

DICEMBRE 2022

NUMERO 3

DIARIO DI BORDO DELLA SORELLANZA

Un gruppo di lavoro sulla violenza sessuale

Un coro di voci sorelle

Un gruppo di supporto reciproco

IL CONSENSO



RUMOBOSSA



RUMOBOSSA



RUMOBOSSA



REDAZIONE

RUMOROSSE

SORELLANZA TERAPEUTICA

Un gruppo di lavoro sulla violenza sessuale,
un coro di voci sorelle,
un gruppo di supporto reciproco.

LAURA BELLONI SONZOGNI

Ideatrice e responsabile del progetto «Diario di Bordo della sorellanza»,
psicoterapeuta, conduttrice dei gruppi terapeutici

CONTRIBUTI ESTERNI

ANNALISA DI LUCA

Psicologa, psicoterapeuta e formatrice, socia portavoce AISTED e socia fondatrice e presidente di TES (Trauma e Sistemi, Associazione Mara Selvini per la ricerca e la cura integrata dei traumi)

CLAUDIA POPOLILLO

Psicologa, psicoterapeuta i.f., sessuologa, referente OPL (Ordine degli Psicologi della Lombardia) per la provincia di Lodi

Questo “Diario di Bordo della Sorellanza” è stato realizzato
grazie alla preziosa collaborazione con

«Psicopolis» ODV
e **«Rumorosse» APS**



EDITORIALE

RUMOROSSE

Anche quest'anno abbiamo scelto di dedicare tempo, ricerca e riflessioni condivise ad un tema fondamentale quando si parla di violenza sessuale.

*Il **consenso** è onnipresente nel nostro quotidiano, quasi in ogni ambito. Purtroppo, come sottolinea J., sembra esserlo in tutti «tranne uno». Ad oggi la nostra legislazione ancora non lo considera un elemento fondante per definire cosa sia violenza sessuale e cosa no, nonostante l'esplicita necessità di procedere in tale direzione come stabilito dalla convenzione di Istanbul, che l'Italia ha ratificato ormai da quasi dieci anni.*

La violenza sessuale, soprattutto quando avviene in famiglia, tra persone che si conoscono o, come spesso capita, tra partner, spesso non è agita con la brutalità stereotipata degli stupri ritratti nei film, ma certamente avviene senza il consenso di chi la subisce e lasciando ferite profonde che spesso vengono celate e tenute sotto silenzio.

*Anche quest'anno, in collaborazione con **Psicopolis ODV** e **Rumorosse APS**, abbiamo scelto di continuare a veleggiare a bordo della **Sorellanza**, di far sentire le voci dell'equipaggio e di chiunque ci ha lasciato un messaggio in bottiglia scegliendo di non tacere e di «adornare le cicatrici d'oro».*

Laura Belloni Sonzogni



IN COPERTINA:

L'opera simboleggia il tentativo di riscattarsi dalla manipolazione affettiva.

Il consenso estorto mediante ricatti e coercizione psicologica non è consenso.

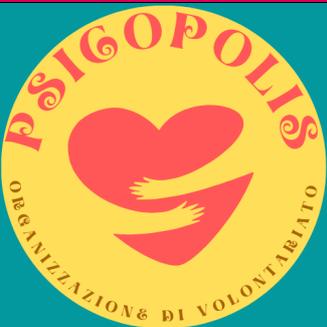
Acquarello su carta
Opera di Martina

SOMMARIO

RUBRICA	ARTICOLO	N. PAG.
	INTRODUZIONE	PAG. 6
UN TÉ CON TE	INTERVISTA AD ANNALISA DI LUCA	PAG. 8
VOCI DALL'EQUIPAGGIO	L'IMPORTANZA DEL CONSENSO IN TUTTI I CAMPI...TRANNE UNO	PAG. 10
VOCI DALL'EQUIPAGGIO	UNA SCELTA CHIAMATA CONSENSO	PAG. 12
VOCI DALL'EQUIPAGGIO	IL SILENZIO NON E' ASSENSO	PAG. 14
VOCI DALL'EQUIPAGGIO	LA PAROLA, IL CONSENSO	PAG. 16
LE SCIENZE E LA VIOLENZA	LA DICHIARAZIONE DEI DIRITTI SESSUALI	PAG. 17
LE SCIENZE E LA VIOLENZA	ONLY YES MEANS YES LA CENTRALITÀ DEL CONSENSO PER UNA SESSUALITÀ CONSAPEVOLE	PAG. 23
LE SCIENZE E LA VIOLENZA	CONSENSO IN PELLICOLA: SERVE ANCHE NEL CINEMA	PAG. 31

SOMMARIO

RUBRICA	ARTICOLO	N. PAG.
LE DONNE CHE HANNO CAMBIATO LA STORIA	CONSENSO: LIBERTÀ D'ESPRESSIONE E D'AZIONE DI UNA DONNA D'UN TEMPO	PAG. 34
PAGINE CHIARE PAGINE SCURE	ARCHEOLOGIA DELL'ASSENZA DALL'ETOLOGIA ALLA MITOLOGIA: IL CONSENSO FEMMINILE	PAG. 36
SILENZIO IN SALA	CONSENSO CON SENSO: SGAURDO ATTRAVERSO IL MONDO DELLA PORNOGRAFIA E I CONFINI BORDERLINE DEL CONSENSO	PAG. 44
MESSAGGI IN BOTTIGLIA	IRAN: LE FORZE DI SICUREZZA DI REGIME REPRIMONO LE PROTESTE CON LO STUPRO	PAG. 47
MESSAGGI IN BOTTIGLIA	CANE NERO	PAG. 50
MESSAGGI IN BOTTIGLIA	IL PARADOSSO	PAG. 54
MESSAGGI IN BOTTIGLIA	IL MIO NON-CONSENSO E COME NON È STATO RISPETTATO	PAG. 55
MESSAGGI IN BOTTIGLIA	IL CONSENSO: SOLO SÌ È SÌ	PAG. 59



INTRODUZIONE

RUMOROSSA

«La Sorellanza nel mio immaginario è in viaggio da sempre, da quando esiste il mare. È una antica e sinuosa caravella latina a tre alberi che ospita un equipaggio di donne coraggiose... e questo è il suo diario di bordo».

Il “Diario di bordo della sorellanza” nasce nel 2020 dal riconoscere il valore della testimonianza e della costruzione partecipata di narrazioni. È un’opera d’intreccio di vissuti-tessuti emotivi, un vero e proprio strumento di lavoro collettivo sulla violenza di genere e nello specifico sulla violenza sessuale.

Nel 2021 il focus della rivista è stato il tristissimo fenomeno della vittimizzazione secondaria, ovvero l’attribuzione di colpa che, a seguito della denuncia o della richiesta di aiuto e tutela, subisce una persona sopravvissuta a violenza sessuale da parte della società. Quest’anno abbiamo approfondito ciò che accade prima e durante la violenza sessuale, ciò che la sostanzia: l’assenza del CONSENSO.

La collaborazione con *Psicopolis* (ex Psicologi per i Popoli-Lodi-Onlus) e *Rumorossa* ha garantito ai gruppi di donne la possibilità di continuare a riunirsi ed è nata da una costruttiva e fertile comunione di intenti.

In primis quello di consentire alle donne che da anni partecipavano ai gruppi terapeutici di proseguire anche dopo essere state dimesse dal Centro Antiviolenza, per rispondere ad una loro richiesta e per garantire una continuità tuttora fruttifera. Crediamo sia fondamentale una complementarità cooperativa tra realtà del territorio che hanno la medesima finalità ma differenti modalità d’intervento e target (in questo caso donne già fuoriuscite dalla violenza ma che necessitano di supporto sociale).

Secondariamente aprire i gruppi a qualsiasi donna abbia il desiderio di trovare uno spazio di confronto e di condivisione in un clima di sicurezza su tematiche delicate come, in questo caso, la violenza sessuale.

Un altro obiettivo del progetto è quello di sensibilizzare al fenomeno della violenza di

genere, partendo dall'assunto che le testimonianze dall'interno siano il contributo più intimo e prezioso che vogliamo condividere per facilitare questo processo di conoscenza.

Psicopolis è un'associazione nata del 2008 che da sempre si è occupata di Psicologia dell'emergenza, psicologia sociale, tutela dei diritti e promozione della salute mentale. Della Associazione di Promozione Sociale **Rumorossà** riportiamo il manifesto:

«Rumorossà è un'associazione di promozione sociale che nasce da un gruppo di amichè per favorire azioni volte al riconoscimento del diritto all'identità di genere come atto creativo e di liberazione da imposizioni, stereotipi e pregiudizi, contro ogni forma di discriminazione e violenza.

L'associazione, le socià propongono una visione alternativa delle relazioni economiche e di potere, al ruolo delle persone nella società.

Là Rumorossà esplorano un'economia circolare, che consenta di costruire benessere per le persone e la comunità.

L'Associazione vuole partecipare alla costruzione di "una società della cura"

percorrendo strade dove l'arte in ogni sua forma è riconosciuta come strumento necessario per una vita dignitosa e dove la sostenibilità ambientale, l'informazione, la formazione e la valorizzazione delle capacità delle persone ai margini della società non siano parole vuote ma azioni concrete.

La socià vogliono promuovere prodotti provenienti da circuiti virtuosi e idee di recupero di oggetti e luoghi, vogliono costituire una biblioteca dei diritti e della cura, organizzare momenti di aggregazione, mostre diffuse e permanenti, accessibili a tutta, convintè che solo l'incontro tra persone possa generare curiosità, conoscenza, scambio e cultura».

Da navigatrici-sognatrici vogliamo che questo diario di bordo sia foriero di uno scambio con il territorio che ci ospita e accogliamo feedback, domande, proposte o contributi all'indirizzo mail:

sorellanza17@gmail.com

Laura Belloni Sonzogni



UN TÈ CON TE

INTERVISTA A ANNALISA DI LUCA

RUMOR
BOSSA

Questa rubrica è dedicata all'incontro con persone che desideriamo ospitare a bordo della Sorellanza per una breve intervista.

In questo terzo numero, salpiamo verso il 2023 in compagnia di **Annalisa Di Luca**, psicologa, psicoterapeuta e formatrice che opera da sempre nei contesti di tutela dei minori; è inoltre socia portavoce di AISTED (Associazione Italiana per lo Studio del Trauma e della Dissociazione) e socia fondatrice e presidente di TES (Trauma e Sistemi, Associazione Mara Selvini per ricerca e la cura integrata dei traumi).



«Ciao Annalisa, intanto grazie per la tua disponibilità e per la partecipazione a questo progetto. Volevamo chiederti, in base alla tua esperienza clinica e alla luce di una legislazione che non lo riconosce come condizione di base per definire la violenza sessuale, **perché è importante parlare di consenso nel lavoro con minorenni vittime di abuso? Quali sono le condizioni che ci consentono di dare valore a questa parola? Ovvero da quale età ha senso poter parlare di consenso? e perché in ambito familiare non si può pensare di farlo? Nel lavoro con persone vittime di abusi in età evolutiva all'interno del contesto familiare quali interventi - accortezze - si rivelano maggiormente efficaci?»**

«L'abuso sessuale su minore è qualcosa che ci scandalizza sempre moltissimo, sembra toccare le corde più profonde di ogni persona: innegabilmente ci fa orrore. L'immaginario collettivo pone l'abuso sessuale all'interno di un contesto di violenza, fisica e psicologica, un contesto di relazioni malate, un contesto di sofferenza.

Uno stereotipo che ci fa rappresentare una scena di violenza, dove un adulto usa la forza

fisica per imporre i propri desideri sessuali ad un bambino. Le cose cambiano un pochino quando realizziamo che più frequentemente l'abuso sessuale avviene all'interno della propria famiglia.

Una variabile significativa dell'abuso è in realtà il fatto che spesso non avvenga in un contesto di violenza, ma che sfrutti la capacità di persuasione dell'adulto nei confronti del bambino, il proprio potere affettivo, per raggiungere i propri scopi. Si tratta quindi di una coercizione, una violenza spesso più psicologica che fisica, che potrebbe addirittura essere confusa dalla vittima per seduzione. La differenza di età tra la vittima e l'aggressore rappresenta quindi una variabile di potere non solo fisico ma anche e soprattutto affettivo e psicologico: comunque una relazione sbilanciata, che utilizza il proprio potere per ottenere vicinanza affettiva e favori sessuali, è una violenza. Questo è più semplice da comprendere quando immaginiamo un adulto assieme ad un bambino piccolo. Ma quando la relazione è tra un adulto e un adolescente, quanto siamo in grado di conservare questo sguardo e riconoscere che l'autonomia di giudizio di un adolescente, che pure sta diventando adulto, sia in grado di riconoscere nella differenza di età che intercorre tra sé e l'altro,

un potenzialità di pericolo? Quando si ascolta o si osserva questo fenomeno in terze persone, amici o conoscenti, quanto si è in grado di riconoscere in questa situazione una relazione sbilanciata e un potenziale pericolo il nostro amico adolescente?

Un quadro di questo genere potrebbe essere semplicemente giustificato dalla curiosità sessuale che un adolescente può avere, o dal desiderio di misurarsi con la propria affettività e sessualità?

Quando un adolescente intraprende una relazione con un adulto, sebbene apparentemente anche consensuale, non ha tutta la libertà necessaria, nella differenza appunto di età che intercorre, per poter prendere una decisione totalmente consapevole. Abbiamo detto che questo discorso è tanto più afferrabile quando la persona è minore; ma tra 14 e 16? E tra i 16 e i 18? Rimane evidente si tratti di relazioni tra persone con diverso potere e autonomie.

Mi sembra veramente importante quindi che si lavori per rendere i nostri giovani sempre più consapevoli di se stessi, del proprio corpo e della propria capacità di consenso e protezione, nel qui ed ora, di qualunque fase di una relazione sessuale e affettiva».

