

Cosa sono i maltrattamenti

Conoscere
Capire
Condividere



Progetto “3C” Conoscere, Capire, Condividere

*L'educazione è l'arma più potente
che possiamo usare per cambiare il mondo*

Nelson Mandela

Opuscoli informativi rivolti a
genitori, ragazzi e operatori

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:

Centro Specialistico Multiprofessionale Provinciale "Il Faro"

Poliambulatorio Saragozza, Via S. Isaia n. 94/A, Bologna

Tel e Fax 051 6597351

ilfaro@ausl.bologna.it

www.ausl.bologna.it (Sezioni Tematiche, Il Faro)

Associazione L'Isola che c'è - Onlus

via Marsala 31 – 40126 Bologna

cell. 3475388748

associazione@isolache.it

www.isolache.it

COSA SONO I MALTRATTAMENTI

INFORMAZIONI PER I GENITORI¹

La cura e l'educazione dei figli seguono più spesso il filo sinuoso del dubbio che quello lineare delle certezze. E questo perché essere genitori non sta nella acquisizione di un ruolo ma in una funzione che si apprende nell'esperienza e si sviluppa nella relazione.

A volte una percezione distorta del nostro ruolo di genitori può coincidere con l'esercizio di un potere sui figli che pregiudica il riconoscimento dei loro bisogni.

E allora si corre il rischio di violare quel limite interno ad ogni relazione umana che è costituito dal rispetto dell'altro, soprattutto quando l'altro è in una situazione di dipendenza e di bisogno.

La consapevolezza di questo limite è il filo rosso del presente opuscolo: informare, diffondere conoscenze e, in tal modo, prevenire.

Inoltre, esso intende proporsi come strumento relazionale a disposizione dell'operatore per accompagnare il genitore a riconoscere i rischi e le conseguenze della violenza e del maltrattamento, ad accrescere le proprie competenze potenziando e qualificando in tal modo la relazione professionale di aiuto.

1 Per genitore intendiamo il datore di cure biologico, affidatario, adottivo, le figure genitoriali acquisite nelle nuove forme di famiglia, il tutore (la persona che per legge ha il compito di rappresentare gli interessi del minore quando i genitori decadono dalla responsabilità genitoriale)

Perché la violenza
è un'esperienza
traumatica?

Come posso aiutare
mio figlio?

Cosa sono i maltrattamenti
e come posso riconoscerli?

COSA SONO I MALTRATTAMENTI?

Per maltrattamento verso i bambini e adolescenti s'intendono *“tutte le forme di cattiva salute fisica e/o emozionale, abuso sessuale, trascuratezza o negligenza o sfruttamento commerciale o altro che comportano un pregiudizio reale o potenziale per la salute del bambino, per la sua sopravvivenza, per il suo sviluppo o per la sua dignità nell'ambito di una relazione caratterizzata da responsabilità, fiducia o potere”* (Organizzazione Mondiale della Sanità, 2002).

MALTRATTAMENTO FISICO

Il maltrattamento fisico si verifica quando un genitore² o un adulto che ha in custodia il bambino/ragazzo commette atti che provocano danni fisici come ferite, lesioni, lividi, contusioni, strappi muscolari, fratture ossee; quando le punizioni fisiche sono eccessivamente violente.

La maggior parte delle violenze avviene in famiglia.

La punizione fisica non insegna ai figli come imparare ciò che è giusto e sbagliato o come controllare il proprio comportamento. Al contrario la violenza fisica li rende sottomessi, paurosi o aggressivi, lede la loro immagine di sé, **indebolisce il legame con i genitori generando sentimenti di**

² Per bambino/ragazzo/genitore intendiamo sia il maschile che il femminile

rancore e ostilità che poi esplodono facilmente in adolescenza.

Il modo migliore per non danneggiare fisicamente o emotivamente il figlio è quello di trovare metodi educativi alternativi alla punizione fisica³.

Alcuni genitori si sentono in difficoltà o inadeguati proprio nell'individuare un'alternativa perché non conoscono altri metodi o perché quelli utilizzati hanno fallito.

Il problema, tuttavia, è che la violenza genera altra violenza.

Un **buon punto di partenza** è chiedersi: *cosa desidero insegnare a mio figlio? Quali valori intendo trasmettergli? Che tipo di adulto voglio che diventi?*

Non c'è un "metodo educativo perfetto", ma ci sono alcuni metodi che funzionano meglio di altri.

Il primo passo per individuare una buona strategia è riconoscere i propri segnali di rabbia. I segni più comuni includono:

- Serrare i denti e stringere i pugni
- Aumento del ritmo della respirazione
- Batticuore
- Viso e/o orecchie che diventano rossi
- Perdita della lucidità nel pensiero
- Desiderio di colpire qualcosa
- Urlare

3 Si veda l'opuscolo *Educazione positiva e non violenta - Informazioni per i genitori*. In www.ausl.bologna.it (Sezioni tematiche, Il Faro) e in www.lisolache.it

In questi casi è facile reagire impulsivamente e comportarsi in modi di cui poi ci si pente. In alcuni casi la reattività emotiva è scatenata dal non sentirsi rispettato dal figlio.

Il secondo passo è quindi cercare di capire *cosa scatena la rabbia*. Spesso non è il comportamento del figlio a sollecitare l'aggressività, bensì il bisogno del genitore di sentirsi confermato nel proprio ruolo.

Il terzo passo è migliorare il rapporto con il figlio. È questa la base per ottenere la sua collaborazione: attraverso il rispetto, la conferma delle sue capacità, il dialogo volto a fornire spiegazioni sulle conseguenze di certi comportamenti.

