

Roma, 15 settembre 2025

Notizie TraLeDonne – N°26 a cura di Raffaella Cornacchini

SOMMARIO

Il violentometro: come misurare la violenza in una relazione	p. 2
L'impegno dell'Ordine dei Giornalisti del Lazio per una corretta narrazione della violenza di genere	p. 5

Il violentometro: come misurare la violenza in una relazione

Il Violentometro o Violenzametro, come viene alternativamente chiamato nel sito dell'Arma dei Carabinieri, è uno strumento pensato per aiutare le donne a identificare i comportamenti violenti, a leggere i segnali di allarme in una relazione sentimentale e ad allontanarsi, anche grazie ad aiuti esterni, da situazioni pericolose per la propria incolumità fisica e psicologica.

Graficamente il Violentometro si presenta come un segnalibro o un righello che, attraverso una scala cromatica dal verde al rosso, evidenzia, quasi a mo' di semaforo, i livelli di rischio di una relazione, seguendone passo passo l'escalation da rapporto sano e normale a situazione di estremo pericolo.

Creato in Messico dall'Istituto Politecnico Nacional, il Violentometro è stato introdotto in diversi Paesi europei a partire dal 2018. In quell'anno è stato ad esempio adottato in Francia su sollecitazione di Hélène Bidard, vice sindaco di Parigi responsabile per la parità di genere, e grazie alla collaborazione tra l'Osservatorio contro la violenza di genere di Seine-Saint-Denis, l'Osservatorio parigino per la lotta contro la violenza sulle donne e l'associazione *En Avant Toute(s)*. Gli organismi promotori della sua adozione hanno dichiarato di prefiggersi l'obiettivo di aiutare le donne a prendere consapevolezza del fatto di trovarsi in un rapporto violento mediante uno "strumento semplice ed utile per misurare se la propria relazione affettiva è basata sul consenso ed è scevra da violenza". Particolarmente rilevante è il valore formativo e pedagogico dato al Violentometro, che è stato inserito nella campagna *#TuMamesTumeRespectes* (Tu mi ami, tu mi rispetti) venendo distribuito nelle scuole superiori francesi proprio per educare le giovani generazioni a rapporti paritetici ed equilibrati.

Sempre nel 2018 il Violentometro è giunto anche in Italia ad opera della criminologa Danila Barbara, che ne ha curato la traduzione in italiano e il suo adattamento al contesto del nostro Paese definendolo "uno strumento per misurare la violenza nelle relazioni" che consente "di interiorizzare gli indicatori" inducendo in chi legge la comprensione e la consapevolezza di dinamiche relazionali tossiche, come il controllo, la gelosia, le umiliazioni e le aggressioni, che troppo spesso vengono sottovalutate o giustificate proprio da chi le subisce. Il Violentometro aiuta quindi a riconoscere i segnali di allarme in una relazione, pone con chiarezza di fronte al fatto che si vive in un legame malsano e insiste sulla necessità di rivolgersi a professionisti nella lotta contro la violenza di genere

– quali forze dell’ordine e centri antiviolenza – per essere aiutate. Proprio per questo nella versione italiana del Violentometro è stato inserito il numero nazionale antiviolenza 1522.

Riportiamo di seguito i testi del Violentometro francese, che riporta anche esempi di relazioni sane cui viene attribuito il colore verde, e del suo omologo italiano, che ne è invece privo.

IL VIOLENTOMETRO FRANCESE

La tua relazione è sana se lui

1. **Rispetta i tuoi gusti e le tue decisioni**
2. **Accetta i tuoi amici e la tua famiglia**
3. **Si fida di te**
4. **È felice quando ti vede realizzata**
5. **Chiede il tuo consenso per le decisioni che riguardano entrambi**

Attenzione! Dì basta se lui

6. **Ti ignora quando è arrabbiato**
7. **Ti ricatta se rifiuti di fare qualcosa**
8. **Sminuisce le tue opinioni e i tuoi progetti**
9. **Ti deride in pubblico**
10. **Ti manipola**
11. **È sempre geloso**
12. **Decide quando puoi uscire, come ti devi vestire e come ti puoi truccare**
13. **Controlla il tuo telefono, le tue mail, i tuoi messaggi e le tue app**
14. **Insiste per farsi mandare tue foto intime**
15. **Ti isola da amici e famiglia**

Proteggiti e chiedi aiuto! Sei in pericolo se

16. **Dice che sei pazza se gli rimproveri qualcosa**
17. **Gli “parte la brocca” se è scontento per qualcosa**
18. **Ti spinge, ti strattona, ti picchia, ti scuote o ti colpisce**
19. **Minaccia di suicidarsi per colpa tua**
20. **Ti tocca nelle parti intime senza il tuo consenso**
21. **Minaccia di mettere in circolazione tue foto intime**
22. **Ti costringe a guardare immagini o filmati pornografici**
23. **Ti violenta**

IL VIOLENTOMETRO ITALIANO

Giallo

**Fai attenzione, il rapporto con il tuo partner potrebbe peggiorare!
Parlane con i tuoi familiari ed amici. Richiedi un supporto psicologico**

