

ères

Landesbeirat
für Chancengleichheit
Frauenbüro



Commissione
provinciale pari opportunità
Servizio donna

Comisciun por l'avalianza dles chances y Ofize dles ères

fraueninfodonne

GEGEN DAS SCHWEIGEN

Wie Journalismus
Tabus bricht
Seite 7

GEGEN DIGITALE GEWALT

Schutz vor dem
„Tatort Internet“
Seite 22

CONTRO IL NON DETTO

Amore e sessualità
nella terza età
pagina 26

UNGESAGT. MUTTER.

Die Umfrage der MutterNacht
zu Themen, über die Mütter
nicht sprechen, läuft noch
bis zum 4. Juli

Seite 6

Warum wir über
das reden müssen,
worüber man nicht
spricht – und wo
das Sagbare eine
Grenze braucht.

TABÜ

Pssst, darüber spricht man doch nicht: über Geld und über Sexualität, über Depressionen und über Alkoholabhängigkeit, über gewollte oder ungewollte Kinderlosigkeit und über Sternenkinder, über Einsamkeit, Gewalt und Tod.

Doch wer bestimmt eigentlich, worüber wir schweigen?

Wie kann man dem Unausprechbaren einen Raum geben und was gilt es dabei zu berücksichtigen?

Welche Themen und Haltungen müssen auch in einer offenen Gesellschaft tabu bleiben?

In dieser ères-Sommerausgabe bringen wir Tabuthemen aufs Tappet, die uns gerade besonders beschäftigen. Vor allem aber versuchen wir eine Antwort darauf, woher diese ungeschriebenen Gesetze stammen, die bestimmte Themen in unserer Gesellschaft verbieten, welche Rolle Journalismus und Medien beim Brechen von Tabus spielen, und warum – bei aller Rede- und Meinungsfreiheit – das Sagbare eine Grenze braucht: nämlich dort, wo es um Würde und Respekt geht – offline im wahren Leben, aber auch online im World Wide Web.

Wir wünschen Ihnen eine gute Lektüre
und einen schönen Sommer,
Maria Pichler - *Chefredakteurin*

RUBRIKEN | RUBRICHE

FOCUS | FOKUS | FOCUS 

ACT | HANDELN | AGIRE 

THINK | DENKEN | PENSARE 

SPEAK | SPRECHEN | PARLARE 

HERSTORY 

CHILL | ENTSPANNEN | RILASSARSI 

INHALT

- S.07 **TITELGESCHICHTE**
GEGEN DAS SCHWEIGEN ERZÄHLEN
- S.11 **ÈRES LADINES**
PARORES POR DESFANTÉ I TABUS
- S.12 **TABÙ**
STORIA DI UNA PAROLA INQUIETA
- S.15 **WOCHENBETTDEPRESSION**
DAS KIND IST DA,
DIE WELT STEHT KOPF
- S.19 **HERSTORY**
L'IMPURITÀ RITUALE DELLE DONNE
- S.20 **BEIRAT FÜR CHANCENGLEICHHEIT**
WARUM MANCHES EIN TABU
BLEIBEN SOLLTE
- S.22 **ÈRES WEB**
DAS INTERNET ALS TATORT
- S.25 **ÈRES YOUNG**
STARK SEIN MÜSSEN
- S.26 **AMORE E SESSUALITÀ**
IL DESIDERIO NON HA ETÀ
- S.29 **POESIE**
KOLLEKTIVE STILLE
- S.32 **ROLE MODELS**
ESTHER DEGASPERI

HERAUSGEBERIN/EDITRICE/EDIZION: Landesbeirat für Chancengleichheit – Frauenbüro, Ort: Bozen, eingetragen beim Landesgericht unter Nr. 31/96 vom 19.12.1996 – Commissione provinciale pari opportunità – Servizio donna, luogo: Bolzano, Autorizzazione del Tribunale di Bolzano n. 31/96 del 19.12.1996 **VERANTWORTLICHE DIREKTORIN/DIRETRICE RESPONSABILE/DIRETÈURA RESPUNSBALA:** Maria Pichler **REDAKTION/REDAZIONE/REDAZION:** Alessia Galeotti, Cristina Pelagatti (Centaurus), Jenny Cazzola (Centaurus), Kathinka Enderle, Linda Albanese, Alessandra Spada (Frauenarchiv), Lucia Piccolruaz, Marlene Erschbamer, Sarah Meraner **AUFLAGE/TIRATURA/TIRADURA:** Insgesamt/Totale 8.000 **GRAFISCHE GESTALTUNG/REALIZZAZIONE GRAFICA/REALISAZION GRAFICA:** mediamacs.design **DRUCK/STAMPA/STAMPA:** Athesia Druck

Sofern nicht anders angeführt, liegen die Rechte für alle in dieser Ausgabe veröffentlichten Fotos beim Frauenbüro.

Frauenbüro | Servizio donna Garbaldistraße 14 | Via Garibaldi 14, 39100 Bozen/Bolzano | frauenbuero@provinz.bz.it,

www.chancengleichheit.provinz.bz.it | serviodonna@provincia.bz.it, www.pariopportunita.provincia.bz.it

www.facebook.com/chancengleichheit.pariopportunita | Tel. 0471 41 41 41

Foto Titelseite: Look Studio © Unsplash



Tabus schützen und binden zugleich. Dieses Heft löst Schweigen: Wir benennen verbotene Wörter, Körper, Wünsche und Verletzungen. Mut heißt, Fragen zu stellen, Grenzen zu verschieben und Geschichten zu teilen. Wir machen Tabus sichtbar, um sie zu prüfen, zu entmystifizieren und solidarisch zu verändern.



**ULRIKE
OBERHAMMER**
Präsidentin



**ARNO
KOMPATSCHER**
Landeshauptmann

Nia da odëi, mo da na gran forza. Tabus prägen Denken und Verhalten – oft unbemerkt. Damit bilden sie gesellschaftliche Realitäten ab und können Stereotype festigen. L'attuale numero di ères dimostra quanto sia importante mettere in discussione consapevolmente queste barriere e superarle.

*Auf ein Wort
In poche parole
Dit en cört*



**NADIA
MAZZARDIS**
Vicepresidente

Il tabù non è la donna fragile, ma la donna autorevole. Un uomo deciso “ha carattere”, una donna “fa paura”. Se alza la voce è rabbiosa, se ambisce al potere è spietata. Così il patriarcato continua ad associare la leadership agli uomini e l'esecuzione alle donne, spianando la strada alla segregazione orizzontale.

*Il tabù non è la
donna fragile, ma la
donna autorevole.*

SCHLAGKRAFT IN PINK: INDIENS REBELLINNEN

Die Polizei sieht weg, deshalb nehmen die Frauen die Sache selbst in die Hand: In den ländlichen Regionen Nordindiens, in denen Korruption und Gewalt gegen Frauen zum Alltag gehören, leistet die „Gulabi Gang“ Widerstand. Bewaffnet mit Bambusstöcken setzt sich dieser Zusammenschluss von zehntausenden Frauen gegen häusliche Gewalt, Kinderehen und soziale Ungerechtigkeit ein. Ihr Ziel ist nicht Selbstjustiz, sondern die Durchsetzung geltenden Rechts: Sie zwingen untätige Polizisten zur Arbeit und stellen gewalttätige Ehemänner öffentlich zur Rede. Die Bewegung ist an ihren leuchtend pinkfarbenen Saris erkennbar – ein Symbol für weibliche Kraft und Solidarität. Die Farbe Pink steht hier nicht für Sanftmut, sondern für eine Revolution der Gerechtigkeit und für Frauen, die ihr Leben selbst in die Hand nehmen. Denn gemeinsam brechen diese Frauen starre Machtstrukturen auf.



Gemeinsam stark
© Thomas Eric - unsplash

AFGHANISTAN, DOVE STUDIARE PER LE RAGAZZE È DIVENTATO UN TABÙ

In Afghanistan essere una ragazza e voler studiare è oggi un atto quasi proibito. Da quando i talebani sono tornati al potere nel 2021, oltre 2,2 milioni di ragazze sono state escluse dalle scuole secondarie e dalle università. Le donne non possono frequentare molti luoghi pubblici, lavorare in numerosi settori o viaggiare senza accompagnatore maschile. Secondo le Nazioni Unite, sono più di 70 i decreti che hanno limitato libertà e diritti femminili negli ultimi anni. Ma il dato più forte è forse un altro: il sapere è diventato un tabù. In un Paese dove metà della popolazione viene silenziata, l'istruzione femminile è vista come una minaccia. Eppure, nonostante i divieti, molte ragazze continuano a studiare in segreto, nelle case private o online, rischiando punizioni e arresti. Dietro le immagini dei burqa e delle classi vuote c'è una battaglia culturale enorme: quella contro la paura delle donne istruite, autonome e visibili.



Non è un paese per studentesse
© Wanman Uthmaniyah - unsplash

L'OVAIO POLICISTICO CAMBIA NOME

Per anni milioni di donne si sono sentite dire: “È solo ovaio policistico”. Ma oggi la medicina cambia approccio. La prestigiosa rivista scientifica “The Lancet” ha ufficializzato il nuovo nome della PCOS, che diventa PMOS: “Sindrome poliendocrino-metabolica ovarica”. Non è solo una questione linguistica. Secondo gli esperti, il vecchio nome era fuorviante perché riduceva una malattia complessa a un problema di “cisti ovariche”, che spesso nemmeno sono presenti. In realtà la sindrome coinvolge ormoni, metabolismo, fertilità, pelle, peso e salute mentale. La patologia colpisce circa una donna su otto nel mondo, oltre 170 milioni di persone. Eppure molte ricevono diagnosi tardive o incomplete, dopo anni di sintomi sottovalutati: ciclo irregolare, acne, stanchezza, aumento di peso, infertilità o crescita anomala di peli. Il cambio di nome nasce dopo 14 anni di lavoro internazionale con medici, ricercatori e associazioni di pazienti. L'obiettivo è superare stigma e banalizzazioni, riconoscendo finalmente la complessità di una condizione che per troppo tempo è stata minimizzata nella salute femminile.



La nuova definizione riconosce la complessità di un disturbo che coinvolge ormoni, metabolismo e salute mentale
© Elen Sher - unsplash

STATUEN MIT TRAGETÜCHERN – GEGEN VERALTETE ROLLENKLISCHEES

Im Rahmen der Kunstaktion „Caring Men“ wurden in über 13 deutschen Städten sowie in Wien und London männliche Statuen – von Aristoteles über Goethe bis hin zu Erich Kästner – mit Babypuppen in Tragetüchern ausgestattet. Dies ist ein klares Zeichen gegen das erstarrte Ideal von Dominanz und Macht in der Rollenverteilung. Die Aktion macht unbezahlte Care-Arbeit im öffentlichen Raum sichtbar und fordert ein modernes Männlichkeitsbild, das Fürsorge zelebriert. Die ursprünglich in Großbritannien gestartete Bewegung nutzt die Symbolkraft der Denkmäler, um sich für eine gerechtere Verteilung von Sorgearbeit einzusetzen. Die Botschaft ist klar: Wahre Heldenhaftigkeit zeigt sich in emotionaler Präsenz und Erziehungsarbeit. Ein visueller Weckruf gegen veraltete Rollenbilder! Männer sind nicht nur Ernährer, sondern ein aktiver Teil der Lösung sozialer Probleme.



Männer, die sich kümmern
© Vidar Nordli-Måthisen - unsplash

ABENTEUER RUHESTAND: DIE WELT ALS „GRANNY-AU-PAIR“ ERKUNDEN

Eine besondere Form des modernen Ehrenamts ist das Modell „Granny-Au-pair“. In dieser Rolle leben Frauen für mehrere Monate bei Gastfamilien auf der ganzen Welt und helfen dort als Leihomas tatkräftig mit. Die Motive sind vielfältig: pure Abenteuerlust, echter Kulturaustausch und der Wunsch, die eigene Lebenserfahrung sinnvoll weiterzugeben – insbesondere, wenn die eigenen Enkel weit weg sind oder fehlen. Die Gastfamilien gewinnen dabei weit mehr als eine Betreuungshilfe, denn sie profitieren von der Souveränität und Herzenswärme der Leihomas. Doch auch für die Frauen selbst ist die Reise ein Gewinn: Die neue



Abenteuerlust im Alter
© Alena Darmel - pexels

Aufgabe wirkt wie ein Jungbrunnen, stärkt das Selbstvertrauen und schenkt die tiefe Erfüllung, auch im Ruhestand noch einmal über sich hinauszuwachsen und etwas zu bewegen. Außerdem öffnet das Reisen in jedem Lebensabschnitt den Horizont.

AROUND THE WORLD



SUICIDIO FEMMINILE, IL TABÙ NASCOSTO DIETRO I NUMERI

Il suicidio resta uno dei temi più silenziosi della salute mentale femminile. Eppure i dati raccontano una realtà preoccupante: secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, ogni anno oltre 720 mila persone muoiono per suicidio nel mondo e, tra le giovani tra i 15 e i 29 anni, rappresenta una delle principali cause di morte. Dietro ai numeri emergono fattori ricorrenti: depressione, violenza domestica, discriminazioni, isolamento sociale e forte pressione culturale. In molti Paesi il disagio psicologico femminile continua a essere sottovalutato o nascosto per vergogna. L'OMS sottolinea come stigma e paura del giudizio impediscano spesso alle donne di chiedere aiuto. Secondo studi internazionali, il fenomeno colpisce in modo particolare adolescenti e giovani donne, aggravato negli ultimi anni da social network, ansia da prestazione e solitudine. Parlarne apertamente significa rompere un doppio tabù: quello della salute mentale e quello della fragilità femminile.



