

CICLO "CREARE SPAZI SICURI PER PREVENIRE LA VIOLENZA"

Workshop per madri e padri: "Basta disagio!"

6° incontro: Cosa possiamo fare quando proviamo
un certo malessere nelle relazioni affettive



Le attività elencate di seguito sono state concepite in modo da poter essere facilmente implementate seguendo la presente guida.

Abbiamo effettuato un calcolo del tempo per poter pianificare l'incontro (90' in totale). È possibile decidere di mettere in pratica l'intero contenuto o solo una delle attività.

In corsivo, potrete visualizzare il testo per rivolgervi ai partecipanti.

Per tutti gli incontri, si propone di avere le sedie disposte in cerchio, senza tavoli, lasciando un ampio spazio al centro dove i partecipanti possono muoversi comodamente.

6° incontro: Cosa possiamo fare quando proviamo un certo malessere nelle relazioni affettive

OBIETTIVO PRINCIPALE DELL'INCONTRO

Identificare rischi nelle relazioni affettive instaurate dai nostri figli per parlarne ed essere in grado di prevenirli.

FRASE DEL GIORNO (questa frase sarà appesa su un murale e scritta nelle lingue dei partecipanti)

Il nostro compito come genitori dobbiamo svolgerlo in un ambiente culturale in cui il benessere è associato al possesso di beni materiali o alla popolarità e in cui si cercano rimedi sempre più immediati per calmare il dolore psichico, la tristezza o qualsiasi difficoltà affettiva.

MATERIALE

Lettore musicale, proiettore, diapositive, la storia di Pepa e Pep, carte con simboli della mascolinità e femminilità.

SALUTI DI BENVENUTO (15')

All'arrivo, procederemo come si è fatto nei giorni precedenti: ci si saluta, chiederemo come è andata la settimana e se qualcuno vuole parlare di qualcosa sarà libero di farlo, o si chiede cosa ci si ricorda dall'incontro precedente. Possiamo anche leggere la frase del giorno e osservare se manca qualcuno.

Oggi ci chiederemo se il gruppo come tale funziona. Risponderemo le opinioni di tutti? Qualcuno si è sentito a disagio in determinati momenti? Cosa ci aiuta a sentirci uniti come gruppo? Cosa ci fa sentire bene? Ora abbiamo alle nostre spalle più della metà degli incontri previsti e ci restano soltanto questo incontro e altri due (più uno che faremo tra qualche mese). C'è qualcosa che vorremmo cambiare nei prossimi incontri? C'è qualcosa che vorremmo dire e finora non abbiamo trovato l'occasione per farlo? C'è qualche argomento che forse vorremmo affrontare e che è di nostro interesse?

RILASSAMENTO (5')

Procederemo come si è fatto nei giorni precedenti. *Oggi possiamo focalizzare l'attenzione su quelle parti del corpo che notiamo tese e cercheremo di rilassarle ogni volta che espiriamo. Non faremo l'esercizio di chiudere e aprire il pugno, ma ci concentreremo sul rilassamento di ogni parte del corpo.* Possiamo ripetere l'esercizio chiedendo che ciascun partecipante di emettere un suono vocale (quello che vuole e nella tonalità che preferisce) durante l'espirazione cercando di allungare il più possibile l'espirazione.

ATTIVITÀ PRINCIPALE (45')

Introduzione: Presenteremo l'obiettivo dell'incontro. *Oggi racconteremo una storia che ci permetterà di identificare alcune caratteristiche proprie delle relazioni in cui si manifestano forme di violenza di genere. Identifieremo comportamenti che sono un segnale di dominio, abuso o sottomissione nei confronti di un'altra persona, ma anche quelli che nascondono e normalizzano piccole violenze che possiamo facilmente trascurare. Questa è la storia di Pepa e Pep (da Carmen Ruiz Repullo) che ci permetterà di vedere come potrebbe essere l'inizio di una relazione in cui si manifestano forme di violenza di genere tra un ragazzo e una ragazza che stanno iniziando una relazione. Si tratta di una storia basata su situazioni molto comuni, che ci può aiutare a identificare forme di dominio e violenza nelle relazioni* (fonte: <https://www.youtube.com/watch?v=hJ4CmoFX8bk> e <https://www.google.com/search?client=firefox-b-e&q=el+cuento+de+Pepe+y+pepa#fpstate=ive&vld=cid:f87c99c6,vid:lpaabDdQN08,st:0>).