- ***Ti ignora***
- ***Ti inganna***

- *Ti sminuisce*
- *Ti umilia*
- *Ti controlla*

Arancione

Chiedi supporto

Chiama il numero di pubblica utilità 1522. Rivolgiti ad un centro antiviolenza

- *Ti ricatta*
- *Ti isola*
- *Ti provoca sensi di colpa*
- *Ti perseguita*
- *Ti maltratta*

Rosso

Chiama 112 per richiedere l'aiuto delle forze dell'ordine

Recati in qualsiasi caserma dell'arma dei carabinieri o commissariato di polizia per denunciare

Se sei ferita chiama 112 o recati al pronto soccorso

- *Con lui non ti senti al sicuro*
- *Ti colpisce/ferisce*
- *Ti minaccia di morte/ti minaccia con armi*
- *Ti costringe ad avere rapporti sessuali*
- *Pensi che potrebbe essere capace di ucciderti o farti del male*

**POTREBBE UCCIDERTI
NON È AMORE CHIEDI AIUTO
CHIAMA IL NUMERO VERDE 1522**

L'impegno dell'Ordine dei Giornalisti del Lazio per una corretta narrazione della violenza di genere

Nell'ultima newsletter, parlando del convegno di presentazione di *Violenza maschile contro le donne. Libro Bianco per la Formazione* organizzato il 21 maggio scorso dall'associazione TraLeDonne alla presenza della Ministra per la Famiglia, la Natalità e le Pari Opportunità Eugenia Maria Roccella, abbiamo sottolineato l'importanza del coinvolgimento a 360° di tutti coloro che entrano in contatto, a diverso titolo, con la violenza di genere e la necessità che queste persone siano debitamente formate per poter svolgere, ciascuna per quanto di propria competenza, un'efficace azione di contrasto al fenomeno.

Una categoria fondamentale è quella formata da giornaliste, giornalisti, operatori e operatrici della comunicazione, cui viene dedicata una sezione specifica del Libro Bianco, la n. 5 della seconda parte. Questo contributo è stato curato, così come la premessa all'intero volume e la sezione n. 6 della seconda parte dedicata a insegnanti ed educatori/educatrici, da Fabrizia Giuliani, docente di Filosofia del Linguaggio alla Sapienza Università di Roma e, al tempo, relatrice per la Commissione Giustizia impegnata nella Ratifica della Convenzione di Istanbul sulla prevenzione e la lotta contro la violenza nei confronti delle donne.

Rispondendo a tale indicazione, il nuovo Consiglio dell'Ordine dei Giornalisti (OdG) del Lazio, insediatosi nell'aprile 2025, ha voluto dare nuovo impulso alle attività concernenti la lotta alla violenza di genere, a partire dal corso "Genere e linguaggio, obblighi deontologici e come cambia lo scrivere", tenutosi presso la Sala Isma del Senato della Repubblica l'11 luglio scorso, le cui relatrici includevano la stessa Fabrizia Giuliani, la giornalista parlamentare Roberta Lisi, la linguista Anna Thornton (Università dell'Aquila e Accademia della Crusca) e la giornalista Alba Kepi (Consiglio Direttivo Stampa Estera).

Nel corso della giornata di studio si è ricordato come, sotto i nuovi vertici (confermati per un ulteriore mandato il presidente Guido D'Ubaldo e il vicepresidente Roberto Rossi) sia entrato in vigore il Nuovo Codice Deontologico.

Il rispetto delle differenze di genere è oggetto dell'articolo 13, che recita:

Articolo 13 - Rispetto delle differenze di genere

Nei casi di femminicidio, violenza, molestie, discriminazioni e di fatti di cronaca che coinvolgono aspetti legati all'orientamento e all'identità sessuale, valutato l'interesse pubblico, la/il giornalista:

- a) evita stereotipi di genere, espressioni, immagini e comportamenti lesivi della dignità della persona;
- b) non rende identificabili, neppure indirettamente, le vittime di atti di violenza, salvo esplicita e motivata richiesta delle vittime stesse, purché maggiorenni;
- c) si attiene a un linguaggio rispettoso, corretto e consapevole;
- d) si attiene all'essenzialità dell'informazione e alla continenza, evitando spettacolarizzazioni;
- e) non usa espressioni, termini e immagini che sminuiscano la gravità del fatto o colpevolizzino la vittima;
- f) assicura una cronaca rispettosa anche dei familiari e delle altre persone coinvolte nei fatti.

La grande attenzione data al linguaggio – e specialmente al linguaggio “al femminile” – viene troppo spesso criticata ed etichettata come una eccessiva attenzione ad aspetti secondari. Ebbene, in questa sede sono state giornaliste, linguiste, filosofe del linguaggio a ricordarci che quando parliamo diamo forma linguistica all'esperienza che facciamo del mondo. La lingua, in altre parole, non è un riflesso del mondo, ma esprime la visione che noi abbiamo di esso.