Il dolore delle donne resta spesso invisibile
© Kristina Tripkovic
- unsplash

“NON VOGLIO SPOSARMI NÉ AVERE FIGLI”

In Corea del Sud e Giappone cresce il numero di donne che scelgono di non sposarsi e di non avere figli. Una decisione che, oltre alla crisi economica e al costo della vita, viene sempre più spesso descritta come una ribellione alle



Giappone e Corea del Sud: il tabù delle donne che rifiutano maternità e matrimonio
© Yongzheng Xu - unsplash

aspettative tradizionali imposte alle donne. In Corea del Sud, il Paese con il tasso di natalità più basso al mondo, solo il 4% delle donne single tra i 20 e i 30 anni considera matrimonio e maternità “essenziali” nella vita femminile. Oltre la metà sostiene invece che non siano più priorità. Secondo recenti sondaggi, molte donne coreane associano il matrimonio a rinunce personali, carriere interrotte e modelli familiari ancora patriarcali. Il 10% teme esplicitamente danni professionali legati alla maternità, mentre cresce il rifiuto della cultura tradizionale della famiglia. Anche in Giappone aumenta il numero di donne che vedono matrimonio e figli non più come obblighi sociali, ma come scelte individuali. Sempre più giovani dichiarano di privilegiare autonomia, lavoro e realizzazione personale. Dietro il calo delle nascite c'è quindi anche un tema culturale: il rifiuto di un modello femminile che continua ad associare la donna soprattutto al ruolo di moglie e madre.

DIE ETWAS ANDERE ART DER TRAUERARBEIT

Das Projekt „Loose Ends“ ist eine einzigartige Form der Trauerhilfe: Ehrenamtliche vollenden Handarbeiten, die Verstorbene unfertig zurücklassen mussten. Für Hinterbliebene sind diese losen Enden oft schmerzhaftes Symbole eines unvollendeten Lebens. Das Fertigstellen dieser Stücke hingegen bietet Trost. Deshalb vernetzt die Organisation tausende Freiwillige in 80 Ländern, um die Werke zu vollenden. Ob Häkelarbeiten, bestickte Decken oder angefangene Pullover – 30 verschiedene Handarbeitstechniken stehen zur Auswahl. Dabei geht es um mehr, als nur darum ein Projekt abzuschließen. Das Vollenden dieser Objekte spendet Trost und bietet einen sichtbaren Abschluss. Auf diese Weise werden Verlust und Schmerz in eine liebevolle, bleibende Erinnerung verwandelt. Die Amerikanerinnen Jennifer Simonic und Masey Kaplan haben dieses Projekt ins Leben gerufen.



Eine bleibende Erinnerung
© Karly Santiago - unsplash

KURZMELDUNGEN KURZMELDUNGEN KURZMELDUNGEN +++

LAST MINUTE!

+++ Posten mit Verantwortung: Unter diesem Motto hat das Forum Prävention einen Leitfaden für Vereine und Organisationen ausgearbeitet, der eine Unterstützung im Umgang mit Kinderfotos und -videos im Internet bietet. +++

+++ 18 Frauen haben den jüngsten Lehrgang für Verwaltungsrätinnen des Landesbeirates für Chancengleichheit für Frauen und der Handelskammer Bozen besucht, die nächste Auflage ist bereits für den Herbst geplant. +++

+++ Die Rolle von Frauen in landwirtschaftlichen Genossenschaften hat unlängst die Veranstaltung „Frau.Macht.Zukunft“ des Arbeitskreises „Frauen in der Führung von Genossenschaften“ zusammen mit der Obstgenossenschaft CAFA und den Südtirolerinnen Bäuerinnen thematisiert. +++

BEST PRACTICES

+++ Brixen, Gargazon, Lana, Meran: Einige Südtiroler Gemeinden stellen mittlerweile kostenlose Menstruationsprodukte an ausgewählten öffentlichen Toiletten zur Verfügung, um damit zum einen das Tabu Menstruation zu brechen und andererseits der sogenannten Periodenarmut entgegenzuwirken. +++

+++ Mit dem Pilotprojekt „WOW – Ways Open for Women“ der Koordinationsstelle Berufliche Weiterbildung, des Vereins Haus der geschützten Wohnungen und der Initiative Frauen helfen Frauen konnten zehn Frauen in schwierigen Lebenssituationen auf ihrem Weg in den Arbeitsmarkt begleitet werden. +++

+++ Eine Studie der Universität Innsbruck gibt Menschen, die sexualisierte Gewalt erfahren mussten, eine Stimme. Unlängst sind die endgültigen Ergebnisse und nächsten Schritte vorgestellt worden. +++

MUTTERNACHT: UNGESAGTEM EINE STIMME GEBEN UMFRAGE: JETZT NOCH MITMACHEN BIS ZUM 4. JULI



Seit elf Jahren setzt die Sensibilisierungskampagne *MutterNacht* rund um den Muttertag einen Kontrapunkt zu idealisierten Bildern von Mutterschaft. Das diesjährige Thema: Tabus. Eine Umfrage soll nun sichtbar machen, was Mütter belastet, worüber geschwiegen wird, welche Gefühle, Gedanken oder Erfahrungen im Alltag zu kurz kommen. Mit der anonymen Umfrage möchte die Sensibilisierungskampagne *MutterNacht*, der 28 Südtiroler

Organisationen aus den Bereichen Familie, Soziales, Gesundheit und Bildung angehören, genau dort hinhören, wo vieles unausgesprochen bleibt. Die Teilnahme dauert rund eine Minute, ist anonym und ohne Anmeldung möglich. Die Ergebnisse fließen in die künftige Ausrichtung der *MutterNacht* ein, die Themen rund um Mutterschaft sichtbar macht, über die öffentlich kaum gesprochen wird. Die Umfrage ist bis **4. Juli** geöffnet.



Gegen das Schweigen erzählen:

WIE JOURNALISMUS UND FILM TABUS BRECHEN KÖNNEN

→ → → → → → Kathinka Enderle

Tabus entstehen nicht aus Unwissen, sondern aus Schweigen. Dort, wo Scham, Angst, Macht und Gewohnheit ein Thema unberührbar machen. Die Journalistin, Podcasterin, Autorin und Dokumentarfilmerin Anita Rossi und die Autorin und Regisseurin für Dokumentarfilme sowie Radiomoderatorin Karin Duregger arbeiten beide an solchen Grenzen. Sie zeigen: Journalismus und Film können Tabus brechen, wenn sie einordnen, statt nur zu enthüllen, und Menschen ihre Würde lassen.

Ein Tabu ist selten eindeutig. Es steht nicht geschrieben, es wird nicht offiziell beschlossen, und doch wissen alle, dass es da ist. Man spürt, wann man einem Tabu zu nahekommt. Wann eine Frage den Raum verändert. Wann jemand nicht mehr nur spricht, sondern eine Ordnung

stört. Anita Rossi beschreibt diesen Moment so: „Wenn das Schamgefühl kollektiv wird, sozialer Druck sich dazugesellt und Schweigen normal wird. Dann steht plötzlich ein unsichtbarer Zaun im Raum, den alle spüren, obwohl ihn niemand gebaut haben will. Wer das Thema

trotzdem anspricht, gilt schnell als Störenfried oder Nestbeschmutzerin.“ Dieser unsichtbare Zaun ist der Ort, an dem Journalismus und Film ansetzen. Ihre Aufgabe beginnt oft nicht bei der fertigen Antwort, sondern bei der Entscheidung, trotzdem hinzuschauen. Nicht auszuweichen,



ANITA ROSSI

wo andere längst gelernt haben, vorsichtig zu werden. Denn Tabus schützen nicht einfach nur „Ruhe“. Sie schützen Selbstbilder, Rollen, Hierarchien, manchmal auch Schuld. Karin Duregger versteht Tabus ebenso als gesellschaftliches Gefüge: „**Häusliche Gewalt, Kinderlosigkeit, Tod, Sex und Sexualität, Menopause, Verdienst** – um nur einige zu nennen. Als Tabu gilt per Definition das ungeschriebene Gesetz, das aufgrund bestimmter Anschauungen innerhalb einer Gesellschaft verbietet, bestimmte Dinge zu tun oder darüber zu reden. Ich denke, ein Thema wird durch das Zusammenspiel mehrerer Kräfte zum gesellschaftlichen Tabu, mit Betonung auf Gesellschaft.“ Genau deshalb reicht es nicht, ein Tabu nur laut auszusprechen. Man muss verstehen, warum geschwiegen wurde, wer dadurch geschützt wurde und wer den Preis dafür bezahlt hat.

Wer spricht, riskiert etwas

Über Tabus zu sprechen bedeutet, sich dem Gewohnten zu widersetzen. Das gilt besonders dort, wo soziale Räume eng sind: in Familien, Dörfern,



KARIN DUREGGER

Vereinen, Institutionen. Wer spricht, gefährdet nicht nur eine persönliche Beziehung, sondern oft das Bild einer Gemeinschaft von sich selbst. Karin Duregger begegnet dieser Spannung in ihrer filmischen Arbeit immer wieder. In ihrem aktuellen Dokumentarfilmprojekt „**Grüss Göttin**“, das sich mit der Rolle der Frau und dem Einfluss des Patriarchats in Dörfern beschäftigt, wird das Erzählen selbst zum Widerstand. „**Über Themen zu reden, die seit jeher unausgesprochenen, aber manifestierten Gesetzen folgen, bedeutet sich zu exponieren, sich dem Gewohnten zu widersetzen. Das erfordert Mut und kann Ausgrenzung und Ächtung bedeuten. Deshalb bewundere ich den Mut der Frauen, die in unserem Film ‚Grüss Göttin‘ über ihre Erfahrungen sprechen. Gerade in kleinen Dörfern, wo seit jeher ein gewisser Verhaltenskodex die Tagesordnung bestimmt, bedeutet das Sprechen über persönlich Erlebtes auch Anklage – und damit kann das Risiko des Verstoßes durch ‚Verrat‘ einhergehen.**“ Hier zeigt sich, was Film leisten kann. Er zeigt nicht nur, was gesagt wird, sondern auch,

was es kostet, etwas zu sagen. Ein Blick, eine Pause, ein Zögern können sichtbar machen, wie schwer ein Satz wiegt. Darin liegt die Kraft des Dokumentarischen: Es verwandelt ein abstraktes Thema in eine menschliche Erfahrung.

Nicht bloß enthüllen

Tabus zu brechen klingt oft nach einem lauten Akt: aufdecken, zeigen, aussprechen. Doch genau hier beginnt für Karin Duregger der entscheidende Punkt: Sensibilität, Verantwortung und das gewählte Narrativ. Denn verantwortungsvoller Journalismus ist mehr als Enthüllung. Ein Tabu kann man auch falsch brechen. Man kann Menschen bloßstellen, statt Strukturen sichtbar zu machen. Man kann Schmerz konsumierbar machen, statt ihn einzuordnen. Auch für Anita Rossi beginnt sensibler Journalismus bei der Haltung. „**Und die bedeutet Offenheit, Ernsthaftigkeit und saubere Recherche. Sensibler Journalismus bedeutet nicht, Themen weichzeichnen, sondern Menschen würdevoll zu begegnen. Der Journalismus hat dafür Ethikkodizes – gerade im Umgang mit Minderjährigen, Opfern oder Schutzbedürftigen. Entscheidend ist aber weniger das Papier (in Italien siehe den Berufsethikkodex der Journalist:innenkammer, A.d.R.) als die Haltung dahinter. Unabhängiger Investigativjournalismus und Konstruktiver Journalismus versuchen außerdem, nicht nur den Finger in Wunden zu legen, sondern auch nach möglichen Lösungen oder Auswegen zu suchen.**“ Diese Haltung entscheidet, ob Tabubruch aufklärt oder verletzt – wie in der Podcastserie zur Femizidprävention „**Ci vogliamo vive**“ (auf Spotify und YouTube) klar wird, an der Anita Rossi mitgearbeitet hat. Besonders bei Themen wie sexualisierter Gewalt, Armut, Krankheit, Diskriminierung oder psychi-

3 DOMANDE A...?

→ → → → → Linda Albanese

© Manuela Tessaro



HEIDI
HINTNER

schem Leid ist nicht jedes Detail notwendig. Manchmal besteht die journalistische Leistung gerade darin, nicht noch näher heranzugehen, sondern den Blick zu verschieben. Karin Duregger formuliert diese Verantwortung als Frage, die sie sich immer wieder stellt: „Mit Sicherheit ist es wichtig, Sprache bewusst zu wählen. Ob ich ‚Suizid begangen‘ oder ‚gestorben durch Suizid‘ schreibe, ist ein großer Unterschied. Gerade aus feministischer Sicht ist es auch wichtig, Betroffene nicht als Opfer darzustellen. Menschen, die ein Trauma erlebt haben, sind mehr als ihr Leid. Hier geht es um Würde, nicht nur Elend. Sehr oft frage ich mich: Werde ich den Personen gerecht? Nicht: Ist die Geschichte stark genug? Nicht: Wird sie Aufmerksamkeit bekommen? Sondern: Wird sie den Menschen gerecht, die sie erzählen?“

Die Macht der Erzählung

Journalismus und Film brechen Tabus nicht nur dadurch, dass sie Themen sichtbar machen. Sie tun es auch dadurch, wie sie erzählen. Jede Perspektive ist eine Entscheidung. Jede Auslassung auch. Wer spricht? Wer wird gezeigt? Welche Wörter werden gewählt? Welche Bilder entstehen? Karin Duregger bringt diese Macht über Narrative auf den Punkt: „Journalismus und die Filmsprache haben Macht über Narrative. Und mit dieser Macht geht die Pflicht einher, sie nicht unreflektiert auszuüben. Beim Berichten über Vergewaltigung etwa: Erzähle ich die Vergewaltigung und riskiere Retraumatisierung, oder erzähle ich die Zustände, die Emotionen, gehe ich von der Opferhaltung weg? Man kann Gefahr laufen, Voyeurismus statt Aufklärung zu generieren. Detaillierte Schilderungen befriedigen oft eher eine Schaulust. Nicht ‚Was genau ist passiert?‘, sondern ‚Was ermöglicht, dass es passiert – und warum bleibt es folgenlos?‘ ist wohl die strukturell relevante Frage.“ Darin liegt der Unterschied zwischen bloßer Provokation und journalistischer Enttabuisierung. Die Provokation fragt: Was darf man nicht sagen? Und sagt es trotzdem. Journalismus fragt weiter: Warum durfte es nicht gesagt werden? Welche Machtverhältnisse wurden dadurch geschützt? Welche Folgen hatte das Schweigen? Erst diese Verschiebung macht aus einer persönlichen Geschichte eine gesellschaftliche Frage.