Prima parte: Spiegheremo la storia di Pepa e Pep (se preferiamo, possiamo proiettarla). Mentre la spieghiamo, proietteremo una diapositiva interattiva che mostra la portata della violenza di genere: allontanamento dalle amicizie, controllo attraverso il cellulare, l'abbandono degli interessi e degli hobby, controllo delle password delle applicazioni e dei social network, controllo sul modo di vestirsi, truccarsi, cambiamento nel modo di essere, controllo delle attività (rinuncia al tempo libero personale), separazione dalla famiglia, sottomissione nelle relazioni sessuali. Faremo scorrere le diapositive man mano che menzioneremo le diverse fasi della spirale della violenza. Alla fine della storia, spiegheremo perché Pepa resta intrappolata in questa relazione facendo ricorso alla storia della rana che può saltare dalla pentola ma alla fine non ci riesce più e ricorreremo anche alla stessa diapositiva. Se appropriato, possiamo mostrare la seguente diapositiva in cui viene illustrata graficamente la differenza tra violenza di genere, violenza psicologica, violenza fisica, violenza sessuale e stupro (le diapositive successive sono solo di supporto per i moderatori). (15 minuti)

Seconda parte:

- Distribuiremo a caso dei cartoncini dove c'è il simbolo del genere femminile o maschile (ci sarà lo stesso numero di cartoncini per ciascuno). Uno per ciascuno. Le sedie saranno disposte in due cerchi concentrici. Chiederemo a tutti quelli che hanno il simbolo del genere femminile di sedersi nel cerchio centrale e a tutti gli altri nel cerchio esterno.
- Per 10' i partecipanti del cerchio centrale dovranno discutere di cosa la famiglia di Pepa potrebbe fare per aiutarla. I partecipanti che si trovano nel cerchio esterno devono ascoltare attentamente.
- Per i successivi 10' i partecipanti che si trovavano nel cerchio esterno si siederanno al centro e faranno la stessa cosa, ma penseranno a che cosa potrebbe fare la famiglia di Pep per aiutarlo.

continuazione

Terza parte: Si formerà un unico cerchio. Si chiederà se, ascoltando gli altri, si è pensato di essere d'accordo con ciò che di diceva, se invece si era in disaccordo o si sarebbe voluto aggiungere qualcosa. Ci concentreremo sul caso specifico di Pepa e Pep. Si cercherà di aprire un dibattito informale sul modo in cui la famiglia dell'uno e dell'altro avrebbero potuto creare un ambiente sicuro che avesse potuto contribuire a prevenire l'insorgere di una relazione pericolosa, piena di piccole violenze che passano inosservate, e anche su come avrebbero potuto aiutarli a uscirne. Cercheremo di dare il massimo spazio possibile ai partecipanti e cercheremo di intervenire il minimo; ci limiteremo a riorientare la conversazione verso l'obiettivo. (10 minuti di discussione aperta a tutti)

SPAZIO DI RIFLESSIONE IN CERCHIO (circa 15')

Procederemo come si è fatto nei giorni precedenti.

Una volta seduti in cerchio il turno di parola verrà dato alle persone alla nostra sinistra e dedicheremo questo momento a esplorare se la storia su cui abbiamo lavorato risuona e ci fa pensare a una situazione vissuta dai figli/figlie dei partecipanti.

In un primo momento lasceremo del tempo affinché le persone possano contribuire liberamente. Se c'è silenzio, non ci affretteremo a dire nulla. Se dopo qualche minuto il gruppo è ancora in silenzio, possiamo porre alcune delle seguenti domande:

- Cosa ci ha lasciato questa storia? Perché?
- Il nostro modo di educare può far sì che un nostro figlio/figlia cada più facilmente in una relazione di sottomissione o provocarla?
- Come dovrebbe essere l'educazione in grado di fornire esperienze protettive che li aiutasse a reagire in caso di relazioni tossiche o, quanto meno, non a fomentarle?
- Un figlio o figlia omosessuale sono più esposti alla violenza?
- Come possiamo aiutare a identificare una relazione tossica o una violenza subdola?
- È difficile per noi parlare ai nostri figli/figlie delle situazioni messe in evidenza nella storia di Pepa e Pep?
- Abbiamo vissuto di persona situazioni simili a quelle della storia durante la nostra vita?
- Qualora la risposta fosse positiva, abbiamo trovato appoggio? Che tipo di appoggio?
- Se abbiamo superato delle relazioni tossiche o violente, cosa ci ha aiutato a uscirne?
- Aver vissuto un episodio di violenza o una relazione tossica ci mette in allerta e abbiamo paura delle relazioni che potrebbero avere i nostri figli. Possiamo lasciarli spazio in modo che facciano la loro esperienza senza interferire con le nostre paure?