Il Nuovo Codice Deontologico recepisce, in questo articolo, il Manifesto di Venezia, un testo di fondamentale importanza strettamente collegato alla Convenzione di Istanbul. Non pensiamo che siano in molti tra i nostri lettori a conoscerlo, per cui ci pare opportuno riproporlo integralmente a chiusura di questo numero.

MANIFESTO DELLE GIORNALISTE E DEI GIORNALISTI
PER IL RISPETTO E LA PARITA' DI GENERE NELL'INFORMAZIONE
CONTRO OGNI FORMA DI VIOLENZA E DISCRIMINAZIONE
ATTRAVERSO PAROLE E IMMAGINI
VENEZIA 25 NOVEMBRE 2017

Sistematica, trasversale, specifica, culturalmente radicata, un fenomeno endemico: i dati lo confermano in ogni Paese, Italia compresa.

La violenza di genere è una violazione dei diritti umani tra le più diffuse al mondo: lo dichiara la Convenzione di Istanbul, approvata dal Comitato dei Ministri del Consiglio d'Europa nel 2011 e recepita dall'Italia nel 2013, che condanna «*ogni forma di violenza sulle donne e la violenza domestica*» e riconosce come il raggiungimento dell'uguaglianza sia un elemento chiave per prevenire la violenza.

La violenza di genere non è un problema delle donne e non solo alle donne spetta occuparsene, discuterne, trovare soluzioni. Un paese minato da una continua e persistente violazione dei diritti umani non può considerarsi “civile”.

Impegno comune deve essere eliminare ogni radice culturale fonte di disparità, stereotipi e pregiudizi che, direttamente e indirettamente, producono un’asimmetria di genere nel godimento dei diritti reali.

La Convenzione di Istanbul, insiste sulla prevenzione e sull’educazione. Chiarisce quanto l’elemento culturale sia fondamentale e assegna all’informazione un ruolo specifico richiamandola alle proprie responsabilità (art.17).

Il diritto di cronaca non può trasformarsi in un abuso. Ogni giornalista è tenuto al “*rispetto della verità sostanziale dei fatti*”. Non deve cadere in morbide descrizioni o indulgere in dettagli superflui, violando norme deontologiche e trasformando l’informazione in sensazionalismo.

Noi, giornaliste e giornalisti firmatari del Manifesto, ci impegniamo per una informazione attenta, corretta e consapevole del fenomeno della violenza di genere e delle sue implicazioni culturali, sociali, giuridiche. La descrizione della realtà nel suo complesso, al di fuori di stereotipi e pregiudizi, è il primo passo per un profondo cambiamento culturale della società e per il raggiungimento di una reale parità.

Pertanto riteniamo prioritario:

1. inserire nella formazione deontologica obbligatoria quella sul linguaggio appropriato anche nei casi di violenza sulle donne e i minori;
2. adottare un comportamento professionale consapevole per evitare stereotipi di genere e assicurare massima attenzione alla terminologia, ai contenuti e alle immagini divulgate;
3. adottare un linguaggio declinato al femminile per i ruoli professionali e le cariche istituzionali ricoperti dalle donne e riconoscerle nella loro dimensione professionale, sociale, culturale;
4. attuare la “*par condicio di genere*” nei talk show e nei programmi di informazione, ampliando quanto già raccomandato dall’Agcom;
5. utilizzare il termine specifico “*femminicidio*” per i delitti compiuti sulle donne in quanto donne e superare la vecchia cultura della “*sottovalutazione della violenza*”: fisica, psicologica, economica, giuridica, culturale;
6. sottrarsi a ogni tipo di strumentalizzazione per evitare che ci siano “*violenze di serie A e di serie B*” in relazione a chi subisce e a chi esercita la violenza;
7. illuminare tutti i casi di violenza, anche i più trascurati come quelli nei confronti di prostitute e transessuali, utilizzando il corretto linguaggio di genere;
8. mettere in risalto le storie positive di donne che hanno avuto il coraggio di sottrarsi alla violenza e dare la parola anche a chi opera a loro sostegno;
9. evitare ogni forma di sfruttamento a fini “*commerciali*” (più copie, più clic, maggiori ascolti) della violenza sulle le donne;
10. nel più generale obbligo di un uso corretto e consapevole del linguaggio, evitare:

- a) espressioni che anche involontariamente risultino irrispettose, denigratorie, lesive o svalutative dell'identità e della dignità femminili;
- b) termini fuorvianti come *"amore"* *"raptus"* *"follia"* *"gelosia"* *"passione"* accostati a crimini dettati dalla volontà di possesso e annientamento;
- c) l'uso di immagini e segni stereotipati o che riducano la donna a mero richiamo sessuale o *"oggetto del desiderio"*;
- d) di suggerire attenuanti e giustificazioni all'omicida, anche involontariamente, motivando la violenza con *"perdita del lavoro"*, *"difficoltà economiche"*, *"depressione"*, *"tradimento"* e così via.
- e) di raccontare il femminicidio sempre dal punto di vista del colpevole, partendo invece da chi subisce la violenza, nel rispetto della sua persona.