Menschen hinter den Zahlen

Journalismus und Film können abstrakte Realitäten in konkrete Erfahrungen übersetzen. Sie können Menschen sichtbar machen, die sonst höchstens als Statistik auftauchen. Gerade deshalb eignen sie sich so gut, um Tabus zu berühren: Sie verbinden Analyse mit Nähe. Anita Rossi: „Journalismus und Film können Komplexität aushalten. Sie haben – zumindest im Idealfall – Zeit für

1.

Quali tabù e ostacoli incontrano ancora oggi le donne nel settore della comunicazione?

Le donne sono molto presenti, ma ancora poco rappresentate nei ruoli decisionali. Le loro competenze vengono spesso misconosciute. E poi persistono tabù legati alla maternità, alla leadership e all'autonomia femminile, ai ruoli familiari e ai framing nei quali vengono inquadrati le problematiche descritte. Inoltre, le donne sono più esposte a hate speech nei social.

Quanto la comunicazione influenza la parità?

Le storie con cui descriviamo il mondo definiscono ciò che viene percepito come “normale” o autorevole. E poi il linguaggio è sempre anche una forma culturale e politica. Sessismo significa avere la vita segnata dal proprio sesso, fin dalla nascita.

2.

3.

Qual è una delle iniziative più interessanti del vostro gruppo di lavoro?

Ce ne sono tante, ma vorrei qui citare il monitoraggio che aveva lo scopo di far emergere la disparità di presenza femminile nelle prime pagine dei quotidiani locali, sia dal punto di vista del numero di giornaliste, sia delle immagini pubblicate. Esiste ancora una narrazione molto maschile (e maschilista) del mondo. C'è ancora molto da fare. Ma noi non molliamo.

* Heidi Hintner è membro del gruppo di lavoro “Comunicazione, media e stereotipi” della Commissione provinciale per le pari opportunità per le donne

Widersprüche, Zwischentöne und unbequeme Fragen. Und sie können Menschen sichtbar machen, die sonst höchstens als Statistik vorkommen. Das verändert den Blick.“ Auch Karin Duregger beschreibt diese besondere Kraft des Dokumentarischen: „Es gibt viele Wege, um auf Tabus aufmerksam zu machen – Selbsthilfegruppen, aktivistische Aktionen, Kampagnen. Aber ein Dokumentarfilm hat besonders das Mittel der ‚emotionalen Sprache‘. Ein schriftlicher Statistikbericht kann sagen, dass weltweit 700 Millionen Menschen in extremer Armut leben. Aber wenn ich das Gesicht eines betroffenen Kindes sehe, seine Stimme höre, seinen Alltag miterlebe, dann kann ich es fühlen. Film und journalistische Berichte übersetzen abstrakte Realitäten in menschliche Erfahrungen. Was mich als Dokumentarfilmerin fasziniert, ist hier diese besondere Gleichzeitigkeit von Kopf und Herz.“ Diese Gleichzeitigkeit von Kopf und Herz ist vielleicht die größte Stärke von Journalismus und Film. Sie müssen nicht nur erklären. Sie können erfahrbar machen. Sie können Nähe herstellen, ohne die Distanz zur Analyse zu verlieren.

Vertrauen darf nicht verheizt werden

Damit Menschen über Tabus sprechen, braucht es Vertrauen. Dieses Vertrauen entsteht nicht automatisch, nur weil ein Mikrofon eingeschaltet oder eine Kamera aufgebaut wird. Es muss wachsen. Und es kann zerstört werden, wenn Erzählen bloß als Material verstanden wird. Anita Rossi sagt: „Ein Teil meiner Arbeit besteht darin, Menschen zum Erzählen zu bringen. Dafür braucht

Zwei Tabus erscheinen mir besonders dringend, weil sie gesellschaftliche Kipppunkte markieren könnten: Zum einen Männer als **Care-Giver** – also Männer, die selbstverständlich Sorgearbeit und Verantwortung übernehmen und emotional präsent sind. Zum anderen **toxische Männlichkeit**, im Kleinen wie im Großen: in Familien, in Machtstrukturen und in der Geopolitik. Vieles, was wir derzeit politisch erleben, wirkt auf mich wie ein globales Testosteronproblem.

Anita Rossi

es Vertrauen. Und dieses Vertrauen darf man nicht für Schlagzeilen verheizen. Wenn Menschen das Gefühl haben, bloßgestellt oder verzerrt dargestellt zu werden, entsteht Schaden – nicht nur für die Betroffenen, sondern für die ganze Branche. Dann verliert Medienarbeit Glaubwürdigkeit. Und ohne Glaubwürdigkeit haben wir weniger Einfluss, auch beim Berühren oder Brechen von Tabus.“ Tabubruch ist also ein Prozess aus Zuhören, Abwägen, Einordnen und Schützen. Es geht nicht nur darum, ob etwas erzählt werden darf. Es geht darum, wie viel erzählt werden muss.

Was bleibt

Wenn Journalismus und Film Tabus brechen, endet ihre Wirkung nicht mit der Veröffentlichung. Ein Artikel, ein Podcast oder ein Film kann Gespräche auslösen: im Bekanntenkreis, in Schulen, in politischen Diskussionen. Oder er kann abgewehrt werden. Auch das zeigt, wie stark ein Tabu noch wirkt. Anita Rossi beschreibt die besondere Kraft

dahinter: „Weil sie Reichweite erzeugen und Gespräche auslösen. Gute Recherchen oder Filme landen nicht nur auf Bildschirmen, sondern später auch am Küchentisch, im Wirtshaus oder in politischen Debatten. Sie ziehen Kreise. Film hat zusätzlich die Kraft, emotionale Zugänge zu schaffen. Gerade Spielfilme holen Menschen oft dort ab, wo reine Fakten nicht mehr reichen: bei Angst, Scham, Mitgefühl oder Identifikation.“ Genau dort beginnt Veränderung: wenn ein Thema nicht wieder verschwindet. Wenn es besprochen werden kann, ohne dass jene, die sprechen, allein das Risiko tragen. Wenn aus einer einzelnen Stimme ein gesellschaftliches Gespräch wird. Journalismus und Film können den unsichtbaren Zaun im Raum nicht sofort niederreißen. Aber sie können ihn sichtbar machen. Sie können zeigen, wer ihn bewacht, wer von ihm profitiert und wer schon lange dagegen stößt. Und manchmal reicht genau das, damit ein Schweigen seinen Schutz verliert. • •

Parores por desfanté i tabus

Tabú é ci che ne vëgn nia dit fora, ci che an ascuta ia. Al é na parora che se liëia a n sentiment de dodanza, y sbürta insciö te n piz argomënc y informaziuns che gonot foss importanc da savëi

→ → → → → → Lucia Piccolruaz

Tl mer de informaziuns de massa olache i un la posibilitè da nodé aldedaincö, vigni iade che i tolun tla man nosc fonin, oressun dí che la parora tabú ne á plü degöna lerch. I social media, y dötes les formes di media nüs á dessigü contribuí da ingravé y slarié sfësses te strotöres stères por che al pois ite n pü' de löm. Porimpó sce an damana a zacotan de ères sce tl monn feminin él tres ciamó argomënc che é tabú, spo ne mësseres nia ponsé sura dí por dí de sce. Le tabú rapresentëia n puntin che stluj ite te n vilin pinsiers che ne pó nia fora, mo nen ess debojëgn, deache an ne se sënt nia adeguaades, an ne ciafa nia les dërtes parores o an ne atoca mai le dër momënt. Mo nen baié y desfanté i tabus é fundamental por che dötes y düc ciafes les informaziuns nezesciars, por ciafé le sostëgn te situaziuns de debojëgn y se sintí manco susc. Le tabú esist deache les parores ne vëgn nia pronunziades, ince sön cosses daldöt naturales. Al é tabus che é desfarënc da popul a popul, y de chi che an ciafa tres indô sce an lí, se documentëia o baia cun porsones che é chersciüdes sö te n'atra cultura. Gonot él argomënc personai, liá al'intimité, che an stënta cinamai da dí fora te familia, o cun porsones che an á ion. Por mëte man dales mestruaziuns, che é ciamó massa gonot liades a sentiment de dodanza, alüsc de impuritè. Al basta ma ponsé a dötes les definiziuns che an á ciafé, nia ma tl ladin, mo ince te atri lingac por nia les definí

Canche le tabú azica te instëssa ne adorun nia ma coraje da le dí fora mo ince da le azeté

cun so dër inom. I viun te na sozieté olache le sté de pert devënta vigni tan ince n sté sön na pert, che contribuësc a alimenté le tabú; döt ci che toca pro la gravidanza vëgnon alsavëi canche al é tan inant, canche an se documentëia o an ne vëgn daldöt nia alsavëi. An ne á nia parores por les depressiuns post partum. Olache le nia ciafé mituns é gonot na ferida che vëgn scutada ia y le nia orëi mituns na dezijiun criticada. An vir te n monn olache la sessualité y le plajëi feminin é val' che ne vëgn nia tematisé, olache le sanch menstrual gnô cina dan da püch rafiguré tla publizité cun n licuid ble y nia cöce, y vigni polan mëss gní desraijé. Sciöche al pé degun problem, mo canche le tabú azica te instëssa ne adores nia ma coraje da le dí fora, mo ince por le azeté, y sce an nen baia spo ciafon dër gonot ince les dërtes soluziuns, le dër sostëgn. Sce an oress jí a chirí la raisc che ti dá forza a chësc fenomen, spo messesson ciavé sot tl tëmp y tla psica dles porsones: i sun imblagná y i chersciun sö cun argomënc te chi che an ne dess nia se ficé ite. Avisa porchël él fundamental da nen baié, cun cosciënza y zënza se sté ert. Ma tres le dialogh davert y l'educaziun vára da superé stereotips y le chít, ti don indô dignité y normalité a ci che reverda le corp y l'esperiënza dla èra. Rumpí i tabus n'é nia ma n at individual, mo n vare coletif devers de na cultura plü cosciënta, respetosa, daverta y inclusiva. ••

Tabù

STORIA DI UNA PAROLA INQUIETA

Dal sacro polinesiano ai divieti invisibili della contemporaneità.

Linda Albanese

La parola tabù arriva da lontano. Prima ancora di diventare una categoria psicologica, sociale o politica, era una parola concreta, legata al corpo, al sacro e alla paura del contatto. Il termine deriva dal polinesiano tapu, trasformato dagli inglesi in taboo dopo i viaggi del capitano James Cook nel Settecento. Significava contemporaneamente “proibito”, “sacro”, “separato”, ma anche “contaminato”. Una doppia natura che ancora oggi sopravvive nei nostri tabù contemporanei: ciò che attrae e respinge insieme, ciò che non si dovrebbe nominare ma che continua a ossessionarci.

Secondo il vocabolario della Treccani, il termine tabù indica “cosa, azione, argomento che non si deve e non si può toccare, fare, trattare”. In senso più ampio: “interdizione o divieto” legato a motivi sociali, morali, simbolici. Ma culturalmente il tabù ha sempre avuto una funzione più profonda: ordinare la società, stabilire confini, definire ciò che è puro e ciò che è impuro, ciò che è accettabile e ciò che deve restare nascosto.

Paura della fertilità

Non a caso, nella storia dei tabù, il corpo femminile occupa un posto centrale. Soprattutto il sangue mestruale. Per secoli, in moltissime culture, le mestruazioni sono state considerate una forma di contaminazione. Ma il punto interessante è che il sangue mestruale non veniva visto solo come “sporco”. Era anche potente. Ambivalente. Capace di generare vita e, proprio per questo, percepito come qualcosa da controllare. In molte culture il tabù mestruale nasceva dalla paura del potere generativo femminile: ciò che dà la vita può anche sottrarla, ciò che crea può destabilizzare.

