

Come prevenire l'abuso sessuale da parte di un conoscente



Una guida alla sicurezza per adolescenti

Cosa si intende per abuso sessuale tra conoscenti?

L'abuso sessuale tra conoscenti si verifica quando qualcuno che conosci – un fidanzato/a, amico/a, compagno/a di classe o anche qualcuno che hai appena conosciuto – usa coercizione (anche droghe o alcol), violenza o minacce per costringerti a rapporti sessuali orali, vaginali o anali indesiderati.

Quanto è comune l'abuso sessuale tra conoscenti?

Purtroppo, la violenza sessuale tra conoscenti è molto comune. In alcuni sondaggi, fino ad una giovane donna su quattro ha riferito di essere stata sottoposta a pressioni verbali o fisiche finalizzate all'avere rapporti sessuali durante l'ultimo anno, mentre una ragazza su dieci e un ragazzo su venti hanno riferito di essere stati costretti ad avere rapporti sessuali almeno una volta nel corso della loro vita.

Anche i maschi possono essere violentati?

Sì, anche i maschi possono essere violentati e questo non ha niente a che vedere con il loro orientamento sessuale, l'aspetto fisico, la corporatura o la forza. Gli uomini possono essere violentati da familiari o alte persone di cui si fidano, così come da sconosciuti. Se un uomo viene violentato non significa che sia omosessuale.

Cosa sono le droghe dello stupro?

Una persona che conosci potrebbe versarti della droga nel tuo drink per cercare di renderti più facilmente soggiogabile. Essere drogati senza saperlo rende impossibile fornire il proprio consenso. QUALSIASI droga, persino l'alcol, può metterti a rischio. Le droghe comunemente usate per lo stupro includono:

- Il Rohypnol (chiamato anche roofies) è un sedativo che può provocare sonnolenza, difficoltà a parlare, a camminare, perdita di coscienza e amnesia.
- Il GHB è un depressore che può causare nausea, vomito, vertigini, problemi cardiaci, convulsioni, svenimenti, e in alcuni casi, coma.
- La Ketamina (chiamata anche Special K) è un tranquillante per animali che può causare deliri, perdita di memoria, depressione, difficoltà cognitive.

Cosa posso fare per proteggermi?

- Aspettatevi rispetto e state lontani dalle persone che non ve lo dimostrano
- Siate chiari con i vostri limiti: fate sapere all'altra persona ciò che volete o non volete fare. Avete il diritto di cambiare idea, di dire "NO" e di acconsentire ad alcune attività sessuali e non ad altre.
- Non permettete ad una persona di toccarvi se questo vi fa sentire a disagio. Se avete raggiunto il vostro limite o avvertite un pericolo, esprimete la vostra opinione e agite immediatamente. Se necessario, attirare l'attenzione anche facendo una scenata.
- Evitate di bere eccessivamente o di assumere droghe. Riducono la capacità di pensare e comunicare chiaramente.
- Essere ubriachi o sotto l'effetto di una sostanza non autorizza in ogni caso nessuno ad abusare di voi.
- Non perdetevi di vista i vostri drink. Le droghe da stupro che possono essere aggiunte alle bevande spesso sono insapori e inodori.
- Non frequentate luoghi isolati rispetto al vostro gruppo di amici. Anche se pensate di riuscire a cavarvela da soli, è sempre meglio essere prudenti.
- Fidatevi del vostro istinto. Se ritenete che una persona non sia affidabile o che la situazione non sia sicura, allontanatevi.
- Abbiate sempre un piano di riserva. Ad esempio, se si va ad una festa o se vi trovate in un quartiere che non conoscete, assicuratevi che qualcuno di cui vi fidate sappia dove state andando e nel caso vi venga a prendere.

Verifica della realtà: miti e fatti sull'abuso sessuale tra conoscenti

MITO

Le ragazze che affermano di essere state violentate cercano solo attenzioni.

FATTO

Nessuno desidera il tipo di attenzioni che si ricevono dopo aver dichiarato di aver subito un abuso. Esso rappresenta un evento estremamente traumatico e difficile da superare.

MITO

Quando una ragazza dice "No" in realtà vorrebbe dire "Sì"

FATTO

No significa No

MITO

L'abuso sessuale capita solo alle ragazze.

FATTO

L'abuso sessuale può capitare a chiunque.

MITO

Solo le persone sconosciute e/o poco raccomandabili commettono stupri.

FATTO

La maggior parte degli abusi sessuali viene perpetrata da persone che le vittime conoscono

MITO

Se un ragazzo offre la cena ad una ragazza, lei è tenuta a concedersi sessualmente.

FATTO

Nessuno "deve" un rapporto sessuale a nessuno. E nessuno ha il diritto di aspettarsi questo dopo un appuntamento

MITO

Le ragazze che vengono violentate se la vanno a cercare.

FATTO

L'abuso sessuale non è mai colpa della vittima. Nessuno chiede o peggio merita di essere violentato.

MITO

Le ragazze che indossano gonne corte o vestiti attillati stanno cercando di avere un rapporto sessuale.

FATTO

L'abuso sessuale non ha niente a che fare con l'aspetto fisico ma riguarda il potere e il controllo. Il modo in cui una ragazza si veste non può essere in nessun caso interpretato come un invito ad avere rapporti sessuali

MITO

La violenza sessuale riguarda solo l'atto sessuale.

FATTO

Lo stupro è una questione di potere e controllo. È un crimine in cui il sesso viene usato come arma.

Bibliografia

- Rickert, V. I., Wiemann, C. M., Vaughan, R. D., & White, J. M. (2004). Rates and risk factors for sexual violence among an ethnically diverse sample of adolescents. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 158(12), 1132-1139
- Howard, D. E., & Wang M. Q. (2005). Psychosocial correlates of U.S. adolescents who report a history of forced sexual intercourse. *Journal of Adolescent Health*, 36(5), 372-379
- Greenfeld, L. A. (1997). Sex offenses and offenders: An analysis of data on rape and sexual assault. Washington, DC: U.S. Department of Justice. Retrieved January 12, 2009 from <http://www.ojp.usdoj.gov/bjs/pub/pdf/soo.pdf>
- Bohmer, C., & Parrot, A. (1993). Sexual assault on campus: the problem and the solution. New York: Lexington Books.
- Warshaw, R. (1988), I never called it rape: The Ms. Report on recognizing, fighting, and surviving date and acquaintance rape. New York: Harper and Row Publishers.

Questo progetto è stato finanziato dalla Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), Dipartimento della Salute e dei Servizi Umani degli Stati Uniti (HHS). I punti di vista, le politiche e le opinioni espresse sono quelli degli autori e non riflettono necessariamente quelli della SAMHSA o dell'HHS.

Comitato per gli abusi sessuali sui minori del National Child Traumatic Stress Network. (2009). *Prendersi cura dei bambini: cosa devono sapere i genitori sugli abusi sessuali*. Los Angeles, CA e Durham, NC: National Center for Child Traumatic Stress

Translation reviewed by NCTSN Representative, Zlatina Kostova, PhD, UMass Chan Medical School. Translated by Maria Grazia Foschino Barbaro, Alessia Laforgia e Rocsana Porcelli, Centro Clinico di Psicoterapia Cognitiva A.I.P.C. di Bari.