

Come difendersi dallo stalking? I consigli degli psicologi

Li ha formulati l'Ordine dell'Emilia Romagna dove, tra i reati commessi contro le donne, le denunce di stalking sono il 23% del totale. Anna Ancona: "I contatti con lo stalker dovrebbero essere interrotti immediatamente dalla vittima, perché potrebbero alimentare il comportamento persecutorio, favorendone un crescendo devastante".

19 NOV - L'aggressività e la violenza nella nostra società si possono presentare in varie forme, alcune più evidenti, altre più nascoste. Molte di queste nascono dall'incapacità della persona di accettare il rifiuto e distaccarsi da una vita affettiva spesso immaginata perfetta; uno dei fenomeni patologici più diffusi, in queste situazioni, è quello dello stalking. Tra i reati commessi contro le donne in Emilia-Romagna, infatti, **le denunce di stalking sono il 23% del totale** (anni dal 2013 al 2016). In occasione del 25 novembre, 'Giornata internazionale per l'eliminazione della violenza contro le donne', l'Ordine degli Psicologi dell'Emilia-Romagna analizza il fenomeno, evidenziandone alcuni aspetti ricorrenti e fornendo indicazioni su come comportarsi per minimizzare i rischi legati al crescendo di violenza che è spesso correlato allo stalking.

"Lo stalking è una forma di aggressione psicologica e fisica finalizzata ad annientare la volontà della vittima - si legge in una nota dell'Ordine degli Psicologi dell'Emilia Romagna -, esaurendo la sua capacità di resistenza attraverso uno stillicidio incessante, in un **crescendo persecutorio**. Vi sono in particolare due ragioni che possono indurre ad atti di stalking: da una parte la volontà di creare una relazione con un'altra persona o di ristabilire un rapporto precedente, dall'altra quella di vendicarsi per un vissuto di ingiustizia subita. Il persecutore può manifestare un'evidente problematica nell'area affettivo-relazionale e comunicativa che però non sempre corrisponde a un preciso quadro psicopatologico, può vivere un disturbo psichico di cui spesso non è consapevole e che non sa gestire.

Dal punto di vista psicologico - prosegue la nota -, lo stalker attua dei comportamenti molto simili a quelli messi in atto da chi manifesta una significativa **dipendenza affettiva**. Può mostrarsi intrusivo, insistente, incapace di sopportare la distanza fisica e il rifiuto, può negare la realtà perché per lui troppo dolorosa e rifiutarsi di riconoscere la mancanza d'amore dell'altro. Desidera a ogni costo avere un contatto con la persona che ritiene oggetto d'amore, la sua vittima, che può essere una persona con la quale ha intrattenuto una relazione sentimentale, anche breve e spesso già finita, oppure non corrisposta.

Solitamente - ma non necessariamente - la vittima è una donna, protagonista della vita affettiva anche illusoria dello stalker, che è stata oggetto d'amore sia ricambiato che presunto, senza mai davvero sfociare in una relazione. Oppure la futura vittima può aver manifestato il desiderio di interrompere la relazione o ha posto fine al rapporto, ritenendolo terminato o nocivo. Lo stalker è il soggetto che con maggiore frequenza trova correlazione con l'autore del femminicidio. Le sue minacce - spiegano gli Psicologi - sono spesso la premessa a violenze più gravi che non devono essere sottovalutate.

"Bisogna sempre resistere alla tentazione di convincere il proprio persecutore a fermarsi. Soprattutto se si tratta di una persona che ha bisogno di cure, le risposte possono essere interpretate come un preciso interesse e rinforzare il suo agire: divengono segnali di attenzione. Anche la restituzione di un regalo, una risposta negativa a una telefonata o a una lettera vanno evitati. I contatti dovrebbero essere interrotti immediatamente dalla vittima, perché altrimenti potrebbero alimentare il comportamento persecutorio, favorendone un crescendo devastante". Commenta **Anna Ancona**, Presidente dell'Ordine degli Psicologi dell'Emilia-Romagna.

"La vittima viene violata nella sua dimensione privata, la paura per quello che sta accadendo favorisce l'isolamento e, di conseguenza, per lei può essere più difficile chiedere aiuto. Può manifestare forti emozioni che da un iniziale stato di stress psicologico possono evolvere in una intensa sintomatologia psicopatologica. In seguito, la vittima può essere portata a evitare qualunque situazione che possa ricordare il trauma e a rifuggire ogni attività sociale: il rischio in questi casi è l'insorgenza di un distacco emotivo dall'ambiente, una affettività ridotta e una visione negativa del futuro. Questa sintomatologia può essere transitoria e in ogni caso dipende dalla resilienza della persona.

La Presidente Ancona sottolinea come sia indispensabile che l'azione terapeutica avvenga parallelamente alla messa in atto di strategie pratiche anti-molestie e associata a operazioni utili a mantenere o ristabilire la vita sociale. Talvolta - conclude la nota -, per riuscire a chiedere l'intervento e la tutela da parte delle forze dell'ordine può essere necessario il sostegno psicologico che renda la vittima più forte e capace di chiedere aiuto".

I dati dell'audizione della Commissione d'inchiesta parlamentare sul femminicidio (febbraio 2018): stalking

e maltrattamenti sono i reati contro le donne più frequenti in Emilia-Romagna.

Sono 6 milioni e 788mila le donne che hanno subito qualche forma di violenza nella loro vita, il 31,5 per cento ha un'età compresa tra i 16 e i 70 anni, il 20,2 per cento ha subito violenza fisica, il 21 per cento violenza sessuale, il 5,4 per cento forme più gravi di violenza sessuale come stupri o tentati stupri. Il 62,7 per cento degli stupri è commesso da un partner attuale o da un ex, mentre a commettere molestie sessuali sono invece spesso sconosciuti. Infine, solo il 12 per cento delle violenze viene denunciato.

Per quanto riguarda l'Emilia-Romagna, dal 2013 al 2016 sono state rilevate in tutto 7.902 qualificazioni giuridiche (registrazioni relative all'applicazione di una norma a un fatto concreto). Il reato per cui risulta più frequente la qualificazione giuridica è la violenza sessuale, che da sola rappresenta il 51% dei reati consumati e il 71 per cento di quelli tentati. Sempre attribuite a ignoti non sono rare le iscrizioni nel registro delle qualificazioni giuridiche per reato di stalking e maltrattamenti (23% e 14,94%) come reati consumati e per omicidio per i reati tentati (21,75%).

Paola Porciello