

La violenza psicologica: cos'è ?

Stili di vita

Inviato da : Adriana Abussi

Pubblicato il : 15/12/2024 9:10:00



Sempre di più¹, sentiamo parlare di violenza coniugale e diversi paesi stanno preparando leggi specifiche a riguardo. La violenza psicologica consiste nel manipolare l'altro per indurre stress, per mantenere od ottenere il potere nella relazione, facendosi burla delle necessità dell'altro, a volte fino a togliergli ogni esistenza personale.

Fino ad ora, abbiamo sentito parlare di questo fenomeno soprattutto in campo lavorativo ma, succede anche nel privato.



Va precisato inoltre che quando c'è violenza fisica, la violenza psicologica è sottintesa, costruita a monte². Infatti, vi è sempre una fase più o meno lunga di violenza psicologica, di manipolazione, prima che venga messa in atto una eventuale violenza fisica.



Nessuno accetta di ricevere colpi di punto in bianco. Occorre essere molto innamorati e dipendenti affettivamente per trovare scuse in certe situazioni. Pertanto, è particolarmente importante prevenire ogni forma di sopraffazione e violenza psicologica: sono l'anticamera della violenza fisica, sebbene questa non avvenga sempre.

La violenza psicologica è una tattica vessatoria, fatta di parole o comportamenti ripetuti nel tempo capaci d'intaccare la dignità o l'integrità fisica e mentale del partner. Si tratta di umiliazioni, di abuso di potere, di manovre per isolare l'altro, farlo sentire colpevole ed inadeguato, fino a fargli perdere ogni stima di sé e, a volte, il gusto della vita. Presa separatamente, una parola o un'azione di questo genere può sembrare inoffensiva. È proprio l'accumulo di un tale comportamento che la trasforma in una violenza psicologica, spesso nascosta fra le mura domestiche, vera opera di distruzione.

A

A