

## Ambito Sicurezza

Il tema della sicurezza è sentito dai cittadini in maniera talmente forte da non poter essere ignorato. Ognuno deve affrontarlo in base al proprio ruolo e per le proprie competenze. Troppi se ne occupano in maniera improvvisata, con superficialità, sottovalutando la scivolosità e la complessità del tema.

Si sono moltiplicate piccole e grandi paure. Gli stupri, le rapine, la microcriminalità di strada, i balordi, il bullismo, gli omicidi, i femminicidi, la violenza gratuita. La cronaca è diventata un “bollettino di guerra”, un’inquietante stillicidio. A questo imbarbarimento della convivenza civile, si aggiungono le difficoltà quotidiane, la percezione diffusa di un futuro cupo e incerto. Questo alimenta la paura e la diffidenza verso il diverso da sé. Indubbiamente molti equilibri sono cambiati e il nostro tempo rischia di creare nuove angosce e disagi.

Non è un tema che si può affrontare in maniera opportunistica o parziale. Affrontare questo tema significa nel contempo porsi quello di quale sviluppo civile, del come affrontare la convivenza multietnica ed il rapporto con le problematiche sociali.

Le istituzioni danno risposte non sufficienti al tema della sicurezza personale, nonostante le ripercussioni sulla condizione di serenità degli individui, sulla civiltà delle relazioni e sui costi sociali. La dimensione e la complessità della materia meriterebbero un progetto di intervento su più fronti e di lunga e ampia prospettiva. È più facile prospettare immediate, quanto finte, soluzioni. Negli ultimi anni si è mostrato sempre più attento il mercato che ne ravvisa fonti di guadagno. Le forme con le quali si inserisce in questa domanda sono molteplici e di varia qualità ed affidabilità.

Vanno distinti due blocchi, dalle finalità e dalla strutturazione decisamente diversa. Da una parte ci sono i corsi rivolti a particolari categorie professionali: forze dell’ordine e chiunque operi nel campo della sicurezza. Va confezionata una proposta tecnica parametrata alle necessità: dalle esigenze difensive a quelle contenitive, postulando professionalità e senso di responsabilità, eliminando ogni violenza gratuita ed isterica.

Altra cosa è la difesa personale rivolta ai soggetti potenzialmente “deboli”, “a rischio”, primo fra tutti le donne, ma anche anziani, bambini e LGBT. Credo sia ormai fin troppo evidente che proporre una efficace strategia difensiva in poche lezioni sia roba da imbonitori. L’onestà intellettuale ci impone di spiegare insieme all’utilità, i limiti della proposta. Occorre evidenziare che solo una pratica continuativa e costante può dare risultati apprezzabili. Inoltre occorre tenere presente che spesso i fenomeni di violenza sono racchiusi tra le pareti di casa.

Deve essere l’occasione per affrontare socialmente il tema della violenza e della prevaricazione, che sia la molestia, lo stalking, il maltrattamento nell’ambito familiare, l’aggressione a fini sessuali od estortivi o l’omicidio. È evidente che c’è un lavoro culturale e sociale enorme da fare, ma nel frattempo bisogna sui singoli soggetti, potenziali vittime, per fornirli di strumenti di difesa, che sia prevenzione o strategia di fuga o reazione.

Nel confezionare i corsi dobbiamo trovare tutte le alleanze ed i partner possibili (Forze dell’ordine; USL; Associazioni femminili e antiviolenza; EE LL; ecc ...)