Riflessione finale:

La frase di oggi ci dice di cercare "rimedi istantanei per calmare il dolore psichico, la tristezza o una qualsiasi delle difficoltà affettive". Molte volte viene provocato o si cade in un rapporto improntato sul dominio o sottomissione proprio per questo, perché i nostri figli possono sentire, in un momento di difficoltà, il desiderio imperante di calmare il loro dolore interiore. Dobbiamo quindi trovare il modo di educare che possa essere protettivi. Educare allo sforzo, porre limiti chiari che conferiscono sicurezza - come abbiamo visto nell'incontro precedente -, potenziare la fiducia, impedire ai bambini di cadere in situazioni di solitudine, accertarsi del fatto che si sentono accompagnati e ascoltati, teniamo conto di ciò che rappresenta il periodo dell'adolescenza, come abbiamo visto in un altro incontro, parliamogli in modo appropriato, mettendo in pratica tutto ciò che abbiamo visto in uno dei nostri precedenti incontri. È importante rafforzare la loro autostima in modo che abbiano risorse per non cadere in ricatti, minacce o relazioni abusive. Ma soprattutto, se ad un certo punto sono intrappolati in una relazione che li fa soffrire o fa soffrire, non possiamo lasciarli soli e sempre dobbiamo offrire loro il nostro aiuto.

ATTIVITÀ ENERGIZZANTE (5')

Chiederemo ai partecipanti se qualcuno si presta volontariamente a rappresentare, ricorrendo solo alla mimica, una delle fasi del crescendo d'intensità della violenza di genere. I compagni/compagne dovranno indovinare. Chi indovina, ne rappresenta un'altra. Continueremo a fare lo stesso fino a quando tutte le fasi saranno rappresentate o fino al termine del tempo disponibile.

GIRO DI CHIUSURA (5')

- Ricorderemo che restano solo un paio di incontri (più una che si terrà dopo pochi mesi). Possiamo invitarvi a pensare a qualche attività o idea da svolgere per l'ultimo incontro.
- Spiegheremo che l'argomento del prossimo incontro sarà "Come possiamo prevenire e agire contro i comportamenti a rischio".
- *Come sempre, ricordare che è importante frequentare in modo assiduo il workshop e che bisogna essere presenti. È un privilegio poter venire. Se nonostante tutto ciò non puoi venire, è necessario avvisare (dare un telefono di contatto). Se ci fosse qualche inconveniente, pensate se potete contare su qualcuno in modo da poter venire senza fare assenze.*

