

Identità e consapevolezza di sé: primo argine alla violenza di genere

Mercoledì 19 marzo 2014

Intervento di *Monica di Savino* (borsista)

Credo fermamente che il primo passo necessario per difendersi da un qualsiasi tipo di violenza

sia il riconoscimento del proprio valore. La consapevolezza di essere un individuo importante anche solo per il semplice fatto di esistere non è qualcosa con cui si nasce, ma è il traguardo di un percorso spesso difficile. Il processo inizia negli anni dell'adolescenza, periodo di transizione durante il quale in ciascuno di noi ribolle la volontà di emergere e allo stesso tempo il desiderio di non deludere.

Non deludere i genitori, non deludere gli insegnanti, non deludere gli amici. Mossi da questo duplice intento si cerca di conciliare tutto: la scuola, la vita, i piccoli problemi, che a noi sembrano enormi, il tempo, le uscite. Talvolta però, pur cercando con tutte le proprie forze di non deludere nessuno, ci si accorge che non è abbastanza. C'è ancora dell'insoddisfazione che non si sa bene a chi attribuire, ma che aleggia come un monito costante. Io l'ho vissuto: lo sforzo frustrante di essere all'altezza di ogni aspettativa. La consapevolezza di non riuscire a esserlo mai completamente.

Non è facile attribuire un valore concreto e reale a ciò che siamo, forse perchè si cresce pensando che gli adulti, gli altri, siano infallibili, che sappiano già tutto, che se qualcuno vuole qualcosa per noi, sicuramente, anche se non ha chiesto il nostro parere, debba aver ragione. Quando invece ci si accorge, all'improvviso, che gli adulti, come noi, possono sbagliare e che i loro desideri possono essere lontani da ciò che ci rende felici, ci si ferma e in noi sorge un dubbio. È in quel momento che scatta dentro, e deve scattare, il meccanismo che ci porta a comprendere di chi è davvero l'insoddisfazione rimasta inascoltata. È la nostra. Perchè nel tentativo di annotare e soddisfare i desideri di tutti, ci si dimentica spesso di ascoltare noi stessi. E non è facile iniziare, non è facile accettare di avere dei desideri propri che spesso risultano in contrasto con quello che gli altri vorrebbero per noi. Non è facile ammettere che le proprie aspettative siano lecite anche se trovano il disaccordo di chi ci circonda.

Quando non si è abituati ad ascoltarsi diventa difficile persino distinguere quelli che sono i nostri reali desideri da quelli che invece sono solo trasposizioni dei desideri degli altri. È difficile, ma non impossibile. La lotta sta in questo: nel non arrendersi, nell'aver il coraggio di dire la propria opinione e difenderla davanti a chi tenta di screditarla, nell'aver l'ardore di realizzare ciò che si desidera e la forza di affrontare tutte le conseguenze che ne deriveranno. Volontariamente ho scelto di sottolineare come caratteristiche femminili valori quali ardore, coraggio, forza, ai quali troppo spesso si dà una connotazione unicamente maschile. Le donne non sono solo amore, compassione e comprensione, sono anche potenza, impeto e furia quando questa diventa necessaria per difendersi. La vita che affrontiamo ogni giorno ci richiede anche di risvegliare questa forza interiore, non tanto per farne sfoggio, ma per mostrare a noi e agli altri che ci sono dei limiti che non possono essere superati. E chi tenta di rilegarci in un angolo non merita la nostra comprensione.

Durante la sfida che si affronta per far davvero emergere se stessi è importante avere accanto persone che ci aiutino non solo a comprendere l'importanza della consapevolezza di sé, ma che siano pronte a sostenerci quando questa consapevolezza

vacilla.

Ci sono infatti dei momenti in cui, pur avendo compreso il nostro valore, per qualche motivo lo si lascia sfiorire, a volte perchè si teme di ferire qualcuno che ci ama, a volte perchè si teme di scoprire che qualcuno non ci ama abbastanza.

Ci si mette da parte, ci si annulla negli altri, ci si dimentica di essere. In questo senso, mettere da parte se stessi per qualcun altro non solo è sbagliato, ma aggrava ulteriormente la situazione perchè è come se mostrassimo agli altri, ma soprattutto a noi stessi che esiste qualcosa più importante del nostro star bene. Una volta creato un precedente, perfino noi stessi ci convinciamo che sia lecito continuare così.

A mio parere solo quando si tiene costantemente salda la consapevolezza che ciascuno di noi è un valore di per sè, al di là di quanto dica il mondo, si trova la forza di reagire contro chi tenta di calpestarci, magari provando anche a farci sentire in colpa per non esserci spostati in tempo.

Tacere, acconsentire significa negare il proprio valore e la propria forza interiore. Reagire, lottare, gridare, con tutta la difficoltà e la fatica che ne derivano, significa valorizzarsi.

Il valore di ciascuno di noi coincide con la determinazione che abbiamo nel difenderlo.