



Rosella De Leonibus

Il 5 ottobre scorso, la compagnia Cara Operations Ltd., ha modificato le uniformi del personale in servizio nei suoi vari locali *Bier Markt*, una catena di ristoranti molto famosa in Canada, nell'Ontario e nel Quebec. La vecchia divisa unisex, pantaloni neri e maglietta polo, è stata sostituita: per gli uomini jeans e una camicia con colletto e scarpe da ginnastica Converse, per le donne un vestitino blu, corto e senza maniche (con la proibizione di indossare calze pesanti) e scarpe con il tacco o stivali. («Il vestito blu», *Lunanuvola's Blog*, 5 novembre 2015). Una delle cameriere ha dichiarato: «Ero infastidita dal dover strizzare il mio corpo in qualcosa di tanto piccolo. La stoffa somiglia a quella dei costumi da bagno e l'abito è striminzito. Quando lo avevo addosso il mio ragazzo mi diceva che mostravo il coccige». «Una delle ragazze con cui lavoro disse al nostro general manager che indossando la divisa le si vedevano le mutande: lui le rispose di indossare un tanga». Una donna si è licenziata; le avevano assicurato che le uniformi erano basate «sul marchio aziendale, e non hanno alcun intento discriminatorio». Altre donne hanno tentato almeno di mettere scarpe basse e di coprirsi le spalle, ma sono minacciate di licenziamento.

A Ragusa invece le molestie sui luoghi di lavoro si tingono del colore della schiavitù. Nel silenzio dei campi, cinquemila operaie rumene lavorano nelle serre della provincia siciliana. Vivono segregate, spesso con i figli piccoli. Nel totale isolamento subiscono ogni genere di violenza sessuale. Una realtà fatta di aborti, «festini» e ipocrisia. Dove tutti sanno e nessuno parla.

(<http://espresso.repubblica.it/inchieste/2014/10/22/news/schiave-romene-ora-indagano-i-carabinieri-1.185126>). La loro condizione di schiavitù si declina in violenze, stupri, omertà, con una tragica riedizione del diritto feudale, che rendeva il corpo delle serve disponibile per il padro-

ne. Per le ragazze, lo sfruttamento è duplice, costrette a prostituirsi dopo una giornata intera passata a schiena china nelle serre. Se restano incinte, spesso decidono di interrompere la gravidanza con ogni mezzo, e le giovani madri, che non riescono ad abortire, sono poi costrette ad abbandonare i figli.

molestie e violenza psicologica

Abbiamo delineato due estremi delle violenze che le donne subiscono nei luoghi di lavoro, una forma di sopraffazione molto sottostimata, sia nelle sue manifestazioni fisiche o sessuali, sia nelle manifestazioni di quello che la sociologa Chiara Volpato chiama «maschilismo soft», fatto di battute più o meno salaci, di svalutazioni nascoste, di disprezzo e poi offerta di protezione per il soggetto presunto debole: «ingenui tentativi di seduzione», così si autoassolve il titolare di un'azienda. Anche se non mancano violenze fisiche, stupri e tutta la gamma delle molestie sessuali, la parte più cospicua delle molestie sui luoghi di lavoro perpetrate nei confronti delle donne assume la forma del maltrattamento psicologico, una trappola che espone colei che vi incappa ad accettare, in seguito, anche comportamenti violenti. Sono atteggiamenti che si insinuano gradualmente nella relazione e che finiscono con l'essere accolti come normali o inevitabili dalla donna, al punto che essa non riesce nemmeno a vedere quanto le siano dannosi e insidino la sua identità (Centro per le Pari Opportunità Regione Umbria, *La violenza contro le donne: uscirne si può*, Edizione 2012). È drammatica la sofferenza provata nel maltrattamento psicologico, genera un disagio a cui la donna non sa dare un nome, mentre continua a sentirsi confusa e sofferente ma senza capire cosa le accade. Sentirsi svaloriata, umiliata, trattata come un oggetto, caricata di responsabilità eccessive, provare un senso di privazione, di distorsione della real-



I VOLTI DEL DISAGIO

sebben che siamo donne...

tà, di paura, subire minacce, vaghe o certe che siano. Anche questa è violenza sessuale, anche questo è un reato, anche se è molto difficile per le donne che ne sono vittime non pensare a una propria responsabilità, e ancor più difficile è essere credute. Moltissime donne vittime di molestie sessuali sui luoghi di lavoro soffrono in silenzio, per anni, e accumulano disturbi del sonno, incubi, *flash back*, attacchi di panico, paure prima inesistenti, cambiamenti caratteriali, turbe improvvise e violente, vomito, disturbi gastrointestinali, a causa della microtraumatizzazione costante a cui sono sottoposte. Palpazioni, insulti, battute a sfondo sessuale, svalutazione, penalizzazioni professionali connesse alla condizione di madre o di donna incinta, dalle mani addosso agli strofinamenti, dalle offerte di rinnovo del contratto in cambio di favori sessuali fino a «Tanto tu che sai fare, solo il caffè e metterti lo smalto», fino a «Topolina, come stai oggi laggiù?», fino a «Stasera facciamo lo straordinario, dove vorresti scappare con tutto questo ben di dio?».