VIOLENZA DOMESTICA

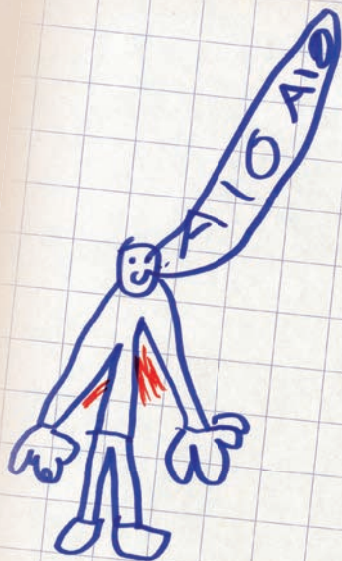
La violenza domestica⁴, comunemente definita come un comportamento volto a esercitare il controllo sul partner, può includere minacce e ricatti, violenza fisica, sessuale e psicologica. La violenza domestica è ormai riconosciuta come un problema di salute pubblica e non più solo come un problema privato o familiare perché è molto diffusa. Vi sono leggi che vietano la violenza domestica e Centri disponibili a fornire protezione e servizi per le vittime (più spesso le donne) e i loro figli.

I figli sono esposti a violenza domestica in molti modi: sentire un genitore minacciare l'altro, osservare un genitore fuori controllo compiere con rabbia atti violenti contro l'altro o percepire le conseguenze di un'azione violenta, indipendentemente dal fatto che la violenza si traduca in una lesione fisica.

L'esposizione a violenza domestica provoca reazioni molto diverse. Alcuni figli mostrano intense reazioni emotive come paura e collera che faticano a controllare. Altri mostrano difficoltà nel comportamento come non volersi separare dal genitore vittimizzato oppure si comportano come il genitore violento. In genere hanno difficoltà a scuola e nelle relazioni con i pari. Inoltre sono

4 Si veda anche *Bambini che assistono a violenza domestica - Informazioni per i genitori*. In www.ausl.bologna.it (Sezioni tematiche, Il Faro) e in www.lisolache.it

più a rischio di diventare vittime di altre forme di maltrattamento. In particolare le femmine sono più a rischio, diventate adulte, di subire violenza.



-FRUSTATE.

Nel tempo, i figli assumono un ruolo attivo nella violenza domestica:

- Cercano di proteggere il genitore vittimizzato rifiutandosi di lasciarlo solo, dirottando l'attenzione su di sé
- Si sforzano di “essere perfetti” o “invisibili” per non appesantire il clima familiare e consolare il genitore vittimizzato
- Assumono un comportamento adultizzato verso il genitore vittimizzato e i fratelli più piccoli
- Alcuni si schierano con il genitore violento e diventano irrispettosi, aggressivi o a loro volta minacciosi verso il genitore vittima e/o altri familiari

I bambini che vivono nella violenza domestica apprendono “lezioni sbagliate” sulle relazioni. Imparano che è lecito ricorrere alla violenza per ottenere ciò che vogliono, che il comportamento offensivo è un modo di assicurarsi il controllo dell'altro, confondendo l'affetto con il possesso

Il primo passo da compiere è garantire la necessaria sicurezza interrompendo la violenza. Diversamente il figlio apprende che anche il genitore vittima non è protettivo e può sviluppare sentimenti ostili e di delusione nei suoi confronti.

I figli vittime di violenza domestica sono generalmente esposti a molte emozioni contrastanti, a pensieri e domande rispetto alle quali non possono essere lasciati soli.

Il secondo passo è parlare della violenza domestica e di ciò che è accaduto. Ciò può risultare difficile, soprattutto se non si ha la consuetudine di parlare con i figli dei problemi degli adulti. Tuttavia questo è il modo migliore per trasformare l'evento avverso in una straordinaria occasione educativa e di crescita: insegnare ciò che è giusto e sbagliato, il rispetto dei confini personali, diffondere la cultura della non violenza.

I figli percepiscono più di quanto pensino gli adulti, a prescindere dalla loro età. A volte gli adulti pensano che essi dormano o non prestino attenzione, ma in realtà ascoltano tutto e sono attenti. Hanno però bisogno di comprendere ciò che accade attorno a loro e di non essere lasciati soli con i propri pensieri e paure.

TRASCURATEZZA

Si verifica quando il genitore non provvede a soddisfare i bisogni fondamentali del figlio per disinteresse o incapacità⁵.

La gravità della trascuratezza o incuria è determinata dalla sua persistenza.

5 La povertà (o scarsità di mezzi economici) non è di per sé condizione di trascuratezza

La trascuratezza fisica comprende:

- L'abbandono o il rifiuto palese di custodia senza che sia prevista la cura di altri
- Lasciare ripetutamente sotto la custodia di altri, per giorni o settimane, il figlio senza un motivo ragionevole
- Affidarlo alle cure di qualcuno che non è in grado di fornire adeguata assistenza
- Malnutrizione, che può esprimersi anche con obesità, e problemi sanitari
- Abbigliamento inadeguato all'età e alla stagione
- Mancanza di igiene
- Totale indifferenza per la sua sicurezza e la sua salute (guida in stato di ebbrezza, o sotto l'effetto di sostanze stupefacenti, lasciare il figlio incustodito in auto), esposizione a rischi ambientali, compreso il rischio di assumere farmaci pericolosi lasciati incustoditi
- Atteggiamento di negazione, rifiuto o ritardo nel provvedere a cure sanitarie necessarie o stimate tali dai sanitari
- Degrado ambientale
- Abuso di droga, alcool e farmaci
- Presenza di malattie psichiatriche non curate nei genitori