Grazie di cuore da tutto l'equipaggio!



VOCI DALL'EQUIPAGGIO

L'IMPORTANZA DEL CONSENSO IN TUTTI I CAMPI... A PARTE UNO

RUMOR
BOSSA

Viviamo in un'epoca ossessionata dal consenso, per ogni cosa serve un modulo con una firma o almeno un'espressione esplicita della nostra volontà a partecipare, ad aderire, ad essere informati.

E questo succede ovunque, in ospedale per delle cure o degli esami, al supermercato per la raccolta punti, collegandosi ad un sito internet qualsiasi eccetera.

Un solo ambito fa eccezione ed è quello sessuale, dove nel momento in cui si chiede di essere tutelati dopo aver subito un abuso, paradossalmente il consenso sembra perdere del tutto il suo valore.

In questi casi, una gonna, un rossetto, un sorriso a quanto pare sono un implicito consenso.

L'impossibilità di opporsi fisicamente all'aggressore a quanto pare è un implicito consenso.

La paura e lo shock che ti paralizzano (e che hanno una definizione ben precisa, freezing) a quanto pare sono un implicito consenso.

Camminare da sola a quanto pare è un implicito consenso.

Fare benzina di notte a quanto pare è un implicito consenso.

E si potrebbe –purtroppo- andare avanti per ore.

Ovviamente in questi casi a ragionare così è chi compie l'abuso e cerca poi in qualche modo di giustificarsi.

Ma il problema si ferma qui?

Sfortunatamente no, perché anche nella fase successiva ci sono tante, troppe cose, convenientemente interpretate come implicito consenso...

Non andare in ospedale, non denunciare immediatamente, essere rimaste volontariamente da sole con l'abusante (ricordiamoci sempre che la maggior parte di questi reati viene compiuta da persone conosciute), avere bevuto degli alcolici,

essersi presentate al lavoro il giorno dopo, tutto questo e molto altro ancora viene visto e interpretato come qualcosa che depone contro l'aver subito un abuso, perché non è conforme con ciò che nell'immaginario comune è la reazione ad un trauma.

Ci sono sempre scuse dietro a cui nascondere la mancanza di consenso, trasformandola di fatto in nulla o ancora peggio in una di quelle brutte battute tipo "si sa che quando una donna dice no in fondo intende sì e vuole che tu insista"

La presunta assenza della negazione sembra essere più importante del consenso, dove però la negazione non può essere un semplice "no", deve essere qualcosa di così aggressivo da impedire l'abuso e bloccare del tutto chi vuole compierlo.

Altrimenti... bè, altrimenti non siamo state abbastanza chiare, chi ha compiuto l'abuso è scusato e "ce lo siamo cercato".

Anche in caso di lampante assenza di consenso.

J.



VOCI DALL'EQUIPAGGIO

UNA SCELTA CHIAMATA CONSENSO



A 12 anni nessuno ti spiega il significato di consenso, fin da piccoli i genitori ti insegnano come ti devi comportare, cosa è giusto fare e cosa è sbagliato (secondo il loro punto di vista).

Non sapevo cosa volesse dire consenso nemmeno a 16 anni, perché gli abusi subiti erano giustificati dal *"lo sai che ti voglio bene e non ti farei del male"*.

Nonostante non volessi fare ciò che mi veniva imposto, non credevo ci potesse essere altra scelta.

La scelta in realtà c'era, bastava dire di no, rifiutarsi, ma non era facile.

La paura di rimanere sola, le minacce, i ricatti...

Tutto questo inizialmente non pensavo potesse essere collegato al consenso, ma riflettendoci bene lo è eccome.

Ho sempre creduto che soltanto chi si fosse trovato ad affrontare una persona estranea non avesse scelta, un abuso da un estraneo

per me era la forma di violenza più brutta che ci potesse essere, perché era una situazione in cui ti ci ritrovavi senza averlo deciso, non avevi dato il consenso di usare il tuo corpo.

Ed è per questo che **mi sono ritrovata a colpevolizzarmi** del fatto di non aver saputo il significato di quella parola.

Io il consenso non l'ho mai dato, mi hanno fatto credere fosse così, e forse questo fa ancora più male e si fa fatica ad accettarlo.

Mettere nero su bianco queste parole non è facile, sono passati quasi 8 anni, ma il ricordo di quei 4 anni passati a subire abusi è vivido nella mia mente, cerco di non pensarci, di andare avanti, ma è difficile.

Anche ad oggi ho paura a rifiutare il mio compagno, ho paura di deluderlo, di non potergli più piacere...

Non dargli il mio consenso significa nella

mia testa "perderlo", so benissimo che mi ama e non farebbe mai nulla senza il mio volere, spero di riuscire a capirlo prima o poi.

Oggi, dopo un percorso fatto di lunghe salite e brevi discese, ho capito il significato della parola CONSENSO, ho capito di non aver avuto nessuna colpa e vivo con la consapevolezza di avere in mano la mia vita e poter scegliere a chi dare il mio consenso e a chi non darlo.

Mi auguro che il significato di questa parola venga compreso senza dolore e sofferenze da altre ragazze.

Una piccola guerriera





IL SILENZIO NON È ASSENSO



Io parto da Sola per un fine settimana itinerante al mare con un'organizzazione in cui ci sono alcune persone che non frequento, ma conosco per motivi di lavoro e di amicizie in comune.

È un gruppo di cui mi fido, mi sento sicura per la mia persona, sono emozionata e non vedo l'ora di fare questa esperienza nuova in mezzo alla natura.

La sera ci accampiamo, ci sono giovani, adulti, maschi, femmine, amici del mio compagno.

Sono accolta con un brindisi di rosso e con la frase "Sei una di noi!". In realtà questa frase mi colpisce, non capisco, ma non la sento così positiva.

È la prima sera, mangio, bevo, brindo e fumo in compagnia.

A cena ho su una tuta morbida, intera, comoda. Qualcuno mi dice "Cosa hai messo?!" io sorrido e dico "Niente di che, sono comoda". Mi fido, ci conosciamo per lavoro.

Rido, scherzo, chiacchiero, partecipo come tutti.

Ci spostiamo, siamo in cerchio, ci sono fuochi e chiacchiere.

Col passare delle ore la compagnia si dimezza. Da dieci a cinque, poi tre e poi due.

So di essere ubriaca e fusa. È una bella serata quasi estiva, sono stanca, da seduta mi sdraio. Di colpo nel silenzio chi è di fianco a me mi dice "Fammi vedere le tette!".

Io sorrido incredula dico "No, perché?" Me lo ripete: "FAMMI VEDERE LE TETTE".

Rimango ferma, stavolta la frase è perentoria. Me lo ripete un'altra volta "FAMMI VEDERE LE TETTE"

Io sono ferma, immobile. Gelo. SFILA LA TUTA.

HO PAURA.

Non tocca. GUARDA.

Si alza. Mi guarda e dice "ALZATI".

Rimango Immobile. Non faccio niente. Non vedo nessuno. Qualche voce in lontananza.

Sto ferma. Non mi muovo.

HO PAURA.

Me lo ripete. "ALZATI". Non urla, è fermo, perentorio, sicuro.

"ALZATI".

ESEGUO.

Sono in Piedi. FERMA, IMMOBILE.

È davanti a Me.

“SPOGLIATI”.

Io rimango Immobile.

HO PAURA, NON RIESCO PIÙ A MUOVERMI.

Va dietro di Me.

Guardo. Il vuoto.

Mette le sue mani sui miei fianchi.

Abbassa la tuta e mi penetra.

Sono ferma, muta, entra.

Se ne va e rimango nuda, sola.

La mattina dopo sono devastata, ho paura,
cerco qualcuno che mi parli, che mi guardi.

NESSUNO.

Lo rivedo. “COSA È SUCCESSO???”

Gli sto Lontano.

Il terzo giorno arriva, come previsto, il mio
compagno di allora.

Appena prima un uomo di una certa età mi
guarda e mi dice in dialetto:

“E ALLORA? ...ADESSO NON PUOI PIÙ FARE
QUELLO CHE VUOI !”.

Mary





LA PAROLA, IL CONSENSO

Approcciandomi al Consenso, l'attenzione è andata subito alle difficoltà e al desiderio di esprimere il mio pensiero in modo chiaro. Ho cercato degli articoli, documenti che mi potessero aiutare.

Ho scoperto la Dichiarazione dei Diritti Sessuali della WAS (World Association of Sexology) e mi sono affacciata ad un modo che da una parte mi sembrava ovvio per la mia esperienza di vita e per gli insegnamenti che mi sono stati dati, ma nello stesso tempo mi sembrava altrettanto ovvia la necessità di condividere e scambiare queste informazioni.

L'influenza della famiglia, del luogo in cui si abita, delle persone con cui ci si relaziona, della scuola, di ogni politica sono enormi e possono fare una sostanziale differenza.

La Dichiarazione dei Diritti Sessuali si basa su diritti umani universali. Afferma che la sessualità è un aspetto centrale dell'essere umano nell'arco della vita e comprende sesso, identità, ruoli di genere, orientamento sessuale, erotismo, piacere, l'intimità e la riproduzione.

La sessualità può essere espressa e sperimentata attraverso pensieri, fantasie, desideri, attitudini, valori, comportamenti, parole, pratiche, ruoli e relazioni.

Così sono arrivata alla definizione di Consenso Sessuale: la comunicazione chiara e condivisa con un partner del desiderio di partecipare o meno ad una situazione sessualmente coinvolgente, oltre che di attuare determinate pratiche sessuali.



Secondo me esprimere il consenso significa prima di tutto conoscere cosa desideriamo e cosa non ci piace, comunicarlo e arrivare in questo modo anche a conoscere i desideri dell'essere umano con cui ci stiamo relazionando.

I modi con cui si può comunicare sono tanti, ma a mio parere la Parola è una forma di comunicazione obbligatoria per esprimere o negare il consenso in una relazione, sia essa affettiva, sentimentale o un incontro casuale e fugace. Questo dà sicurezza e ci mette a nostro agio.

Mary



LE SCIENZE E LA VIOLENZA

DICHIARAZIONE DEI DIRITTI SESSUALI

RUMOROSSA

Riconoscendo che i diritti sessuali sono essenziali per l'ottenimento del miglior standard di salute sessuale raggiungibile, la **World Association for Sexual Health (WAS)**:

DICHIARA che i diritti sessuali sono basati sui diritti umani universali già riconosciuti nei documenti internazionali e regionali, nelle costituzioni e leggi nazionali, fra gli standard e i principi sui diritti umani e nelle conoscenze scientifiche relative alla sessualità umana e alla salute sessuale.

RIAFFERMA che la sessualità è un aspetto centrale dell'essere umano nell'arco di vita e comprende il sesso, le identità e i ruoli di genere, l'orientamento sessuale, l'erotismo, il piacere, l'intimità e la riproduzione. La sessualità è sperimentata ed espressa attraverso pensieri, fantasie, desideri, credenze, attitudini, valori, comportamenti, pratiche, ruoli e relazioni. Mentre la sessualità può includere tutte queste dimensioni, non tutte vengono sperimentate o espresse. La sessualità è influenzata dall'interazione di fattori biologici, psicologici, sociali, economici, politici, culturali, legali, storici, religiosi e spirituali

RICONOSCE che la sessualità è una fonte di piacere e benessere e contribuisce a un senso di realizzazione e soddisfazione generale.

RIAFFERMA che la salute sessuale è uno stato di benessere fisico, emotivo, mentale e sociale correlato alla sessualità; non è semplicemente l'assenza di un disturbo, di una disfunzione o di una malattia. La salute sessuale richiede un approccio positivo e rispettoso alla sessualità e alle relazioni sessuali, così come alla possibilità di vivere esperienze sessuali piacevoli e sicure, libere da coercizione, discriminazione e violenza.

RIAFFERMA che la salute sessuale non può essere definita, capita o resa operativa senza un'ampia conoscenza della sessualità.

RIAFFERMA che i diritti sessuali di tutte le persone devono essere rispettati, protetti e soddisfatti affinché la salute sessuale sia ottenuta e mantenuta.

DICHIARA che l'uguaglianza e la non discriminazione sono fondamentali per la protezione e promozione di tutti i diritti umani e includono la proibizione di qualsiasi forma di distinzione, esclusione e restrizione per ragioni di razza, etnia, colore, sesso, lingua, religione, opinioni politiche o di altro tipo, origine nazionale e sociale, ricchezza, nascita o di altra condizione, compresi la disabilità, l'età, la nazionalità, lo stato matrimoniale e familiare, l'orientamento sessuale e l'identità di genere, lo stato di salute, la residenza, la situazione economica e sociale.

RICONOSCE che l'orientamento sessuale, l'identità di genere, l'espressione di genere e la diversità fisica delle persone richiedono la protezione dei diritti umani.

RICONOSCE che tutti i tipi di violenza, molestia, discriminazione, esclusione e stigmatizzazione sono violazioni dei diritti umani e incidono sul benessere degli individui, delle famiglie e della comunità.

AFFERMA che l'obbligo di rispettare, proteggere e soddisfare i diritti umani è applicato a tutti i diritti e le libertà sessuali.

AFFERMA che i diritti sessuali tutelano i diritti di tutte le persone di realizzare ed esprimere la loro sessualità e di godere della salute

sessuale, con il dovuto rispetto per i diritti degli altri.

I diritti sessuali sono diritti umani riguardanti la sessualità:

1. Il diritto all'uguaglianza e alla non discriminazione.

Ogni individuo ha il diritto di godere di tutti i diritti sessuali presenti in questa dichiarazione senza nessuna distinzione di razza, etnia, colore, sesso, lingua, religione, opinioni politiche o di altro tipo, origine nazionale e sociale, residenza, ricchezza, nascita, disabilità, età, nazionalità, stato matrimoniale e familiare, orientamento sessuale, identità ed espressione di genere, stato di salute, situazione economica e sociale e altri status.

