

GLOSSARIO DELL'ABUSO



**EMERGENZA
INFANZIA**

RESTITO DA TELEFONO AZZURRO



1. Abuso sessuale

L'abuso sessuale è il coinvolgimento di una persona in attività sessuali che non desidera, o per le quali non può dare il proprio consenso. Succede quando si utilizza la forza fisica, il potere, il ricatto o la manipolazione per imporre la propria volontà, impedendo all'altra persona di scegliere liberamente e con consapevolezza.

Le attività sessuali non sono solo i rapporti sessuali completi: contano anche fare sesso orale, toccare e baciare. Anche ricevere immagini nude di altri, o essere costretti ad assistere a un rapporto sessuale rientra in questi comportamenti. In generale, l'abuso è la violazione del diritto di poter scegliere per sé nell'ambito della sessualità e può essere messo in atto da persone che non conosciamo bene, ma anche da persone di fiducia, adulte o coetanee.

2. Consenso

Dare il proprio consenso significa dare il permesso a qualcuno di fare qualcosa. Dai il tuo consenso quando capisci cosa sta per succedere, ti senti a tuo agio e sei contento/a di continuare. Quando si tratta di qualsiasi tipo di rapporto sessuale, farlo senza il consenso delle persone coinvolte è un reato e una grave violazione dei tuoi diritti.

È fondamentale assicurarsi che in ogni rapporto intimo e sessuale ci siano il consenso del partner, a fronte di una scelta libera e consapevole. Non si è liberi se si ha paura o ci si sente sotto pressione, e non si è consapevoli se non si è in grado di capire bene cosa sta succedendo (per esempio, chi ha bevuto troppo o è svenuto non può dare il consenso).

Il consenso può essere espresso a voce, ma a volte chi è spaventato o preoccupato non riesce a parlare. Per questo è opportuno essere attento ai segnali – anche non verbali – che manifesta il partner. Consenso significa che hai il diritto a dire “no” o “non me la sento” o “non mi piace”.

Tieni presente che in Italia è sempre reato avere scambi sessuali con chi ha meno di 14 anni.

3. Fiducia

La fiducia è una conquista! È fondamentale affrontare ogni tipo di nuova conoscenza e relazione con la massima apertura, ma è altrettanto importante valutare con attenzione di chi fidarsi e a chi affidare le proprie esperienze più intime.

L'abuso sessuale è spesso una violazione di un rapporto di fiducia, anche se spesso chi abusa di un'altra persona tenta di convincerla del contrario, e sostiene che le attenzioni inadeguate e le violenze sono segni di una relazione esclusiva. In una relazione di fiducia, per esempio con il/la tuo/a ragazzo/a, non dovresti sentirti forzato a fare qualcosa che non ti va.

Anche quando si tratta di condividere online foto o video intimi, non sottovalutare il possibile pericolo che tali contenuti siano condivisi senza il tuo consenso. Questo non significa che non ci si debba fidare di nessuno: ci sono sempre persone pronte ad ascoltarti e aiutarti e alle quali puoi confidare qualcosa che ti fa soffrire.

4. Senso di colpa, paura e vergogna

Ricordando quello che è successo, chi ha subito abusi può provare senso di colpa. Ci si sente in colpa perché si pensa “non sono riuscito/a a dire di no” oppure “mi sono infilato io in una relazione malsana”, soprattutto se chi ci ha fatto male era qualcuno di cui ci fidavamo. È comprensibile anche provare vergogna, dal momento che l'abuso coinvolge l'area della sessualità e quindi una sfera molto intima e personale.

Questi sentimenti, molto diffusi tra le vittime, possono farti pensare che nessuno può aiutarti e che se decidessi di confidarti con qualcuno saresti giudicato. Anche i sentimenti di paura sono molto diffusi, in particolare se la persona che ti ha fatto male è parte della tua famiglia, o della cerchia di amici.

Nonostante possa passarti per la mente, ricorda che l'abuso non dipende da come sei e che non hai scelto tu di subire le violenze.

5. Sfruttamento sessuale

Lo sfruttamento sessuale è una forma di abuso sessuale. I bambini e i ragazzi che ne sono vittime ricevono spesso regali, soldi e attenzioni in cambio di attività sessuali.