La trascuratezza emotiva altrimenti detta indifferenza è in genere più difficile da valutare rispetto a quella fisica, anche se può avere conseguenze più gravi e di lunga durata. Essa si manifesta spesso associata ad altre forme di

maltrattamento o di abuso e comprende:

- Marcata disattenzione verso i bisogni affettivi del figlio, scarso o assente sostegno emotivo
- Esposizione cronica a violenza domestica
- Negare al figlio la possibilità di interagire o di comunicare con i coetanei o gli adulti al di fuori o all'interno della casa

Trascuratezza educativa. In questa categoria rientrano le responsabilità e i requisiti che riguardano l'educazione del figlio. Ad esempio:

- Assecondare un abituale e non giustificato assenteismo da scuola; non seguirlo nelle attività scolastiche o nel suo bisogno di apprendimento
- Mancanza di regole

La trascuratezza può derivare da un disinteresse verso il figlio o da rilevanti difficoltà del genitore nella relazione di cura prodotte da fattori di stress come depressione, lutto, violenza, malattia, maltrattamenti ricevuti nell'infanzia, ecc.

MALTRATTAMENTO PSICOLOGICO

Il maltrattamento psicologico, comunemente presente nelle altre forme di maltrattamento, consiste in atti volti a umiliare, svalutare o denigrare il figlio in modo continuato e duraturo nel tempo mediante frasi o comportamenti.

Nello specifico:

- Isolare, impedire al figlio di avere normali opportunità di relazioni sociali con gli adulti e con i pari
- Incutere terrore, minacciare con punizioni severe o spaventose affinché si comporti "bene"
- Aggredire verbalmente, insultare il figlio al fine di umiliarlo e di conseguenza esercitare su di lui il massimo controllo
- Rinforzare e incoraggiare comportamenti distruttivi e antisociali
- Opprimere, fare pressioni logoranti spesso legate all'ambito scolastico o sportivo, che lasciano nel figlio la sensazione di non essere mai bravo abbastanza
- Avere aspettative eccessive e irrealistiche in relazione alle sue capacità, caratteristiche ed età (pretendere prestazioni eccezionali in vari ambiti)

Il maltrattamento psicologico è certamente la forma di violenza verso l'infanzia e l'adolescenza

più frequente ma anche più sottovalutata, nonostante le conseguenze sullo sviluppo siano profonde e negative, poiché altera l'immagine che il figlio ha di sé, inibisce le sue capacità sociali, "intossica" il legame di attaccamento e ostacola lo sviluppo dell'empatia (comprensione emotiva) verso gli altri.

Alcuni genitori non si rendono conto di essere psicologicamente maltrattanti perché a loro volta sono stati maltrattati da bambini e questo stile educativo/affettivo è l'unico che conoscono. In questi casi è utile percorrere i passi raccomandati nel maltrattamento fisico.

ABUSO SESSUALE ⁶

Per abuso sessuale s'intende il coinvolgimento dei bambini/adolescenti in attività sessuali che, in ragione della giovane età e del grado d'immaturità, non possono comprendere e/o a cui non possono liberamente acconsentire con consapevolezza e libertà di scelta.

Per attività sessuali s'intendono sia i rapporti sessuali veri e propri, sia gli atti che non prevedono un contatto diretto (esibizione degli organi genitali, assistere a masturbazione e/o a rapporti sessuali, essere esposti a visione di materiale pornografico).

⁶ Si veda l'opuscolo *Il comportamento sessuale nel bambino - Informazioni per i genitori* e *Conoscere la violenza sessuale - Informazioni per ragazze e ragazzi*. In www.ausl.bologna.it (Sezioni tematiche, Il Faro) e in www.lisolache.it

Secondo il rapporto esistente tra la vittima e il perpetratore l'abuso sessuale si suddivide in:

- **Intra-familiare**, attuato da membri della famiglia nucleare o allargata
- **Peri - familiare**, attuato da persone conosciute dal bambino/ragazzo, comprese quelle a cui è affidato per ragioni di cura/educazione
- **Extra-familiare**, se l'abusante è una figura estranea all'ambiente familiare e al figlio

Le prime due forme di abuso sono le più frequenti.

Sfruttamento sessuale

Si intende un comportamento volto a guadagnare denaro o altre utilità attraverso:

- La **pedopornografia**: ogni rappresentazione, con qualunque mezzo, di un minore di età in attività sessuali specifiche, reali o simulate

- La **prostituzione minorile**: ogni atto sessuale compiuto da un adulto verso un bambino o un adolescente anche se "accondiscendente"

- Il **turismo sessuale**: attività sessuali con minori in Paesi che, non solo tollerano la prostituzione minorile, ma spesso la propagandano per attirare il turista

Abuso "on line"

L'utilizzo di internet da parte di bambini e ragazzi se da una parte rappresenta un'opportunità di sviluppo di contatti e relazioni in rete, dall'altra costituisce uno scenario di possibili forme di

violenza anche molto gravi come l'abuso sessuale.

Per abuso "on line" si intende ogni forma di abuso sessuale su minori di età compiuta mediante documentazione informatica di immagini, video, registrazioni di attività sessuali esplicite, reali o simulate.

L'abuso può prendere l'avvio da diversi scenari:

a) **Adescamento on-line** finalizzato a ottenere incontri sessuali o il coinvolgimento in attività di sesso virtuale

b) **Induzione a guardare materiale pornografico** per adulti, alla produzione di foto o video a contenuto sessuale.