TEMPO TOTALE: 90 MINUTI

Workshop 6

Materiale per l'attività principale

Le fasi della violenza di genere

Le fasi della violenza di genere

Controllo
Dominio
Sottomissione

Consenso
ai
rapporti
sessuali

Separazio
ne dalla
famiglia

Rinuncia
al tempo
libero
personale

Cambiam
ento del
modo di
essere

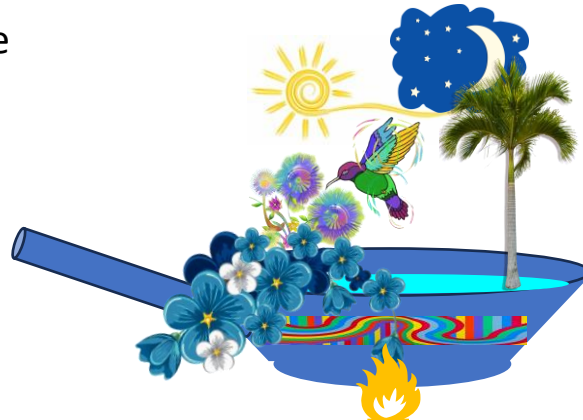
Controllo
della
maniera
di vestire

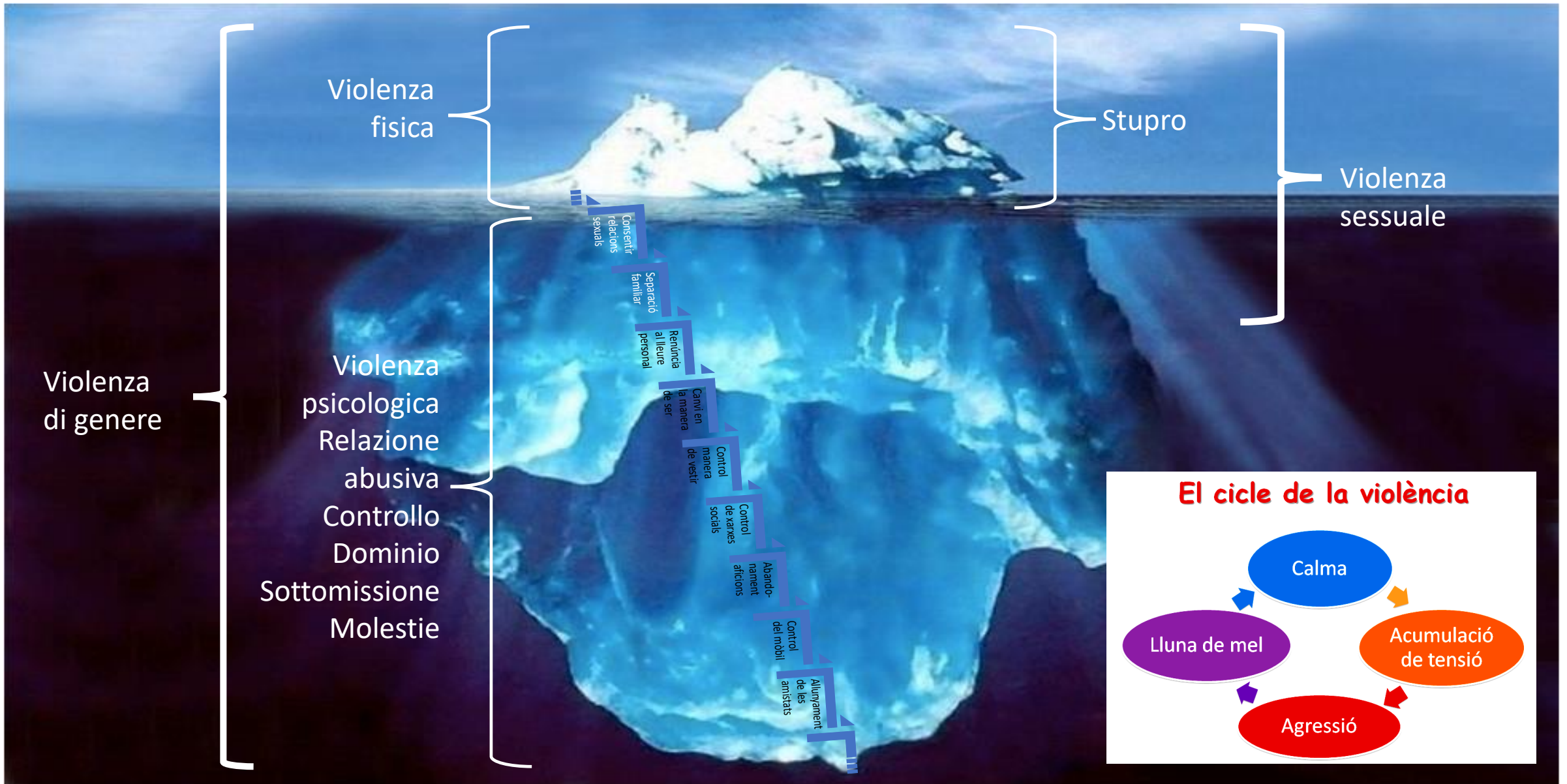
Controllo
dei social
network

Rinuncia ai
propri
passatempo

Controllo
del
cellulare

Allontanam
ento dalle
amicizie





Tattiche delle persone dominanti per attirare l'attenzione

- Perché diffidi delle persone importanti: amicizie, famiglia ...
- Disprezzare gli altri - con parole, sguardi o gesti - il modo di essere, parlare, ridere, vestire ...
- Fare ricatti emotivi (*"Questo significa che non mi ami abbastanza mentre io ti amo così tanto!"*)
- Stravolgere e manipolare situazioni
- Far dubitare l'altro quando ha preso una decisione autonomamente senza parlarne con lui