Tuttavia, lo sfruttamento sessuale non implica necessariamente il contatto fisico e può avvenire online, da parte di qualcuno che ti chiede di inviare tue foto o video a sfondo sessuale. Si tratta di un crimine che rimane spesso nascosto, anche perché i bambini e i ragazzi che ne sono vittime raramente possono rendersene conto, oppure si sentono dipendenti dagli abusanti, o troppo spaventati per raccontare a qualcuno che cosa sta succedendo.

6. Libertà

La libertà consiste nel poter agire, pensare e sentire senza costrizioni. Si è liberi quando si prendono delle decisioni e si compiono delle azioni senza sottostare al volere di qualcun'altro. La libertà è riconosciuta come un diritto fondamentale anche nelle relazioni intime e nell'espressione della sessualità.

Tutti, piccoli e grandi, devono essere liberi di esprimere la propria opinione e di rifiutare richieste inopportune. Se ti senti spaventato, minacciato, controllato, o messo sotto pressione, anche da qualcuno che dice di volerti bene, o del quale credi di fidarti, o che ha su di te una certa autorità, potresti trovarti in una relazione che mette in pericolo la tua libertà.

7. Confini

I confini sono linee o superfici, reali o immaginarie, che definiscono quello che ci appartiene e che è sotto la nostra responsabilità e gestione. I confini del corpo sono dati dalla pelle, ma ci sono anche confini non visibili che definiscono lo spazio privato e personale, dove ci sono idee, pensieri e sentimenti. I propri sentimenti e il proprio corpo meritano rispetto e cura. Possiamo decidere chi fare entrare nel nostro spazio personale e in quale modo.

Essere consapevoli dei propri confini è utile per capire i propri diritti: aiuta a fissare i limiti rispetto a come vogliamo essere trattati dagli altri, a capire i nostri bisogni e a esprimerli. Se ricevi pressioni e richieste insistenti di qualcuno che vuole oltrepassare qualche confine e violare la tua intimità, hai il diritto a dire di no se non ti senti a tuo agio e di ristabilire i tuoi confini.

Questa regola vale anche nell'online, nonostante spesso potresti avere l'impressione di non avere il controllo della situazione e di non poter fissare dei limiti.

8. Adescamento online

L'adescamento online, detto anche grooming, è il tentativo da parte di una persona adulta di stabilire una relazione di fiducia con un bambino o un ragazzo attraverso l'uso di Internet o delle tecnologie digitali, con lo scopo di coinvolgerlo in attività sessuali, sia online che offline.

Generalmente, queste persone si avvicinano alla vittima dopo aver notato qualche tipo di difficoltà e le offrono aiuto, instaurando poi un rapporto di dipendenza. Altre volte, cercano di capire gli interessi del ragazzo e si fingono "amici". Successivamente, queste persone ingannano o fanno pressione per ottenere sempre di più, spesso chiedendo in modo insistente immagini o video sexy o in cui sei senza vestiti, magari facendoti credere che non puoi fidarti di nessun altro, se non di lui.

Può, infatti, succedere che l'adescatore richieda un incontro via webcam o di persona. Non accettare mai un invito di questo tipo, soprattutto se in luoghi poco frequentati, poiché può essere davvero pericoloso. Tieni presente che l'adescamento online è un reato, anche se l'incontro proposto non avviene!

9. Ricatto

Il ricatto è una forma di intimidazione attraverso la quale si costringere qualcuno a fare qualcosa che non vorrebbe fare.

Può succedere di venire ricattati anche da qualcuno che si conosce bene, come il/la proprio/a partner o un amico/compagno di classe. Il sextortion, ad esempio, è una forma di ricatto a sfondo sessuale che spesso si manifesta all'interno di una relazione di fiducia, o che è stata di fiducia, ad esempio tra ex fidanzati.

Consiste nella minaccia di condividere con altri immagini sessualmente esplicite di una persona, senza che quest'ultima abbia dato il proprio consenso.

Per evitare la diffusione e la condivisione di questi contenuti, alla vittima vengono chiesti dei soldi, favori sessuali, sia online che offline, oppure la produzione di altri materiali sessualmente espliciti.

Diffondere immagini esplicite di un minorenne, anche se è una foto che hai fatto tu stesso, è sempre illegale e hai il diritto di richiederne la rimozione e di denunciare.