Come per le altre forme di maltrattamento, l'abuso sessuale comporta l'insorgenza di sintomi e disturbi che incidono pesantemente sullo sviluppo, quali ad esempio:

- Incubi notturni e/o altri disturbi del sonno
- Isolamento/scoppi d'ira
- Ansia/depressione
- Rifiuto di vedere/stare con una particolare persona
- Conoscenze sessuali, linguaggio e comportamenti inappropriati per l'età

Sono molte le ragioni per le quali i figli non rivelano l'abuso sessuale, tra cui:

- Imposizione del segreto anche attraverso il ricorso a minacce che possono essere rivolte ai familiari

- Paura di non essere creduti
- Vergogna o senso di colpa
- Timore di procurare dispiacere ai genitori
- Quest'ultima motivazione è particolarmente forte quando l'abusante è persona vicina alla famiglia

Se l'abusante è una persona vicina alla famiglia, il figlio teme di procurare dispiacere ai genitori.

I bambini molto piccoli non hanno le competenze linguistiche per comunicare l'abuso o non comprendono l'abuso stesso, soprattutto se è perpetrato sotto forma di "gioco".

I genitori possono fare molto per proteggere i propri figli dagli abusi sessuali insegnando loro:

- Il rispetto per il proprio corpo e quello degli altri
- Ciò che è lecito e ciò che non lo è
- A dire di "no" quando non vogliono essere toccati
- A prendersi cura delle proprie parti intime

Se il figlio rivela un abuso è fondamentale mantenere la calma, ascoltare con attenzione senza colpevolizzarlo, ringraziarlo e rassicurarlo per la fiducia riposta e successivamente consultare un esperto.

COSA SONO LE ESPERIENZE TRAUMATICHE

Il **trauma** è la conseguenza dell'impatto (diretto o indiretto) con un evento minaccioso e spaventoso.

La caratteristica principale del trauma è la condizione di sopraffazione in cui si trova la persona, cioè l'esperienza supera la capacità della persona di fronteggiare un evento che suscita sentimenti intensi come paura, terrore, impotenza, confusione e angoscia.

Gli **eventi traumatici** possono essere **esterni alla persona** quando sono prodotti da:

- Catastrofi naturali come alluvioni, terremoti, ecc.
- Procedure mediche invasive o dolorose, condizioni sanitarie gravi
- Guerra, razzismo, atti di terrorismo
- Incidenti mortali
- Violenza sociale (bullismo, cyberbullismo ⁷ a scuola, o in comunità)

Oppure **interni alla persona**, cioè riguardare le relazioni primarie dalle quali dipende la sopravvivenza del bambino e il senso d'identità:

- Maltrattamenti/abusi in famiglia
- Esperienze di perdita, abbandono, separazione da persone care

⁷ Il cyberbullismo (ossia il bullismo online) è il termine che indica atti di violenza e/o di molestia compiuti tramite mezzi elettronici come l'e-mail, la messaggistica, i blog, i telefoni cellulari, i siti web

Occorre distinguere tra:

Trauma acuto, inteso come un singolo evento traumatico limitato nel tempo, ad esempio il morso di un cane, un incidente automobilistico o un disastro naturale

Trauma cronico, inteso come esposizione prolungata nel tempo a più eventi di natura traumatica

Trauma complesso, inteso come cronica esposizione a eventi di natura traumatica che investono le relazioni vitali del bambino (traumi interni all'identità) e sono prodotti dai maltrattamenti e violenze che avvengono in famiglia.

L'evento traumatico sollecita in genere sentimenti intensi come paura, terrore, impotenza, angoscia, confusione

Nel caso di maltrattamenti in famiglia il figlio vive un **paradosso non risolvibile** e **senza via di fuga** perché colui o colei che esercita violenza è anche la persona che il bambino ama di più.

Molti pensano che i bambini, tanto più se piccoli, “non capiscano” o siano meno sensibili di noi adulti alle esperienze traumatiche. Nulla di più sbagliato. I bambini e gli adolescenti sono **PIÙ** sensibili degli adulti e possono riportare conseguenze anche

molto gravi e durature dall'aver vissuto o assistito a esperienze spaventose che la loro mente fatica a elaborare.

Molto spesso i bambini e gli adolescenti non parlano con gli adulti di quanto hanno vissuto, e gli adulti pensano che sia meglio dimenticare: *“non dico niente per non fargli ritornare in mente pensieri tristi, magari non ha capito cosa è successo...”*.

*Il silenzio è dannoso sia per il bambino
che per il genitore*

I bambini provano emozioni simili a quelle degli adulti come ansia, rabbia, colpa, tristezza, impotenza, ecc. anche se le loro modalità espressive sono diverse. Si rendono ben conto degli eventi gravi, soprattutto quando questi riguardano la propria famiglia, perché da essa dipende la loro sopravvivenza.

Se si tace o si è vaghi riguardo all'evento non si protegge il figlio ma lo si lascia solo con i propri pensieri e immaginazione, con domande senza risposta e con tutta l'incertezza che questo comporta. Se non viene data alcuna informazione lo lasciamo alle sue fantasie che in genere sono peggiori della realtà. Queste possono provocare senso di ansia e

di terrore che conducono nel tempo a vulnerabilità/ fragilità fisica e/o psichica, oltre che a convinzioni negative su di sé e sugli altri.

La mente, soprattutto quando deve garantire la sopravvivenza, è impegnata ad attivare un sistema primitivo di difesa (attacco, fuga, paralisi) e quindi non riesce, il più delle volte, a registrare in modo chiaro e corretto gli eventi traumatici che continuano a generare disagio e malessere emotivo nel corpo e nella mente.