Nuove forme di censura sociale

Oggi la definizione dei tabù è più frammentata e dinamica. Non esiste più un'unica autorità dominante: i tabù si formano attraverso il dibattito pubblico, i social media, i movimenti sociali, la politica, i media digitali e le comunità online. Questo rende il confine tra “dicibile” e “indicibile” molto più fluido. Passano attraverso linguaggi più sottili: vergogna, ironia, imbarazzo sociale, paura dell'esposizione. Continuano a indicarci cosa può essere mostrato e cosa no. E allora il tabù, oggi, non è solo ciò che non si può dire. È anche ciò che si può dire, ma solo a certe condizioni: nel modo giusto, con le parole giuste, senza disturbare troppo l'ordine simbolico delle cose. ••

La dimensione femminile dei tabù

Il corpo e la dimensione femminili, ancora una volta, restano centrali. Perché molte delle nuove e vecchie forme di tabù continuano a colpire soprattutto le donne.

→ → → → → → Linda Albanese

Il giudizio sulle donne oggi attraversa il corpo, la libertà, la maternità (scelta o non scelta), la sessualità, la carriera e, soprattutto, la violenza. Se da un lato le giovani donne sembrano vivere con maggiore consapevolezza e autonomia alcuni temi un tempo indicibili, dall'altro persistono silenzi profondi alimentati da stereotipi e cultura patriarcale. Un intreccio che emerge sia dal contributo di una giornalista e data humanizer che si occupa del femminismo dei dati, analizzando come numeri, linguaggio e rappresentazione continuino a raccontare le disuguaglianze di genere, sia dall'esperienza clinica di una psicologa e psicoterapeuta impegnata anche in un centro antiviolenza.

DONATA COLUMBRO, giornalista e data humanizer, il suo ultimo libro edito da Feltrinelli s'intitola “Perché contare i femminicidi non è un esercizio di precisione statistica, ma un atto politico”.

C'è una differenza tra ciò che non si può dire e ciò che non si riesce a vedere. Il primo tipo di tabù ha una storia lunga, fatta di censure, convenzioni, poteri che definiscono il confine del dicibile. Il secondo è più recente, soprattutto il dibattito che lo riguarda: è il tabù incorporato negli strumenti con cui descriviamo il mondo e che ci sembrano oggettivi: nei dataset, negli algoritmi, nelle risposte dei modelli linguistici di intelligenza artificiale. Nelle società contemporanee, dove l'autorità di definire il dicibile è frammentata e contesa, i



DONATA COLUMBRO

© Pasqualini, Muscetti/101/MUSA

meccanismi di esclusione si sono spostati in gran parte sul piano della misura. **L'invisibilità prodotta dalla mancanza di dati è più difficile da contestare di un divieto dichiarato, proprio perché si presenta come assenza neutrale, come lacuna tecnica e limite invalicabile della misurazione.** E

non resta più nessuno a cui attribuire la responsabilità. Prendiamo la violenza di genere. Sappiamo contare le denunce, gli accessi al pronto soccorso, e in parte, i femminicidi e la violenza domestica. Ma facciamo ancora molta fatica a rappresentare l'esperienza delle donne disabili, migranti, razzializzate, che incontrano ostacoli nell'accesso alla protezione e spesso restano fuori dalle statistiche ufficiali. In molti contesti, per anni, il femminicidio non era una categoria riconosciuta: i casi venivano registrati in modo frammentato, dispersi tra archivi diversi, classificati con criteri che non permettevano di vedere il fenomeno nella sua dimensione strutturale. Sono state giornaliste, ricercatrici e associazioni femministe a ricostruire ogni caso, con l'aiuto delle famiglie, incrociando fonti eterogenee, rendendo visibile ciò che i sistemi istituzionali non riuscivano o non volevano vedere. Questo lavoro ha valore non solo perché colma un gap ma perché mette in discussione le categorie con cui lo Stato definisce e classifica la realtà.

Chi ha il potere di determinare i tabù, oggi, ha soprattutto il potere di definire cosa vale la pena contare. Ogni dataset è il risultato di scelte: cosa misurare, come farlo, con quali risorse, a partire da quale punto di vista. Quando non ci facciamo queste domande, tendiamo ad accettare i numeri come se fossero una fotografia della realtà, mentre sono sempre una rappresentazione parziale, costruita da chi ha avuto accesso agli strumenti della misurazione.

PAOLA BERTOTTI, psicologa e psicoterapeuta, operatrice del Centro Antiviolenza di Trento.

Dal mio lavoro noto che, tra le giovani, i tabù diminuiscono quando in famiglia esistono ascolto, dialogo e assenza di giudizio. Se ragazze, e ragazzi, si sentono accolti, allora non provano vergogna e possono parlare liberamente anche di sesso, orientamento sessuale o relazioni. Le giovani donne che incontro oggi vivono con maggiore libertà il rapporto con il proprio corpo: non

nascondono più un assorbente andando in bagno a scuola e dichiarano serenamente di non desiderare figli o di stare bene senza un compagno. Sono conquiste importanti. Allo stesso tempo, però, i social mostrano l'altra faccia della medaglia: accanto alla body positivity, che rompe i tabù mostrando corpi reali, esiste il body shaming, che continua a imporre giudizio e vergogna. I social sono il luogo in cui questo conflitto è più evidente, perché il corpo femminile è continuamente esposto, commentato e confrontato.

Quando però si entra nella sfera della violenza, tutto cambia. Nella mia esperienza al centro antiviolenza vedo giovani donne molto attente nel riconoscere i campanelli d'allarme: spesso segnalano relazioni tossiche vissute da amiche o episodi che percepiscono come sbagliati. Per le donne più adulte, invece, parlare di violenza è ancora molto difficile. Molte arrivano al centro dopo anni di abusi e isolamento imposto da mariti o compagni, che le allontanano da amiche e familiari fino a togliere loro il coraggio di chiedere aiuto. Dire "mi picchia" riferendosi magari a un professionista stimato, amico di tutti, resta ancora oggi un tabù. Perché la violenza sulle donne, nella nostra società, è ancora circondata da una cultura patriarcale che troppo spesso tende a giustificare chi la compie.

Il superamento dei tabù legati al genere passa anche attraverso il rapporto con il denaro, tema che per molte donne è stato a lungo considerato "non proprio", delegato ad altri o vissuto con senso di inadeguatezza. Fondamentali sono tutti quei progetti che promuovono percorsi di educazione finanziaria rivolti a bambine, ragazze e donne adulte, con l'obiettivo di rafforzare autonomia, consapevolezza economica e capacità decisionale. Parlare di denaro, investimenti, previdenza e indipendenza economica significa infatti rompere uno dei tabù culturali più radicati, che ancora oggi contribuisce ad alimentare disuguaglianze e forme di dipendenza, anche all'interno delle relazioni affettive. **L'educazione finanziaria diventa così uno strumento concreto di libertà, autodeterminazione e prevenzione della violenza economica, capace di incidere non solo sul benessere individuale ma anche su un cambiamento culturale più ampio.** ••

PAOLA BERTOTTI © privata



roh & unge-schält



KOLUMNE

WILLKOMMEN IN ABSURDISTAN

Willkommen in Absurdistan, dem Land, in dem Armut, Ängste, Depressionen, Verluste und die Tatsache, dass wir alle irgendwann sterben müssen, galant weggelächelt werden. Tabu! Aber wehe, es geht um den Körper anderer Menschen – dann versinkt der moralische Kompass in den Tiefen des gesellschaftlichen Morasts. Über sie wird gelästert, sie werden beurteilt, betatscht, begripscht und gedemütigt. Und so wird jeglicher Anstand urplötzlich zu einem erschreckend dehnbaren Begriff.

Es ist eine bizarre Doppelmoral: Wir stülpen eine „Alles tiptop“-Maske über und schweigen über psychische Krisen. Gleichzeitig ist es erschreckend einfach, die körperlichen Grenzen anderer Menschen zu überschreiten. So scheint es beispielsweise legitim zu sein, einer Schwangeren ungefragt an den Bauch zu fassen. Es wirkt, als würde der weibliche Körper mit der Sichtbarwerdung einer freudigen Erwartung seine Selbstbestimmung einbüßen. Ob neugierige Verwandtschaft oder wildfremde Passanten: Der Anblick einer Schwangeren lässt immer wieder die kognitiven Fähigkeiten aussetzen und übt zugleich eine magische Anziehungskraft auf Hände aus. So wird eine Schwangere schnell zum kostenlosen Streichelzoo.

Dies ist jedoch nicht die einzige Situation, in der Frauen von übergriffigen Händen überrascht werden. Jede Wölbung scheint als willkommenes Angriffsobjekt zu dienen. Da wäre etwa der Po-Grapscher, mit dem ein Mann einer Frau doch nur ein Kompliment machen will, wie mir erklärt wurde. Genau! Frauen können sich wirklich kein schöneres Kompliment vorstellen, als ungefragt eine Hand an ihrem Allerwertesten zu spüren.

Nicht zu vergessen ist der völlig zufällige und absolut unkalkulierte Abrutscher, wenn ein Mann einer Frau im Gespräch eigentlich nur den Arm berühren will und plötzlich auf ihrem Busen landet. „Oh, das habe ich gar nicht mitbekommen!“ – Interessant! Demnach haben Männer eine so dicke Lederhaut an den Händen und Augen, dass sie den Unterschied zwischen Arm und Busen weder spüren noch sehen können. Oder ist es feinmotorisch einfach nicht abschätzbar, wo eine Hand landet?

Mir erscheint der Frauenkörper ohnehin wie eine öffentliche Immobilie: ein Objekt, das jeder besichtigen, bewerten und dessen Substanz ungefragt prüfen darf. Psychische Nöte hingegen werden wie ein peinliches Familiengeheimnis im Keller versteckt. Es ist schon absurd: Wir schämen uns für unsere Gefühle, aber offenbar nicht für ungewaschene Finger an den Grenzen anderer Menschen. Was sollte nun tabu sein? Willkommen in Absurdistan! ••

KEIN FRAUEN- KRAM

Das Kind ist da, aber die Welt steht unangenehm Kopf. Dabei ist eine Wochenbettdepression keine reine Frauenkrankheit: Väter erkranken auch daran.



Ein Neugeborenes gilt vielfach als Inbegriff des Glücks. Die Realität sieht jedoch häufig anders aus: Das Kind ist da, doch die Glücksgefühle bleiben aus. Versagensängste, lähmende Überforderung und tiefe Scham prägen stattdessen den Alltag der Eltern. Es sind Gefühle, die nicht ins Idealbild einer „perfekten“ Familie passen.

Um auf die psychischen Belastungen rund um eine Geburt aufmerksam zu machen, hängt an der Fassade der Innsbrucker Klinik ein pink besticktes Baustellennetz. Es ist ein Werk der Künstlerin Katharina Cibulka mit der Aufschrift: „Solange du meine Depression übersiehst, weil du Babyblues hörst, bin ich Feminist:in“. Dahinter steckt eine wichtige Differenzierung: Während der Babyblues meist nur wenige Tage dauert und von allein abklingt, ist die Wochenbettdepression eine tiefgreifende Erkrankung, die professionelle Hilfe erfordert.

Zwischen Hormonen & unterschätzter Gefahr

Doch nicht nur Frauen, sondern auch Männer erkranken an einer Wochenbettdepression. Etwa 15 Prozent der Mütter und zehn Prozent der Väter sind innerhalb des ersten Jahres nach der Geburt ihres Kindes davon betroffen, wobei die Dunkelziffer vermutlich höher liegt. Denn Scham und Schuldgefühle verhindern oft, dass sich Betroffene Hilfe holen.

Allerdings unterscheiden sich Symptome und Verlauf zwischen den Geschlechtern. Bei Müttern tritt eine Depression meist in den ersten Wochen nach der Geburt auf. Das ist auf die massiven körperlichen Umstellungen in dieser Zeit zurückzuführen. Betroffene Frauen berichten von bleierner Müdigkeit, tiefer innerer Leere oder der quälenden Angst, keine Bindung zum Neugeborenen aufbauen zu können.

Väter entwickeln eine Depression dagegen zeitversetzt. Die psychische Belastung bricht bei ihnen meist zwischen dem dritten und sechsten Lebensmonat des Kindes durch. Studien zeigen, dass auch bei ihnen ein hormoneller Umbau stattfindet, der ein depressives Erleben begünstigen kann. Ihre Not äußert sich jedoch anders, beispielsweise durch sozialen Rückzug, Flucht in die Arbeit oder erhöhte Reizbarkeit.

Kein Zeichen von Schwäche

Eine Wochenbettdepression wird häufig als Versagen gedeutet. Dabei ist sie keine Frage der Elternkompetenz, sondern eine ernstzunehmende Erkrankung, die gut behandelbar ist. Wer Hilfe sucht, zeigt keine Schwäche, sondern übernimmt Verantwortung für sich und sein Kind.

Auch das Umfeld spielt eine Schlüsselrolle: Gut gemeinte Ratschläge wie „Das ist alles halb so wild“ bagatellisieren die Krankheit. Deutlich wirkungsvoller sind aktives Zuhören und konkrete Alltagsentlastung, etwa durch Haushaltshilfe oder Kinderbetreuung. ••

SAY MY NAME, SAY MY (CHOSEN) NAME

Der Deadname einer trans* Person ist in den meisten Fällen tabu und sollte nicht ohne ihre Zustimmung verwendet oder genannt werden.

