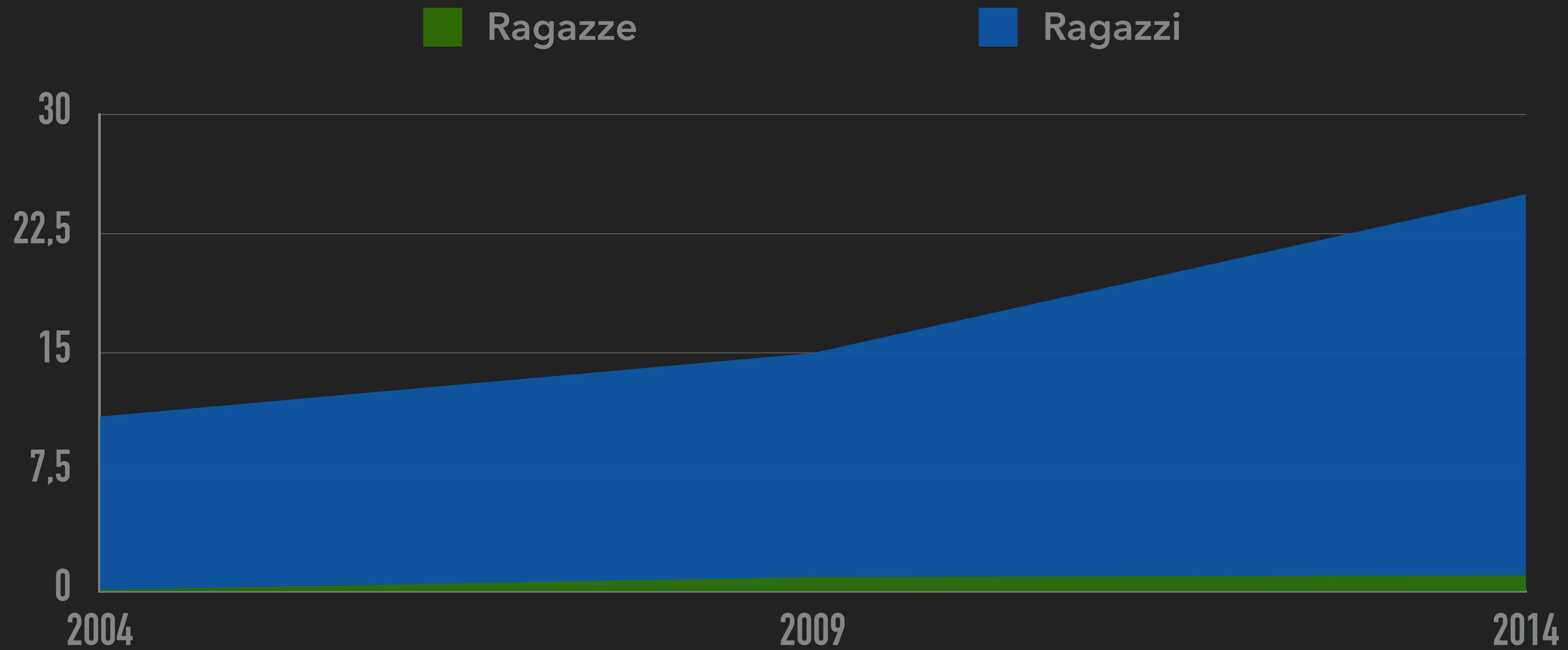
FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE

THE INTERNET IS FOR PORN

- ▶ In molti studi internazionali, l'età media del primo contatto è **11-13 anni**.
- ▶ Il 42% dei ragazzi americani ha visto contenuti pornografici prima dei 13 anni (Common Sense Media, 2023).
- ▶ Circa il 73% degli adolescenti tra i 13-17 anni ha già visto pornografia online almeno una volta.
- ▶ Spesso l'esposizione è non intenzionale (pubblicità, link casuali).
- ▶ A volte avviene tramite amici, social media, o motori di ricerca non filtrati.