Mentre nelle normali esperienze di vita il cervello registra i fatti avvenuti, i pensieri e le esperienze emotive correlate, e quindi fornisce un significato comprensibile a ciò che si è vissuto, questo meccanismo naturale si “inceppa” quando si vive un’esperienza traumatica. La paura intensa, il senso di pericolo e di impotenza generano nella mente uno stato di allarme che impedisce la trasformazione dell’evento traumatico in ricordo: la persona rimane in qualche modo “legata” al trauma, come se in parte continuasse a viverlo per poterlo “sistemare” nella trama della propria esistenza.

QUALI SONO LE CONSEGUENZE DEL MALTRATTAMENTO?

Le conseguenze di eventi traumatici complessi come il maltrattamento sullo sviluppo sono determinate dal temperamento del figlio, dalla gravità del maltrattamento subito e dall'aiuto che riceve nel suo ambiente di crescita.

Ciò che avviene nei primi anni di vita è molto importante per lo sviluppo delle future abilità del bambino

Queste esperienze traumatiche incidono negativamente e in modo diffuso e persistente sulla salute e sulle diverse funzioni dello sviluppo: dalle abilità sociali a quelle cognitive ed emotive. In particolare nei primi anni di vita del bambino il maltrattamento compromette la capacità di gestire le proprie emozioni, i comportamenti e le relazioni.

L'effetto del trauma è cumulativo: maggiore è il numero di eventi traumatici che il bambino esperisce, più elevati sono i rischi per la sua salute fisica ed emotiva, in particolare la perdita della fiducia verso il mondo degli adulti e lo sviluppo di una scarsa autostima se non riceve il sostegno e la protezione necessari.

Quando il figlio vive in un ambiente imprevedibile e insicuro è costretto ad adottare un comportamento

di ipervigilanza e di controllo per la sua stessa sopravvivenza.

I rischi principali sono: perdita della fiducia, dell'autostima, vissuto di colpa e ipervigilanza

Gli esperti descrivono l'ipervigilanza come un'anomala alterazione fisiologica e una aumentata reattività agli stimoli associate a un controllo costante dell'ambiente. I soggetti ipervigilanti spesso hanno difficoltà del sonno, a gestire adeguatamente le proprie emozioni e poiché hanno un vissuto minaccioso verso il mondo esterno, hanno maggiori probabilità di reagire in modo aggressivo o di resa. L'energia vitale è impiegata a controllare l'ambiente circostante piuttosto che essere investita fiduciosamente sulle proprie abilità. Ciò è in conflitto con le competenze e l'attenzione necessarie per conseguire il successo personale, scolastico e sociale. Molti bambini tendono a incolparsi per quanto è loro accaduto nell'estremo tentativo di "salvare" le proprie figure genitoriali.

La Tabella seguente mostra una breve lista di possibili reazioni e sintomi per età:

0 – 5 anni

- disturbi del sonno e/o alimentari
- chiusura in sé stessi/mancanza di reattività
- intensa/pronunciata ansia da separazione, pianto inconsolabile
- regressione nello sviluppo, perdita delle capacità acquisite
- intensa ansia, preoccupazioni, e/o nuove paure
- aumento dell'aggressività e/o del comportamento impulsivo

6 – 11 anni

- incubi, disturbo del sonno
- aggressività e difficoltà nelle relazioni con i coetanei e a scuola
- difficoltà di concentrazione e di apprendimento
- chiusura in sé stessi e/o indifferenza emotiva
- assenze ingiustificate da scuola, scarsa frequenza scolastica
- comportamenti autolesivi

12 – 18 anni

- comportamento antisociale
- fallimento scolastico
- comportamento impulsivo e/o aggressivo
- abuso di sostanze
- fughe
- coinvolgimento in relazioni violente o abusanti
- depressione
- ansia
- ritiro sociale
- comportamenti autolesivi

I bambini difficilmente associano il loro disagio all'esperienza traumatica subita

Il corpo e il comportamento spesso parlano al loro posto: mal di testa, pipì a letto, mal di pancia, nervosismo, aggressività o al contrario eccessiva e improvvisa tristezza, calo del rendimento scolastico, uso di sostanze psicotrope o alcoliche in preadolescenza o più tardi possono essere indicatori di una sofferenza silenziosa.

I bambini hanno difficoltà a parlare delle loro emozioni, che in genere sono espresse attraverso il comportamento: irrequietezza, agitazione, scoppi di rabbia, paura del buio, problemi di sonno, incubi e paura di essere abbandonati. Possono anche presentare sintomi fisici come mal di testa o mal di pancia. Quando i bambini scoppiano a piangere o diventano molto tristi senza un apparente motivo è probabile che siano angosciati e che abbiano bisogno di aiuto.

Alcuni bambini continuano, anche mesi o anni dopo il trauma, a rivivere questi momenti drammatici attraverso immagini, suoni, odori, sensazioni negative e ne sono turbati con la stessa intensità di quando il trauma è avvenuto.

In questi casi gli esperti parlano di **disturbo post-traumatico da stress**.



Bambini in età pre-scolare e scolare possono provare sentimenti di impotenza e di incertezza correlate alla costante percezione del pericolo, una paura generalizzata che si estende al di là dell'evento traumatico e che coinvolge altri aspetti della loro vita. Questa sensazione di impotenza e ansia è spesso espressa come una perdita di capacità evolutive precedentemente acquisite.