„Der Name eines Menschen ist ein Hauptbestandteil seiner Person, vielleicht ein Stück seiner Seele“, wusste bereits Sigmund Freud. Für viele trans* und nicht-binäre Personen ist das besonders wahr, denn ihr selbstgewählter Name ist Ausdruck ihrer Geschlechtsidentität und Selbstbestimmung. Viele trans* Personen ändern deshalb ihren Vornamen. Und ab diesem Zeitpunkt wird ihr alter Name – der sogenannte Deadname – tabu. Er sollte von anderen Menschen nicht mehr, oder nur noch mit der ausdrücklichen Zustimmung der betroffenen Person, genannt werden. Dabei spielt es keine Rolle, ob eine Person ihren Namen auch offiziell geändert hat, oder nur von ihrem Umfeld damit angesprochen werden möchte. Die Änderung des Namens und des Geschlechtseintrags ist für viele trans* Personen immer noch mit großen bürokratischen, legalen und finanziellen Hürden verbunden.

Deadnaming ist eine Form von Gewalt

Viele Betroffene verbinden negative Erinnerungen und Traumata mit ihrem alten Namen. Ihn zu benutzen kann deshalb im besten Fall als Versehen betrachtet werden. Zum Beispiel, wenn man sich noch nicht an den neuen Namen gewöhnt hat. Im schlimmsten Fall ist es hingegen ein Anzeichen dafür, dass man die betreffende Person nicht so sieht, wie sie sich fühlt und wahrgenommen werden möchte. Oder

dass man sie nicht akzeptiert. Und im allerschlimmsten Fall ist es eine bewusst transphobe Handlung, vor allem, wenn das Deadnaming öffentlich passiert.

Redet mit Menschen, nicht über sie

Trotzdem empfinden nicht alle trans* Personen Deadnaming als extrem gravierend. Für manche ist es okay, wenn ihr alter Name bekannt ist und verwendet wird.

Auch können und wollen nicht alle trans* Personen ihren Vornamen ändern. Viele nicht-binäre Personen ändern ihren Namen zum Beispiel nicht. Oder sie verwenden ihren neuen Namen nur in gewissen Kontexten und ihren alten Namen in anderen.

Ob und welchen Namen eine Person annimmt, ist eine höchstpersönliche Entscheidung, die viele Gründe haben kann. Dass trans* Personen die männliche oder weibliche Variante ihres alten Vornamens annehmen, ist übrigens ein Klischee und kommt nur selten vor.

Ob es für eine Person in Ordnung ist, wenn ihr alter Name genannt wird, muss sie selber entscheiden. Im Zweifelsfall kann man die Betroffenen fragen, was ihnen am liebsten ist. Kennt man den Deadname einer Person aber nicht, sollte man auch nicht aktiv danach fragen. Und ganz umgeht man das Problem sowieso, wenn man direkt mit Menschen spricht, und nicht über sie. ••

IL TABÙ DEL

NO

Il movimento coreano 4B demolisce il dogma della disponibilità femminile. In Italia invece il controllo sociale sulle donne è impenetrabile, perché si maschera ancora d'amore e di premura.

C'è chi al patriarcato e alla misoginia risponde prendendo a martellate il tabù dei tabù: il dogma della disponibilità femminile verso l'uomo. E lo fa semplicemente dicendo NO. Un NO che, pur riguardando la sfera personale, smette di essere una scelta privata e si trasforma in un atto politico radicale.

È così che prende vita il movimento 4B in Corea del Sud. Nato intorno al 2016, cristallizza quattro rifiuti netti, espressi dal prefisso Bi- (no): no al matrimonio, no alla maternità, no alle relazioni sentimentali e no ai rapporti eterosessuali. Si tratta della risposta estrema a una condizione sociale percepita come invivibile e pericolosa.

Nel 2016, il brutale omicidio di una giovane donna in un bagno pubblico a Seoul — uccisa da uno sconosciuto perché "le donne lo avevano sempre ignorato" — ha squarciato il velo. Da allora, l'esplosione dei crimini sessuali digitali, dalle spy-cam (molka) nei bagni pubblici ai deepfake pornografici, ha reso evidente una violenza sistemica, consumata in un Paese che detiene il più alto divario salariale di genere tra le nazioni OCSE.

Prima del 4B, la rivolta era passata per il corpo con l'ondata "Escape the Corset": capelli rasati, niente trucco, rifiuto della depilazione, dimostrando come sottrarsi allo sguardo maschile significhi sottrarsi al suo controllo. Il 4B ha portato questa logica alle estreme conseguenze, colpendo le colonne portanti della società coreana: la coppia e la famiglia, soprattutto attraverso il rifiuto

della procreazione. Un tema sensibilissimo nel Paese col più basso tasso di natalità al mondo, dove nel 2016 il Ministero dell'Interno pubblicò persino una "mappa delle nascite" online che classificava i distretti in base al numero di donne in età fertile, trattandole di fatto come animali da riproduzione su cui scaricare il calo demografico.

Gli uomini italiani possono comunque continuare a dormire sonni tranquilli: da noi una risposta di questo tipo appare quasi impensabile. In Italia il patriarcato indossa una maschera diversa: se in Corea agisce con ostilità aperta, qui preferisce la finta premura. Non ti aggredisce in un bagno pubblico: ti abbraccia. Ti sussurra che sei speciale, che sarai una madre meravigliosa, che una donna senza un uomo è incompleta e destinata a pentirsi in solitudine.

Il controllo sociale passa dal linguaggio dell'amore e della protezione; non impone il sacrificio, lo rende desiderabile. Eppure, il lavoro di cura continua a gravare interamente sulle spalle delle donne, il welfare è ridotto al minimo e il dibattito sulla natalità si traduce in una costante pressione morale sui corpi femminili. Il patriarcato italiano, invisibile e liquido, si nasconde dentro aspettative sociali così radicate da sembrare leggi di natura. Ed è proprio questa la sua forma più efficace: far apparire il rifiuto non come un'opzione legittima, ma come una colpa imperdonabile.

Dove vai in VACANZA?

Piccolo manifesto contro
la vergogna di non partire.

→ → → → → → *Tilia*

C'è chi a giugno prenota Bali, chi posta Santorini a Ferragosto e chi, a settembre, carica un carosello retroattivo con scritto "take me back". E poi c'è chi passa l'estate a schivare una domanda piuttosto aggressiva dell'universo sociale contemporaneo: "Tu dove vai in vacanza?"

Perché oggi le vacanze spesso sono una dichiarazione patrimoniale travestita da relax. Un curriculum emozionale. Una prova pratica di esistenza felice. Se non sei stata almeno tre giorni in una località con nomi impronunciabili e aperitivi color sabbia, sembra quasi che tu abbia fallito l'estate. Il vero tabù è dire: "Sono andata in un posto normalissimo." Ancora peggio: "Quest'anno resto a casa." Peggio del peggio: "Quest'anno non posso permettermelo." Perché c'è una gerarchia invisibile delle vacanze. Weekend a Parigi? Accettabile. Puglia con foto delle orecchiette? Bene. Albania? Ancora non banale ma già quasi di massa. Villaggio turistico prenotato con lo sconto a gennaio? Silenzio. Casa della zia sul litorale? Omertà assoluta.

Eppure, il problema non sono le vacanze. È il lavoro incessante di manutenzione dello status sociale. Quello che ti obbliga a sembrare sempre economicamente stabile, culturalmente interessante, sentimentalmente luminosa e possibilmente abbronzata. Ci hanno convinte che la

povertà sia soprattutto una questione estetica. Non avere soldi oggi non significa solo rinunciare: significa dover nascondere la rinuncia. Fingere. Dilazionare. Sparire dai social ad agosto mentre gli altri pubblicano tramonti con didascalie mistiche che fanno sembrare una granita in spiaggia un percorso spirituale. La vergogna non nasce dal non partire. Nasce dal confronto continuo. Dal sospetto che il proprio stipendio dica qualcosa sul proprio valore umano. Dal terrore di essere lette come quelle che "non ce l'hanno fatta abbastanza". E allora si inventano strategie di sopravvivenza narrativa: foto vecchie ripostate come nuove, inquadrature strettissime per far sembrare glamour un fine settimana a quaranta minuti da casa, stories selezionate con la stessa cura di una campagna elettorale.

Il capitalismo contemporaneo è riuscito in una magia straordinaria: trasformare persino il riposo in performance. Non basta stare bene. Bisogna documentarlo. Non basta andare via. Bisogna che sia instagrammabile. Non basta riposarsi. Bisogna meritarsi il riposo. Forse il gesto più rivoluzionario dell'estate potrebbe essere questo: dire la verità. Dire che no, quest'anno non si parte. Che i soldi bastano appena. Che non tutti abbiamo una carta di credito emotivamente disponibile. Che esistono vacanze bruttine, economiche, provinciali, normalissime. E che il mare visto dal lido accanto alla tangenziale vale comunque un tuffo. Anche perché, tra chi posta "office is my beach" ironicamente da un coworking a Milano e chi mangia un'insalata di riso sul balcone senza fingere di essere a Mykonos, forse la persona libera è la seconda. • •

L'IMPURITÀ RITUALE DELLE DONNE

→ → → → → → Alessandra Spada | Frauenarchiv

Le mestruazioni sono state a lungo considerate un tabù, tanto da essere sostituite anche nel linguaggio quotidiano con degli eufemismi. Questa visione nasce da antiche credenze, diffuse in molte civiltà, che consideravano il corpo femminile "impuro" durante il ciclo mestruale, attribuendogli persino effetti negativi sulla natura e sulle persone.

© Felicity Lynn - unsplash

"Ho le mie cose", "ho il marchese", "sono indisposta" sono espressioni che in passato le donne comunemente usavano per indicare le "mestruazioni", poiché solo nominare tale termine provocava un velo di vergogna e un senso di imbarazzo in chi lo pronunciava. Un atteggiamento, quest'ultimo, che affonda le sue radici in un passato in cui società patriarcali e religiose hanno etichettato per secoli il corpo femminile come "impuro" durante il ciclo mestruale, trasformando così un fenomeno naturalissimo in qualcosa di impronunciabile, in un tabù che persiste ancora oggi.

Nei secoli pre-cristiani il tabù nei confronti delle mestruazioni era comune a molte civiltà antiche nelle quali non solo veniva considerato "impuro" il corpo della donna mestruata, ma si riteneva che l'impurità venisse trasmessa a chi entrava in contatto con lei. Plinio il Vecchio nella sua *Storia Naturale* metteva sull'avviso che "in seguito al contatto con una donna in questo stato, il mosto inacidisce, i semi diventano sterili, gli alberi appassiscono, quelli da frutto si seccano e i loro frutti cadono solo che essa si sieda sotto."

La retorica contro la presunta impurità mestruale delle donne è ripresa anche da teologi nel Medio Evo. Il canonista Paucapalea, faceva presente che: "Alle donne non è permesso visitare la chiesa durante le mestruazioni o dopo la nascita di un figlio. [...] Attraverso il contatto col suo sangue i frutti non matureranno. [...] Il ferro arrugginisce e l'aria diventa scura. Quando i cani lo assaggiano, diventano rabbiosi."

Ancora alla fine del XVIII secolo il tabù del ciclo mestruale continuava ad essere teorizzato da scienziati e studiosi. Mantegazza affermava che "nell'epoca delle mestruazioni la donna è inadatta al lavoro fisico e psichico, irascibile, mentitrice".

Secondo Cesare Lombroso, padre della moderna criminologia e autore del saggio *La donna delinquente, la prostituta e la donna normale* (1893),

le mestruazioni potevano portare ad impulsi verso la cleptomania, la piromania, il furto, l'omicidio, il suicidio. Ancora nel 1945 uno studio rilevò che l'84% dei crimini violenti commessi dalle donne avvenivano durante il periodo premenstruale e mestruale.

Segni di discriminazione ed esclusione della donna basati sul "pregiudizio" delle mestruazioni arrivano dunque fino al XX secolo e sono purtroppo ben ancorati nella mentalità maschilista se perfino alcuni membri dell'Assemblea costituente (1946) utilizzarono la fisiologia della donna come argomento per motivare la sua esclusione dalla magistratura.

Con il fardello di questa mentalità secolare che ha demonizzato il mestruo non c'è da stupirsi se ancora oggi a volte sopravvivono retaggi di questo tabù. ••

Alessandra Spada, è presidente del Frauenarchiv/Archivio storico delle donne di Bolzano. Ha insegnato per oltre 40 anni italiano L2 nelle scuole di lingua tedesca del Sudtirolo, attualmente in pensione. È autrice di saggi e testi sulla storia dell'Alto Adige con particolare focus sulla storia delle donne.



Die Grenzen des Sagbaren –

UND WARUM MANCHES EIN TABU BLEIBEN SOLLTE

Tabus zu hinterfragen, auszusprechen, was lange verschwiegen wurde – das gilt als Fortschritt. Und oft ist es das auch. Doch nicht jedes Tabu gehört gebrochen. Es gibt Aussagen und Denkmuster, die tabu bleiben sollten. Dass solche Grenzen notwendig sind, hat sich zuletzt auch in Südtirol klar gezeigt.

