La storia di Laura: rinascere dopo l’odio e la violenza

Gennaio 26, 2026



Ho la fortuna di incrociare per il mio lavoro tante persone, diverse esperienze, tantissime storie cosiddette normali, talvolta situazioni estreme che certamente mi colpiscono, per un certo aspetto mi incuriosiscono e che ho il desiderio di approfondire. Casualmente incontro Laura (nome di fantasia per mantenere l’anonimato) e per una serie di coincidenze più o meno attinenti, vengo a conoscenza del suo vissuto. La violenza sulle donne è un tema tristemente ricorrente nella cronaca di oggi, un vero e proprio bollettino di guerra ma entrare in empatia direttamente con chi ha vissuto questa incredibile vicenda, vi assicuro è un’esperienza forte e che lascia il segno. Chi mi conosce sa che sono molto legato a particolari temi quali le dipendenze, le devianze giovanili, il complesso mondo dell’adolescenza legato alle distorsioni della società attuale. Anche la violenza sulle donne è stato un argomento trattato diffusamente nel corso della mia vita professionale ma pochi giorni fa ho avuto di

fronte una testimonianza che mi ha davvero colpito e che ho deciso, con il consenso dell'interlocutrice, di rendere pubblica. Guardare Laura parlarmi della sua storia personale fatta di violenze di ogni tipo, da quelle psicologiche a quelle fisiche passando per quelle sessuali è stato davvero scioccante. Non è stato facile, la chiacchierata è stata più volte interrotta da momenti di commozione perché i ricordi inevitabilmente riaffiorano prepotenti. Banalmente l'aspetto più sconvolgente è che l'artefice di tutto questo è un uomo che ha sempre dichiarato di amarla nel corso di questi lunghi anni. Dal fidanzamento in età adolescenziale fino all'età adulta è stato un continuo *"pensare..si ma tanto cambierà"*, *..."è solo un periodo di alterazione..riuscirò a cambiarlo"*. Non è avvenuto nulla di tutto questo, viceversa la situazione è sempre peggiorata anno dopo anno con punte altissime di sopraffazione. Mi ha colpito la forza di questa donna, la sua capacità in quei lunghissimi anni di sopportare tutto per l'amore dei figli, in un vortice continuo di delirio senza fine. In particolare, all'interno del suo racconto, fasi agghiaccianti di incredibile violenza perpetrati all'interno di una camera da letto chiusa a chiave e nel resto della casa i suoi figli piccoli in una surreale normalità, aspettando che la mamma esca per accudirli e vivere la consueta quotidianità. Ho accennato prima alle vicende di cronaca che raccontano purtroppo donne uccise e famiglie distrutte. In questo caso sento forte il desiderio di sottolineare come oggi, una donna adulta e consapevole, possa evidenziare la sua personale vittoria. Laura ha avuto la forza, il coraggio, la disperazione di riuscire a salvarsi voltando pagina per lei e per i suoi figli, oggi ragazzi grandi e capaci di comprendere in pieno il vissuto della madre. E dunque questa breve intervista non avrà la presunzione di cambiare le cose ma certamente ha l'obiettivo di gridare con forza che si può uscire da un inferno, si può scappare da un amore malato trovando coraggio e determinazione, provando nuovamente a riscrivere la propria esistenza. Oggi Laura è una donna forte e determinata, realizzata professionalmente, certamente porta su di sé cicatrici invisibili e ricordi terribili ma è fortemente consapevole che un altro mondo è possibile...guardando al futuro con la luce negli occhi e con un pensiero costante alle ragazze e alle donne che non ci sono più.

Laura, intanto vorrei che raccontassi come hai maturato la decisione di rendere pubblico, seppur in maniera anonima, il tuo vissuto

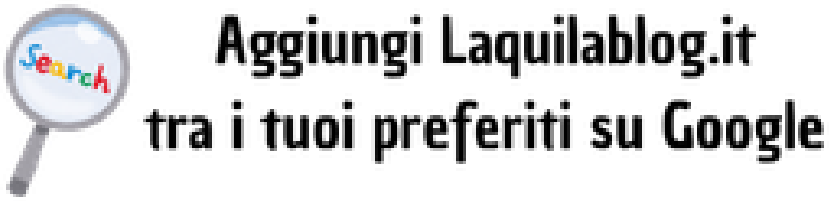
Per prima cosa vorrei ringraziare te e la tua redazione per avermi dato questa possibilità, poi voglio iniziare questa nostra chiacchierata proprio spiegando il perché della mia decisione, come tu giustamente mi chiedi: aver deciso di rendere pubblica un'esperienza tanto forte quanto dolorosa, vissuta sulla mia pelle per anni, vuol dire dare un senso compiuto ad un percorso di maturazione e di emancipazione dal dolore che mi ha portato a diventare la donna libera che sono oggi. Intendo dire che per me dare senso alla mia esperienza di donna che ha subito violenze di ogni genere, sia dal