2. Il diritto alla vita, alla libertà e alla sicurezza della persona.

-Ogni individuo ha il diritto alla vita, alla libertà e alla sicurezza che non possono essere arbitrariamente minacciate,

limitate o tolte per ragioni correlate alla sessualità. Queste includono: l'orientamento sessuale, e pratiche e i comportamenti sessuali consensuali, l'identità e l'espressione di genere, l'accesso a o l'organizzazione di servizi connessi alla salute sessuale o riproduttiva.

3. Il diritto all'autonomia e all'integrità corporea.

Ogni individuo ha il diritto di controllare e di decidere liberamente sulle questioni relative alla propria sessualità e al proprio corpo. Questo include la scelta dei comportamenti, delle pratiche, dei partner e delle relazioni sessuali, con il dovuto rispetto per i diritti degli altri. La decisione libera ed informata richiede un consenso libero ed informato prima di qualsiasi test, intervento, terapia, chirurgia o ricerca correlata alla sessualità.

4. Il diritto ad essere liberi dalla tortura e da trattamenti o punizioni crudeli, disumani o degradanti.

Ogni individuo deve essere libero dalla tortura e da trattamenti o punizioni crudeli, disumani o degradanti relativi alla sessualità,

inclusi: pratiche dolorose tradizionali; sterilizzazione, contraccezione e aborto forzati; e tutte le altre forme di torture, crudeltà, disumanità, o trattamenti e punizioni degradanti perpetrati per ragioni inerenti al sesso, al genere, all'orientamento sessuale, all'identità e all'espressione di genere e alla diversità fisica.

5. Il diritto ad essere liberi da tutte le forme di violenza e di coercizione.

Ogni individuo deve essere libero dalla violenza e dalla coercizione sessuale, inclusi: stupro, abuso sessuale, molestie sessuali, bullismo, sfruttamento e schiavitù sessuale, traffico di persone per scopi di sfruttamento sessuale, test della verginità e violenza commessa a causa di reali o percepite pratiche sessuali, orientamento sessuale, identità ed espressione di genere e diversità fisica.

6. Il diritto alla privacy.

Ogni individuo ha il diritto alla privacy legata alla sessualità, alla vita sessuale e alle scelte riguardanti il proprio corpo, le relazioni e le pratiche sessuali consensuali, senza

interferenze ed intrusioni arbitrarie. Questo include il diritto di controllare la divulgazione delle informazioni personali riguardanti la sessualità ad altri.

7. Il diritto al miglior standard raggiungibile di salute inclusa la salute sessuale, con la possibilità di esperienze sessuali piacevoli, soddisfacenti e sicure.

Ogni individuo ha il diritto al miglior livello raggiungibile di salute e di benessere relativo alla sessualità, inclusa la possibilità di esperienze sessuali piacevoli, soddisfacenti e sicure. Questo richiede la disponibilità, l'accessibilità e l'accettabilità di servizi sanitari di qualità e l'accesso alle condizioni che influenzano e determinano la salute, inclusa la salute sessuale.

8. Il diritto a godere di benefici del progresso scientifico e della sua applicazione.

Ogni individuo ha il diritto di godere di benefici del progresso scientifico e della sua applicazione in relazione alla sessualità e alla salute sessuale.

9. Il diritto all'informazione.

Ogni individuo deve avere accesso ad informazioni scientificamente accurate e comprensibili sulla sessualità, sulla salute sessuale e sui diritti sessuali attraverso diverse fonti. Queste informazioni non devono essere arbitrariamente censurate, negate o rappresentate intenzionalmente in modo errato.

10. Il diritto all'istruzione e il diritto ad una educazione sessuale approfondita ed esauriente.

Ogni individuo ha il diritto all'istruzione e il diritto ad una educazione sessuale completa. L'educazione sessuale deve essere appropriata all'età, scientificamente accurata, culturalmente adeguata e basata sui diritti umani, sull'uguaglianza di genere e su un approccio positivo alla sessualità e al piacere.

11. Il diritto a contrarre, dare forma e sciogliere matrimoni e altre forme similari di relazione basate sull'uguaglianza e sul libero e pieno consenso.

Ogni individuo ha il diritto di scegliere se sposarsi o no e di intraprendere in pieno e libero consenso un matrimonio, una

relazione di coppia o altre forme simili di relazione. Tutte le persone hanno gli stessi diritti all'inizio, durante e alla fine di un matrimonio, di una relazione di coppia o altre forme simili di relazione, senza alcun tipo di discriminazione o esclusione. Sono inclusi uguali diritti all'assistenza sociale e ad altri vantaggi indipendentemente dal tipo di relazione.

12. Il diritto a decidere se avere figli, quanti e quando averne, e ad avere le informazioni ed i mezzi per farlo.

Ogni individuo ha il diritto di decidere se avere figli, il numero e la distanza tra uno e l'altro. Per esercitare questo diritto è necessario avere l'accesso alle condizioni che influenzano e determinano la salute e il benessere, inclusi i servizi di salute sessuale e riproduttiva connessi con gravidanza, contraccezione, fertilità, aborto e adozione.

13. Il diritto alla libertà di pensiero, opinione ed espressione.

Ogni individuo ha il diritto alla libertà di pensiero, opinione ed espressione riguardo alla sessualità e ha

il diritto di esprimere la propria sessualità attraverso, ad esempio, l'aspetto, la comunicazione e il comportamento, con il dovuto rispetto per i diritti degli altri.

14. Il diritto alla libertà di associarsi e riunirsi pacificamente.

Ogni individuo ha il diritto di organizzarsi, associarsi, riunirsi, manifestare su e a difendere pacificamente la sessualità, la salute sessuale e i diritti sessuali.

15. Il diritto alla partecipazione alla vita pubblica e politica.

Ogni individuo ha il diritto ad un ambiente che permetta che permetta di partecipare attivamente, liberamente e significativamente e di contribuire agli aspetti civili, economici, sociali, culturali, politici e della vita umana a livello locale, nazionale, regionale ed internazionale. In particolare tutte le persone sono in diritto di partecipare allo sviluppo e all'implementazione di politiche che possano determinare il loro benessere, incluse la loro sessualità e la loro salute sessuale.

16. Il diritto ad accedere alla giustizia, alle azioni giudiziarie e al risarcimento.

Ogni individuo ha il diritto ad accedere alla giustizia, alle azioni giudiziarie e al risarcimento per le violazioni dei propri diritti sessuali. Questo richiede misure educative, legislative e giuridiche effettive, adeguate, accessibili e appropriate. Le azioni giudiziarie includono il risarcimento attraverso restituzione, compensazione, riabilitazione, soddisfazione e garanzia di non ripetizione.



Traduzione di Francesca Tripodi e
Valentina Rossi Istituto di Sessuologia
Clinica di Roma (ISC).

Versione inglese:

[http://www.worldsexology.org/resources/
declaration-of-sexual-rights/](http://www.worldsexology.org/resources/declaration-of-sexual-rights/)



LE SCIENZE E LA VIOLENZA

ONLY YES MEANS YES
LA CENTRALITÀ DEL CONSENSO
PER UNA SESSUALITÀ CONSAPEVOLE

RUMOR
BOSSA

In questo articolo intendo approfondire alcune tematiche trattate in una conferenza a cui sono stata invitata dall'Ordine degli Psicologi della Lombardia per la settimana dei Diritti Umani, in occasione della Giornata Internazionale contro La violenza sulle Donne, il 25 novembre 2022, il cui titolo era *"Only yes means yes. La centralità del consenso per una sessualità consapevole"*.

Il presupposto da cui sono partite le riflessioni è il *victim blaming*, il pregiudizio sociale che addebita alla vittima la responsabilità della violenza sessuale subita. Come si evince dai dati Istat del 2019: *"Persiste il pregiudizio che addebita alla donna la responsabilità della violenza sessuale subita. Addirittura il 39,3% della popolazione ritiene che una donna è in grado di sottrarsi a un rapporto sessuale se davvero non lo vuole. Anche la percentuale di chi pensa che le donne possano provocare la violenza sessuale con il loro modo di vestire è elevata (23,9%). Il 15,1%, inoltre, è dell'opinione che una donna che subisce violenza sessuale quando è ubriaca o sotto l'effetto di droghe sia almeno in parte responsabile."*

Questi pregiudizi sono il riflesso di una società che, per tante ragioni, fatica a tenersi al passo coi tempi in ambito di parità di genere, anche sul piano giuridico; una nazione il cui codice penale non menziona il consenso tra gli elementi costitutivi dell'articolo 609-bis, che prevede che il "reato di stupro" sia necessariamente collegato agli elementi della violenza, o della minaccia o dell'inganno, o dell'abuso di autorità.

Tuttavia, come stabilito dalla *Convenzione di Istanbul*, ratificata dall'Italia nel 2013, lo stupro è un *"rapporto sessuale senza consenso"*. L'articolo 36, paragrafo 2, della *Convenzione* specifica che il consenso *"deve essere dato volontariamente, quale libera manifestazione della volontà della persona, e deve essere valutato tenendo conto della situazione e del contesto"*.

Nel 2018 in Spagna è stata introdotta una legge che prevede il consenso esplicito al contatto sessuale, per la quale quindi *No vuol dire no* e il tacere vuole comunque dire no, e lo stesso dicasi per lo smettere di opporsi. Citando Giulia Blasi (2018):

“Una legge che da noi è completa fantascienza: appena si prova anche solo a far balenare l’ipotesi si crea una sollevazione popolare che inneggia i cari vecchi corteggiamenti di una volta, e la morte del desiderio, e la fine della passione, e volete farci firmare la liberatoria prima di scopare, e che dobbiamo fare, con thumbt compile un documento in blochchain?”. In sostanza suggerisce che da noi non potrebbe succedere! “Il mito dell’uomo che non deve chiedere mai, vecchio slogan pubblicitario diventato paradigma di un certo machismo retrò, ha dimostrato di avere una discreta tenuta”

Purtroppo gli abusi sessuali sono giuridicamente difficilissimi da provare, soprattutto quando avvengono tra persone che si conoscono, ovvero tra famigliari o tra partner o ex partner, diventa una *mission impossible!* Con tutte conseguenze per la donna, per l’indagato e per la società che questo comporta. Eppure tuttora pare ancora difficile poter semplicemente ascoltare e credere ad una donna che racconta di aver vissuto un rapporto sessuale come una violenza per cui non ha dato consenso. Nonostante le statistiche provino il contrario (ISTAT, 2019), siamo propensi a credere che una donna vittima di

violenza sessuale non aspetti altro che potersi vendicare, o ricattare l’uomo e sfruttare il potere di questa denuncia (cosa assurda se si considera l’altissima percentuale di archiviazioni!). Tra una donna che racconta di aver subito una violenza e un uomo che lo nega tendiamo a credere a lui, delegando ad un sistema giuridico retrogrado e iniquo di verificare se lei stia mentendo o sia credibile.

Come si può definire il consenso?

Nessuno strumento internazionale per i diritti umani fornisce una definizione esatta di consenso e nella ricerca storica di questo concetto apprendiamo che non è un concetto filosofico ma giuridico. Come ci suggerisce Michela Marzano, in una *lectio* del 2021 al festival della filosofia di Carpi, pensatori come Immanuel Kant e John Stuart Mill hanno gettato i semi perché germogliassero le riflessioni successive, attraverso il concetto di autonomia kantiana (1784) e di libertà milliana (1859) mentre il concetto di consenso informato è stato nominato per la prima volta nell’ambito della ricerca medica nel Codice di Norimberga del 1948, a seguito dell’omonimo processo e, in ambito di cura, negli Stati Uniti trent’anni dopo mentre in termini legali, in Italia la legge sul consenso informato è arrivata nel 2017.

Il consenso è una manifestazione, in una società pluralista, della propria volontà in modo consapevole, esplicito, libero e calato all'interno di uno specifico contesto relazionale/sociale e culturale con dei limiti. Implica il rispetto della libertà e dell'autodeterminazione della persona, di diritti umani inalienabili.

L'aspetto fondamentale che lo caratterizza è proprio la **libertà** con cui si manifesta. Una scelta è libera quando è consapevole, quindi **il nostro stato di coscienza non deve essere alterato** da alcol o droghe. Se non sono lucida e cosciente posso fare una scelta libera e consapevole?

il consenso **deve essere sentito, convinto**, non un accontentare l'altra persona a seguito di insistenza. Entrare nei meandri della sessualità umana significa aprirsi alla complessità quindi alla comprensione di dinamiche relazionali specifiche in ogni coppia sessuale. Fatta eccezione per le coppie che praticano BDSM, in cui il ruolo di dominanza e sottomissione è parte di un gioco relazionale concordato e consensuale con tanto di gesti e parole-chiave per segnalare che ci si vuole fermare, per il resto, a proposito di sintonizzazione, nel corpo e nel viso dell'altra persona, grazie al

linguaggio non verbale, è intuibile il disagio se rimane immobile, si ritrae o manifesta paura o disagio o dolore.

Nel sesso non esiste il "silenzio assenso", il "chi tace acconsente", e nemmeno il prendere per consenso frasi come: "fai come vuoi tu" o "se proprio ci tieni".

Il consenso, per essere tale, come in ogni altro ambito della vita quotidiana, **deve essere informato, e non può basarsi su omissioni o menzogne**: «Andiamo in macchina, voglio solo parlare» e poi approcciare al contatto fisico senza chiedere, oppure «vieni a casa mia, ti offro un piatto di pasta» e poi spogliarsi appena chiusa la porta; togliere il preservativo senza dirlo, per citare un esempio frequente (questa specifica forma di violenza sessuale è talmente frequente da esser stata denominata con un termine specifico: *steal-thing*).