Sprechen über Geld, Gewalt oder Gesundheit, über Kinderlosigkeit oder *Regretting Motherhood*, über den Körper, die Periode oder den Tod: Es gibt unzählige Dinge, die öfter beim Namen genannt und zum Thema gemacht werden sollten, um sie zu enttabuisieren. Alles sagen zu wollen bedeutet aber nicht, dass auch alles gesagt werden sollte – unabhängig davon, dass wie in jeder Diskussion der Ton die Musik macht. Kurzum: Wer meint, „man wird doch noch sagen dürfen, was man denkt“, und dabei nicht nur provokante, sondern abwertende, beleidigende und respektlose Töne anschlägt, hat nicht verstanden: Das bleibt tabu! Denn in einer gleichberechtigten Gesellschaft muss es auch in Zukunft eine Grenze des Sagbaren geben.



Frauen an den Herd!

In diesem Zusammenhang besorgniserregend sind die jüngsten Aussagen von Bürgermeister Josef Nöckler in Sand in Taufers, der sich nicht nur negativ über Frauen in der öffentlichen Verwaltung geäußert hat, sondern auch die Vorstellung vertritt, dass Frauen primär für die Familien- und Hausarbeit zuständig sind. Dass dies in den Südtiroler Gemeinden kein Einzelfall ist, hat sich unlängst auch im Gemeinderat von Eppan gezeigt, wo Referent Martin Haller in einer hitzigen Diskussion meinte, dass sein Kollege ihm nicht zu sagen habe, was er zu tun habe. Das könne er bei sich daheim tun, seiner Frau sagen, was sie zu tun habe oder seiner Schwester... „Solche Aussagen“, sagt die Präsidentin des Landesbeirates für Chancengleichheit für Frauen Ulrike Oberhammer ganz klar, „sind nicht nur rückschrittlich, sondern gefährden all die kleinen Fortschritte, die wir in den vergangenen Jahren in Sachen Gleichstellung erreicht haben. Davon abgesehen, dass der Laden ohne Frauen nicht laufen würde – nicht in Bozen, nicht in Sand in Taufers, nicht in Eppan – ist das auch in Zukunft tabu.“••

Maria Fichler

EXPERTINNENDATENBANK ADA: JETZT ONLINE EINTRAGEN

„Es findet sich ja keine...“, diese Ausrede darf künftig nicht mehr gelten, wenn es um eine ausgeglichene Vertretung von Frauen und Männern bei Podiumsdiskussionen, öffentlichen Veranstaltungen oder Interviews geht. Fachfrauen sind daher dazu aufgerufen, sich jetzt in der neuen Datenbank ADA einzutragen, um dort von Medien, Unternehmen und Institutionen für Anfragen leicht gefunden zu werden. **Die Eintragung erfolgt online über die Homepage des Landes unter <https://chancengleichheit.provinz.bz.it/de/home> oder über den nebenstehenden QR-Code, SPID erforderlich!**



elles



Themen in den Mittelpunkt gerückt, die oft unter den Tisch gekehrt werden, hat die Familiendemonstration Mitte Mai in Bozen © Ingrid Kapeller



300

GROSSE UND KLEINE MENSCHEN GEHEN FÜR FAMILIEN AUF DIE STRASSE



Tabuthemen wie Erschöpfung, Braindrain, Kinderlosigkeit und Altersarmut von Frauen aufs Tapet gebracht und Veränderungen in der Familienpolitik gefordert haben Südtiroler Familien Mitte Mai bei einer Familiendemo in Bozen.

Familie als gesellschaftliche Herausforderung sichtbar machen – das war das Hauptanliegen der Demonstration am 16. Mai in Bozen, an der an die 300 kleine und große Leute teilgenommen haben. Denn Familien in Südtirol mit Kindergarten- und Schulkindern sind am Anschlag, Eltern organisieren in ihrem Alltag, was eigentlich die Politik leisten müsste: teure Betreuung in Flickenteppichlösungen, Schulprojekte und Lehrausflüge am Wochenende, tagtägliche Taxi-Dienste, andauernde Organisation, ständige finanzielle Improvisation, permanente Mehrbelastung. Was als Privatsache abgetan wird, ist in Wahrheit ein familien- und bildungspolitisches Versäumnis, aber solange Familien still auffangen, was ein Sozialstaat verlässlich absichern müsste, bleibt politische Veränderung aus.

Vor diesem Hintergrund forderten die Familien eine ernsthafte Politik, die Familien und Kinder in den Mittelpunkt rückt, die Vereinbarkeit von Familie und Beruf unterstützt und dabei **Schulkindern** gute Nachmittage ermöglicht, die nicht vom Geldbeutel, vom Fahrdienst oder den zeitlichen Ressourcen der Eltern abhängen. Im **Kindergartenalter** brauche es ganzjährig Kontinuität, verlässliche Bezugspersonen, stabile Strukturen – und Planbarkeit sowie Finanzierbarkeit für die Eltern. Wer sich kümmert, muss hingegen für die **Rente** abgesichert sein – darüber wird noch viel zu wenig gesprochen: Wer Kinder betreut, Angehörige pflegt und unbezahlte Care-Arbeit leistet, darf im Alter nicht benachteiligt werden, forderten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Ausweitung der regionalen Absicherung für Care-Arbeitende. All das, ohne dass als Rabenmutter bezeichnet wird, wer Familie und Beruf unter einen Hut bekommen möchte, oder als Glücke, wer sich dafür entscheidet sich voll und ganz der Familie zu widmen. Denn – auch das bleibe an dieser Stelle nicht unerwähnt – die Initiatorinnen der Familiendemonstration sind im Netz persönlich und hasserfüllt angegriffen worden – für die Ausübung eines demokratischen Grundrechtes, der Demonstration. Das bleibt ganz klar ein Tabu! ••



DAS INTERNET ALS TATORT

→ → → → → → Jenny Cazzola | Centaurus

Digitale Gewalt ist gerade in aller Munde und auf allen Bildschirmen. Doch was genau steckt hinter dem Begriff? Zwei Rechtsanwälte erklären es.



Rechtsanwalt Thomas Schnitzer © Federica Gaioni

Digitale Gewalt ist gerade *das* große Thema. Es treibt vor allem Frauen um, denn sie werden besonders häufig Opfer. „Frauen werden online oft dort angegriffen, wo es um ihre Rolle, ihren Körper und ihre Sexualität geht – digitale Gewalt knüpft an alte Muster von Kontrolle und Machtausübung an. Ein Ex-Partner, der nach der Trennung mit Nachrichten, Drohungen oder der Ankündigung von Bildveröffentlichungen ‘nachsetzt’, nutzt das Internet einfach als neuen Tatort. Dazu kommt: Frauen, die öffentlich sichtbar sind – etwa Journalistinnen, Aktivistinnen oder Politikerinnen – bekommen über soziale Medien besonders viel Hass und sexualisierte Beschimpfungen ab“, erklärt Thomas Schnitzer. Er ist Rechtsanwalt für Zivil- und Strafrecht in Meran und auf Internetrecht spezialisiert.

RECHTSANWALT THOMAS SCHNITZER

Zivil- und Strafrechtler mit Spezialisierung auf Internetrecht

Wenn du digitale Gewalt erlebst, ist das ein Angriff auf deine Würde. Sichere zuerst Beweise: Screenshots von Posts, vollständige Chats, Links, Originaldateien von Fotos und Videos. Lösche keine Profile oder Nachrichten – sie können für die Ermittlungen wichtig sein. Blockiere die Person, die dich angreift, und nutze die Meldefunktionen der Plattformen für Beleidigungen, Drohungen, Stalking oder intime Bilder ohne Einwilligung und verlange deren Löschung. Für sexuelle Fotos oder Videos kannst du beim Datenschutzbeauf-

tragten online eine Eilmeldung einreichen: Er kann Plattformen anweisen, die Verbreitung schnell zu stoppen. Du kannst bei der Polizei Strafanzeige stellen, und Schutzmaßnahmen verlangen, wenn Online-Übergriffe zu Drohungen oder Nachstellungen (Stalking) werden. Wende dich an eine Beratungsstelle gegen Gewalt und an eine Rechtsanwältin oder einen Rechtsanwalt deines Vertrauens: Sie helfen dir, die passenden straf-, zivil- und datenschutzrechtlichen Schritte zu wählen und auch um Schadenersatz zu verlangen.

Digitale Gewalt ist ein Überbegriff für verschiedene Straftaten

„Rechtlich gibt es in Italien keinen einzigen Paragraphen ‚digitale Gewalt‘, sondern verschiedene Straftaten, die online begangen werden: z.B. Stalking, Beleidigungen, Drohungen, ‚Revenge Porn‘ oder Deepfakes. Digitale Gewalt liegt vor, wenn jemand über Handy, soziale Netzwerke oder andere Onlinedienste systematisch Angst macht, kontrolliert, bloßstellt oder intime Grenzen überschreitet“, ordnet Schnitzer die rechtliche Lage ein. Außerdem hat „Italien in den vergangenen Jahren die Gesetze deutlich verschärft: Es gibt eigene Straftatbestände für Stalking, für die unrechtmäßige Verbreitung intimer Bilder und seit 2025 auch für Deepfakes. Wer intime Fotos oder Videos ohne Einwilligung verbreitet, riskiert Freiheitsstrafe und hohe Geldstrafen; wenn die Tat Teil von Gewalt gegen Frauen ist, werden die Strafen noch einmal erhöht. Auch wer mit KI manipulierte Bilder oder Videos (z.B. pornografische Deepfakes) einer Frau verbreitet und ihr damit schadet, macht sich strafbar.“

Opfer brauchen Eigeninitiative

„Personen, die Opfer von digitaler Gewalt werden, können sich an die Polizeibehörden wenden“, erklärt Markus Engl. Er ist ebenfalls Rechtsanwalt. „In erster Linie ist die Postpolizei zuständig. Gegen digitale Gewalt kann Anzeige erstattet werden. Wenn Inhalte veröffentlicht wurden, kann sich ein Opfer parallel dazu selbst darum kümmern, dass diese gelöscht



Rechtsanwalt Markus Engl © Alfred Tschager

werden. Außerdem kann das Opfer selbst zivilrechtliche Schritte einleiten, wie eine Schadensersatz- oder Unterlassungsklage.“ Doch gerade Letzteres ist häufig auch mit Aufwand und hohen Kosten verbunden.

Trotzdem ist eine Anzeige wichtig. „Sonst ist es für Polizei- und Gerichtsbehörden schwierig, tätig zu werden. Digitale Gewalt ist ein extrem breites Phänomen und es ist unmöglich, das Internet flächendeckend zu überwachen“, so Engl. ••

NEHA KUMARI BHATI Vorsitzende der sh.asus

Hasskommentare im Netz – so wie jene, mit denen ich zu Beginn meiner Amtszeit als SH-Vorsitzende konfrontiert war – machen betroffen und verletzen. Ich habe mich deshalb auf die positiven Kommentare von Menschen konzentriert, die mich unterstützen und mir Mut machten. Im Netz gilt keine Narrenfreiheit. Es ist kein rechtsfreier Raum, Beleidigungen, Drohungen oder Hetze sind keine „Meinung“, sondern müssen klare Konsequenzen haben. Strafrechtlich relevante Kommentare sollten unbedingt angezeigt werden. Und wer Hasskommentare liked gleich mit! Von Polizei und Staatsanwaltschaft würde ich mir ein konsequentes Vorgehen wünschen und Unterstützung für Betroffene. Letztlich liegt an uns allen, Hasskommentare nicht salonfähig zu machen, sondern klare Grenzen zu setzen und für einen respektvollen Umgang im digitalen Raum einzustehen.



NEHA KUMARI BHATI © sh.asus

DEEPPFAKE, ODIO ONLINE E DEMOCRAZIA FRAGILE

→ → → → → → *Linda Albanese*



Dall'esperienza personale all'impegno istituzionale: Alessandra Moretti si confronta con noi sulle nuove forme di violenza digitale contro donne, giornaliste e attiviste.

Avvocata, deputata Europea del Partito Democratico/Socialist&Democrats, il suo impegno politico è centrato su diritti, pari opportunità, ambiente e salute. Per lei la violenza digitale non è più soltanto un problema dei social, ma una sfida politica e culturale europea.

ères: Quanto è diventato grave il fenomeno della violenza digitale?

Alessandra Moretti: Oggi non è più un fenomeno marginale, ma una vera questione democratica e sociale. È una delle forme più subdole di violenza contemporanea, perché entra nella vita delle persone in modo costante, pubblico e spesso anonimo.

Lei vive quotidianamente l'esposizione pubblica e politica. Ha sperimentato direttamente questo tipo di aggressività online?

Come donna impegnata nella vita politica e nel dibattito pubblico, conosco bene cosa significhi essere bersaglio di hate speech, insulti e minacce nei commenti online. Sono parole che non hanno nulla a che vedere con il confronto democratico o con la critica politica: mirano a colpire la persona, la sua dignità e la sua libertà di esprimersi.

Negli ultimi anni l'intelligenza artificiale ha cambiato anche il volto della violenza online.

Quali sono oggi i rischi maggiori?

Con l'evoluzione dell'intelligenza artificiale il fenomeno è diventato ancora più pericoloso. Deepfake e utilizzo illecito delle immagini permettono di creare contenuti falsi, offensivi o sessualmente espliciti nel giro di pochi secondi, spesso con l'obiettivo di umiliare, intimidire o delegittimare

soprattutto donne, giornaliste, attiviste e figure pubbliche. Non si tratta soltanto di un attacco individuale: quando una donna smette di esporsi per paura della violenza online, è la partecipazione democratica stessa a indebolirsi.

Quale deve essere, secondo lei, la risposta delle istituzioni europee e nazionali?

