



PER RINASCERE ABBIAMO LASCIATO L'UOMO CHE CI UMILIAVA

Non solo abusi fisici, i partner violenti distruggono anche l'autostima delle loro vittime. Quattro sopravvissute spiegano come nei **centri di aiuto** hanno ricominciato ad amarsi

di MARINA SPEICH

La violenza è una catena da cui ci si può liberare. Non è un destino segnato. Chiamare un centro antiviolenza non è facile: richiede coraggio. Ma se trovi la forza di chiedere aiuto, puoi davvero rinascere. «Rinasci perché ricominci dopo tanti anni a pensare di nuovo con la tua testa», spiega Emanuela Castaldo, 47 anni, due figli. «Perché le donne che subiscono violenza non pensano più autonomamente, ma con la testa dell'uomo che le molesta. Per evitare lo scontro, nascondevo a me stessa ogni mio desiderio, facevo solo quello che voleva lui. Vivere così è un massacro, hai sempre paura. Dopo 16 anni di violenze, volevo morire. Sono scappata di casa con i miei figli, senza cellulare, senza avere idea di dove andare. In stazione ho incontrato una poliziotta: mi ha messo in contatto con un centro antiviolenza. **Le operatrici mi hanno letteralmente salvato la vita facendomi capire che**

l'uomo con cui vivevo mi manipolava. Non ero mai andata al bar con le mie amiche: ero terrorizzata a farlo. Nel centro antiviolenza ti ricostruisci e capisci che nessuno ti protegge più di quanto possa fare tu con te stessa. Non mi sono sentita libera appena scappata di casa, neppure cinque mesi dopo averlo denunciato, ma solo quando ho ricominciato ad amarmi. Ho scritto quello che era troppo difficile da dire in un libro, *I pensieri di una donna scalza*. Per mostrare che uscire dalla violenza si può». Emanuela ha cambiato città per creare una nuova vita lontana dall'uomo che la maltrattava. «Ero laureata, lui no. Avevo successo sul lavoro, lui no», racconta. «Mi toglieva tutto quello che avevo: mi requisiva lo stipendio, faceva scene di gelosia plateale per farmi perdere il posto di lavoro, mi picchiava. Il mio grande errore è stato giustificarlo e pensare che potesse

GRAZIA CONTRO LA VIOLENZA SULLE DONNE

cambiare. Ma non è mai così». Quella dell'abuso sembra spesso una strada senza uscita, che a volte non riconosci. Fino a quando qualcosa ti scuote dal profondo. Com'è successo a Viola, 43 anni, di Ancona: è riuscita a capire di essere entrata in una spirale di violenza solo dopo una frase di suo figlio Luigi, 11 anni. «Mi ha spiazzata. È successo l'anno scorso, quando l'avevo portato a una manifestazione dopo il femminicidio di Giulia Cecchetti. Mi chiedeva chi era stata quella ragazza e che cosa le fosse successo. Gli ho spiegato che esistono uomini prepotenti, che schiacciano la volontà delle donne. Mi ha detto: "Ah! Come fa papà con te". Quella frase mi ha gelata. Conoscevo il centro antiviolenza *Artemisia*, ma prima di chiamare quel numero ci ho messo tanto. Non sapevo se potessero aiutarmi, perché quella che ho subito da mio marito non era una violenza fisica, evidente, ma quella invisibile, psicologica ed economica. **Per me era normale aver rinunciato al mio lavoro da ceramista. Normale non avere mai soldi a disposizione e chiedere sempre tutto a lui. Normale sentirmi dire che ero incapace di fare qualsiasi cosa.** Al centro antiviolenza mi hanno accompagnata lungo un percorso di consapevolezza: un cambiamento di prospettiva anche su me stessa, una ricostruzione personale e professionale. Che significa capire che hai potenzialità mai valorizzate perché per lui, e per me, non valevo niente». «L'unica strada per liberarsi dalla violenza è un profondo cambiamento personale. Nei centri si aiutano le vittime a diventare consapevoli che quello che hanno vissuto non è colpa loro», spiega Lella Palladino, vicepresidente di *Una nessuna centomila*, fondazione che sostiene i centri antiviolenza italiani. «Perché le donne che arrivano qui si sentono responsabili di quello che è accaduto loro. Ed è paradossale». Eppure è quello che si sono sentite dire per troppo tempo: se lui ti insulta o picchia, è perché l'hai provocato o sei inadeguata. «Dobbiamo ricostruire la loro autostima», dice Palladino.