È importantissimo inoltre considerare che il consenso è **specifico e variabile nel tempo**. Un rapporto sessuale consenziente richiede che ci sia una *continua* sintonizzazione e comunicazione. Il partner potrebbe gradire una posizione ma non un'altra, provare piacere con una pratica ma molto disagio diversamente ed è fondamentale essere costantemente in contatto e consenzienti, anche perché, ed è normale che sia così, nel corso del tempo, ciò che si desidera

può cambiare.

Fermiamoci un attimo, non perdiamoci in troppe specifiche, il rischio è che, nell'analisi di cosa sia o no il consenso in ambito sessuale, si perda di vista che esistono due questioni principali che stanno alla base del consenso:

- 1) Il consenso o dissenso dell'altro io devo – *in primis* - **riconoscerlo**, saperlo leggere.
- 2) Il consenso o dissenso dell'altro devo **volerlo accogliere, accettare, rispettare.**

Questo presuppone due cose: in primis la capacità di *sintonizzarsi emotivamente con l'altra persona*; il nostro sistema nervoso (per esempio il sistema ventro-vagale deputato all'ingaggio sociale) è meravigliosamente sofisticato e fine nella rilevazione dei segnali emotivi nostri e altrui. Purtroppo non in tutti questa capacità si è sviluppata al massimo. Ecco perché servirebbe in termini preventivi, promuovere fin dalla prima infanzia interventi di alfabetizzazione emotiva e di educazione affettiva e sessuale.

Secondariamente *accettare il dissenso* di una persona a concedersi sessualmente

apre lo scenario sulle fondamenta della nostra cultura patriarcale, che si regge su *stereotipi di genere* e modelli che non facilitano il rispetto e la parità di genere.

All'uomo macho, dominante, conquistatore, *che "insiste finché lei non cede"*, si associano dogmi morali derivati da una religione (intendo quella cristiana cattolica) che ha per secoli condizionato la sessualità umana considerandola un'azione peccaminosa ma anche obbligatoria nel matrimonio per scopi riproduttivi. Se non superiamo lo stereotipo del "l'uomo che non deve chiedere mai" nel gioco seduttivo il flirt va "a senso unico" e concepiamo l'altra persona come un traguardo, un oggetto da vincere/ottenere/conquistare e il corteggiamento come una sfida. Così facendo il rischio è anche quello di credere quel che fa più comodo per poter vincere la sfida. Quindi il rischio di fraintendere il NO come un "*se insisti ancora un po' avrai vinto*".

Se in un rapporto intimo o sessuale non c'è *disponibilità reciproca* significa che uno dei due non sta dando il proprio consenso a proseguire. Diversamente si sta giocando a scoprirsi poco alla volta, ma il clima emotivo è diverso. Punto.

A questi fattori culturali si associano questioni riferibili al campo della politica, dell'economia e delle scelte istituzionali come quella di non aver ancora inserito programmi pedagogici psico-educativi di educazione emotiva, affettiva e sessuale, con il bel risultato che i bambini già alle elementari accedono ai siti porno e apprendono da lì che cosa sia il sesso: una performance maschilista priva di reciprocità e calore, in cui il corpo femminile è oggettificato e il consenso non necessario.

Cosa quindi in ambito sessuale NON è consenso?

NON è una promessa: si può cambiare idea.

NON è un favore: deve essere determinato da un desiderio reciproco.

NON è un atto dovuto: sotto coercizione non può esserci autodeterminazione.

NON è un sì ottenuto sotto gli effetti di alcool o droghe: viene a mancare quello stato di coscienza necessario per una scelta consapevole.

NON è un sì ottenuto mediante esercizio di autorità, manipolazione, obbligo o ricatto economico o psicologico/affettivo: «Se mi

fai questo.... ti faccio ottenere un aumento», «Ti restituisco i tuoi soldi se facciamo sesso», «Adesso lo fai, mi avevi detto che mi amavi, se no sei una bugiarda e ti lascio!», «Facciamolo senza preservativo o non ci vediamo mai più», «Se vuoi che non ti tradisca allora adesso fai questo»: ottenere di fare sesso in questo modo è violenza sessuale.

NON è uno stile di vita, un modo di vestirsi o di atteggiarsi. Vestirsi in modo sensuale non significa «desidero fare sesso»; avere partner occasionali e sperimentare pratiche sessuali in modo libero non significa: «Ho voglia di fare sesso con qualsiasi persona e in qualsiasi momento»; allo stesso modo esercitare la professione di *sex worker* non significa «Puoi fare tutto quello che vuoi, è il mio lavoro» ma prevede l'utilizzo del proprio corpo attraverso atti sessuali a seguito di un autodeterminato, consapevole e continuo consenso, con tutti i limiti del caso.

Perché in assenza di consenso si parla di violenza sessuale?

Perché implica il non rispetto dei diritti umani: della libertà e dell'autodeterminazione, è una violazione dei confini corporei e dell'intimità.

A rendere tale una violenza sessuale non è soltanto la brutalità o la forza fisica ma anche la sottile coercizione psicologica ottenuta con la manipolazione o tramite minaccia di abbandono, o corredata di colpevolizzazione, o ottenuta tramite inganno, o squilibrio di potere. Questi casi, per legge, è violenza: non vi è infatti consenso.

Perché si pratica ancora così poco il consenso nel contesto relazionale e nella sessualità, cosa ostacola l'espressione del consenso nelle relazioni?

La **scarsa educazione all'affettività e alla sessualità**, che resta *un tema tabù in molte famiglie e a scuola*: non ci viene apertamente insegnato che è un valore a livello emotivo e che se ne può parlare. La scarsa possibilità di avere un dialogo aperto su questi temi con figure adulte, neutre e sicure (professionali o non) che orientino in modo consapevole e responsabile le persone giovani o inesperte.

La **scarsa consapevolezza personale** del proprio corpo, di ciò che ci dà piacere, dei propri gusti, delle proprie emozioni, dei propri valori e di come vogliamo che orientino il nostro comportamento, della

propria storia e di come questa riverbera in noi. A causa di questa scarsa consapevolezza di sé si tende a conformarsi con ciò che il mondo ci richiede (che siano i genitori, i parenti, gli amici, i partner o le figure a cui ci si ispira) senza accorgersi che questo non sempre questo ci fa stare bene. **La vergogna, la paura di non essere apprezzat*, accettat* e compres***.

Nello specifico si ha vergogna di chiedere/rispondere per paura di sembrare x, y, z; si ha vergogna di rifiutare/essere rifiutat*. In particolare si teme il dissenso perché ci fa sentire sbagliat*, lo associamo al “rifiuto della nostra persona”, del nostro valore personale e non dell’atto in sé; mentre se la risposta è “non mi va», «non me la sento», «non ora” o “questo no” si possono aprire altre possibilità, può nascere una sintonia più in linea con il momento e che accresce l’intesa. Esempi di frasi frequenti riportate da preadolescenti e adolescenti: “Mi vergogno a chiedere”, “Non riesco a parlare in quei momenti», «Magari se parlo mi guarda male”, “Avevo paura che mi dicesse di no», “Temevo che se avessi detto no mi avrebbe lasciata», «Se rifiuto pensa che non sono capace”, «Non sapevo cosa potevo dire, cioè se potevo farlo o no...boh».

I **dictat familiari, culturali e religiosi, la peer pressure** ostacolano l'esercizio del consenso perché rallentano o velocizzano i processi di scoperta del sesso imponendo ritmi non spontanei e non autodeterminati

Allo stesso modo **gli stereotipi di genere, la continua esposizione a modelli sessuali pornografici maschilisti** creano negli adolescenti inesperti l'idea di una *performance* da dover mettere in atto e il prima possibile: si perde la spontaneità, l'intimità e anche la normalizzazione della goffaggine, dell'inesperienza e dell'imbarazzo.

Si crea l'aspettativa di una condizione in cui si deve mantenere *uno standard ideale* e questo aumenta l'ansia e diminuisce il divertimento e la dimensione del gioco, della cooperazione, perché ciascuno è solo nel confronto con lo standard di una performance in cui si perde la dimensione duale, quindi la reciprocità e, talvolta, la consensualità.

Come si può esprimere o chiedere il consenso?

La risposta è semplice e banale ma non sempre le risposte richiedono chissà quale studio scientifico:

1) **Chiedere in modo semplice e diretto:**

«Ti posso dare un bacio? Ti posso accarezzare il seno? Ti posso baciare la pancia? Mi posso spogliare? Posso farlo anche a te? Cosa posso fare per darti piacere? Ti va di fare l'amore/sesso con me? Questo.... ti va? Posso fare così...? Ti piace se ti dico? Ti va se faccio..... ? Cosa ti va di fare/provare? Hai voglia di provare insieme?»

2) **Rispondere in modo altrettanto semplice e diretto**, con un sì o con un no, specificando con frasi semplici, e chiare: «Sì», «No», «Non adesso, non questa volta, non qui, non questo, non così»

3) Se le parole imbarazzano si può, prima, **concordare dei gesti o dei movimenti per interrompersi.**

4) Concordare delle **parole chiave** per darsi dei limiti e intendersi facilmente, come avviene nelle pratiche relazionali e/o erotiche consensuali BDSM (Bondage, Dominazione, Sadismo e Masochismo) in cui esistono le safeword per l'interruzione della dinamica, per garantire, anche praticando atti sessuali intensi un *regime SSC* (sicuro, sano e consensuale, 1984) o *RACK* (gioco erotico consensuale con consapevolezza del rischio,1999).

5) Per facilitare la consensualità del rapporto può essere utile **anticipare una serie di temi durante la conoscenza reciproca** come la

non disponibilità a certe pratiche. Questo non significa che poi comunque non si continui a richiedere feedback durante il rapporto.

6) Il miglior modo per non incorrere in rapporti non consensuali è infatti la **comunicazione continua**, ovvero la presenza di feedback prima, durante e dopo, da non interpretare come critica ma come libera espressione della propria disponibilità o indisponibilità a certe gestualità.

7) Oltre alla comunicazione esplicita è fondamentale il **linguaggio del corpo e della voce**, quindi della comunicazione non verbale e paraverbale. Osservare con attenzione, chiedere conferma dell'interpretazione data, essere consapevoli del proprio modo di esprimersi con le espressioni del volto, la postura, i movimenti, il paraverbale, aiuta sia noi che l'altra persona.

8) Lasciare sempre aperta la possibilità di **dire e ascoltare quello che si ha davvero voglia di fare in qualsiasi momento E RISPETTARLO**. Senza interpretare il dissenso come un rifiuto della relazione o della persona ma circoscrivendolo all'azione sessuale.

In sintesi, concludendo questo articolo tenendo in considerazione che tantissime altre cose si potrebbero dire, sarebbe importante contribuire e partecipare, nel quotidiano, ad una trasformazione culturale necessaria.

Considerare la sessualità come una meravigliosa parte della nostra vita da poter esplorare liberamente e di cui prendersi cura potrebbe muoverci ad un cambiamento attraverso tanti piccoli accorgimenti quotidiani che potrebbero fare la differenza: dalle chiacchiere al bar all'approccio con il partner, dall'uso dei social alla condivisione di contenuti durante gli scambi in ambito familiare e lavorativo....

La rivoluzione di cui abbiamo bisogno sta nell'aver cura di sé e dell'altra persona nei piccoli gesti quotidiani, nel promuovere libertà, rispetto reciproco e consapevolezza.

Laura Belloni Sonzogni





LE SCIENZE E LA VIOLENZA

CONSENSO IN PELLICOLA: SERVE ANCHE NEL CINEMA



Quando parliamo di consenso, in ambito sessuale, comunemente si pensa alle normative giuridiche che sanciscono l'età minima in cui sia possibile compiere atti sessuali, con minori, senza conseguenze legali; oppure quando tali leggi intervengono in caso di denuncia di violenze e similari. Esiste un altro ambito dove, da tempo, soprattutto all'estero e, recentemente, anche in Italia, questo tema è diventato importante nell'ambito lavorativo dell'intrattenimento: quello degli attori che devono girare per copione scene erotiche o che sottintendono l'idea che stia avvenendo un rapporto sessuale. Potrà forse stupire qualcuno l'idea che un attore, pagato, con un copione alla mano, per cui ha accettato il ruolo e che perciò, da contratto, conosce le scene che dovrà interpretare ed ha accettato di portarle in scena, sia tutelato da questo punto di vista, e sia seguito da figure professionali che possano supportarlo e seguirlo in questa tipologia di "scene". Nel settore dello spettacolo, le produzioni che tengono a lavorare in modo responsabile con gli attori, le troupe e tutte

le persone che prendono parte alla realizzazione di film, serie tv, cortometraggi, ingaggiano da tempo la figura dell' «*Intimacy Coordinator*». Le necessità degli attori in questo ambito vertono su vari fattori. Quelli "esterni" riguardano i seguenti temi: mostrare la propria fisicità, girare scene erotiche che poi saranno riviste da loro stessi e da persone a loro care (genitori, partner), in alcuni casi avere un ruolo con un orientamento sessuale diverso dal proprio.

I fattori «interni», che riguardano proprio il consenso di ridurre la vicinanza e il senso di prossimità con altri attori, spesso incontrati anche solo per le poche ore in cui si gira la scena specifica. Anche un abbraccio, uno sfioramento, un bacio, sulle labbra o più profondo, sono intimamente importanti per ciascun individuo; separare il proprio sé dal ruolo del personaggio in questo caso non è semplice come potrebbe apparire a uno spettatore, giacché anche nella finzione delle storie narrate è il proprio corpo che deve essere presente, toccato o sfiorato o anche presentato sotto una certa luce. Ecco

perché per le produzioni è importante che gli attori siano preparati e sereni nell'affrontare alcuni tipi di attività attoriali.

Occuparsi di questi aspetti è importante in questo ambito, poiché creare la giusta fiducia tra le figure che prendono parte alla scena, con la troupe che deve necessariamente essere presente nel girato, la produzione e i registi, rende il clima lavorativo sereno, produttivo ed efficace al fine di rendere la storia narrata credibile e fluida. Preparare gli attori spetta alla figura dell'*Intimacy Coordinator* o dell'*Intimacy set Consultant*.