La risposta non può essere solo repressiva. Servono certamente strumenti normativi efficaci, come il Digital Services Act e l'AI Act europeo, ma anche responsabilità più forti per le piattaforme digitali e procedure rapide di tutela delle vittime.

Quindi non basta intervenire solo sul piano legislativo?

Assolutamente no. Dobbiamo investire nell'educazione digitale, nella cultura del rispetto e nella consapevolezza delle nuove generazioni. Proteggere le persone nello spazio digitale significa difendere libertà, dignità e diritto di partecipare pienamente alla vita pubblica senza paura.

Lei definisce la violenza digitale una questione politica oltre che sociale. Perché?

Perché oggi non possiamo più considerarla un semplice "problema dei social". È una questione politica, democratica e culturale. Una società in cui le donne vengono insultate, intimidite o ridotte al silenzio nello spazio digitale è una società in cui la libertà di partecipazione non è realmente garantita.

In conclusione, quale dovrebbe essere la priorità per il futuro?

Difendere le persone online significa difendere anche la qualità della nostra democrazia, il pluralismo e il diritto di ciascuno di prendere parola senza paura. Le istituzioni hanno il dovere di non rincorrere il problema, ma di prevenirlo, assumendosi la responsabilità di costruire uno spazio digitale più sicuro, più umano e più giusto. ••

STARK SEIN MÜSSEN

Kristina ist 25 und erfüllt alles, was man heute eine „starke Frau“ nennt. Sie arbeitet Vollzeit, pflegt ihren kranken Partner und hält ein Leben zusammen, das jederzeit zu kippen droht.

Kristina steht früh auf. Erst mit den zwei Hunden raus, dann Medikamente vorbereiten, bevor sie zur Arbeit fährt. Ihr Partner ist chronisch krank. An manchen Tagen ist er stabil, an anderen nicht. „Wenn ich nicht da bin, läuft vieles einfach nicht“, sagt sie. Nach der Arbeit kauft sie ein, kocht, kümmert sich, organisiert Arzttermine, telefoniert mit Versicherungen. Dazwischen versucht sie, so etwas wie einen Alltag aufrechtzuerhalten. „Ich funktioniere einfach“, sagt sie. „Ich habe gar keine andere Option.“

Wenn Verantwortung sich stapelt

Auch im Job hört es nicht auf. Ein Kollege ist ausgefallen, eine Stelle unbesetzt. Kristina übernimmt beides. „Nur vorübergehend“, hieß es am Anfang. „Du schaffst das doch“, sagt ihre Chefin. „Auf dich ist Verlass.“ Kristina nickt. Was soll sie auch sonst tun? „Ich kann schlecht sagen, dass ich nicht kann“, sagt sie. „Zu Hause wartet jemand, der mich braucht. Und im Job auch.“ Stärke ist für sie kein Ideal. Es ist das, was übrig bleibt, wenn es keine Alternative gibt.

Wenn niemand fragt

„Du bist so stark“, sagen ihre Freundinnen. „Ich bewundere, wie du das alles schaffst.“

Kristina lächelt dann. „Ich glaube, die Leute meinen das nett“, sagt sie. „Aber es fühlt sich an, als würde mir damit gleichzeitig gesagt: Mach einfach weiter so.“ Niemand fragt: Wie lange geht das noch? Niemand

fragt: Was kostet dich das eigentlich? Vielleicht auch, weil die Antwort unbequem wäre. „Ich habe das Gefühl, darüber spricht man nicht“, sagt sie. „Dass Dinge zu viel sind. Dass man das alles gar nicht schaffen will.“ Es ist ein stilles Tabu: Dass Stärke nicht nur etwas ist, das trägt, sondern auch etwas, das erdrücken kann.

Wenn Stärke zur Pflicht wird

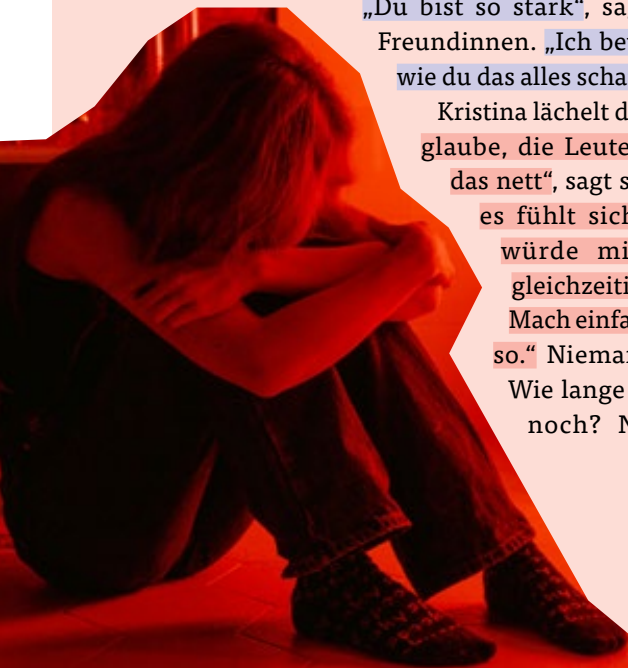
Das Bild der starken, unabhängigen Frau begleitet sie schon lange. „Sei nicht abhängig.“ „Komm alleine klar.“ „Du brauchst niemanden.“ Kristina hat das verinnerlicht. Und gleichzeitig lebt sie ein Leben, in dem sie permanent gebraucht wird. „Es passt nicht zusammen“, sagt sie. „Ich soll stark sein, alles tragen, aber niemand sagt, was ist, wenn es zu viel wird.“ Überforderung passt nicht in dieses Bild. Zweifel auch nicht. „Wenn ich sage, ich kann nicht mehr, habe ich das Gefühl, ich enttäusche alle“, sagt sie. „Also sage ich es nicht.“

Wenn es zu viel wird

Manchmal sitzt Kristina abends auf dem Badezimmerboden. Die Tür ist geschlossen und das Licht gedimmt. Für ein paar Minuten ist niemand da, der etwas von ihr will. „Das sind die einzigen Momente, in denen ich merke, wie erschöpft ich bin“, sagt sie. Dann steht sie wieder auf. „Ich kann es mir nicht leisten, schwach zu sein“, sagt sie. „Dafür hängt zu viel an mir.“

Wenn Stärke neu gedacht werden muss

Vielleicht ist Stärke nicht das endlose Aushalten. Vielleicht ist sie auch das Anerkennen von Grenzen, selbst dann, wenn das Leben keinen Raum dafür lässt. Und vielleicht müsste genau darüber mehr gesprochen werden. „Nicht nur darüber, wie stark Frauen sind“, sagt Kristina, „sondern auch darüber, was diese Stärke manchmal kostet.“ Kristina beginnt vorsichtig, Dinge auszusprechen. Im Job sagt sie mal: „Das ist zu viel.“ Zu Hause bittet sie um Hilfe, auch wenn es sich ungewohnt anfühlt. „Es ändert nicht alles“, sagt sie. „Aber es fühlt sich an, als würde ich mich selbst wenigstens wieder ein bisschen ernst nehmen.“ Stärke, merkt sie, ist nicht nur das Tragen. „Ich will nicht immer stark sein müssen“, sagt Kristina. „Ich will auch einfach mal gehalten werden.“ ••



IL DESIDERIO NON HA ETÀ

Alessia Galeotti ← ← ← ← ← ←

Per decenni ha imparato a tacere. A non parlare del corpo, del piacere, della menopausa, della mancanza di desiderio o, al contrario, della sua presenza inattesa anche in vecchietta. Oggi ha 84 anni, vive in una casa di riposo di Bolzano e accetta di raccontarsi in forma anonima. Lo fa con pudore, abbassando spesso la voce, ma anche con una sorprendente lucidità.

Nelle sue parole c'è il ritratto di una generazione cresciuta nell'idea che la sessualità femminile debba restare invisibile: prima dovere coniugale, poi silenzio. Eppure il bisogno di contatto, affetto e intimità - racconta - non scompare con l'età. A sparire, semmai, è lo spazio per dirlo senza vergogna.

Parlare di sessualità le crea imbarazzo?

Sì, ancora oggi. Sono cresciuta in un'epoca in cui certe cose non si dicevano nemmeno tra amiche. Figuriamoci parlare di desiderio, di piacere o del proprio corpo. Da giovani il sesso era quasi un dovere matrimoniale, non qualcosa su cui riflettere o da vivere liberamente. Anche adesso, a 84 anni, mi viene spontaneo abbassare la voce quando ne parlo. È come se dentro di me fosse rimasta l'idea che una donna "perbene" non debba parlare di queste cose.

Con le sue amiche affrontavate mai questi temi?

Mai apertamente. Si parlava dei figli, della casa, dei mariti, ma non di quello che succedeva in camera

da letto. Se una aveva problemi, se li teneva per sé. E anche oggi è così. In casa di riposo si scherza magari sugli uomini o sui ricordi della giovinezza, ma poi nessuna racconta davvero cosa prova o cosa le manca. Molte fanno finta che certi bisogni non esistano più.

Com'era vissuta la menopausa nella sua generazione?

Come qualcosa da sopportare in silenzio. Nessuno ti spiegava niente. Ricordo vampate, nervosismo, insonnia... ma pensavo fosse normale e basta. Non c'erano medici che parlavano apertamente di menopausa, né programmi in televisione o articoli sui giornali. Oggi vedo che le donne sono più informate, e secondo me è una fortuna enorme.

La menopausa ha cambiato anche la sua sessualità?

Sì, molto. Il desiderio è cambiato, ma non è sparito. Però il corpo cambia: c'è più secchezza, più fastidio, e questo influisce anche sulla voglia. Per tanti anni ho pensato che fosse inevitabile rinunciare. Solo più tardi ho scoperto che esistevano creme, cure, aiuti. Ma nella mia generazione molte non chiedevano nulla per pudore, quasi fosse una colpa voler stare bene anche da quel punto di vista.

Con suo marito riusciva a parlare di desiderio e difficoltà?

Non molto. Ci volevamo bene, siamo stati insieme tutta la vita, ma certe parole non facevano parte del nostro matrimonio. C'era affetto, complicità, tenerezza. Però parlare apertamente di sessualità era difficile anche per lui. Gli uomini della sua generazione non erano abituati a confrontarsi su queste cose.





AMORE E SESSUALITÀ NELLA TERZA ETÀ: LA CAMPAGNA IN ALTO ADIGE

Parlare di amore, desiderio e intimità nella terza età resta ancora un tabù. Eppure il bisogno di affetto, vicinanza e contatto non scompare con gli anni. Proprio per questo, in Alto Adige è stata promossa una campagna di sensibilizzazione dedicata al tema della sessualità nelle persone anziane, accompagnata da incontri pubblici, proiezioni cinematografiche e da un opuscolo informativo distribuito anche negli ambulatori medici.

L'obiettivo è semplice ma ancora rivoluzionario: ricordare che la sessualità fa parte della vita in ogni fase dell'esistenza. Non solo come rapporto fisico, ma anche come bisogno di tenerezza, relazione, ascolto e identità personale.

L'opuscolo affronta temi spesso ignorati, come il cambiamento del corpo con l'età, il desiderio nella terza età, i pregiudizi sociali e il diritto degli anziani a vivere liberamente la propria affettività. Un messaggio importante soprattutto per le donne, cresciute in generazioni in cui parlare di piacere o bisogni emotivi era spesso motivo di vergogna.

Affrontare questi temi apertamente significa anche contrastare solitudine, isolamento e stereotipi. Perché il diritto all'intimità non ha scadenza.

Il desiderio esiste anche nella terza età?

Certo che sì. Magari cambia forma. Non è come a trent'anni, ma il bisogno di contatto, di sentirsi desiderate, di avere intimità non sparisce. Sparisce piuttosto lo spazio per dirlo. La società pensa che gli anziani non abbiano più una vita affettiva o sessuale. Ma siamo persone fino all'ultimo giorno.

Anche l'autoerotismo resta un tabù?

Molto. Per una donna della mia età è quasi impensabile ammetterlo. Eppure il corpo resta vivo. Credo che tante donne abbiano avuto momenti di intimità con sé stesse senza mai chiamarli così, senza mai parlarne. Ci hanno insegnato che il piacere femminile era qualcosa da nascondere, quasi una vergogna.

Dopo la morte di suo marito è cambiato il modo di vivere il corpo e l'affettività?

Sì. All'inizio senti soprattutto il vuoto della persona, della quotidianità. Poi però ti rendi conto che manca anche il contatto fisico: una carezza, dormire accanto a qualcuno, sentirsi abbracciate. Sono cose di cui gli anziani non parlano perché sembra quasi sconveniente avere ancora questi bisogni.

Perché secondo lei è importante affrontare questo tema oggi?

Perché il silenzio fa sentire sbagliate tante donne. Se a 70 o 80 anni provi ancora desiderio pensi quasi di doverti vergognare. Invece il corpo cambia, ma non smette di sentire. E parlarne aiuterebbe anche a vivere meglio certe difficoltà fisiche o emotive senza sentirsi sole. Nessuna donna dovrebbe sentirsi "finita" solo perché invecchia. ••

DREI FRAUEN, EIN STARKES ZEICHEN

Erstmals stehen mit Direktorin Susanne Huber, Obfrau Paulina Schwarz und Aufsichtsratspräsidentin Evelyn Reich drei Frauen an der Spitze der Raiffeisenkasse Etschtal. Im genossenschaftlichen Bankenwesen in Italien ist diese Konstellation außergewöhnlich. Für Paulina Schwarz ist sie nicht nur eine personelle Besonderheit, sondern ein Bild mit Strahlkraft. Es soll Frauen ermutigen, Verantwortung zu übernehmen, sich Wahlen zu stellen und Ämter anzunehmen.