In molti casi, i bambini possono rimettere in scena il trauma attraverso giochi ripetitivi nel tentativo di cambiare l'esito negativo dell'esperienza traumatica.

Bambini in età scolare possono vivere intense preoccupazioni concernenti la loro sicurezza e quella degli altri. Spesso provano senso di colpa o di vergogna per ciò che è loro accaduto e se ne attribuiscono la responsabilità: *“sono io ad essere sbagliato/a”*. I bambini di questa età possono presentare disturbi del sonno che includono difficoltà ad addormentarsi, paura di dormire da soli o incubi frequenti. Gli insegnanti osservano spesso difficoltà di concentrazione e di apprendimento a scuola, isolamento dai coetanei o comportamenti aggressivi e disturbanti.

Gli adolescenti tendono a sentirsi “diversi” dai coetanei, imbarazzati dalle loro reazioni emotive spesso percepite come “anormali”. Ciò può causare atteggiamenti di ritiro dalle relazioni familiari e amicali. Spesso gli adolescenti provano intensi sentimenti di vergogna e di colpa per l'evento traumatico e possono esprimere fantasie di vendetta e punizione.

Perché i figli generalmente non rivelano il maltrattamento?

Le ragioni sono molteplici:

- Paura che i genitori si arrabbino e agiscano ulteriore violenza
- Desiderio di proteggere i genitori
- Paura di essere allontanati dalla propria famiglia
- Convinzione che la violenza ricevuta sia a fin di bene
- Paura di non essere creduti
- Vergogna o senso di colpa
- Convinzione di meritarsi la violenza a causa del proprio comportamento “cattivo o sbagliato” oppure del proprio scarso valore



COME AIUTARE I BAMBINI/RAGAZZI

La capacità del figlio di superare le avversità di natura traumatica dipende da alcuni fattori importanti: **avere assicurata la necessaria protezione fisica e poter fare affidamento su adulti affidabili, emotivamente disponibili, in grado di stabilire una disciplina educativa coerente e “ragionevole”, cioè calibrata sulle sue caratteristiche e capacità.**

Le esperienze traumatiche sono senz'altro pericolose per lo sviluppo ma molti bambini e ragazzi riescono a superarle e a uscirne rafforzati.

La comunità, intesa come scuola, servizi sociali e sanitari, risorse per il tempo libero, ecc. può fare molto a favore di questi bambini/ragazzi e dei loro genitori.

La presenza affidabile di una figura genitoriale attenta e premurosa ha una funzione indispensabile nel proteggere il bambino dalle conseguenze delle esperienze traumatiche.

Soprattutto voi genitori potete fare molto per aiutare vostro figlio:

- Rispondete alle sue domande con un linguaggio comprensibile e assicuratevi che abbia capito il senso degli eventi e dei cambiamenti avvenuti nella sua vita

- Impegnatevi in attività adeguate alla sua età
- Dedicate tempo per giocare e divertirvi insieme a lui/lei
- Favorite la vicinanza con le persone amate attraverso racconti, feste, riunioni, vacanze insieme, etc.
- Sollecitate vostro figlio a rimettere in gioco la sua energia vitale accettando le sfide che la vita comporta. Imparerà a diventare più forte
- Garantite una normale routine quotidiana e regole prevedibili e coerenti
- Offrite il vostro amore e affetto senza temere di vizziarlo

I bambini e i ragazzi non sanno e non possono chiedere aiuto da soli. Aspettare che il problema passi da solo è sbagliato

Devono essere gli adulti che gli sono vicini ad accorgersi della loro sofferenza, anche rivolgendosi a uno psicologo **per farsi consigliare su cosa sia meglio fare.**

Offrire al figlio informazioni chiare e sincere, anche su quello che è successo, su quello che sta succedendo e che succederà è molto importante, soprattutto quando si sono verificati cambiamenti radicali nella normale routine di vita (casa, scuola, quartiere).

L'obiettivo fondamentale è quello di proteggere e aiutare i figli a crescere e a sviluppare al meglio le proprie potenzialità e attitudini, ripristinando un equilibrio nella vita quotidiana.

Sappiamo che i bambini e i ragazzi reagiscono in modo diverso, alcuni dimostrano apatia e si comportano come se non fosse accaduto nulla, mentre altri tornano insistentemente sull'argomento. Non sempre l'adulto ha una risposta pronta. In questi casi è bene esplicitarlo, piuttosto che non rispondere o fornire una risposta frettolosa e superficiale.

Il genitore può chiedere consiglio a una persona di propria fiducia, dicendo al figlio che la sua è una domanda importante che merita una riflessione.

Anche il bambino molto piccolo è attento e sensibile alle reazioni emotive del proprio genitore. È in grado di percepire come egli si sente al di là delle parole e questo ha una grande influenza su come reagisce e reagirà agli eventi

A volte il genitore è (o è stato) a sua volta vittima di maltrattamenti o è in difficoltà a gestire le intense e incomprensibili reazioni emotive del bambino, oppure deve fronteggiare molteplici preoccupazioni nella quotidianità, soprattutto quando è solo a

svolgere la funzione di cura. Anche in questi casi è consigliabile rivolgersi a uno psicologo.

PRENDERE CONFIDENZA CON LE PROPRIE EMOZIONI

I figli fanno domande a volte sorprendenti che non è possibile prevedere e che possono suscitare imbarazzo o varie difficoltà nel trovare una risposta adeguata. Spesso le emozioni sono più potenti delle parole nel trasmettere i messaggi. È quindi importante interrogarsi su ciò che si sta provando in quel momento.

