

CAMPAGNA DI ATTENZIONE SOCIALE

# Ottobre mese dedicato alla consapevolezza sulla violenza domestica

#BASTAVIOLENZA



Campagna ideata e prodotta da





La violenza domestica non è solo un fatto privato: è un problema sociale, culturale e di salute pubblica. Spesso non si manifesta con segni immediatamente visibili, ma attraverso comportamenti e dinamiche che logorano la libertà, la dignità e la sicurezza della persona.

Riconoscere i segnali è il primo passo per proteggersi o aiutare chi ne è vittima.

## I DIVERSI TIPI DI VIOLENZA DOMESTICA

### **1. Violenza Fisica**

Colpi, strattoni, spintoni, minacce con oggetti o armi.

### **2. Violenza psicologica**

Insulti, umiliazioni, svalutazioni, minacce velate o esplicite.

### **3. Violenza economica**

Impedire l'accesso al denaro, controllare spese e risorse, negare l'indipendenza.

### **5. Violenza Sessuale**

Costrizioni, rapporti non consensuali, pressioni.

### **6. Violenza sociale**

Isolamento da amici, famiglia, lavoro o attività esterne.

## SEGNALI COMPORTAMENTALI DELLA VITTIMA

**Paura costante** del partner o eccessiva preoccupazione di compiacerlo.

**Evitare discussioni** per timore di scatenare reazioni violente.

**Tendenza a giustificare** o minimizzare i comportamenti aggressivi del partner.

**Ansia**, depressione, perdita di autostima.

**Segni fisici ricorrenti** (lividi, graffi, incidenti frequenti).

Progressivo **isolamento sociale**.

## SEGNALI COMPORTAMENTALI DELL'AUTORE DELLA VIOLENZA

**Gelosia** eccessiva, controllo costante (messaggi, telefonate, spostamenti).

**Rabbia** improvvisa e sproporzionata.

**Controllo** sulle finanze, sulle decisioni quotidiane, sugli spostamenti.

**Linguaggio offensivo**, anche in pubblico.

**Sminuire**, ridicolizzare o contraddire sistematicamente la vittima.

**Ciclo della violenza**, comportamenti che alternano affetto e aggressività.

## SEGNALI OSSERVABILI DALL'ESTERNO (familiari, amici, colleghi)

La persona sembra improvvisamente meno presente, più **silenziosa** o timorosa.

**Rinuncia** ad attività che prima amava.

**Difficoltà economiche** inspiegabili nonostante un reddito stabile.

**Mancanza di autonomia** negli spostamenti o nelle decisioni.

Cambiamenti improvvisi nello stile di **abbigliamento** per nascondere segni fisici.

## IL CICLO DELLA VIOLENZA

Molte relazioni violente seguono un modello ricorrente:

**Tensione:** piccoli controlli, critiche, gelosie.

**Esplosione:** aggressione verbale, fisica o sessuale.

**Pentimento e riappacificazione:** richieste di perdono, regali, promesse.

**Luna di miele:** periodo di calma apparente, che però si interrompe con la nuova escalation.

## COME AGIRE SE RICONOSCI I SEGNALI

### SE SEI LA VITTIMA:

Non è colpa tua.

Parla con una persona di fiducia.

Contatta i centri antiviolenza, le forze dell'ordine, il **numero nazionale** antiviolenza e stalking **1522** (attivo 24/7, gratuito e multilingue).

### SE SEI UN FAMILIARE O UN AMICO:

Ascolta senza giudicare.

Non forzare la vittima, ma offri supporto concreto.

Campagna ideata e prodotta da