PERCENTUALE DI ADOLESCENTI CHE UTILIZZANO QUOTIDIANAMENTE IL PORNO



Donevan, M., Jonsson, L., Bladh, M., Priebe, G., Fredlund, C., & Svedin, C. G. (2022). Adolescents' use of pornography: Trends over a ten-year period in Sweden. *Archives of Sexual Behavior*, 51(2), 1125-1140.

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE

EFFETTI

1. Neuroplasticità e sensibilizzazione del cervello

- ▶ Il cervello in preadolescenza è ancora in fase di sviluppo, soprattutto nelle aree del controllo degli impulsi e della regolazione emotiva (come la corteccia frontale). Esposizione ripetuta a stimoli sessuali forti può rinforzare circuiti dopaminergici legati al piacere e ridurre la sensibilità ad altri stimoli (desensibilizzazione) (Kühn & Gallinat, 2014)



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE

EFFETTI

2. Cambiamento delle aspettative e costruzione dell'identità sessuale

- ▶ I preadolescenti non hanno ancora un'identità sessuale formata. L'esposizione può influenzare in modo distorto le idee su cosa sia il sesso, il consenso e l'intimità. Può portare a credere che relazioni sessuali siano sempre performative, aggressive, o prive di affetto (Owens et al., 2012)



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE

EFFETTI

3. Rischi di dipendenza comportamentale

- ▶ La pornografia, come altri contenuti digitali, può portare a comportamenti compulsivi. Questo rischio è più alto nei cervelli in fase di sviluppo. Alcuni adolescenti riferiscono difficoltà a smettere, anche se vogliono (Love, T. et al., 2015)



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE

EFFETTI

4. Riduzione dell'empatia e visione oggettificante

- ▶ La pornografia mainstream spesso oggettifica le persone, mostrando rapporti non basati su rispetto reciproco. Se vista troppo presto, può ridurre l'empatia verso l'altro, specie nelle relazioni reali (Wright et al., 2016)



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE

EFFETTI

5. Comportamenti sessuali a rischio

- ▶ Alcuni studi mostrano che i giovani esposti precocemente alla pornografia possono essere più propensi a iniziare prima l'attività sessuale e ad assumere comportamenti a rischio, come mancanza di protezione o sesso non consensuale (Brown & L'Engle, 2009)



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE

- ▶ Brown, J. D., & L'Engle, K. L. (2009). X-rated: Sexual attitudes and behaviors associated with U.S. early adolescents' exposure to sexual media. *Communication Research*, 36(1), 129-151. <https://doi.org/10.1177/0093650208326465>
- ▶ Kühn, S., & Gallinat, J. (2014). Brain structure and functional connectivity associated with pornography consumption: The brain on porn. *JAMA Psychiatry*, 71(7), 827-834. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2014.93>
- ▶ Love, T., Laier, C., Brand, M., Hatch, L., & Hajela, R. (2015). Neuroscience of Internet pornography addiction: A review and update. *Behavioral Sciences*, 5(3), 388-433. <https://doi.org/10.3390/bs5030388>
- ▶ Owens, E. W., Behun, R. J., Manning, J. C., & Reid, R. C. (2012). The impact of Internet pornography on adolescents: A review of the research. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 19(1-2), 99-122. <https://doi.org/10.1080/10720162.2012.660431>
- ▶ Peter, J., & Valkenburg, P. M. (2016). Adolescents and pornography: A review of 20 years of research. *The Journal of Sex Research*, 53(4-5), 509-531. <https://doi.org/10.1080/00224499.2016.1143441>
- ▶ Wright, P. J., Tokunaga, R. S., Kraus, A., & Klann, E. (2016). Pornography consumption and satisfaction: A meta-analysis. *Human Communication Research*, 42(3), 315-343. <https://doi.org/10.1111/hcre.12091>

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE



Grooming

Adulti si fingono coetanei per ottenere contatti intimi



Sexting

Invio di immagini intime, spesso sotto pressione



Revenge porn

Condivisione non consensuale di immagini private



Cyberbullismo

Insulti, minacce o esclusione online



Contenuti traumatici

Esposizione a violenza, pornografia, autolesionismo

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE



GROOMING

Un adulto finge di essere amico o coetaneo di un bambino o adolescente, con l'obiettivo di instaurare un legame emotivo e ottenere immagini intime o un incontro.