Come evitare un rapporto di sottomissione e uscirne in tempo

- Circondarci di persone che ci rispettano e ci fanno sentire a nostro agio al loro fianco
- Decidere chi vogliamo amare e chi vogliamo al nostro fianco è una nostra decisione
- Tirarsi indietro al momento giusto, anche se ci causa sofferenze, a lungo termine è una vittoria
- Capire se le nostre esigenze affettive sono soddisfatte
- Se ci sentiamo poco importati e cerchiamo affetto ad ogni costo, siamo a rischio e dovremmo chiedere aiuto a degli specialisti
- Ricordare che l'amore non fa male
- Ricordare che nel caso dell'amore NON tutto vale la pena

FONTE:

https://ebapenobert.caib.es/pluginfile.php/4701/mod_resource/content/3/42_les_relacions_txiques.html

Come identificare una relazione negativa

1. Non senti che ti puoi comportare come sei veramente e sei costretto a fingere quando sei accanto a quella persona perché ti tratti come meriti.
2. Non accetta i tuoi amici e cerca di farti capire che non vanno bene per te e che meriti molto di più.
3. Non gli piacciono i tuoi passatempi. Quando gli racconti le cose che ti piace fare nel tuo tempo libero, ti dice che perdi tempo.
4. Inizi a mentire ai tuoi amici, che vedono che questa persona ha un effetto negativo su di te. Cerchi di difendere questa persona quando in fondo sai che non ti piace tanto averlo al tuo fianco.
5. Quando sei giù, non si fa vedere. Gli mandi messaggi, lo chiami, vorresti vederlo ... ma non ti fa vivo. Inoltre, se gli racconti i tuoi problemi, ti dirà che sono facili da superare e che non devi esagerare.
6. Si arrabbia con te per qualsiasi stupidaggine. Cerchi di spiegare che non volevi essere sgradevole e questa persona finisce per farti pensare che la colpa è tua, quando in realtà non hai fatto niente di male.
7. Disprezza i tuoi sentimenti quando parli a cuore aperto. Non accetta che tu pianga o sorrida, non ti vuole in nessun modo, e questo ha su di te un'influenza negativa.
8. Inizi a perdere il contatto con le persone a cui vuoi bene. Dapprima cerchi di restare in contatto con queste persone, ma poi per paura di questa persona inizi ad allontanarti.
9. Si dimentica sempre delle cose che sono importanti per te e ciò pian piano ti ferisce.
10. In questa relazione sei l'unica persona che si accolla degli impegni in molte cose e smette di farne delle altre per aiutare questa persona quando ne ha bisogno.
11. A volte critica le cose nuove che cerchi di fare e decide che vuole che tu sia quella di sempre, che non c'è bisogno di cambiare.
12. Ti senti sempre colpevole, qualunque cosa tu faccia. E non perché tu fai qualcosa di male, ma perché sai che qualsiasi cosa tu faccia questa persona si arrabbierà.
13. Ti senti controllato da questa persona che vuole sapere cosa fai in ogni momento.
14. Comincia a chiederti come sarebbe la tua vita se questa persona non ne facesse parte.
15. Sorvoli su cose che ti disturbano di questa relazione per evitare problemi.
16. Sei sempre meno sicura di te stessa quando sei accanto a lui.
17. Perdi il controllo delle tue decisioni quando sei vicino a questa persona e ti viene voglia di non fare nulla.
18. Critichi con una certa paura questa persona con uno dei tuoi migliori amici per sfogarti.
19. Non capisci come mai hai lasciato entrare nella tua vita una persona del genere.
20. Ci pensi molte volte al giorno a questa persona e non ti piace farlo.

FONTE: <https://www.adolescents.cat/noticia/46371/20-senys-ajudar-avoidar-evitar-relacions-toxiques-sempre-mes>

Workshop 6

La storia di Pepa e Pep (basata sul racconto di Carmen Ruíz Repullo)

Questa è la storia di una sedicenne, Pepa, e di un diciannovenne, Pep. Stanno insieme da qualche settimana.