Le emozioni più ricorrenti sono: tristezza, ansia, disgusto, rabbia, impotenza, frustrazione, colpa, vergogna. In molti casi queste emozioni sono simili a quelle provate dal figlio.



Riconoscere i propri sentimenti è un passo fondamentale per comprendere come il figlio risente dei maltrattamenti subiti.

Alcuni suggerimenti per parlare con vostro figlio:

- Riflettete su ciò che gli/le volete comunicare
- Valutate le vostre risorse e riconoscete quelle di vostro figlio
- Mostrate autentico interesse con un abbraccio o un bacio, o semplicemente standogli vicino
- Prendete l'iniziativa: sottolineate a vostro figlio l'importanza di parlare e di non stare da solo con i propri pensieri e preoccupazioni
- Fate capire a vostro figlio che va sempre bene fare domande
- Mantenete un tono calmo e non andate oltre la sua capacità di sostenere la conversazione

Spesso le idee o le domande che i figli si fanno sui problemi sono diverse da quelle che pensano gli adulti. Ascoltare le loro domande aiuta a capire "cosa hanno in testa" più che fornire risposte frettolose

COME CONFORTARE I BAMBINI IN ETÀ PRESCOLARE E DELLA SCUOLA PRIMARIA

Che cosa potete fare:

- Stabilite un legame fisico con il vostro bambino, come il contatto con gli occhi, i baci e gli abbracci. Ciò lo aiuterà a sentirsi sicuro e protetto
- Garantite la routine della vita quotidiana come l'orario per dormire e la regolarità dei pasti, leggere un libro assieme. La routine e la regolarità fanno sembrare il mondo più prevedibile e sicuro
- Rassicuratelo che voi e gli altri adulti della famiglia garantirete la sua sicurezza e che gli eventi spaventosi sono finiti

PARLARE CON I PREADOLESCENTI

Che cosa potete fare:

- Incoraggiate vostro figlio a fare domande, che possono essere importanti per dirimere dubbi e incomprensioni come, per esempio, la convinzione di essere responsabile del maltrattamento o di dover proteggere la famiglia
- Rassicuratelo sulle misure di protezione che sono state adottate e che farete di tutto per garantirle
- Aiutatelo a capire che le sue paure sono collegate a eventi spaventosi ora passati
- Aiutatelo a non soffermarsi sulle sue preoccupazioni

pazioni e sentimenti angoscianti ma piuttosto a concentrarsi su pensieri positivi o su un'attività che sa fare bene

- Rivolgetevi a un esperto se avete bisogno di consigli e di chiarire i vostri dubbi

I bambini e gli adolescenti che hanno vissuto esperienze traumatiche di maltrattamento possono agire in modo tale da rendere la vita difficile ai genitori. Alcuni comportamenti e disturbi comuni sono di seguito descritti.

I CAPRICCI E IL COMPORTAMENTO AGGRESSIVO

I bambini fanno capricci perché sono sopraffatti dai loro sentimenti e non conoscono un altro modo per esprimersi. Ciò è particolarmente vero per i bambini più piccoli che non possono ancora ricorrere facilmente all'uso delle parole.

I bambini e gli adolescenti possono essere aggressivi per avere il controllo sugli eventi e controllare il senso di impotenza. Oppure sono arrabbiati e sfidano l'autorità dell'adulto o ne hanno perso la fiducia.

Che cosa potete fare:

- Impostate routine chiare e regolari a casa: svolgete tutti i giorni una vita prevedibile, soprattutto con i bambini più piccoli
- Riflettete attentamente su quali comportamenti si possono tranquillamente ignorare

e quali sono inaccettabili. Quelli ignorati di solito diminuiscono nel tempo

- Sostenete le capacità del bambino e le sue abilità
- Non cercate di ragionare a tutti i costi con vostro figlio quando si è nel bel mezzo di un'accesa discussione
- Offrite delle opzioni. Sostenete chiaramente che è in grado di fare quello che gli state chiedendo, parlate dei motivi del suo disappunto e cercate di calmarlo
- Spiegategli che è compito dell'adulto impostare i limiti e prendere decisioni
- Mantenete il più possibile la coerenza tra il dire e il fare
- Se vostro figlio imita il maltrattamento nel gioco trovate un momento per parlare con lui dei suoi sentimenti e delle sue preoccupazioni

DISTURBI DEL SONNO

A volte i bambini hanno difficoltà ad addormentarsi o a dormire da soli, soprattutto se sono sotto stress. Possono avere paura di avere incubi, pensieri spaventosi o essere preoccupati che accadrà qualcosa di terribile.

Che cosa potete fare:

- Cercate di garantire una regolarità negli orari e alcuni rituali prima di addormentarsi come leggere, svolgere un gioco tranquillo, prepara-

gli un bagno caldo o una doccia per favorire il rilassamento

- Cercate di calmarlo se è spaventato abbracciandolo, accarezzandolo e respirando lentamente con lui
- Incoraggiatelo a parlare delle sue paure e mantenete la calma: la vostra tranquillità è la migliore assicurazione per il vostro bambino

QUANDO CHIEDERE

UNA CONSULENZA PROFESSIONALE

È raccomandabile richiedere una consulenza professionale quando:

- Il disagio non scompare o peggiora
- Il bambino è insolitamente triste, arrabbiato o ritirato
- Sussiste la preoccupazione che possa danneggiare se stesso o gli altri
- Ci si sente sopraffatti dal suo comportamento

CONSIGLI BIBLIOGRAFICI

SITI

Kit "Io mi Proteggo" - Terre des Hommes:
<http://www.ioproteggoibambini.it/index.php>