10. Diritto a chiedere un aiuto

Ricevere un aiuto concreto quando si è in una situazione di bisogno è un diritto di tutti i ragazzi. Prima di tutto, sappi che c'è sempre qualcuno pronto ad ascoltarti, senza pregiudizi e rispettando la tua privacy. Può capitare a tutti di attraversare dei momenti di difficoltà.

Anche se hai subito violenze sessuali, non pensare che sia colpa tua e non vergognarti a raccontarlo a qualcuno: chiedere aiuto non è da deboli ma anzi, è un atto non facile e coraggioso.

Non esistono problemi troppo piccoli per essere ascoltati: ricorda che chiedere un aiuto, nel rispetto dei tuoi tempi e delle tue preferenze, è il primo passo per gestire un problema che ti mette in difficoltà.

Anche se quello che hai subito ti può far pensare di non poterti fidare di nessuno, ci sono persone e adulti che hanno competenze particolari per capirti e aiutarti a risolvere la situazione. Non sei solo.



I consigli per i ragazzi

●

Se non ti va di fare qualcosa, hai il diritto di dire di no, anche se te lo chiede una persona di cui hai fiducia, o di cui sei innamorato/a.

●

Puoi acconsentire all'attività sessuale solo se sei libero/a di scegliere: se sei stato manipolato/a, spaventato, minacciato o se hai bevuto troppo non puoi decidere liberamente.

●

Non fare niente che non ti va di fare per paura di perdere qualcuno. Se non rispetta il tuo punto di vista, forse non tiene veramente a te.

●

Ciò che è privato è solo tuo e decidi tu se, quando, come e con chi dividerlo.

●

Un interesse improvviso ed esagerato nei tuoi confronti da parte di qualcuno che non conosci bene e del quale non credi ancora di poterti fidare ti deve insospettire.



Essere innamorati di qualcuno non significa necessariamente avere delle relazioni intime e avere delle relazioni intime non significa essere innamorati.



Non sentirselo di avere una relazione intima con qualcuno non è segno di immaturità: solo tu hai il diritto di scelta sul tuo corpo.



Il consenso a una relazione intima deve durare per tutto il rapporto: se a un certo punto vuoi smettere, puoi! Scegliere è un tuo diritto.



Quello che hai subito non è colpa tua. È normale provare vergogna o paura, ma l'abuso non è dipeso da te.



Abuso non è solo qualcosa di violento, o doloroso fisicamente, ma è tutto ciò che non permette di scegliere, e può avvenire tramite Internet. Se pensi di averne bisogno, o se hai un dubbio, prova a fidarti di un adulto di riferimento, o di un professionista. Se non riesci a parlarne e a voce, puoi anche scriverlo. Ricorda che non sei solo e che ci sono sempre persone pronte ad ascoltarti e supportarti, senza giudicarti.



Se pensi di conoscere qualcuno vittima di abuso, prova ad aiutarlo, ricordandogli che ci sono servizi ai quali può rivolgersi.

114 EMERGENZA INFANZIA

Il 114 Emergenza Infanzia è un Servizio di emergenza al quale rivolgersi tutte le volte che un bambino o un adolescente è in pericolo. Il Servizio è promosso dal Dipartimento per le Pari Opportunità della Presidenza del Consiglio dei Ministri e, fin dalla sua attivazione avvenuta nel 2003, è gestito da Telefono Azzurro.

Multilingue, attivo in tutta Italia, 24 ore su 24, ogni giorno dell'anno, raggiungibile da telefonia fissa e mobile, via chat, SMS e WhatsApp e tramite App.

Compito del Servizio è quello di offrire consulenza psicopedagogica, orientamento legale ed interventi tempestivi in tutte quelle situazioni di emergenza e trauma che possono nuocere allo sviluppo psico-fisico dei bambini e degli adolescenti, anche attraverso il coinvolgimento diretto e la collaborazione con i servizi e le istituzioni che operano a livello territoriale.

Progetto realizzato con il contributo di
Presidenza del Consiglio dei Ministri
Dipartimento Pari Opportunità



**SOS Il Telefono Azzurro Onlus
dal 1987 dalla parte di bambini e adolescenti
per tutelare i loro diritti**



SOS Il Telefono Azzurro Onlus
Cod. Fisc. 92012690373 | infoline 800.090.33
info@azzurro.it | azzurro.it