## Corso sulla sicurezza e la difesa attiva del cittadino

### DECALOGO orientativo

1. Differenziare 3 macro aree, che afferiscono a target differenti e necessitano approcci molto diversi:
  - a) operatori della sicurezza (carabinieri, polizia, guardie carcerarie, vigili urbani, istituti di vigilanza ....);
  - b) cittadini adulti, con particolare riferimento alle donne e alle categorie a rischio;
  - c) giovani, adolescenti (bullismo).
2. Ogni corso va presentato con “onestà intellettuale”, spiegando le opportunità, ma anche i limiti di una formazione che, per quanto ben strutturata, è limitata nel tempo.
3. Ogni corso dovrà prevedere partners, a seconda delle aree di riferimento:
  - a) Corpi dello Stato, esperti legali, medici e psicologi, esperti della sicurezza;
  - b) esperte legali, medici e/o psicologhe, operatori del “corpo”; istituzioni pubbliche, associazioni femminili, assistenti sociali e sanitari, esperti di ordine pubblico (questure);
  - c) scuola, genitori, medici e psicologi, servizi del territorio.
4. Ogni corso dovrà prevedere:
  - 4.1 un’informazione relativa ai rischi sulla sicurezza (casistica) nel contesto ambientale di riferimento;
  - 4.2 informazioni legali rispetto il diritto alla propria tutela fisica/psichica e al rispetto della dignità personale ed alle eventuali conseguenze per l’eccesso della legittima difesa;
  - 4.3 informazioni in merito alle problematiche del contesto sociale nel quale si opera o si vive e alle modalità di tutela e sostegno;
  - 4.4 informazioni medico-sanitarie connesse alle aggressioni;
  - 4.5 svolgere un adeguato lavoro sulle dinamiche psicologiche e relazionali, con particolare riferimento al tema della comunicazione interpersonale, alla “gestione” dell’ansia, della paura ed alle reazioni personali e collettive;
  - 4.6 svolgere un percorso di formazione “tecnica” mirata alla consapevolezza si sé, di conoscenza del linguaggio del corpo (potenzialità e fragilità), alla conoscenza e all’uso di strategie e tecniche difensive compatibili con le proprie condizioni psico-fisiche.
- 5 La formazione “tecnica” (di cui al punto 4.6) è di competenza di Tecnici *abilitati*.
- 6 Il monte ore del corso, suddiviso nelle varie materie, dovrà essere congruo rispetto le aspettative dichiarate.
- 7 Indipendentemente dalla formazione del corso, va consigliata una adeguata preparazione fisico-motoria e/o tecnica integrativa e, se richiesto, vanno indicati possibili percorsi successivi e/o complementari.
- 8 Eventuali metodiche di “stress” fisico e/o psicologico vanno applicate con molta cautela e, nel caso, alla presenza di operatori sanitari.
- 9 Va attuata una interazione continua con i corsisti, in relazione alle aspettative, alle problematiche personali e/o di gruppo, ed ai risultati.
10. Il costo del corso dovrà essere accessibile, utilizzando il sostegno eventuale di Enti Pubblici, ed inquadrato come attività promozionale, non lucrativa.



## F3

### SICUREZZA DONNA

Proponiamo di lavorare su 4 ambiti:

a) **Corpo:**

- la conoscenza di sé (biomeccanica, propriocezione, psico-soma, ...),
- la consapevolezza della vulnerabilità del corpo, ma anche delle sue potenzialità,
  - *Dottore in Scienze Motorie – 2/6h lezioni pratiche*
- decodificare i propri sentimenti di ansia e paura, elaborarli; gestire la propria aggressività,
- agire sull'autostima.
  - *Esperto della materia – 2/4h lezione teorico-pratiche*

b) **Informazione:**

- conoscenza della legislazione e dei propri diritti,
  - *Avvocata – 2/4h lezione teorica in presenza o online*
- come e a chi chiedere aiuto,
  - *Centro antiviolenza sulla donne o similari - 2h lezione teorica in presenza o online*
- la casistica delle aggressioni (come prevenirle).
- riconoscere situazioni a rischio e valutarle nella giusta misura
  - *Arma dei Carabinieri o Polizia, o Questura – 2/4h lezione teorica in presenza o online*

c) **Prevenzione:**

- prevenire e gestire situazioni di conflitto,
- interpretare il linguaggio non verbale e linguaggio verbale,
- negoziazione, gestire l'altrui aggressività,.
  - *Esperto della materia – 4/8h lezione teorico-pratica*

d) **Reazione:**

- ottimizzare le reazioni spontanee;
- acquisire un bagaglio minimo di conoscenze tecniche evasive e reattive, "semplici", efficaci, compatibili con le possibilità della persona;
- Impiego tattico del *pepper spray* in ambito civile,
- utilizzo di oggetti di uso quotidiano, come strumenti ausiliari di difesa
  - *Maestro di Arti Marziali abilitato al tema specifico - 10/16h pratiche*

Abbiamo già svolto diversi convegni e seminari sul tema.

Sul sito sono pubblicati interventi:

<http://www.uisp.it/discorientali/pagina/dw8dhqx>

<http://www.uisp.it/discorientali/pagina/dispense>

<http://www.uisp.it/discorientali/pagina/seminario-su-sicurezza-e-difesa-personale>