

Minacciata di morte SUI SOCIAL

«Commenti sempre più pesanti sul mio profilo Instagram e poi l'escalation di odio che mi ha fatto vivere per mesi nel terrore»

• Confessione raccolta da Annalisa Costantino



Attrice, conduttrice ed ex modella, Benedetta Mazza, 32 anni, è stata una delle Professoresse de L'Eredità e volto di Rai Gulp (sotto, mentre partecipa al programma Back to school). Ha preso parte a reality come Pechino Express e GFVIP. Ora è una delle presenter di QVC e conduce il programma radiofonico Swipe su RDS Next.

Sono una persona solare, vivo in modo positivo e difficilmente mi capita di pensare male delle persone. Tendo a giustificare, ma soprattutto a dare una seconda possibilità. Qualcuno mi ha chiamata ingenua e forse lo sono, dopo tutto. Questo è il preambolo che devo fare per spiegarvi l'incubo che ho vissuto l'anno scorso. Essendo un personaggio pubblico, mi trovo spesso sotto i riflettori. Se a ciò aggiungiamo il fatto che una buona parte della mia vita la condivido sui social, posso dire che c'è poco che nascondo di me. Che siano successi, gioie, a volte anche scivoloni, il mio profilo Instagram è una finestra tramite la quale, chi mi segue, può condividere con me attimi della mia esistenza. Ho un ottimo rapporto con i miei follower, dai quali accetto sia complimenti sia critiche, a maggior ragione se costruttive. Ovviamente, tra i molti commenti è «norma-

le» che ne spunti qualcuno negativo. Di haters è pieno il mondo: ci sono quelli che mi insultano usando il loro profilo reale e i troll, che creano account falsi apposta per lanciarmi addosso critiche senza avere il coraggio di mostrarsi per quello che sono. Io non blocco mai;



perso che tutto faccia parte del gioco. Se ti esponi, non puoi essere apprezzata da chiunque.

A marzo 2021, però, la mia vita è stata sconvolta da un evento. Ho cominciato a ricevere messaggi in diretti commenti pubblici sempre più pesanti e insulti. Insulti che sono diventati sfociati in minacce di morte. Ormai, solilo, all'inizio non ci ho dato peso e ho semplicemente ignorato la cosa. Ma le intimidazioni si sono fatte più insistenti. Le ricevevo da due account diversi appartenenti a un uomosolo. Il «segno» in questione diceva che gli avevo rubato dati personali e che li usavo a sua insaputa. Inoltre, sosteneva che lo avessi illuso su una possibile relazione tra di noi. Dagli insulti sul mio lavoro è passato al body shaming e alla diffamazione, in un'escalation tragica che ha portato fino a minacce di morte.

Non solo nei miei confronti, ma anche contro i miei familiari e gli affetti più cari. Erano così pressanti: che non ho più potuto far finta di niente. Vivevo nel terrore di incontrarli andando al lavoro o tornando a casa. Se passeggiavo per strada, tenevo chiaro che mi si avviciasse troppo.

È stato un episodio estivo: ero in spiaggia con delle amiche e quando, a un certo punto, ho avvertito un gruppo di persone. Mi fissavano e, indicandomi, parlavano tra loro. Subito ho pensato che tra questi ci fosse lui, così il panico mi ha spraffata e mi sono sentita quasi svenire. Poi, ho scoperto che il gruppo mi aveva riconosciuta e voleva solo parlarmi.

Era giunto il momento di fare qualcosa. Ho contattato un legale per avviare il Codice Rosso, ho sporto denuncia ai Carabinieri e mi sono rivolta alla

Polizia Postale, segnalando i due account. È triste dirlo, ma queste azioni non hanno portato a nulla. In quel periodo mi sono sentita abbandonata da chi avrebbe dovuto proteggermi.

Per fortuna, tutto è cambiato grazie a un amico che ha contattato l'uomo sui social. Lui era più che lieto di poter raccontare il suo punto di vista e avere un uditorio disposto ad ascoltarlo. Così, il mio amico ha scoperto che stava minacciando un'altra ragazza. Messosi in contatto con lei (che, al contrario di me, lo conosceva di persona) e, a seguito della denuncia sporta dai suoi genitori, la situazione si è risolta e le minacce sono terminate. Attualmente è ricoverato presso una struttura che, spero, lo guarirà. Vorrei che le donne capissero che è indispensabile denunciare. Ma, soprattutto, farsi aiutare.

Benedetta Mazza



Focus

Te lo spiega la psicologa

LE ARMI PER REAGIRE ALLE MINACCE DIGITALI

MARIA CRISTINA PASSANANTE, ESPERTA IN PSICOLOGIA GIURIDICA, CONSULENTE TECNICO E PERITO DEL TRIBUNALE CIVILE E PENALE E DELLA PROCURATURA DI MARSALA (TRAPANI)

L'anonimato e il distacco fisico ed emotivo offerti dai social network sono terreno fertile per i fenomeni di cyberstalking. Lo stalker digitale utilizza strumenti virtuali per tormentare la propria vittima, ma le conseguenze reali possono essere devastanti.

• IL CYBERSTALKER

Spesso si tratta di una persona che ha già problemi psicologici e che dietro un computer è più portata ad assumere un comportamento disfunzionale. In genere tutto inizia con un

atteggiamento passivo aggressivo, body shaming, battute sarcastiche, per poi sfociare in aggressività, nella diffamazione e nelle minacce, come è accaduto a Benedetta Mazza.

• CONSEGUENZE

Le offese e le minacce dello stalker ledono il benessere psicologico della vittima e notevoli possono essere anche i riverberi a livello socio-relazionale. La sintomatologia più comune è di tipo ansioso-depressivo. Le vittime di stalking vivono una dimensione di costante stress dovuta all'ansia, alla

paura, ai sensi di colpa. Aggravano il quadro clinico sensazioni di impotenza e inadeguatezza. Ciò innesca un pensiero paranoico, infatti le vittime si sentono spesso perseguitate. Questa condizione può manifestarsi in modo più o meno grave fino a sfociare in un disturbo post-traumatico da stress.

• COME DENUNCIARE

→ Polizia Postale. Avvia un'indagine per scoprire l'identità degli account da cui provengono gli importuni.

→ Codice Rosso. Si attiva con una querela da parte di una vittima di violenza domestica, di genere, di bullismo o cyberbullismo. Non appena la persona si rivolge alle autorità giudiziarie, viene ascoltata

entro tre giorni dal Pubblico ministero. Se il Pm possiede sufficienti elementi probatori, può avviare una misura cautelare e limitare lo stalker. Se la vittima ottiene il riconoscimento del reato in ambito penale, può aprire una causa civile per chiedere un risarcimento economico del danno psichico.

• LA PSICOTERAPIA

Non è facile prendere consapevolezza della propria vulnerabilità, ma specialmente nei casi più gravi di ansia e paura, è importante intraprendere un percorso di psicoterapia. L'obiettivo è ricquistare il proprio benessere psicofisico attraverso il trattamento della sintomatologia che si è manifestata.