

Trauma, genere e potere: come il trauma struttura la violenza di genere e gli stati del Sé

Monica Luci

Vorrei proporre alcune riflessioni sul modo in cui il trauma – individuale, relazionale e collettivo – contribuisce a strutturare la violenza di genere e a mantenere le disuguaglianze di potere tra uomini e donne. Parlerò del trauma non solo come ferita, ma come *organizzatore di senso* che modella le relazioni, il corpo e lo spazio sociale.

1. L'empatia e il genere: la radice della vulnerabilità e della cura

L'empatia è la naturale capacità di comprendere e condividere gli stati affettivi dell'altro. È una funzione complessa che coinvolge emozione, cognizione, rispecchiamento e regolazione (Decety & Jackson, 2006; Singer, 2006; Walter, 2012). Gli studi neuroscientifici mostrano che essa si modula in base al contesto: distanza sociale, status, fiducia e appartenenza (Gu & Han, 2007; Lamm et al., 2007; Iacoboni et al., 2005).

La ricerca psicologica e neurobiologica indica un vantaggio medio delle femmine nei processi empatici e nel riconoscimento delle emozioni (Kret & De Gelder, 2012; Chaplin & Aldao, 2013). Fin dai primi mesi di vita, le bambine mostrano maggiore attenzione ai volti e più reattività affettiva (McClure, 2000; Rennels & Cummings, 2013). Queste differenze, tuttavia, non vanno intese come essenze biologiche, ma come esiti di una combinazione di predisposizioni e socializzazione, in un continuo intreccio tra biologia e cultura (Eisenberg et al., 1999; Chodorow, 1999).

La cura materna rappresenta la matrice filogenetica dell'empatia (Preston, 2013), un modello relazionale che riconosce l'altro come soggetto pur restando in contatto con la propria sensibilità corporea. Il trauma rompe questo equilibrio, spezza il legame tra empatia e differenziazione, e trasforma la relazione in controllo o in dipendenza.

2. Dalla diade al Sé: come il trauma modella la differenza

Il Sé si forma nella relazione. Winnicott (1965, 1971) descrive lo sviluppo come un passaggio dalla fusione originaria alla differenziazione, reso possibile dal contenimento del caregiver. Quando il trauma o la discontinuità relazionale interrompono questo processo, l'individuo costruisce difese rigide, un "falso Sé" adattivo ma scisso dal proprio nucleo autentico (Bromberg, 1998; Ogden, 1986).

Jung (1934) concepisce la psiche come un insieme di *complessi a tonalità affettiva*, nuclei autonomi che costituiscono una molteplicità dinamica. Quando la comunicazione e quindi la continuità fra questi centri viene interrotta, il Sé tende a irrigidirsi in forme monolitiche dominate da un Io che agisce come *Dominus*: padrone di sé e dell'altro, incapace di riconoscere la propria pluralità (Luci, 2017).

In questi stati, simili a quella che Jung chiamava *participation mystique* (1921), il confine tra soggetto e oggetto, tra sé e altro, si dissolve. Il trauma riattiva proprio questi stati primitivi: l'altro non è più un soggetto ma un prolungamento di sé o una minaccia. È su questa scissione che si fonda la violenza, e in particolare la violenza di genere, dove ognuno dei due attori sociali si porta dentro

l'immagine di un altro da dominare e controllare (per sopravvivere) oppure da iperproteggere (per non soccombere).

3. Genere e trauma: la costruzione delle asimmetrie

Il genere è un potente mediatore di queste dinamiche, potente perché parzialmente inscritto nella biologia e perché è un organizzatore sociale.

Il primo legame, tipicamente con la madre, rende il femminile ciò che è più familiare per entrambi i sessi (Chodorow, 1999). Per la bambina, ciò favorisce un'identità relazionale e flessibile; per il bambino, invece, la costruzione del maschile implica la separazione dal femminile. Se questa separazione avviene in assenza di un padre *relazionale*, capace di riconoscere e accogliere la vulnerabilità, il maschile può formarsi come negazione della dipendenza e della sensibilità empatica. Da qui gli *script* culturali dell'iper-mascolinità (Mahalik et al., 2003): forza, invulnerabilità, dominio.

Le bambine, viceversa, crescono spesso identificandosi con modelli materni di dedizione e sacrificio. In contesti patriarcali, il legame viene mantenuto a costo della rinuncia di sé: il proprio desiderio viene dislocato sull'altro. Jessica Benjamin (1988, 2017) ha descritto questa dinamica come “negazione dell'io” – la rinuncia alla soggettività per salvare la relazione.

Il trauma di genere nasce qui: nella scissione tra un maschile terrorizzato dalla dipendenza e dalla possibilità di essere divorato dal materno, e un femminile che ha interiorizzato uno schema di sottomissione come strategia di sopravvivenza rispetto al perpetratore della sua infanzia.

4. Corpo, spazio e potere: il trauma incarnato

Il corpo è il primo teatro del potere. Attraverso il contatto, l'essere tenuti e guardati, il corpo costruisce il senso del Sé, ma è anche il luogo dove la società imprime le sue regole. Foucault (1976) ha mostrato come il potere si eserciti sui corpi, rendendoli “docili”. Bourdieu (1998) ha parlato di *violenza simbolica*: un potere che agisce dall'interno, attraverso l'abitudine, la postura, il linguaggio, producendo un *habitus* che appare naturale. Potremmo parlare di *habitus traumatico*: una modalità corporea e affettiva che ripete le stesse configurazioni di dominio e sottomissione.