punto di vista fisico che psicologico ed emotivo, significa doverosamente parlarne, condividerne i passaggi salienti, quelli che si ritrovano in tutte le storie di questo tipo. L'ho voluto fare perché se anche una sola persona riuscisse a prender il coraggio necessario per liberarsi da situazioni di violenza, saprei con certezza di aver fatto del bene.

La violenza sulle donne è ormai un argomento presente quotidianamente nella cronaca di tutti i giorni…a tuo modo di vedere è un tema che viene affrontato sufficientemente nelle scuole?

Purtroppo nelle scuole se ne parla ancora troppo poco. Ritengo invece che sia fondamentale che messaggi semplici ma efficaci vengano rivolti prima di tutto alle nuove generazioni, a coloro cioè che si apprestano a diventare le Donne e gli Uomini del futuro. Occorre che la Scuola si faccia protagonista e veicolo di discorsi incentrati sul RISPETTO, sulla CURA, sull'ACCOGLIENZA che se da un lato esprimono valori universali, dall'altro possono e devono diventare la cifra distintiva di una nuova consapevolezza rispetto a ciò che può e deve essere attuato per contrastare la violenza di genere. Dunque a mio avviso tavole rotonde, testimonianze di persone che hanno vissuto sulla propria pelle esperienze dolorose di violenza e che hanno trovato la forza di uscirne, voce ai ragazzi perché possano esprimere i propri pensieri e le proprie emozioni potrebbero essere le azioni concrete da cui partire.

Laura apriamo una parentesi sulla figura dell'uomo.. tutto quello che accade è frutto di un problema culturale. Qual e la tua personale riflessione su questo aspetto?



Purtroppo, alla luce di tutto ciò che quotidianamente continua ad accadere rispetto a donne che decidono di lasciare uomini violenti, che magari dicono anche di amarle, la figura dell'uomo non ne esce vincente. Io penso che la nostra cultura, ancora fortemente caratterizzata da elementi

patriarcali, debba cambiare, a favore di nuove consapevolezze, nuove possibilità di affrontare le questioni sociali unendo le forze, facendo fronte comune uomini e donne insieme, "sfruttando" le peculiarità e le modalità di risolvere i problemi che distinguono un genere dall'altro. Non si tratta per noi donne di dimostrarsi più forti, ma ritengo dobbiamo mettere a disposizione della società le nostre capacità e competenze, di accogliere le differenze e di fare di quelle differenze, nello specifico delle caratteristiche maschili, continui punti di forza. Penso anche che, nonostante la mia sia una visione piuttosto pessimistica rispetto agli uomini, almeno rispetto a quelli incontrati finora, ci siano tanto bravi uomini, sensibili e capaci di recepire questo messaggio e di attivarsi per concretizzarne gli intenti.

La rinascita, la voglia di ripartire e di voltare pagina sono stati elementi fondamentali per tornare a vivere. Partendo dalla tua esperienza, cosa ti senti di suggerire alle ragazze e alle donne che possono trovarsi in questa situazione?

Quello che posso dire, avendo avuto la fortuna di essere viva, è di trovare dentro di sé la forza di reagire, condividendo situazioni che dentro di noi ognuna sa essere tossiche e malate, ma che il più delle volte si è portate a nascondere per non prenderne piena coscienza e per non essere costrette a reagire. Molto spesso non reagire, infatti, può risultare più comodo, meno impegnativo. Restare nella propria zona di confort, convivere con le proprie certezze e con un modello di relazione noto, può essere, paradossalmente, rassicurante. E invece è proprio qui che si gioca la partita a mio avviso: uscire dal proprio dolore, dalla propria rassegnazione e vedersi per come si è realmente, cioè donne e ragazze forti, determinate e capaci di condurre la propria vita nella direzione voluta non certo da qualcun altro, ma solo ed esclusivamente da sé stesse. In tutto ciò istruzione e cultura fanno la differenza.