Si leggono le scene del copione e si stabilisce prima di girare cosa ci si aspetta da parte della regia e da chi ha sceneggiato lo spettacolo, agli attori viene dato spazio per esprimere le proprie esigenze, necessità e perplessità, l'*Intimacy Coordinator* si assicura che venga stabilita una linea da seguire che sia soddisfacente e tutelativa di tutte le parti.

Da ultimo si decide insieme agli attori quali azioni verranno eseguite durante la scena, quali parti del corpo sarà consentito

toccare, ed eventualmente in che modo. Questo tipo di attività promuove il rispetto della propria fisicità e sensibilità personali, anche in ordine dell'attività che si svolge, allo stesso tempo aiuta la troupe a gestire al meglio il tutto, evitando di creare imbarazzi, commenti e situazioni che potrebbero inficiare la riuscita della rappresentazione.

Questo ruolo prevede di intervenire in caso di necessità, oltre le scene, in caso di problematiche e situazioni dubbie (*molestie/harassment*) anche in situazioni esterne al girato ma che potrebbero coinvolgere qualsiasi persona che sta prendendo parte alle attività della produzione dello spettacolo in questione.

Credo sia facilmente comprensibile come la presenza di questa figura all'interno delle produzioni, possa aiutare a vivere al meglio questa parte dell'attività e nondimeno far sentire chi vi lavora maggiormente tutelato, da questo punto di vista, dati i più o meno recenti avvenimenti di denunce di molestie in questo ambito.

Le produzioni tengono ad avere questa figura per tutelare se stesse anche per eventuali denunce, poiché spesso

emergono a distanza di troppo tempo sia perché si possa intervenire ed essere tutelativi per chi collabora nelle attività.

Il consenso è sempre importante e non va dimenticato.

Dott.ssa Claudia Popolillo (in foto)



«Blocco 181», serie TV
la cui produzione si avvale
della professionalità
dell'*Intimacy Coordinator*



LE DONNE CHE HANNO CAMBIATO LA STORIA

IL CONSENSO: LIBERTA' D'ESPRESSIONE E D'AZIONE DI UNA DONNA D'UN TEMPO

RUMOR BOSSA



IL CORSETTO «GABBIA FEMMINILE

Recentemente ho visto un film che mi ha particolarmente colpita “Il corsetto dell'imperatrice”, la cui regista è Marie Kreutzer. Sono andata al cinema senza troppe aspettative. Mia madre mi ha detto: “Dovrebbe essere un film sulla vita della principessa Sissi”.

L'unico ricordo che mi è riaffiorato alla mente era quello del famoso film con Romy Schneider, attrice protagonista de « La principessa Sissi».

Più volte, durante il film, mi sono chiesta se fosse effettivamente il ritratto fedele dell'imperatrice austriaca, della sua storia all'interno della sua dimora in quanto sposa di Francesco Giuseppe I d'Austria ma mi sono presto resa conto che non era assolutamente il ritratto biografico della nobile famiglia e che mi sarei persa il senso significativo e femminista dello stesso film se non mi fossi decentrata da quel point of view. La prima cosa che mi ha particolarmente colpita e su cui vorrei soffermarmi è stata confrontarla alla principessa della famosa serie televisiva. Avevo questo ricordo nella mia mente: una principessa sempre sorridente e perfetta. Nel film ho apprezzato la scelta di ritrarre una principessa che prima di tutto è una donna, una persona con le sue imperfezioni, con le sue fragilità, con i suoi talenti inespressi... quello che a mio parere si può percepire è proprio questo aspetto. Una donna, una persona con tante potenzialità ma che viene sempre lasciata ai margini, potremmo dire come direbbe la saggia Mia Martini “avvilita come un oggetto”.

Una donna che viene portata a controllare il proprio corpo ossessivamente per essere considerata bella. Una donna costretta, a cui non viene minimamente chiesto alcun consenso, e stretta in certi canoni socio-culturali in cui la definizione del femminile pare unicamente essere subordinata a quella del maschile. Più volte all'interno del film si intuisce che quello che viene chiesto alla giovane principessa è di "saper apparire in pubblico e nei contesti formali, sociali".

Lo stesso marito, lamentandosi del mancato adempimento del suo dovere di consorte, dice: "Tu sei qui solo per rappresentanza". Questa frase è molto significativa e riporta a galla il riflesso di una società che non ha spazio, non ha tempo per andare oltre la rappresentanza... come se fosse una controfigura alienata.. Sono tante le strategie messe in atto dalla protagonista per trovare delle vie di fuga, condotte di evitamento per non rischiare di essere risucchiata in questa definizione del femminile alienante e soffocante quanto il corsetto che la stessa protagonista è costretta a mettere. Prima di approdare alla conclusione, mi vorrei soffermare un momento sul corsetto, simbolo metaforico di una gabbia limitante del femminile, come

d'altronde nell'estetica femminile ce ne sono stati tanti altri (la crinolina per esempio); infatti, la stessa imperatrice è costretta a subire il modello soffocante e stringente, come i lacci del corsetto che indossa, di un certo ideale femminile. Questo ideale non si riflette solo nell'abbigliamento ma anche nella postura, nell'atteggiamento, nelle parole.

Una donna il cui volere è costantemente represso, nonostante abbia propri valori e ideali che vorrebbe poter concretizzare.

Ecco che qui vorrei esplicitare meglio il mio pensiero sul consenso: dov'è il consenso delle donne? Costrette a rivestire un ruolo marginale perfino nei ranghi più alti, "una comparsa vivente", non è un caso "piccolo spoiler" che alla fine del film la stessa imperatrice decida di farsi sostituire in tutto e per tutto da una delle sue dame di compagnia.

Il film ha un finale estremo che io ho letto come tentativo d'emancipazione anche se attraverso la morte.

È doloroso però scoprire che la donna, e il suo consenso nella possibilità di autodeterminarsi, sia così repressa, così avvilita, così azzittita che alla fine l'unico modo per emanciparsi sia un gesto così estremo .

Martina D.



PAGINE CHIARE PAGINE SCURE

**ARCHEOLOGIA DELL'ASSENZA
DALL'ETOLOGIA ALLA MITOLOGIA:
IL CONSENSO FEMMINILE**

**RUMOR
BOSSA**

Come spiegarsi lo stupro, la sua origine e la sua evoluzione? La letteratura a riguardo sarebbe immensa: studi etologici, filosofici, socio-antropologici fino alle attuali neuroscienze affettive. Ho scelto di limitarmi a qualche pennellata senza pretese introducendo alcuni studi etologici ed evolucionistici per soffermarmi sulle fondamenta culturali della nostra cultura: quelle greco-romane.

Da un meraviglioso volume di Frans the Waal (2022) intitolato *“Diversi. Le questioni di genere viste con gli occhi di un primatologo”*, emergono dati di ricerca che ci distanziano dalla teoria di Thornhill e Palmer (2002) che nel loro *“A natural history of rape”* sostenevano che lo stupro fosse una soluzione pre-programmata in senso evolucionistico e quindi un comportamento naturale insito nella biologia dell'essere umano.

De Waal sostiene che, se è vero che il ricorso preponderante alla violenza fisica é un aspetto della vita sociale che varia significativamente a seconda del genere, essendo di gran lunga impiegato più dai maschi non solo nella nostra specie in ogni

parte del mondo ma anche nella maggior parte degli altri primati, non è altrettanto vero che lo stupro tra i primati – la cosiddetta “copula forzata” - è così frequente.

In generale l'incidenza della violenza tra i sessi, dell'uomo sulla donna, spicca nella specie umana, e una delle possibili spiegazioni sta nell'organizzazione della struttura familiare (le coppie umane vivono insieme in un relativo isolamento), che da una parte ha portato al successo evolutivo della nostra specie, ma d'altra parte ha creato una condizione di potenziale pericolo per le donne; un esempio di come questo fenomeno si sia verificato in modo amplificato è il lockdown del 2020, in cui la convivenza e l'isolamento forzati hanno portato all'esplosione della violenza domestica, che nella provincia di Hubei in Cina è triplicata, ma in generale è significativamente aumentata in tutto il mondo (Boserup, McKenney, Elkbuli, 2020).

Nei primati la copula forzata è molto rara, è più frequente negli orango, geneticamente meno simili a noi, che vivono isolati nelle foreste poiché la femmina vive da sola con la

prole, per cui l'assenza della rete sociale supportiva consente ai maschi di approfittarne. Tra i Bonobo invece, lo stupro è praticamente assente poiché *le femmine hanno sviluppato un legame di sorellanza fortissimo, tra femmine non imparentate, che reprime completamente la violenza maschile.* Come loro la maggior parte delle grandi scimmie antropomorfe, e con buona probabilità anche il nostro antenato vissuto tra i sei e gli otto milioni di anni fa, non mostrano nessuna attitudine adattiva allo stupro e, come sostiene Barbara Smuts, più la rete di relazioni tra femmine e forte e più le molestie sessuali maschili appaiono limitate. Niente di tutto ciò quindi ci aiuta a comprendere perché nella specie umana lo stupro sia così frequente tanto da essere divenuto uno strumento di guerra, un'arma per umiliare e terrorizzare popoli interi e milioni di donne in ogni angolo del mondo e in ogni epoca storica.

Brownmiller (1976: 13) *“la scoperta da parte dell'uomo che i suoi genitali potevano servire come arma per generare paura deve essere annoverata tra le più importanti scoperte dei tempi preistorici, insieme con l'uso del fuoco e le prime rozze asce di pietra”.*

Come ci ricorda Giovanni Liotti (2017)

“L'aggressività distruttiva intra specifica appare più diffusa e prende forme diverse in homo sapiens rispetto alle popolazioni di qualunque altra specie animale” e, secondo la Teoria Evoluzionistica della Motivazione, la spiegazione va cercata nella vulnerabilità a particolari condizioni ambientali del processo di inibizione della violenza. Senza citare le ipotesi sociologiche, psicologiche e psicopatologiche che potrebbero portare al collasso del Meccanismo di Inibizione della Violenza, distinguiamo l'aggressività difensiva da quella predatoria e comprendiamo come la prima, accompagnata da rabbia e preceduta da paura (e si ritrova più frequentemente in soggetti con PTSD o con disturbo borderline o disturbo dissociativo dell'identità) mentre la seconda, più frequentemente riscontrabile nei casi di stupro, è accompagnata da stati di eccitamento e si manifesta in modo estremamente brutale e crudele (più frequentemente è riscontrabile in soggetti con disturbo antisociale di personalità, psicopatia o sociopatia) e solitamente è accompagnata da mancanza di empatia e rimorso (Liotti et al. 2017).

La prevaricazione del genere maschile sul femminile è testimoniata da racconti

mitologici, opere scultoree e pittoriche che li rappresentano, risale agli albori della cultura greco – romana ed è presente anche nel cristianesimo.

Ciò che sorprende è che le violenze sessuali e le varie forme di prevaricazione sono state rappresentate in epoche successive, divenendo opere letterarie e artistiche, in modo normalizzante, rendendo la violenza più simile ad un incontro erotico consensuale, con uno sguardo *voyeristico* e compiacente. I più importanti miti classici e le origini stesse dell'Impero Romano e il passaggio alla Res Publica si fondano su storie di violenza del maschile sul femminile, su “stupri di massa ingravidanti”, su coercizioni sessuali brutali, soprusi violenti.

Si tratta di rappresentazioni in cui il femminile cede, smette di reagire, è sopraffatto.

Il consenso – come appare chiaro nelle opere di Artemisia Gentileschi - era assente, il grande assente di una vera e propria cultura della prevaricazione di genere che dura millenni.

La violenza sessuale è infatti, *in primis*, un esercizio di potere. Non una necessità biologica, non accoppiamento per sopravvivenza, non solo un piacere dei sensi

ma uno schiacciamento e una negazione della volontà dell'altra persona.

Il dominio attraverso il sesso ha alla base l'intenzione di ledere il marito, l'ordine costituito o, come è stato anche in Italia, fino al 15 febbraio del 1996, la moralità pubblica e il buon costume!

Ma procediamo con ordine:

Stupro deriva dal termine latino *stuprum* e nel diritto romano si riferisce ad un rapporto illecito, come nei casi di adulterio e di incesto, punibili dalla legge.

La violenza sessuale invece comportava obblighi da parte di chi compie l'atto (in caso di gravidanza), ma non rappresenta un crimine perseguibile penalmente (Lucrezi, 2003: 8).

Quindi in sostanza la seduzione preoccupava più della violenza: *“Il legislatore ha ritenuto che i violentatori meritassero una pena minore dei seduttori; per questi infatti ha stabilito la pena di morte (...) nella convinzione che chi agisce con violenza è odiato da chi subisce la violenza stessa, mentre quelli che usano la seduzione corrompono anche l'animo delle vittime, fino al punto che rendono le mogli degli altri più affezionate a loro che ai mariti, che tutta la*

casa finisce sotto il loro controllo e che diventa incerto di chi siano i figli, se dei mariti o degli adulteri” (Lisia, 1991: 95-96).

L’adulterio veniva valutato come un atto contro una proprietà, contro un bene maschile. La donna vittima di stupro era colpevole della violenza subita e si suicidava.

Come racconta Tito Livio, Lucrezia, moglie di Collatino, violentata da Sesto Tarquinio, figlio del re Tarquinio il Superbo, racconta quanto accaduto piangendo e si uccide con un pugnale (Tito Livio, *Ab Urbe condita libri*, Lib. I, 58).

Le stesse fondamenta della civiltà e dell’impero Romano, narrate da Plutarco e Tito Livio, descritte nel ratto delle Sabine sono intrise di violenza di genere: Romolo, dopo aver fondato Roma, si rivolse ai vicini per avere delle donne con cui procreare e popolare la futura città, ma al rifiuto rispose organizzando uno spettacolo per attirare le popolazioni, rapire le loro donne e stuprarle. Le donne sabine, a seguito del rapimento e degli stupri, costrette ad essere mogli dei romani, scagionarono i loro rapitori, non dimenticando la violenza subita ma accettandola come il male minore.