Un venerdì Pep ha chiesto a Pepa che programmi aveva per il pomeriggio. Pepa gli ha detto che aveva un appuntamento con degli amici, Paula, Andrea, Ravioli e alle per le cose che accadono, né per la politica né per nient'altro...quel ...

"Davvero?" Ha esclamato Pep. "Di nuovo con loro?" "Paula ha una fama di porcona in tutta la città!" "Non voglio che tu esca con lei perché penseranno che sei come lei!" "Raquel, poi, è quella che ti mette in testa che non ti voglio bene e non so cos'altro!" "Ti dice che se sono uno stronzo ecc. ecc..." "Ho voglia di stare da solo con te."

"Non te la prendere, non preoccuparti, gli mando un WhatsApp e gli dico che ci vediamo un altro giorno."

Questo fa sì che Pepa inizi ad entrare in un'ingannevole spirale di violenza e inizi a distanziarsi dai propri amici. Per di più i Pep d'oggi sono molto abili e non risparmiano le amiche che diventano un loro bersaglio, in maniera tale che queste ultime, quando vedono Pepa, le dicono "Non venire più con questo tipo che è insopportabile!" Pepa, davanti a situazioni di questo tipo, non sa cosa fare. Si chiede se debba dire a Pep che le sue amiche non lo sopportano. Alla fine, decide di tacere e piano piano smette di uscire con le sue amiche.

Ma ecco che, subito dopo, Pepa si ritroverà sempre più avvinta in una spirale di violenza: inizierà così la fase del controllo del **cellulare**. Pep, infatti, le manda continui messaggi di WhatsApp, non per sapere come stia, ma per sapere dove sia e con chi sia. Pepa non vive questa situazione come una pericolosa manifestazione di gelosia, ma come una dimostrazione dell'affetto che il suo ragazzo sente per lei e una prova che non può stare senza di lei e ne è lusingata.

"Pepa, con chi sei?"

"Pep, ti ho già detto che dovevo fare un lavoro di letteratura."

"Ma è da tre ore che stai facendo questo lavoro." "Con chi sei?"

Pepa si fa un *selfie* in cui è possibile vedere lei assieme alle sue amiche a casa a una di loro e gliela manda.

Lui si giustifica dicendole che una delle ragazze con cui è stato gli ha messo le corna e come scusa gli aveva detto che doveva studiare.

Pepa pensa che Pep faccia tutto questo perché la ama e continua a cedere ritrovandosi sempre più avvinta in una spirale che la sommerge in un percorso verso la dipendenza affettiva.

Poi si scopre che Pepa vuole fare due attività che le piacciono moltissimo: calcio e zumba. Un martedì, che è il giorno in cui ha iniziato a fare calcio, Pep la chiama e le chiede:

"Amore, che fai?"

"È martedì, lo sai, vado a calcio." "Sto preparando il borsone."

"Sono così annoiato..."

"Beh, se vuoi, vieni a casa e mi accompagni a calcio".

Arrivano al club sportivo e Pepa si rende conto che l'espressione del viso di Pep è cambiata.

"Pep, cosa ti succede?"

"Senti, volevo parlare con te." "Tu stai bene assieme a me?"

"Sì, certo."

"Io sono molto preso, sono molto innamorato di te, ma vedo che tu invece pensi alle tue cose, ai tuoi interessi." "Non sei innamorata come lo sono io di te..."

"Pep, cosa dici?" "Non ti far venire la paranoia, io sto bene con te ..."

Allora Pepa si rende conto che parlando ha perso 20 minuti di allenamento e dice:

"Cavoli." "Forse non vale più la pena andarci". "Non mi piace che tutti vedano che arrivo così tardi."

Ed ecco che ora Pep accompagna Pepa ogni martedì e ogni giovedì alle attività che fa. E un giorno si presenta con una faccia sconsolata come se fosse triste e depresso.

"Pep!" "Cosa ti è successo?"

"Uffa..." "Ho bisticciato con i miei genitori." "Sono di malumore ." "Non andare a zumba oggi, stai con me, non mi lasciare solo."

Dato che la Pepa è stata educata per compiacere il prossimo, resta con lui per compiacerlo.

Un altro giovedì a Pep andrà a prenderla in macchina.