Guida pratica alla genitorialità positiva - Save the Children Italia Onlus:
www.savethechildren.it

Violenza fisica:
[www.coe.int/t/dg3/children/.../
ItalianQuestionsAnswers.pdf](http://www.coe.int/t/dg3/children/.../ItalianQuestionsAnswers.pdf)

L'Ascolto del disagio in adolescenza. Guida per genitori:
www.osservatoriopedofilia.gov.it/

Il Web per amico. Un uso responsabile della rete. Manuale per i genitori, a cura della Polizia Postale e delle Comunicazioni. In [img.poliziadistato.it/docs/
brochure_web_amico.pdf](http://img.poliziadistato.it/docs/brochure_web_amico.pdf)

Se mi posti ti cancello - Save the Children Italia Onlus:
www.savethechildren.it

Sicuri in rete - Centro Giovani Online (Save the Children e Adiconsum):
www.sicurinrete.it

LIBRI

J. Hunt, *Genitori con il cuore. I bambini si comportano così come vengono trattati*. Il Bambino Naturale Ed., 2009

D. Siegel, M. Hartzell, *Errori da non ripetere. Come la conoscenza della propria storia aiuta a essere genitori*. Raffaello Cortina, 2005

È possibile rivolgersi al **Garante per l'Infanzia e l'Adolescenza della Regione Emilia-Romagna** (LR n. 9, 2005 modificata con LR n.13,2011) le cui principali funzioni sono di promuovere, tutelare gli interessi e i diritti dei cittadini in crescita, di rappresentarli presso tutte le istituzioni.

Tel. **051 5275 713/860**

garanteinfanzia@regione.emilia-romagna.it

Questa guida è stata realizzata grazie al contributo di:

Mariagnese Cheli, psicologa responsabile Centro specialistico "Il Faro", Dipartimento di Cure Primarie - Azienda USL di Bologna, socia fondatrice *L'Isola che c'è* - Onlus

Luca Degiorgis, educatore prof. le Dipartimento Salute Mentale - Azienda USL di Bologna, consulente de "Il Faro", presidente *L'Isola che c'è* - Onlus

Clede Maria Garavini, psicologa, giudice onorario presso il Tribunale per i Minorenni dell'Emilia-Romagna, socia fondatrice *L'Isola che c'è* - Onlus

Maria Pia Mancini, psicologa, consulente de "Il Faro"

Chiara Manzini, psicologa Consultorio familiare, Dipartimento di Cure Primarie - Azienda USL di Bologna, consulente de "Il Faro"

Massimo Masi, pediatra, Università di Bologna, coordinatore gruppo di lavoro "*Linee di indirizzo regionali per l'accoglienza e la cura di bambini e adolescenti vittime di maltrattamento/abuso*" Regione Emilia-Romagna, consulente scientifico *L'Isola che c'è* - Onlus

Maria Elena Montenegro, psicologa Consultorio Familiare - Azienda USL di Bologna, consulente de "Il Faro", socia *L'Isola che c'è* - Onlus

Luciana Nicoli, pediatra UOS Pediatria Territoriale - Azienda USL di Bologna, consulente de "Il Faro", socia fondatrice *L'Isola che c'è* - Onlus

Francesca Pincanelli, assistente sociale de "Il Faro"

Cosimo Ricciutello, neuropsichiatra infantile, Direttore UOC Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza - Azienda USL di Imola, consulente de "Il Faro", socio fondatore *L'Isola che c'è* - Onlus

Hanno inoltre contribuito alla revisione del testo:

Annalisa Faccini, responsabile Minori, Famiglie, Tutele e Protezioni – Settore Servizi Sociali – Dipartimento Benessere di Comunità, Comune di Bologna

Luigi Fadiga, Garante regionale per l'Infanzia e l'Adolescenza, Assemblea Legislativa, Regione Emilia-Romagna

alla bibliografia:

Carla Rovinetti, psicologa specializzanda

Pubblicazioni correlate:

- *Il comportamento sessuale nei bambini – Informazioni per i genitori*
- *Bambini che assistono a violenza domestica – Informazioni per il genitore*
- *Conoscere la violenza sessuale – Informazioni per le ragazze*
- *Genitori con storie traumatiche nei servizi – Raccomandazioni per famiglie di origine e accoglienti, operatori, giudici, avvocati*
- *Rendere testimonianza in tribunale – Raccomandazioni per operatori*
- *Educazione positiva e non violenta – Informazioni per i genitori*

Altre pubblicazioni:

- *E dopo cosa succede? Manuale per ragazzi*
- *E dopo cosa succede? Consigli per i genitori*
- *E dopo cosa succede? Consigli per gli operatori*
- *Se piango ... ascoltami (e non scuotermi mai)*

reperibili in www.ausl.bologna.it (Sezioni tematiche, Il Faro)
www.lisolache.it

Progetto grafico: RAM design | www.ramdesign.it

Illustrazioni: Vanna Vinci

**Progetto realizzato nell'ambito del programma provinciale a sostegno
delle politiche sociali - Interventi per il contrasto dell'abuso e del
maltrattamento - Fondi anno 2014**

Realizzato con il patrocinio di:



PROVINCIA DI
BOLOGNA



COMUNE DI BOLOGNA

ACMER

*Avvocati Camera Minorile
Emilia Romagna*



Associazione Italiana
dei Magistrati per
i Minorenni e per
la Famiglia

Sezione Emilia Romagna

A cura di



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Dipartimento di Cure Primarie

Centro Specialistico "Il Faro"

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico

In collaborazione con



Associazione L'Isola che c'è - Onlus