È stato il pianto straziante del figlio a dare a Giusy, napoletana di 45 anni, è il coraggio di uscire dalla palude della violenza. «L'ho sentito urlare. Si era nascosto sotto il tavolo. Mio marito mi aveva chiesto di portargli i pantaloncini: "Prendili tu, sto facendo i piatti", gli avevo risposto. Per quel semplice rifiuto, ha iniziato a picchiarmi, per l'ennesima volta. Sono riuscita a scappare, fino al cortile. Nessuno ha chiamato la polizia fino a quell'urlo straziante di mio figlio. Un grido d'allarme: poteva fare male anche

a lui. "Cerchi un posto dove stare", mi aveva detto il poliziotto firmando la denuncia. "Non può tornare in quell'appartamento". Ma dove può andare una donna con due figli senza lavoro? Sono tornata a casa. Ci sono volute sette denunce, sette volte in cui sono scampata alla morte, per arrivare a una svolta. Solo dopo sette denunce l'assistente sociale, sollecitata dal Tribunale dei minori, mi ha proposto un centro antiviolenza. Non sapevo che esistesse *Casa Lorena*, una casa-rifugio per donne maltrattate. Pensavo che fosse una specie di carcere invece è una villetta accogliente, confiscata alla mafia. **E lì, per la prima volta, ho realizzato che potevo fare una passeggiata senza guardarmi intorno, senza il terrore della violenza.** Un mese dopo mi hanno proposto una borsa-lavoro e ho iniziato a lavorare al progetto *Le Ghiottonerie* della Cooperativa Eva. Facevo marmellate, prodotti da forno insieme con altre donne. Lì mi sono resa conto che le nostre storie erano tutte uguali. Non ci potevo credere, perché quando sei vittima di abusi, quella con cui devi fare i conti è la solitudine». I centri antiviolenza aiutano anche le donne extracomunitarie in Italia, com'è successo a Aisha, iraniana di 40 anni, che vive a Bari. «Sono arrivata qui a 15 anni con la mia famiglia, ma quando mio marito e io abbiamo perso il lavoro, siamo tornati nel nostro Paese di origine. Ed è iniziato l'inferno. Prima la violenza verbale, poi quella fisica. "Sei un cavallo selvaggio da domare", diceva. Con la scusa di andare a trovare mio padre malato sono tornata in Italia con i miei figli. E appena arrivata mi sono rivolta al centro antiviolenza *Giraffa*. **Balbettavo, mia figlia a 4 anni per i traumi non parlava: ho iniziato un percorso psicologico per ritrovare me stessa. Mi hanno fatta sentire protetta e mi hanno aiutata anche dal punto di vista legale.** Ho ottenuto l'asilo politico, ho chiesto il divorzio e l'affido dei figli, nonostante mio marito mi minacciasse. Nel centro antiviolenza ho trovato finalmente qualcuno che ascoltasse la mia voce». ■

© RIPRODUZIONE RISERVATA

LA RETE DELLE ATTIVISTE

Per fermare i femminicidi serve un cambiamento culturale. Per questo è nata la **fondazione *Una Nessuna Centomila* (unanessunacentomila.net)**, che ha già raccolto oltre un milione 400 mila euro a favore di 45 Centri antiviolenza. Organizza attività di sensibilizzazione nel mondo dello spettacolo e ha messo in piedi progetti di prevenzione nelle scuole, nelle aziende e programmi di empowerment femminile, perché il 60 per cento delle vittime aiutate nei centri antiviolenza risulta non autonoma economicamente.