"Pep, come mai vieni a prendermi in macchina, se il centro civico è a pochi minuti di distanza?"

"Perché ho pensato di andare a comprarmi delle scarpe da tennis al centro commerciale prima che i saldi finiscano." (Il periodo dei saldi durerà ancora qualche giorno, ciò nonostante lui ha deciso di andarci quel giovedì, il giorno in cui Pepa ha zumba).

"...."

- Dai, perché non vieni con me?" Così trascorriamo il pomeriggio insieme ..."

Alla fine Pep convince Pepa ad accompagnarlo.

Situazioni come queste si ripetono una settimana dopo l'altra e, alla fine, Pepa rinuncia alle attività che aveva iniziato a fare. Così facendo Pep fa in modo che il martedì e il giovedì siano dedicati a lui.

Pepa precipita sempre più nella spirale delle violenze abbandonando i propri **hobby**.

Un giorno, mentre sono al parco Pep racconta a Pepa che la "ragazza" del suo amico Juanma, secondo quanto gli ha detto lui, gli ha messo le corna su Instagram.

"Io te l'ho detto, Pepa, i social network non ci portano che problemi." "Ecco perché ho solo WhatsApp."

"Non vorrei che qualche figlio di puttana iniziasse a seguirti su Instagram."

"Ma io se c'è qualcuno che vuole seguirmi e non lo conosco, lo blocco!"

"Questo è ciò che mi dici ... ma poi forse non li blocchi tutti ... Dal momento che non mi lasci vedere nulla, forse mi nascondi qualcosa ..."

Pepa, perché lui veda che non gli mente, gli fa vedere il cellulare:

"Non ti preoccupare. Guarda pure tutto ciò che vuoi ..."

Pep prende il cellulare di Pepa e inizia a ficcanasare nei gruppi WhatsApp.

"Pepa, " "Come mai fai parte di questo gruppo?" "Qui ci sono solo quelli che vogliono tirarsi qualcuno ..."

"Devi abbandonare questo gruppo." "Come mai hai pubblicato questa tua foto su Instagram?" "Devi toglierla." "Perché hai commentato la foto di un tipo?"

" ..."

"Non sono sicuro che tu non mi nasconda niente, se ti fidassi completamente di me mi daresti tutte le password delle tue app."

E Pepa gli dà le password dei social network.

Poco a poco, Pepa smette di usarli e si allontanerà dai suoi contatti e dalla vasta rete di amicizie, entrambe necessarie nel periodo dell'adolescenza.

Ed è così che Pepa è caduta ancora più in basso nella spirale di violenza ed ha ceduto il controllo **dei social network**.

Ora i Pep di turno non dicono più "Mi piaci di più quanto ti metti la gonna". Ora la cosa è più subdola. Ed ecco che un giorno a Pep dice a Pepa:

"Pepa, un mio amico che va al tuo liceo mi dice continuamente: "Pep, la tua ragazza è una bonazza!" Indossa dei modellini e si muove in un modo che te la tireresti senza pensarci due volte", e cose di questo stile. E mi chiedo, tu a scuola per cosa ci vai? Per studiare o per cosa? Per provocare? È che non so perché ti metti questi vestiti ... E non so perché ti trucchi e ti pettini in quel modo ... Quando sei assieme a me, va bene ... ma a scuola...

Ed è così che Pepa inizia a cambiare il modo di vestirsi e truccarsi per evitare di bisticciare con Pep. Ed ecco che Pepa continua a farsi trascinare in questa spirale e compie un nuovo passo: cambia il **modo di vestirsi**.

Un giorno, mentre passeggiavano, Pepa e Pep videro, nel passare davanti a un bar, molte amiche di Pepa. Queste ultime nel vederla la salutarono allegramente.

"Ehi Pepa!" "Siamo qui, Bella!"

Pepa si avvicinò.

"Pepa, Da quanto tempo non ci si vedeva!

Che bello rivederti! Che sorpresa!

"Sì! Che bello! Anch'io sono felice di vedervi!- Risponde Pepa

Pep non si avvicina e le guarda da lontano con la faccia imbronciata.

Dopo essersi abbracciate e aver fatto salti di gioia, Pepa dice alle sue amiche che se ne va perché Pep lo sta aspettando.