Così, la donna impara a contenere il proprio corpo e la propria voce, mentre l'uomo impara a espandersi e occupare spazio. Il trauma – personale o collettivo – rafforza questa asimmetria, inscrevendo nella carne la gerarchia dei ruoli.

Nella violenza di genere, specie in una coppia, questa polarità si estremizza: il *Dominus egoico*, incarnazione del potere monolitico, assume i tratti del maschile, mentre il femminile diviene il campo del dominio, lo spazio su cui il potere si esercita.

L'uomo, in questo schema, difende la propria identità e differenza esercitando il controllo sulla partner o su una donna in generale; la donna, al contrario, sente di poter esistere solo attraverso un'identità iper-accudente e protettiva basata sulla propria negazione di sé come strategia per sopravvivere al dominio. I confini tra sé e l'altro sono in entrambi i casi dissolti. La diade funziona come un tutt'uno.

5. Dal Potere ai poteri: Hillman, il *tsimtsum* e la riappropriazione del potere femminile

James Hillman (1995) ci invita a distinguere tra *il Potere* – unico, centralizzato, tirannico – e *i poteri*, molteplici e relazionali. Il Potere, dice Hillman, non è solo dominio: è anche autorità, carisma, decisione, resistenza, prestigio, ambizione, reputazione, capacità di influire e di creare. Il problema nasce quando uno solo di questi poteri pretende di assorbire tutti gli altri, imponendosi come monarca assoluto: è il Potere del monoteismo, afferma Hillman. È la stessa logica del *Dominus egoico*, che, nella psiche come nella società, trasforma la pluralità in gerarchia.

Per evitare la tirannia, Hillman propone un modello *politeistico* del potere: un pantheon di poteri diversi, nessuno dei quali sovrasta gli altri. In questo senso, il Sé – come anche la società – dovrebbe funzionare come una *federazione di poteri*, in cui ogni funzione, ogni voce, ogni genere, ha diritto di parola.

Hillman richiama anche il principio cabalistico del *tsimtsum*: l'idea che Dio, per permettere al mondo di esistere, si sia ritirato, facendo spazio all'altro. Solo chi sa ritirarsi dal centro, chi non deve possedere tutto, può generare vita. Questo principio è essenziale per pensare un potere diverso: non un potere che domina, ma un potere che *crea spazio*.

E in questa prospettiva, il femminile – nella sua capacità di generare, accogliere, trasformare – porta con sé un potere specifico: quello di *far accadere le cose*. Riappropriarsi di questo potere significa uscire dalla posizione di dominio subito e riconquistare lo spazio pubblico, politico e simbolico, in cui la voce femminile può esercitare la propria forza generativa.

Non si tratta di invertire la gerarchia, ma di moltiplicare i poteri, restituendo al mondo psichico e sociale la sua pluralità originaria.

6. Conclusione: dal dominio alla relazione

La violenza di genere non è un residuo arcaico, ma l'esito di un circuito che unisce trauma, scissione e potere. È la traduzione sociale di un'esperienza psichica: l'impossibilità di tollerare la differenza senza ricorrere al dominio o alla rinuncia di sé.

La cura e la trasformazione passano per la possibilità di restituire al potere la sua funzione originaria: non potere *su* l'altro, ma potere *con* l'altro.

Jung (1947) scrive, “la psiche ha bisogno di essere vista, come la pianta ha bisogno di luce”. Il riconoscimento reciproco è questa luce: ciò che trasforma la potenza distruttiva del trauma in possibilità creativa. Non l'accecamento di una singola luce ma una pluralità di punti luminosi nella psiche e nella società.

Accettare la pluralità dei poteri, riconoscere il limite e praticare il ritiro, come nel *tsimtsum*, significa liberare il potere dal dominio e restituirlo alla relazione, alla cura, alla responsabilità condivisa.

Solo così, credo, possiamo spezzare il legame tra trauma e violenza di genere e aprire lo spazio per un nuovo modo di abitare la differenza, il corpo e il mondo.

Bibliografia

Benjamin, J. (1988). *Legami d'amore*. Raffaello Cortina.

Benjamin, J. (2017). *Il riconoscimento reciproco*. Raffaello Cortina.

Bourdieu, P. (1998). *Il dominio maschile*. Feltrinelli.

- Bowlby, J. (1988). *Una base sicura*. Raffaello Cortina.
- Bromberg, P.M. (1998). *Clinica del trauma e della dissociazione*. Raffaello Cortina.
- Chodorow, N. (1999). *The Reproduction of Mothering*. California University Press.
- Decety, J., & Jackson, P.L. (2006). *Current Directions in Psychological Science*, 15(2), 54–58.
- Foucault, M. (1976). *Sorvegliare e punire*. Einaudi.
- Hillman, J. (1995). *Il potere. Come usarlo con intelligenza*. Rizzoli.
- Jung, C.G. (1921). *Tipi psicologici*. Bollati Boringhieri.
- Jung, C.G. (1934). *Considerazioni generali sulla teoria dei complessi*. Bollati Boringhieri.
- Jung, C.G. (1947). *Riflessioni teoriche sull'essenza della psiche*. Bollati Boringhieri.
- Mahalik, J.R. et al. (2003). *Professional Psychology: Research and Practice*, 34(2).
- Preston, S. (2013). *Psychological Bulletin*, 139(6): 1305–1341.
- Winnicott, D.W. (1965). *Sviluppo affettivo e ambiente*. Armando.
- Winnicott, D.W. (1971). *Gioco e realtà*. Armando.