Uno studio realizzato da un team di ricercatori americani dell'Università del Missouri-Kansas City e dell'Università della Georgia, pubblicato sul giornale scientifico *Sex Roles*, evidenzia come il sessismo porti le donne ad essere impaurite e ansiose, sempre sulla difensiva, e sia causa di forte stress. Ma se le molestie sessuali sono pane quotidiano, dall'ufficio pubblico alla fabbrica, dall'ospedale al cantiere, dallo studio del professionista alla reception dell'albergo, le donne ancora tendono a «normalizzare» la violenza subita, la considerano inevitabile, e finiscono per pensare che si possa agire solo a livello individuale per sviare il molestatore. Mantenere un costante stato di ipervigilanza, dannoso per l'equilibrio psicofisico, è il prezzo minimo che viene pagato. Molte vittime di violenza e discriminazione sessuale continuano a sentirsi colpevoli, si biasimano per quello che è accaduto, non

si prendono sul serio.

Soltanto uscendo allo scoperto e trovando un supporto, anche online, sono spinte a denunciare i loro aggressori, sottolinea Laura Bates (autrice del blog *Everyday Sexism*), perché capiscono che non sono sole e che hanno il diritto di fare sentire la loro voce. Anche la chiarezza e delle informazioni e la accessibilità delle tutele giuridiche disponibili è un grande aiuto, perché ogni vittima di ogni violenza psicologica sente di aver perduto il proprio valore, si sente schiacciata e in colpa per essersi fatta schiacciare, e spesso arriva ad autotulelarsi con molto ritardo, dopo aver subito molto danno.

assuefazione alla violenza

Come accade tutto ciò? Come fa una donna normale, con una psiche sana, anche coraggiosa, anche di valore, a finire in questa spirale? È il cruccio di molti professionisti del settore che, se non sono stati adeguatamente formati, rischiano di criminalizzare la vittima per la mancata difesa di se stessa, esponendola ad una ri-traumatizzazione. Lesly Tamarin Mega ha analizzato i dati sulle donne che subiscono violenza alla luce della teoria del *brainwashing* (Mega, L.T. e altri, «Brainwashing and battering fatigue: psychological abuse in domestic violence», *North Carolina Medical Journal*, North Carolina Institute of Medicine and The Duke Endowment; September–October 2000, 61 (5): 260–265). Secondo questa teoria l'abusante riesce ad ottenere il controllo sulla donna attraverso l'utilizzo di cinque strategie, che producono gli stessi effetti della sindrome da «affaticamento da battaglia» che colpisce i prigionieri di guerra, gli ostaggi, o anche gli affiliati a certe sette particolarmente violente. Questo disturbo evolve attraverso un'iniziale fase di iperattività, nella quale si cerca di difendersi dall'abuso, tanto affannosamente quanto inutilmente, e prosegue con un profondo esaurimento, il

I VOLTI DEL DISAGIO

quale poi dà luogo ad uno stato di completa passività. Nella maggior parte dei casi, infatti, le donne abusate reagiscono alla violenza con la passività: preferiscono non difendersi, per il terrore di peggiorare la situazione. L'adattamento alla situazione di abuso si manifesta nel tentativo di anticipare mentalmente la violenza. La donna abusata arriva a sviluppare una sensibilità attentissima e ipervigile nei confronti del suo persecutore, ne misura i passi, le parole, la voce, gli sguardi, i gesti, respiri, i silenzi, in modo da poter cogliere i microsegnali che possano metterla in grado di percepire cosa sta per avvenire, per magari riuscire a sottrarsi o ad evitare che accada.