“Fummo rapite a viva forza e contro ogni

diritto da quelli che ora ci tengono...ma ora voi strappate dai mariti le mogli e dai figliuoli le madri, recando a noi misere un soccorso assai più calamitoso di quella noncuranza e di quel tradimento. In tal maniera amate fummo da questi: in tal maniera compassionate siamo da voi” (Plutarco, Vita di Romolo, XV).

La donna è dunque una proprietà, un simbolo non è anche una mente-corpo, un essere umano violato nella propria intimità.

Sottolineando la continuità tra le due culture **Eva Cantarella** (2018) specifica: *“Nei miti greci gli dèi, per unirsi alle donne mortali, di regola si prendevano almeno il disturbo di rendersi visibili, assumendo qualche forma, umana o animale che fosse. Probabilmente lo faceva anche (o solo) per divertirsi [...]. Le divinità romane, invece [...] apparivano sotto forma di fallo. [...] A Roma, insomma, le storie tra immortali e mortali non sono storie d’amore, sono semplici rapporti sessuali, di tipo assolutamente predatorio.”*

Luigi Zoja chiama “filosofia dello stupro” quella forma mentis andata a creare nel passaggio dalla Dea Madre al pantheon maschile, in cui il Dio degli dei, Zeus, era descritto come lo stupratore sia della madre

che della sorella e descrive così la legittimazione nell'usare la violenza sessuale per possedere chi si desidera: *"La regressione è insieme animalesca e maschile. Greci e Romani descrivono i Centauri come un branco di maschi che vaga insaziato, minaccioso reggimento di ubriachi in libera uscita [...] Come il dio è modello per estasi che elevano (Apollo nelle arti, Afrodite nell'amore), così il centauro costituisce l'opposta ispirazione mitica per – chiamiamole così – 'estasi negative': tipica è quella del rapporto sessuale imposto con violenza"*.

I miti contribuiscono a dare un ordine, forniscono un modello di comportamento, influenzano le scelte e i processi decisionali: *"sono idee che ci possiedono e ci governano con mezzi non logici, ma psicologici, e quindi radicati nel profondo della nostra anima, sono idee che abbiamo mitizzato perché non danno problemi, facilitano il giudizio, ci rassicurano"* (Galimberti, 2009: 12).

Simone Weils accusa l'uomo di scimmiettare l'azione divina: *"Lo stupro è l'estrema traduzione in pratica del fallicismo. Non viene commesso a scopo di piacere o di procreazione, ma per affermare il principio del dominio attraverso il sesso"*, p. 54.

Nella cultura greca antica, culla dell'astronomia, della medicina e di molte arti nonostante la sua, in particolare quella ateniese, come ci ricordano la Keuls (1988) e Simone Weil (1982), gli stupri erano parte integrante della quotidianità, come testimoniano i miti e le pitture vascolari, che raffigurano una sessualità maschile violenta, affermazione del principio del dominio attraverso il sesso. Alcuni esempi: **Andromaca**, rapita e portata a Troia per sposare Ettore e dargli un figlio contro la propria volontà.

Europa fu portata nell'isola di Creta da Zeus sotto le sembianze di un toro bianco, egli si rivelò e cercò di stuprarla, ma Europa oppose resistenza, allora Zeus si trasformò in un'aquila e riuscì brutalmente a violentarla.

Elettra fu stuprata da Zeus ma cercò aiuto presso il simulacro della dea Atena e poiché del sangue vaginale cadde sulla statua, profanandola, Elettra insieme a Palladio venne gettata sulla terra.

Egina fu un'altra preda di Zeus che la stuprò dopo essersi trasformato in un fuoco su un monte, a cui la giovane si avvicinò dopo essere stata a caccia in un giorno invernale.

Rea Silvia, che era una vestale, fu seppellita

viva per ordine dello zio perché aveva violato il voto. Roma, dunque, nacque da un episodio di violenza e discriminazione di genere.

Polissena fu costretta a subire rapporti sessuali da Achille per non meglio precisate “ragioni di stato” e trascorse il tempo prima della morte in una sorta di «pazzia».

La mitologia riflette ciò che accade nella realtà e la violenza sessuale si verifica tra le mura domestiche e spesso sono i familiari della vittima a compierle, come testimoniano numerosi miti.

Chelidona viene violentata e rasata dallo zio materno Politecno, che la vende poi alla madre Edona come schiava. Un altro esempio di violenza sessuale intra-familiare è quello di **Pelopia**, violentata dal padre Tieste per vendicarsi di Atreo, che aveva massacrato i suoi primi figli e glieli aveva dati in pasto.

Lo stesso Zeus permette al fratello Ade di rapire e violentare sua figlia **Persefone**, intervenendo solo in un secondo momento, su pressione di Demetra, la madre.

Chi compie uno stupro compie un atto di *hybris*, una prevaricazione, che umilia e fa perdere la considerazione da parte della società, così che la colpa grava sulle vittime che per la vergogna, la paura di essere

rifiutate, considerate impure e isolate si suicidano mentre tra gli uomini vi è solidarietà e comprensione per la violenza e l’assoluzione (Calame, 2008).

Danae fu posseduta da Zeus sotto forma di pioggia d’oro e diede vita a Perseo ma il padre, a causa dello scandalo, la rinchiuso insieme al figlio in un cofano che gettò nel mare.

Per citare un altro esempio la prima guerra messenica, dagli scritti di Pausania, è nata a seguito di un’irruzione nel santuario di Limnai, da parte dei messeni che violentarono alcune fanciulle spartane che stavano festeggiando Artemide e che in seguito si suicidarono.

Alcune donne si salvano per il volere di qualche divinità o vengono trasformate, come nel caso di **Dafne**, che per riuscire a sfuggire alle attenzioni del dio Apollo che la voleva possedere attratto dalla sua bellezza pregò i propri genitori, Ladone, dio dei fiumi e la naiade Creusa, di salvarla e loro la trasformarono in una pianta.

Antiope fu sedotta da Zeus trasformatosi in satiro e diede alla luce due gemelli; subì violenze e maltrattamenti dallo zio Lico e da sua moglie Dirce sua moglie ma fu poi salvata e vendicata dai suoi figli.

Nel mito di **Ceni**, una delle donne più belle della Tessaglia, si racconta che fu violentata dal dio del mare Poseidone e che la stessa, quando poté esaudire un desiderio, chiese di essere tramutata in un uomo per non rischiare più di essere violentata e umiliata, divenne quindi Ceneo e trascorse la sua vita a combattere contro i Centauri. (Ovidio XII, 189-209).

La violenza dell'uomo sulla donna, ed in particolare la violenza sessuale, viene agita nella realtà o incanalata nella letteratura, nell'arte o nella cinematografia. Tra le tante teorie citate da Liotti (2017) vi è la considerazione che la sovraesposizione alla violenza sessuale ci anestetizza e la faccia rientrare nella normalità, nel quotidiano. Questo potrebbe spiegare molte cose se si considera che un film americano su otto presenta una scena di stupro (Bourke, 2009) e che siamo arrivati a creare addirittura dei videogiochi come *RapeLay* (Stupro ripetuto), in cui si può entrare nei panni di uno stupratore che importuna una famiglia di sole donne, agendo violenze sessuali in modo talmente realistico da trovarsi di fronte alle suppliche e alle lacrime delle vittime. Il gioco termina costringendo le donne violentate ad abortire.

Se potessimo operare un metaforico carotaggio nel substrato culturale su cui oggi muoviamo i nostri passi cercando di promuovere una cultura della parità e del rispetto, non troveremmo traccia di reciprocità nell'esercizio del consenso sul piano sessuale. Scopriremmo un sovrapporsi di aridi minerali in cui è mancato *l'humus*. La possibilità per la donna di autodeterminarsi sul piano sessuale non è quasi esistita, se non in rare concrezioni custodite in qualche nicchia nascosta: gemme preziose in un'un'archeologia dell'assenza.

Laura Belloni Sonzogni

Bibliografia

Arendt A., *La banalità del male: Eichmann a Gerusalemme*, Milano, Feltrinelli, 1964

Bourke J., *Stupro. Storia della violenza sessuale*, Bari, Laterza, 2009

Brownmiller S., (1976), *Contro la nostra volontà. Uomini, donne e violenza sessuale*, Bompiani, Milano.

Calame C., *Iniziazioni femminili spartane: stupro, danza, ratto, metamorfosi e morte iniziatica*, pp. 33-54, in Arrigoni G., (2008), *Le donne in Grecia*, Laterza, Bari.

Cantarella E., *L'ambiguo malanno*, Editori riuniti, Roma, 1983

Cerrato D., *La cultura dello stupro: miti antichi e violenza moderna, Epistemología feminista: Mujeres e identidad*, M.Elena Jaime de Pablos (Ed.) Universidad de Sevilla, (432-449), 1-1-2011

De Wall F., *Diversi. Le questioni di genere viste con gli occhi di un primatologo*, Raffaello Cortina, 2022

Galimberti U., *I miti del nostro tempo*, Feltrinelli, Milano, 2009

Keuls E.C., *Il regno della fallocrazia*, Il Saggiatore, Milano, 1988

Liotti et al., *L'evoluzione delle emozioni e dei sistemi motivazionali interpersonali*, Raffaello Cortina, Milano, 2017

Lisia, *Per l'uccisione di Eratostene (31-35-Argomentazione-2)*, in Cerrato 2011

Lucrezi, F., *Auferes malum de Israel (Deut. 22.22). Sulla violenza sessuale nel diritto biblico*, pp. 7-53, in Lucrezi F., Botta, F., Rizzelli G., *Violenza sessuale e società antiche. Profili storico-giuridici*, Edizione del Grifo, Lecce, 2003

Muraro L., *Il signore dello stupro*, L'Unità, 24 marzo 1989

Ovidio XII, in Cerrato 2011

Plutarco, *Vita di Romolo*, XV

Tito Livio, *Ab Urbe condita libri*, Lib. I, 58).

Weil S., *Quaderni*, volume terzo, Adelphi, p. 37) 1982

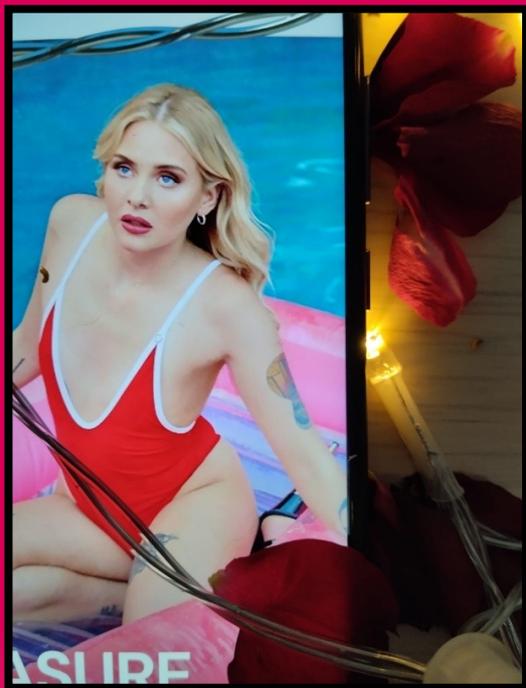
Zoja L., *Centauri. Alle radici della violenza maschile*, Bollati e Boringhieri, Torino, 2016



SILENZIO IN SALA

**CONSENSO CON-SENSO
SGUARDO ATTRAVERSO IL MONDO DELLA PORNOGRAFIA
E I CONFINI BORDERLINE DEL CONSENSO**

**RUMOR
BOSSA**



Vorrei partire facendo una riflessione sulla scena di un docu-film intitolato "Pleasure" scritto e diretto da una regista svedese, Ninja Thyberg. Il film tratta una tematica molto scomoda: una giovane attrice sbarca in America perché vuole concretizzare il suo sogno di diventare una delle attrici pornografiche più famose nel panorama californiano. Si assiste ad una vera e propria "gavetta" che riflette molte delle dinamiche di arrivismo brutale della nostra società. Ti rendi conto di quanto il mondo della

pornografia sia gestito e organizzato da taglienti sguardi maschili, gli agenti sono tutti uomini ed anche quelli che filmano lo sono. Per arrivare all'apice della gerarchia devi lottare ed essere disposta a mercificare te stessa, a sacrificare il tuo corpo e te stessa. . Emerge chiaramente ed esplicitamente come il corpo diventa strumento per ottenere e raggiungere successo, corpo mercificato, corpo degradato, corpo che viene portato al limite del proprio consenso. Con limite del proprio consenso intendo il consenso che prima di tutto dai a te stessa, il patto che stipuli con te stessa prima di firmare qualsiasi freddo pezzo di carta in cui leggi che sei consapevole delle pratiche e delle azioni che verranno messe in atto, almeno a livello teorico, e firmi. Il mondo della pornografia, non tanto diverso dal mondo di tutti i giorni, è un mondo in cui è necessaria la burocrazia di questo genere, documenti firmati e carta d'identità. Mi ha colpita vedere come all'inizio del film non solo la giovane attrice si ritrovi a firmare una serie di documenti legati al consenso ma come venga anche filmata mentre dà il

consenso esplicito e verbale, con tanto di sguardo rivolto alla telecamera e con il documento ben in vista. Ma possiamo limitare la nostra idea di consenso a questo? Ci sono dinamiche di potere estremamente subdole e coercitive che si insinuano in questi scenari.