Le 3 fasi tipiche del grooming

- Connessione emotiva - "Tu mi capisci..."
- Costruzione della fiducia - segreti, complicità
- Richiesta o minaccia - foto, video, incontro

Spesso la vittima non si rende conto di essere manipolata. La vergogna può bloccare ogni richiesta di aiuto "Il grooming è subdolo. Non urla. Non fa male subito. È fatto di attenzioni, regali, messaggi dolci. Ma ha un obiettivo preciso: isolare e dominare."

Luca ha 12 anni e ama giocare online a un videogioco molto popolare. Un giorno, inizia a chattare con un giocatore più grande, che dice di chiamarsi "Leo" e di avere 14 anni. Leo lo fa sentire speciale, gli scrive ogni giorno, lo ascolta quando è triste. Dopo un po', iniziano a parlare anche su WhatsApp. Leo gli chiede una foto con la maglia della squadra del cuore. Poi una con il viso. Poi una senza maglietta, "solo per scherzo". Quando Luca si rifiuta, Leo lo minaccia di inviare le vecchie foto a tutti i suoi amici. Luca ha paura, ma si vergogna troppo per chiedere aiuto.

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE



SEXTING

Sexting: invio di messaggi, foto o video a sfondo sessuale, spesso tra adolescenti.

Revenge porn: diffusione di questi contenuti senza consenso, per vendetta o controllo.

- ▶ La pressione → “Se mi ami, fidati...”
- ▶ Falsa sicurezza → “Tanto è una chat privata”
- ▶ La diffusione → “Ora tutti parlano di me”
- ▶ Le conseguenze → Umiliazione, isolamento, ansia, vergogna

Anche tra minori può configurarsi un reato. La vergogna blocca la richiesta d'aiuto.

Molti ragazzi vivono il sexting come un gesto d'amore o fiducia. Ma quando l'immagine esce dal loro controllo, il danno è enorme. E purtroppo... permanente

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE



CYBERBULLISMO

Offese, umiliazioni, minacce o esclusione sistematica **attraverso messaggi, social o chat**, spesso davanti a un "pubblico digitale".

Offese in chat

- ▶ Foto o video imbarazzanti condivisi
- ▶ Esclusione da gruppi o giochi online
- ▶ Derisione pubblica (meme, storie, commenti)

Il danno emotivo può essere anche più forte del bullismo fisico: non c'è "pausa", nemmeno a casa.

FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE



CONTENUTI TRAUMATICI

- ▶ Contenuti pornografici violenti e/o perversioni sessuali
- ▶ Video di autolesionismo o suicidi
- ▶ Violenza reale (risse, incidenti, torture)
- ▶ Challenge pericolose o spaventose
- ▶ Disinformazione, fake news estreme



FENOMENOLOGIA DELL'ABUSO NEL MONDO DIGITALE

RUOLO DOCENTI DAVANTI AL RISCHIO DIGITALE

- ▶ **Ascoltare:** Dare spazio alle emozioni. Anche quelle dette tra le righe.
 - ▶ **Osservare:** Cambiamenti nel comportamento, nel tono, nel rendimento.
 - ▶ **Accompagnare:** Educare alla scelta, alla verità, alla bellezza. Anche online.
- 
- ▶ Chiusura improvvisa
 - ▶ Ansia da notifiche
 - ▶ Stanchezza continua
 - ▶ Irritabilità
 - ▶ Uso ossessivo del telefono
 - ▶ Isolamento sociale



FORMARE ADULTI