Quando torna da Pep, gli dice:

"Che maniera di fare! Ti saresti potuto avvicinare e salutarle. Non so perché sei rimasto qui impalato come se non le avessi mai viste... Sono le mie amiche! E anche non conoscendole ti saresti potuto avvicinare... Eravamo assieme!"

"Le tue amiche? Sembri stupida quando fai queste cose! La prossima volta che ti vedo fare l'idiota in quel modo, dando bacini qua e là e facendo salti da bambinette stupide, me ne vado! Di conseguenza, ogni volta che Pepa incontra le sue amiche, non le saluta più in maniera così effusiva, si contiene e, poco a poco, si allontana da loro e smette di salutarle. Ed ecco che Pepa fa un altro passo indietro: cambia il proprio **modo di essere**.

Un altro giorno, quando si vedono, Pepa raccolta felice a Pep che con la scuola faranno il viaggio di fine anno a Maiorca. Pep, che non va a scuola le dice:

"Fai tu..."

In poche parole Ne ho abbastanza.

Quando Pepa torna a scuola dice:

"Per quanto riguarda il viaggio, non contate su di me, non vengo.

"Pepa, Cosa dici?" Le dicono i compagni.

"Come mai hai cambiato idea?"

"Se andassimo altrove, ci andrei, ma a Maiorca ci sono già andata." Si giustifica.

"Professoressa, è evidente che questa è una scusa! "Il ragazzo non vuole che ci venga!" Ahh!

"Cosa dici?" "Come ti permetti?" "Fatti i fatti tuoi!"

Ed ecco che Pepa arretra ancora di più rinunciando agli **spazi del tempo libero personale**.

A casa i familiari la vedono molto cambiata e la madre inizia a dirle
"Pepa, da quando hai questo ragazzo non sembri più la stessa.

....

Non sono sicura che abbia una buona influenza su di te. Non lo porti a casa quasi mai e sei sempre più seria e triste...

"Mamma, vuoi fare il favore di stare zitta! Non ti ricordi più di quando avevi la mia età, o cosa? Quando avevo la tua età ero una ragazza allegra e non frequentavo ragazzi come questo.

"No?" Forse frequentavi ragazzi che non ti amavano.

"Tuo padre mi ha sempre amato e mi rispettava."

"Ah! "E a me Pep non mi rispetta, vero? Beh, se vuoi saperlo, è follemente innamorato di me. Non voglio più sentirti, non dirmi mai più cose del genere."

Dopo scene come questa, quando Pepa vede Pep, gli dice che non sopporta più la sua famiglia, che non la capiscono e non la lasciano in pace. Pep le dice che la sua famiglia non gli piace niente e che non vanno più a casa di Pepa. Ed ecco che Pepa fa un altro passo indietro: si allontana dalla propria **famiglia**.

Stanno insieme da quattro mesi e Pep vorrebbe avere relazioni sessuali con Pepa.

"Pepa, mi piacerebbe che lo facessimo, che facessimo questo e quello ... i miei amici lo fanno ...

"Pep, vorrei che mi dessi un po' più di tempo, ancora non mi sento pronta ..."

"Se mi amassi, lo faresti." "Se non ti senti pronta vuol dire che non sei sicura di amarmi."

Cosa ne pensate? Pepa accetterà di fare sesso?

Pepa gli dice che certamente lo ama e accetta di fare sesso con lui senza sentirsi preparata e senza volerlo davvero. E, nell'accettare questo, fa un altro passo indietro: acconsente ad avere un **rapporto sessuale senza sentirsi preparata**.

Pepa continuerà ad arretrare? Finora tutte le fasi della spirale della violenza di genere non hanno comportato violenza fisica, ma si tratta di un vortice in crescendo fino ad arrivare a quest'ultima fase, la più visibile di tutte. È solo un passo, ma ha già compiuto tutti quelli precedenti e sta per arrivarci, si tratta di fasi che difficilmente vediamo e che passano facilmente inosservate. Tutti questi passi silenziosi, senza violenza fisica, sono comunque violenza di genere.

FONTE:

<https://www.youtube.com/watch?v=hJ4CmoFX8bk>

<https://www.google.com/search?client=firefox-b-e&q=el+cuento+de+Pepe+y+pepa#fpstate=ive&vld=cid:f87c99c6,vid:lpaabDdQNO8,st:0>