Ci sono dinamiche di potere estremamente subdole e coercitive che si insinuano in questi scenari. La scena che vorrei riportarti, è la scena che più mi ha fatto stare male, in cui la giovane attrice inizia a seguire un percorso molto specifico, quello del BDSM. Le pratiche estreme si rivelano essere quelle che garantiscono maggiore successo e richiesta nel mercato del porno quindi per poter sfondare nel mondo della pornografia è necessario che lei si adatti, adatti anche il suo corpo a queste pratiche. Tornando a parlare di questa scena, lei arriva sul set per girare il film, la scena è con due uomini che iniziano a picchiarla, darle degli schiaffi molto forti sul volto, a strattonarla, sputarle addosso, ad un certo punto lei chiede di fermarsi. Inizia a piangere a dirotto ma all'inizio sia gli attori che il regista sembrano volerla consolare, le dicono di quanto sia stata brava, che sta andando benissimo, che è una tipa forte. Le danno un momento per riprendersi e aggiustare nuovamente il trucco per poi riprendere la scena. L'attrice decide di

• .
continuare ancora, nuovamente durante un'altra ripresa mentre le tirano i capelli, la denigrano con le parole, lei chiede nuovamente di fermarsi. Piange e si sente male ma a questo punto il regista le fa capire che se non vorrà continuare tutte le scene registrate fino a quel momento non saranno retribuite.

La scena successiva è quella di lei che accosta la macchina e vomita, si intuisce che alla fine è rimasta per registrare tutto il film.

La riflessione che vorrei fare è proprio questa, il paradosso del consenso in un mondo come quello della pornografia, in cui è facile cadere in dinamiche abusanti e coercitive.

È vero che inizialmente l'attrice aveva dato il proprio consenso rispetto al tipo di scene che sarebbero state girate... ma poi, di fronte alla sua negazione, quel suo "no" viene mutilato e non solo, attraverso la minaccia della gratuità delle scene; con questo esplicito abuso di potere, viene messa di fronte ad una scelta obbligata, se non fa così non riceverà un soldo.

Inoltre le viene rimandato anche il suo consenso iniziale, per la serie "sapevi a cosa saresti andata incontro e hai dato il consenso"...e dunque quasi colpevolizzata per questa ragione ma come dicevo è un paradosso perché, secondo me, in questi casi

così particolari il consenso non dovrebbe essere dato una volta e per tutte.

La persona dunque dovrebbe avere la possibilità di apportare modifiche “in itinere”.
Uso questo termine pensando alla progettazione educativa ma in effetti calza bene: Dov'è il consenso durante il processo? È inesistente? Ce lo siamo dimenticato?

No, il regista abusa del suo potere, il regista la mette di fronte ad una finta scelta, una scelta vincolante e lei arriva a dover violare se stessa pur di poter portare a casa almeno i soldi, perché quale umiliazione più grande se non quella di dover aver girato le scene precedenti gratuitamente?

Concluderei dicendo che queste azioni, e questo vale per qualsiasi altro contesto, andrebbero intraprese con buon senso, intendo dire che, anche da parte di chi decide di stabilire cosa sia consensuale o meno, andrebbe fatta sempre una riflessione che va al di là di quattro fogli di carta, perché quelli non bastano.

Martina D.



IRAN: LE FORZE DI SICUREZZA DI REGIME REPRIMONO LE PROTESTE CON LO STUPRO



Da circa 4 mesi il popolo iraniano, e in prima fila le donne, vogliono attuare un cambiamento radicale nel loro paese. Questa rivoluzione è una delle più grandi guidate da donne nella storia. È importante sapere che le donne iraniane non stanno solo combattendo contro l'hijab obbligatorio, ma anche per la loro integrità fisica, per la soppressione e l'apartheid sessuale, per la mancanza di libertà d'espressione, per gli abusi e i matrimoni infantili e, principalmente, stanno combattendo contro la teocrazia.

È fondamentale sapere che nella ricca cultura persiana nessuna delle suddette discriminazioni e violenze contro le donne, perpetrate dalla repubblica islamica nel paese dell'Iran, trova posto. Soprattutto considerando che gli attuali principi su cui si basano i diritti umani sono stati scritti da Ciro il Grande (559-529 a.C.).

Nonostante le forti limitazioni ad internet applicate dopo le proteste e la sanguinaria repressione che il Regime sta attuando, ci sono state numerose testimonianze di violenze e abusi sessuali contro i manifestanti. Sia da parte di testimoni oculari

che hanno lasciato il paese, sia da fonti all'interno che all'esterno dell'Iran ed anche secondo organizzazioni dei diritti umani. Finora, sono state imprigionate più di 18.000 persone, comprese donne e bambini e quello che succede alle arrestate è davvero scioccante. Molte di loro vengono violentate selvaggiamente in quanto le guardie del regime hanno anche il permesso di usare la violenza sessuale contro i detenuti.

Uno scioccante rapporto della CNN del Novembre 2022 rivela i dettagli orribili della violenza sessuale sistematica contro gli attivisti e i manifestanti anti-regime nelle carceri. Come viene spiegato, la violenza sessuale viene utilizzata per reprimere, demoralizzare e in alcuni casi ricattare gli arrestati in cambio di promesse di libertà o, in alcuni dei casi scoperti dalla CNN, l'aggressione sessuale è stata filmata ed utilizzata per ricattare i manifestanti in cambio del silenzio.

Il rapporto descrive in dettaglio la storia di una giovane ragazza curda, Hanna, che è stata aggredita sessualmente da un poliziotto quando è stata trattenuta per 24 ore in un

centro di detenzione a Urmia dove, secondo quanto ha testimoniato, alcuni dei prigionieri avevano appena 13 e 14 anni.

"Un agente prendeva una ragazza carina che soddisfa il suo appetito e andava in una stanza privata più piccola per aggredirla sessualmente". "Minacceranno (la donna) di non parlare degli abusi, chi le ha fatto, chi l'ha insultata e chi l'ha violentata sessualmente" racconta Hanna.

Secondo le testimonianze i centri di polizia vengono utilizzati come punti di filtraggio e smistamento, dove gli arrestati vengono prima interrogati e poi spostati da un luogo all'altro. Spesso le famiglie rimangono nell'oscurità senza sapere dove sono tenuti i loro cari. Centinaia di manifestanti sono scomparsi in questo labirinto di prigioni e centri di detenzione. Le violazioni sessuali si verificano principalmente nelle aree curde in quanto minoranza storicamente oppressa, o in luoghi dove le proteste sono più intense come Teheran (la capitale).

Il servizio della CNN descrive anche la storia di Armita Abassi, una tipica ragazza di 20 anni attiva sui social media che, dopo l'escalation delle proteste, ha criticato il regime ed è stata arrestata poco dopo.

Dopo un periodo di reclusione, Armita è stata portata d'urgenza all'ospedale Imam Ali di Karaj, appena a ovest di Teheran, accompagnata da uomini in borghese. Secondo quanto riferito da testimoni oculari da quell'ospedale, aveva un'emorragia del retto a causa dei ripetuti stupri.

Inizialmente gli uomini in borghese hanno insistito affinché il dottore scrivesse che lo stupro fosse avvenuto prima dell'arresto, ma quando la verità divenne evidente a tutti, gli uomini in borghese hanno cambiato l'intero copione. Sebbene tutti e quattro o cinque i medici credono che sia stata aggredita sessualmente durante la custodia, nella sua dichiarazione, il governo iraniano ha affermato che Armita è stata curata a causa di "problemi digestivi".

Tragicamente, Armita continua a essere detenuta in prigione dove potrebbe essere ancora sottoposta ad ulteriori violenze e torture e ha iniziato lo sciopero della fame per protesta contro lo stato.

L'Iran è un paese ricco di prosperità, e il barbaro regime della repubblica islamica vuole salvare il suo potere in questo paese ad ogni costo. Reprime il popolo iraniano da quarantaquattro anni e la violenza sessuale è

sempre stata un metodo di repressione e tortura usato da questo regime dittatore, fin dai primi anni del suo governo, contro gli attivisti politici.

Questo violento atto di oppressione e tortura viene utilizzato più che mai e in numerosi casi contro i manifestanti dalla rivoluzione guidata dalle donne dal settembre 2022 con lo slogan di Donna Vita Libertà. La rivoluzione in cui il popolo iraniano, e in prima linea le donne, stanno lottando per i propri diritti fondamentali e per riprendersi la propria libertà. Grazie a Internet, ai social media e ai coraggiosi uomini e donne dell'Iran, la realtà non è più nascosta.

Come iraniana e semplicemente come essere umano, sento il dovere e l'urgenza di fare eco alle voci delle vittime di questo brutale regime dittatore barbaro per fare in modo che il mondo le ascolti.

28/12/22

Donna Vita Libertà



Ho sempre scritto per me stessa, o al massimo per una o due persone che avevo deciso di coinvolgere nei miei pensieri.

L'idea di scrivere per essere letta da altre persone, e persone che non conosco e non mi conoscono, da un lato mi spaventa, ma dall'altro lato mi entusiasma, perché mi fa sentire di aver raggiunto forse un grado di consapevolezza tale da potermi raccontare.

Riuscire a raccontarmi è per me una grande conquista, per qualcuno, spero, un piccolo o forse grande aiuto.

Nella mia esperienza di violenza il consenso è sempre stato un elemento cruciale; aver sbrogliato (in anni e con l'aiuto di chi fa questo per professione) la matassa del tema "consenso" è quello che mi ha permesso di passare da un PRIMA, ad un POI.

Vi parlo di una bimba, di circa 5 anni.

Vi parlo di casa, di famiglia, di luoghi in cui mi sentivo al sicuro, di persone che avrebbero dovuto essere la mia difesa, e che invece non si sono accorte mai di nulla.

Vi parlo della fiducia di una bimba verso chi è più adulto, verso chi doveva esserle di esempio e da guida.

Vi parlo di momenti vissuti con occhi di chi non pensa di doversi difendere da pericoli; con orecchie che se sentono "non c'è niente di male", "è come un gioco", "non puoi dirlo a nessuno", ci credono; con mani, piccole ma determinate, che corrono a proteggere luoghi in cui sentono male, e a scacciare via quel dolore, per poi essere prese da mani più grandi, e allontanate.



*“Se ho paura a sentire il silenzio
Se non riesco a raschiare il ricordo
Quella voce scura dentro me
È una porta chiusa dentro me
Quella porta è un dolore lontano
Che nessuno doveva vedere
Quando quelle mani su di me
Quella bocca scura su di me
Se ho paura a sentire il silenzio
Se non riesco a tagliare il ricordo quella voce scura
dentro me
È una porta chiusa dentro me
Quella porta è un dolore bambino
Che nessuno voleva ascoltare
Forse non capivo quello che
Non osavo chiedere il perché
È di nuovo qua
So cosa farà
Quelle mani su di me
Fiato sporco su di me
Dice è come un gioco
Dice che è per poco
Che non fa così male
E non si può scappare
Che non si può scappare
Che non si può scappare
Che non si può scappare
Qui NON SI PUÒ SCAPPARE*

*CANENERO ritorna nel sonno
Devo urlare per prendere fiato
Quelle mani scure su di me
Quella bocca sporca su di me
Quante volte gridando nel sonno
Per strapparmi di dosso il ricordo
Quella porta chiusa intorno a me
Quella voce è chiusa dentro me
Canenero ritorna nel sonno
Devo urlare per prendere fiato
Quelle mani ancora su di me
Quella bocca sporca su di me
Quante volte ho gridato nel sonno*

*Per sentirmi di nuovo al sicuro
Quella porta chiusa intorno a me
Quella voce scura dentro me
Se ho paura a sentire il silenzio
Se non riesco a raschiare il ricordo
Quella porta chiusa intorno a me
È una porta chiusa e dentro me
Quella porta è un dolore bambino
Che nessuno voleva vedere
Mentre non capivo quello che
Non osavo chiedere il perché
Dice è come un gioco
Dice che è per poco
Non posso raccontare
E non si può scappare
Qui non si può scappare*

*Canenero ritorna nel sonno
Devo urlare per prendere fiato
Quelle mani scure su di me
Quella bocca sporca su di me
Quante volte gridando nel sonno
Per strapparmi di dosso il ricordo
Quella porta chiusa intorno a me
Quella voce chiusa dentro me
Canenero ritorna nel sonno
Devo urlare per prendere fiato
Quelle mani ancora su di me
Quella bocca sporca su di me
Quante volte ho gridato nel sonno
Per sentirmi di nuovo al sicuro
Quella porta chiusa intorno a me
Quella voce scura dentro me
Canenero ritorna nel sonno
Devo urlare per prendere fiato
Quelle mani scure su di me
Quella bocca sporca su di me
Quante volte gridando nel sonno
Per strapparmi di dosso il ricordo
Quella porta chiusa intorno a me
Quella voce chiusa dentro me*

CANENERO - Subsonica - L'eclissi - 2007

Questa canzone, tanti anni dopo, mi dilaniò l'anima, mi riportò dentro quella porta, dentro quel dolore bambino, CHE NESSUNO VOLEVA ASCOLTARE.

Mi spostava le mani e le teneva ferme, ma non in maniera prepotente. Le sue parole erano simili piuttosto al canto di una sirena.

Mi spostava le mani, con delicatezza e le metteva in posti che non conoscevo. Poi cantava le sue dolci melodie, fino a farmi fare quello che voleva, fino a lasciarmi immobile, paralizzata, vittima del suo canto, annegare in un mare buio.

E tornava ancora, e ancora, e ancora. Finché erano passati giorni, mesi, anni, in cui rimanevo a galleggiare in quel mare buio, paralizzata, in silenzio, chiusa in un mondo tutto mio.

Per tanto tempo ho creduto di non avere il diritto di soffrire per questo, di non potermi considerare vittima di una violenza sessuale per il semplice fatto che non urlavo, non scalcio, non mi dimenavo, non venivo picchiata, o legata o fisicamente maltrattata.

“Se non hai protestato allora eri accondiscendente”

“Se non hai urlato aiuto allora ti stava bene”.

Questo ripetevo a me stessa.

PRIMA.

Prima di perdonarmi, prima di capirmi, prima di darmi tregua.