Il primo anello è l'isolamento: l'abusante spesso diviene l'unica figura di riferimento, o almeno così si pone a livello di potere. Nel luogo di lavoro questo avviene attraverso l'ampliamento arbitrario dell'orario e dei carichi di lavoro, il rifiuto di ferie e permessi, fino a risucchiare nell'ambito lavorativo quasi tutta la vita privata della donna, la quale poi, a seguito dell'atmosfera di minaccia che respira, si ritrova ad essere pervasa anche nel poco tempo di riposo dalle emozioni negative sperimentate al lavoro e dalla ossessione di come sottrarsi.

Il secondo è l'imprevedibilità: la vittima, nell'impossibilità di prevedere le aggressioni dell'abusante, si percepisce inerme ed entra nella condizione psichica che viene chiamata «impotenza appresa». Ordini contraddittori, diffidenza, critiche svalutanti, sorrisi e gratificazioni non collegate a buone performances ma a manifestazioni di sottomissione da parte della donna, la mancanza di controllo sulla situazione e l'incapacità di bloccare gli attacchi creano nelle donne molestate una profonda sfiducia in se stesse, fino ad una vera «paralisi psicologica»: prigioniera della situazione, non sono più capaci di valutare oggettivamente il proprio stato, che è disperato e confondente, mentre le facoltà mentali si ottendono. In queste condizioni non è molto strano assumere alcol e droghe o abusare di psicofarmaci. Il terzo passaggio è quello delle accuse. L'abusante induce nella vittima sentimenti di autocolpevolizzazione e di umiliazione. Il tentativo è di far sentire la donna responsabile delle molestie e delle violenze che subisce, attraverso continue accuse che rovesciano il nesso di causa ed effetto: «quando ti stanno arrivando le tue cose sei così suscettibile, e non ti si può dire nulla, non combini niente dalla mat-

tina alla sera, dovresti solo farti..., così ti passerebbero le paturne!». «Tu vieni in ufficio con queste tette, e poi pretendi anche che non te le tocchi nessuno... non te le consumiamo mica!». Queste accuse sono un nuovo abuso psicologico e permettono al molestatore di rafforzare il controllo psicologico sulla vittima.

umiliazioni e minacce

Al quarto livello, ai sentimenti di colpa vengono aggiunte le umiliazioni. Parole come «brutta», «deficiente», «grassa», «pallosa», «cozza», oltre a tutti gli altri epiteti sessisti rivolti alla vittima, prima distruggono la sua autostima, e poi radicano in lei la convinzione che nessun altro rapporto professionale potrebbe funzionare. Troppo spesso i sentimenti di inadeguatezza e colpa della vittima vengono amplificati dall'ambiente circostante, e finiscono per creare una sorta di normalizzazione delle molestie, in connessione alla mancanza di risorse economiche, alla necessità di mantenere il lavoro, al «fatto» che gli uomini sono così e che altrove non sarebbe diverso... Questa pressione ambientale spegne nella donna ogni residua volontà di mettere in discussione il molestatore. L'ultimo anello della catena è quello della minaccia, prima velata e ambigua, poi alla fine aperta e smascherata: «Ma cosa credi, tu fai la preziosa con me, non sai che qui fuori ce ne sono cento più giovani di te pronte a darmi qualunque cosa per lavorare in questo studio?», affermò un professionista mentre la sua collaboratrice, arrampicata su una scala per prelevare dei faldoni da uno scaffale, riceveva la palpata giornaliera sulle cosce e provava come poteva a sottrarsi. L'elemento più importante e devastante del *brainwashing* è la paura, l'ansia anticipatoria di ritorsioni, anche gravi, e l'angoscia di non riuscire a sostenere l'attacco successivo.

Avremo modo ancora di riflettere sul fenomeno dell'abuso psicologico, sul potere della manipolazione, e su come farvi fronte. Intanto consideriamo che le molestie sul luogo di lavoro configurano non solo una violenza psicologica e sessuale a sé, ma anche una aggravante specifica del mobbing, quando la vittima è una donna, e una condizione dilagante e diffusa in epoca di crisi economica, un prezzo in più che la cultura patriarcale vorrebbe imporre alle donne che lavorano.

Rosella De Leonibus

della stessa Autrice

**PSICOLOGIA
DEL
QUOTIDIANO**
pp. 168 - € 20,00

**COSE
DA GRANDI**
nodi e snodi
dall'adolescenza
all'età adulta
pp. 176 - € 20,00

**PIANETA
COPPIA**
così vicini
così lontani
pp. 264 - € 18,50

(vedi Indici
in RoccaLibri
www.rocca.cittadella.org)

per i lettori di Rocca
€ 15,00 ciascuno
spedizione compresa

richiedere a
Rocca - Cittadella
06081 Assisi
e-mail
rocca.abb@cittadella.org