POI ho capito che non c'era niente da perdonare, niente da capire.

POI ho capito che non c'è consenso che una bimba di 5 anni debba dare.

A me, la scelta, il “lusso” di essere consenziente, manco mi era stato concesso, perché per poter dare il proprio consenso a qualche cosa, bisogna prima sapere di cosa si tratta.

Io non avevo nessuna idea di cosa stesse succedendo intorno a me. Sapevo solo, dentro di me, che era sbagliato. Non volevo, mi faceva male, mi sentivo unta dal suo sporco canto, mi sentivo ingannata e tradita.

Non ho detto niente, a nessuno, per anni.

Questo fa di me una persona consenziente?

Non denunciare non significa necessariamente accettare.

Ci sono mille e mille motivi per cui non si urla aiuto. E ci sono mille e mille modi di chiedere aiuto in maniera meno esplicita, con la speranza che chi ci sta intorno capisca i nostri segnali.

Ci sono mille e mille modi per esprimere dissenso. Ma tanto, chi non vuole ascoltare, non ascolta nemmeno se urli, scalci e ti dimeni.

IO avrei dovuto urlare forse, avrei dovuto gridare aiuto con tutta la forza che avevo in quel piccolo corpo, avrei dovuto raccontarlo, denunciarlo.

Forse.

Ma LORO, sicuramente, dico tutti gli altri intorno a me, avrebbero dovuto guardare meglio, avrebbero dovuto ascoltare meglio e saper interpretare i miei messaggi.

E dopo che IO sono stata ME, nella vita ho scelto di essere quel LORO che io non ho avuto, quello che guarda davvero, ascolta davvero, e si fa delle domande.

V.



Senti parlare di consenso e non puoi non pensare a tutte le formalità burocratiche o a tutte le azioni che non puoi fare se non lo hai espressamente ricevuto (“una firma qui”): non puoi fare una fotografia ad uno sconosciuto, né riprenderlo, né ricevere pubblicità, né fare un intervento chirurgico, né fare una vaccinazione.

E la tua espressione del consenso è lì, nero su bianco, ad imperitura memoria e a tua tutela quando riceverai la pubblicità di un frigorifero senza averla chiesta.

Senza, però, puoi mettere le mani dove non devi, e il tuo corpo dove non puoi.

Puoi far fare ad una persona una cosa che non vuole fare, e far sì che questa persona ne abbia, lei, ricordo e traccia indelebile.

Vero, non ha messo “la sua firma lì” (mannaggia in Italia, la burocrazia non c’è mai quando serve, vero?) ma chi dice NO il consenso lo nega, barra la casellina di fianco.

Eh ma non c’è scritto da nessuna parte, tu avevi capito che quel NO era SI, pensa, e avevi capito che il chiedere di non fare una cosa fosse invece una richiesta di farla.

Strana cosa, però, perché quando devi firmare per un cellulare o per una pubblicità, la differenza tra NEGARE e DARE il consenso la capisci bene...

E.





IL MIO NON-CONSENSO E COME NON È STATO RISPETTATO



I contraccettivi, che orrore!

Il primo rapporto sessuale con una persona “nuova” è sempre un’incognita, avvolta da un velo di inquietudine. O almeno, questo è ciò che vivo io. In quei momenti, un unico pensiero per la mente: “Userà il preservativo?”, oppure “mi chiederà la mia opinione in merito?”. E la risposta a quelle domande è quasi sempre stata “no”.

Terminata la mia relazione con S., avevo promesso a me stessa che avrei preteso dall’altra persona l’uso di un contraccettivo, per tutelare e salvaguardare me stessa. S. non ha mai voluto utilizzarli, in quanto gli “*davano fastidio*”, non riusciva a “*sentire nulla*” e altre miriadi di scusanti che riguardavano solo ed esclusivamente la sua persona.. la più assurda: non riusciva ad avere una erezione. La mia opinione non aveva importanza alcuna, nonostante fosse il mio corpo.

Con L. è stato diverso, la persona era diversa. Riuscii a imporre la mia idea, anche se inizialmente dovetti ascoltare lo stesso elenco di motivazioni precedenti. Mi infastidii molto, e forse proprio per questo motivo ero irremovibile. Dopo un po’ di tempo arriva la

domanda “Perché non inizi a prendere la pillola?” seguita dall’elenco. Respiro, non ero intenzionata ad ingerire ormoni ma se utilizzare il preservativo era un tale disagio, avremmo potuto trovare un punto di incontro, a patto che ci fosse un test per verificare eventuali malattie. La mia idea non fu appoggiata, ed ecco il cambiamento. Ogni istante prima di un rapporto sessuale mi implorava di “farlo senza”. A volte, stremata, cedeva.

- J.? Ne parlammo inizialmente, mi disse di aver fatto gli esami e di esser “pulito” e poi l’elenco. Verità? Forse no, ma io sono ingenua fino al midollo ed ero soffocata da quelle giustificazioni, solo in inglese. Sorprendente quanto il “pattern” fosse il medesimo, pure con una persona proveniente da un altro Stato. Inizialmente, quando il rapporto non era “esclusivo”, gli dissi semplicemente che se avesse avuto rapporti non protetti con altre persone, allora avrebbe iniziato ad averne con me. Volevo solo liberarmi da quell’assillo, ed iniziai ad abbandonarmi all’idea che noi donne dobbiamo arrenderci a tutto ciò; saremo sempre tormentate dalle loro

giustificazioni, a meno che decidiamo di non tutelare il loro piacere, ma il nostro corpo e i nostri principi.

“Buon Anno!”

È capodanno, io e S. siamo a casa dopo una serata di festeggiamenti con i suoi amici.

Quella notte mi sarei fermata a dormire a casa sua – la prima volta in due anni di “relazione”. Siamo in camera, e F., la sorella minore, dorme nel letto accanto. S. inizia a toccarmi, io rimuovo dolcemente la mano.

“Amore, c’è tua sorella” – bisbiglio.

“Shh..” – Lui, e insiste.

“Amore, no..” –sussurro nuovamente.

Nulla, come se nessun suono fosse realmente uscito dalla mia bocca. Cerco di divincolarmi senza fare troppo rumore, continuando a sussurrare dei timidi *“no basta”*, fino a quando F. interviene freddamente:

“S., avete finito?”

Il gelo era calato nella stanza, ma avvertivo il fuoco della rabbia di S. che stava per raggiungermi. Sale sopra di me, è buio, ma gli vedo i suoi occhi. Vedo la rabbia.

“Mi fai schifo. Non sai nemmeno tenerti un

uomo” – dice lui.

Si alza e si chiude in bagno. Io, mi sentivo morire, e il silenzio riservatomi dalla sorella mi ha dato il “colpo di grazia”. Ma a lei, in fondo, che importava? Voleva dormire, e ora ci sarebbe riuscita.

È notte ma chiamo mio padre, gli dico che preferirei tornare a casa. Mezz’ora e sarebbe arrivato. Sono stati minuti interminabili, fuori di casa, al freddo, con una persona che alternava silenzi e coloriti insulti. Io cosa facevo? Stavo in silenzio, sforzandomi e concentrandomi per non versare mezza lacrima. Orgoglio? Assolutamente no, ma altrimenti tutta la gamma di colori RGB non sarebbe bastata per descrivere gli insulti.

Salgo in macchina, papà cerca di capire, io rispondo vagamente e ritorno velocemente nel mio silenzio perenne.

Passa una settimana, la scuola ricomincia, e siamo di nuovo insieme. Certo è che S. in quel momento non ha abusato fisicamente di me, potrebbe quasi sembrare che fondamentalmente, ha rispettato il mio “no”.

E qui l’errore. *“Mi fai schifo. Non sai nemmeno tenerti un uomo”*.

Dove sta scritto che una donna debba

adempiere a soddisfare i bisogni fisiologici del compagno? Perché, se questo non avviene deve essere screditata? Chi ha piantato questo seme nell'idea collettiva?[si potrebbe anche fare una digressione interessante sui tradimenti, perché si applica la stessa idea]

E la presenza di una terza persona all'interno della stanza è totalmente ininfluente. Questo episodio mi ha segnata molto più delle violenze fisiche effettivamente subite. È letteralmente stampato nella memoria.

Infine, vorrei sottolineare una nota divertente all'interno di quella frase: la parola "uomo".

E non aggiungo altro.

La maledizione dell'erotismo

Quando una donna ha ampia conoscenza del proprio corpo, del piacere, ed ha un'inclinazione particolare verso l'erotismo, può ritrovarsi nel limbo della perdizione.

Essere inclini a pratiche BDSM avendo un partner narcisista, può essere pericoloso. Certo, esistono parole chiave da utilizzare (strettamente dipendenti dai limiti personali), ma quando il partner è focalizzato solo sulla sua persona, il proprio piacere, e non è in grado di controllare i propri impulsi, allora

quelle boundaries svaniscono.

Ed io, ho avuto la "fortuna" vivere questa esperienza con due persone: J., ed un "amico" con il quale ho avuto un rapporto occasionale (che rimase l'unico).

Io, in quel momento "sottomessa", e in lui cresce probabilmente un senso di virilità che è incapace di controllare: mi tira quindi i capelli, e "schiaffeggia". Nulla di eccessivo, non mi oppongo. Poi l'intensità cresce, anche quella della penetrazione, e inizio a provare dolore.

"Oye, you're hurting me. Be gentle please."

"Oh, sorry."

Ma non cambia nulla.

"No, enough" – e cerco di divincolarmi.

Ma il ritmo continua ad aumentare, sempre più esponenzialmente, fino quasi a diventare animalesco. Mi faceva male, tanto, tantissimo, ma con la faccia premuta contro il materasso, non potevo fare altro che aspettare la fine. E così feci.

Perché siamo sempre così vulnerabili?

Perché i nostri limiti, o bisogni, non vengono tutelati nemmeno quando ci ritroviamo nel nostro letto?

Perché la parola “rispetto” non esiste nel vocabolario di molte persone?

Perché l’erotismo sembra giustificare degli impulsi e istinti animaleschi che dovrebbero venir invece condannati?

Z.



MESSAGGI IN BOTTIGLIA
IL CONSENSO: SÌ È SÌ

RUMOR
BOSSA

NO è

No,

forse,

adesso basta,

fermati,

non so,

forse sì o forse, non qui, non adesso,

smettila,

il silenzio,

non mi piace,

non così,

cosa fai,

non voglio,

fermo,

non mi va...

Solo SÌ è SÌ,

tutto il resto

è NO!

Elisa





RINGRAZIAMENTI



Il primo ringraziamento va al **gruppo “Sorellanza Terapeutica”**, ad ogni sua singola partecipante che ha scelto di condividere la propria esperienza. Grazie a chi è riuscita a donare in nero su bianco le proprie riflessioni in queste pagine; grazie a chi ha condiviso oralmente durante gli incontri di tutto questo 2022; grazie a chi ha ascoltato senza riuscire a esprimere il proprio vissuto accogliendo quello di tutte le altre; grazie per il tempo dedicato agli articoli, alle revisioni, all’impaginazione; grazie perché, anche quest’anno, al di fuori del contesto in cui era nato, questo strumento di lavoro è cresciuto, dimostrando la sua potenza. Ci vorrebbe una sezione per i salvataggi in estemporanea! Grazie per l’energia che si crea insieme, un’energia di sorellanza non giudicante che accompagna nei momenti bui e riscalda con sorrisi e leggerezza; l’energia di quella naturale vicinanza che ci dimostra che è questo che ci serve per superare la sofferenza, per «adornare d’oro le cicatrici» e costruire un angolino di mondo che vogliamo abitare, in cui sostare insieme... e Creare!

Il secondo profondissimo grazie va **a tutte le donne che**, pur non essendo ancora parte del gruppo Sorellanza, **hanno scelto di condividere la propria testimonianza**. Grazie per aver scelto di non restare in silenzio, per aver donato la vostra esperienza a tutte le persone che leggeranno questo Diario di bordo.

Grazie a **Claudia Popolillo**, per il contributo professionale che nelle pagine del suo articolo, per la disponibilità e il supporto nell’impaginazione della rivista, per il prezioso aiuto profuso all’interno dell’associazione *Psicopolis* e per l’entusiasmo, la propositività e la straordinaria capacità cooperativa che ti contraddistingue.

Grazie a **Annalisa Di Luca**, per le riflessioni condivise, per la complessità di pensiero che arricchisce ogni scambio, per il tempo dedicato a questa collaborazione e per la straordinaria professionalità e umanità con cui costruisce orizzonti.

Grazie all’organizzazione di volontariato **Psicopolis (ex Psicologi per i Popoli - Lodi - Onlus)** e alla associazione di promozione sociale **Rumorosse**, per la collaborazione in questo e numerosi altri progetti, per il contributo nella costruzione di una rete sociale che da anni nel territorio lodigiano promuove cultura, partecipazione, consapevolezza e creativa libertà.

Grazie **a tutte le persone che hanno sostenuto il progetto** contribuendo alla sua buona riuscita ed in particolare a **Elena Bona** che da sempre ci supporta nella correzione delle bozze, e a tutte le persone che ci sostengono nella sua diffusione.

Grazie in anticipo **a chi sceglierà di leggere e diffondere** questo progetto editoriale e **a chi vorrà partecipare attivamente** scrivendo un commento, una domanda o un articolo all’indirizzo: sorellanza17@gmail.com o alla referente del progetto: laura.bellonisonzoqni@gmail.com

**«ROMPI
UNA COSTOLA
A UNA DONNA
E
NE RICRESCERANNO
DIECI»**

PROVERBIO SAUDITA

DIARIO DI BORDO

DELLA

SORELLANZA

Numero 03
DICEMBRE 2022



Questo numero del
“Diario di Bordo della Sorellanza”
è stato realizzato grazie alla
preziosa collaborazione con
«*Psicopolis*» ODV e
«*Rumorosse*» APS