Dass drei Frauen an der Spitze einer Bankgenossenschaft im Jahr 2026 noch immer ungewöhnlich wirken, liegt für Schwarz an gewachsenen Strukturen. „Die Führungsgremien sind traditionell mit Männern besetzt, weswegen bereits wenige Frauen an der Spitze auffallen“, sagt sie. „Umso mehr, wenn gleich drei Frauen in solche Spitzenpositionen gewählt bzw. ernannt werden.“ Hier setzt für Schwarz die Wirkung dieser Dreierspitze an. „Ich persönlich zähle auf die Strahlkraft der Bilder“, erklärt Schwarz. „Frauen sollen sich angesprochen fühlen, sich Wahlen zu stellen und auch die Herausforderungen von Ämtern annehmen. Manchmal benötigt es anfangs ein Quäntchen Mut.“

Rollenbilder wirken weiter

Traditionelle Rollenbilder prägen Karrieren von Frauen bis heute, nicht

nur in der Bankenwelt. Für Schwarz sind sie eines der Hauptthemen: „Generell bestehen verfestigte Bilder in unserer Gesellschaft. Diese Rollen werden unbewusst aber von vielen mitgetragen, z.B. werden fast ausschließlich Frauen in Führung nach der Vereinbarkeit ihres Berufs mit jenem des Privatlebens gefragt, nicht aber Männer in vergleichbaren Positionen.“ Schwarz selbst habe auf ihrem Weg bei Raiffeisen viel Unterstützung erhalten, „vor allem auch von Männern“. Das Thema Frau sei in ihrem Beruf selten ein Thema gewesen. Als sie sich vor 30 Jahren erstmals der Wahl in einen Verwaltungsrat stellte, habe sich eine Chance ergeben: Die damalige Raiffeisenkasse Mölten suchte bewusst junge Mandatar*innen mit Bildungshintergrund. „Es müssen sich Chancen bieten, man sollte diese aber auch mutig annehmen“, sagt Schwarz.



Kathinka Enderle

Mut zur Verantwortung

Jungen Frauen empfiehlt Schwarz, sich zunächst ehrlich zu fragen, ob sie diesen „Weg nach oben“ gehen möchten: „Wenn ja, braucht es Mut und Selbstvertrauen. Wichtig ist, sich von Rückschlägen nicht entmutigen zu lassen, Chancen zu erkennen und diese auch zu nutzen. Die Freude an der eigenen Tätigkeit bildet dabei eine wichtige Voraussetzung.“ Von der neuen Dreierspitze der Raiffeisenkasse Etschtal erhofft sich Schwarz eine starke Signalwirkung. Ihr Wunsch: „Ich hoffe, dass sich in Zukunft mehrere Direktorinnen und Obfrauen in den Genossenschaftsbanken ergeben werden. Darüber hinaus wünsche ich mir, dass viele Frauen in Genossenschaften den Mut aufbringen, Verantwortung zu übernehmen.“

Zuspruch habe sie bereits aus ihrem Netzwerk iDEE in Rom, der Vereinigung der Frauen im italienischen Genossenschaftskreditwesen, erhalten. Das zeige, dass diese Konstellation über Südtirol hinaus wahrgenommen wird. Gleichzeitig betont Schwarz, dass Verwaltungs- und Aufsichtsräte Kollegialorgane sind. Entscheidungen würden gemeinsam getroffen, von Männern und Frauen, im gegenseitigen Respekt und im konstruktiven Austausch. Denn, so Schwarz: „Erst viele verschiedene Sichtweisen führen zum Erfolg.“ ••



Drei Frauen prägen die Führung der Raika Etschtal, vlnr.: Direktorin Susanne Huber, Obfrau Paulina Schwarz und Präsidentin des Aufsichtsrates Evelyn Reich
© Raiffeisenkasse Etschtal

Kollektive Stille

© Karola G. pevels



Würdest du darüber sprechen ...

Was würden die anderen wohl denken?
Wär' es besser, abzulenken?

Was würden die anderen wohl sagen?
Und welche Fragen würden sie wagen?

Würdest du darüber sprechen ...

Wie würden die anderen reagieren?
Würden sie dich weiter akzeptieren?

Was sind wir unbeholfen, gar beschämt,
denn: Man hat uns wirklich gut gezähmt,
erzogen, still zu sein und sehr bedacht,
damit man niemandem das Leben schwer macht.
Komplexe Themen – so tut man kund –
bleiben stets hinter verschlossnem Mund:

Behinderung und Einsamkeit,
Sex und Obdachlosigkeit,
Gewalt gegen Frauen und Fehlgeburt
– alles zu schmerzhaft, zu absurd.

Auch Armut, Jobverlust und Tod
stehen unter diesem Sprechverbot.
Alkohol- und Drogensucht:
stigmatisiert und still verflucht.

Depression, Alter, Regelblut –
all diese Dinge: eine Flut
an Themen, die man nicht bespricht.
Das alles ist unser Land doch nicht!

Und mit Gefühlen – sind sie nicht „gut“ –
hat man erst recht nicht viel am Hut.
Freude ist zwar noch erlaubt,
doch der Trauer und der Wut beraubt,

fressen wir in uns hinein,
was nach außen hin nicht sollte sein.
Darum schämt man sich und weint im Stillen
um des Dorfes Friedens Willen.

Ja, was der Gesellschaft nicht gefällt
ist das, was man für sich behält.
Und was „unpassend“ erscheint
wird stummgelacht oder verneint.

Doch:

Vielleicht würde sich die Welt verändern,
sähen wir genauer hin.
Vielleicht sollten wir uns eingestehen:
Ein Drüber-Reden macht viel mehr Sinn.

Vielleicht würde sich die Welt verändern,
und wir wären alle viel mehr frei.
Vielleicht täte es uns gut daran,
wär das kollektive Schweigen vorbei.



© schmetterlingsgefluester.letscast.fm

PODCAST „SCHMETTERLINGS- GEFLÜSTER – WENN BABYS STERBEN“

Ein Abschied, bevor das Leben richtig beginnt: Sternenkinder sind in unserer Gesellschaft ein großes Tabuthema. Wenn ein Kind vor, während oder kurz nach der Geburt verstirbt, bleiben Eltern mit ihrem Schmerz daher oft isoliert zurück. Der Podcast *Schmetterlingsgeflüster* bricht dieses Schweigen. In tief bewegenden Gesprächen teilen Betroffene ihre Geschichte und geben ihrer Trauer eine hörbare Stimme. Dieser mutige Austausch zeigt: Ihr seid nicht allein, das ist kein Einzelschicksal. Seit Beginn des Podcasts im Jahr 2022 haben die Sternenerlern Saarland e. V. und Moderatorin Martina Straten weit über 100 Episoden veröffentlicht, die Trost spenden und Aufklärung leisten. Alle Folgen sind auf folgender Plattform zu finden: schmetterlingsgefluester.letscast.fm

CHICCHE DI CULTURA

FILM, BOOKS AND MUCH MORE
CULTURA E APPROFONDIMENTO

© LPA/Treßmann



STORIA DI DONNE, DI GENERE E QUEER A CURA DI KATHARINA CREPAZ E JOSEF PRACKWIESER

Dare spazio alle voci rimaste ai margini della storia: è questo l'obiettivo di "Storia di donne, di genere e queer. Prospettive a livello internazionale e locale", volume curato da Katharina Crepez e Josef Prackwieser per il Center for Autonomy Experience di Eurac Research insieme all'Archivio storico delle Donne di Bolzano. L'antologia attraversa epoche e confini, dal primo periodo moderno fino al presente, intrecciando casi studio regionali e prospettive internazionali. Ne emerge una lettura critica dei rapporti di potere, delle identità e delle costruzioni sociali che hanno segnato la storia europea. Il libro restituisce centralità a soggettività spesso escluse dalla narrazione ufficiale e conferma quanto gli studi di genere e queer siano oggi strumenti indispensabili per comprendere il presente.



© Rowohlt Verlag

DIE WUT, DIE BLEIBT VON MAREIKE FALLWICKL; ROWOHLT 2023

Weibliche Wut ist unerwünscht. Wer sich wütend wehrt, wird schnell als „hysterisch“ oder „labil“ abgestempelt – eine Folge der frühen Konditionierung, stets zu gefallen und für Harmonie zu sorgen. Im Roman *Die Wut, die bleibt* zeigt Mareike Fallwickl die grausamste Konsequenz dieser Unterdrückung: Helenes Suizid ist der letzte Ausbruch einer Wut, die keinen Raum findet. Er ist die Folge der Überforderung durch die gesellschaftlichen Erwartungen sowie des Verlusts der eigenen Identität in der Care-Arbeit. Im starken Kontrast dazu nutzt Helenes Tochter Lola die Wut als Werkzeug der Befreiung. Sarah, Helenes beste Freundin, lernt hingegen schmerzhaft, dass ihre eigene Erschöpfung und Wut legitim sind. Ein Buch über den Mut, die eigene Wut laut werden zu lassen.



INTERNET NON È UN POSTO PER FEMMINE

SAGGIO DI SILVIA SEMENZIN

Internet non è neutrale e nemmeno innocente. In questo volume sul tema del patriarcato nell'era degli algoritmi, la sociologa e attivista Silvia Semenzin analizza il lato oscuro della rete: revenge porn, deepfake sessuali, hate speech e algoritmi che amplificano stereotipi e discriminazioni. Pubblicato da Einaudi, il saggio intreccia ricerca, cultura pop e autobiografia per raccontare come il sessismo si trasformi e prosperi online, spesso nascosto dietro meme, trend e linguaggi apparentemente innocui. Semenzin ricostruisce anche la storia rimossa delle donne nella tecnologia, ricordando come le prime programmatrici siano state progressivamente escluse da un settore diventato sempre più maschile. Un libro lucido e accessibile che invita a ripensare il digitale in chiave femminista, critica e collettiva.

GELASSEN ÄLTER WERDEN PODCAST & BLOG

In ihrem Podcast und Blog *Gelassen älter werden* setzen sich Bertram Kasper und Catharina Maria Klein für eine „Pro-Aging-Kultur“ ein. Diese Kultur feiert das Älterwerden als wertvolle Zeit voller Freiheit und Tiefgang. Besonders mutig: Das Format bricht das Tabu der späten Intimität. Fernab von Jugendwahn und Leistungsdruck stehen Zärtlichkeit, neue Formen der Nähe und ehrliche Gespräche über sich wandelnde Bedürfnisse im Mittelpunkt. Ob Neugestaltung des Liebeslebens oder die Suche nach dem Sinn im Ruhestand – die Inhalte inspirieren dazu, das späte Leben nicht nur zu verwalten, sondern es mit Neugier und Leidenschaft aktiv zu gestalten. Alle Folgen und Beiträge sind abrufbar unter: gelassen-aelter-werden.de. Das Buch zum Podcast: *Die größte Reise deines Lebens – mit Gelassenheit älter werden*, NOW 2026.



© gelassen-aelter-werden.de



© Ufficio stampa Cineteca di Bologna

VIVA VARDA!

MOSTRA DEDICATA AD AGNÈS VARDA

La Cineteca di Bologna dedica ad Agnès Varda una grande mostra dal titolo "Viva Varda! Il cinema è donna", allestita negli spazi della Galleria Modernissimo fino al 10 gennaio 2027. Regista, fotografa e artista visiva, Varda è stata una delle figure più innovative della Nouvelle Vague e del cinema femminista europeo. L'esposizione ripercorre il suo universo creativo attraverso fotografie, film, costumi, documenti, installazioni e materiali d'archivio, restituendo tutta la libertà sperimentale del suo sguardo. Più che una semplice retrospettiva, la mostra è un viaggio nell'immaginario di un'autrice che ha saputo raccontare corpi, relazioni e marginalità con ironia, delicatezza e radicalità politica. Un'occasione preziosa per riscoprire una pioniera che continua a parlare al presente.



NEUGIERIG AUF NOCH MEHR FEMINISTISCHE THEMEN?

Dann ganz einfach und kostenlos die eRes FrauenInfoDonne hier abonnieren.

VUOI SAPERNE DI PIÙ SUI TEMI CHE RIGUARDANO IL FEMMINISMO?
Abbonati qui a eRes FrauenInfoDonne, è semplice e gratuito.



Role Models | Der *eres*-Fragebogen

ESTHER DEGASPERI – Seit etwa zwei Jahren ist die 40-jährige Esther Degasperi aus Auer Geschäftsführerin des Vereins „Aktive Eltern von Menschen mit Behinderung“ (AEB). Die Sozialpädagogin setzt sich für echte Inklusion, mehr Selbstbestimmung sowie bessere Bedingungen in Schule, Arbeit und Wohnen für Menschen mit Behinderung ein.

Wie sehen die Etappen Deines Werdegangs aus?

Bereits als Jugendliche habe ich wertvolle Erfahrung im Ehrenamt gesammelt: in der Jungschar, im Jugendrat, in der Bibliothek und im Pfarrgemeinderat. Nach meinem Studium war ich zunächst bei der Jungschar tätig, bevor ich in der Sozialgenossenschaft gwb mit und für Menschen mit Behinderung und psychischer Erkrankung gearbeitet habe. In dieser Zeit konnte ich auch eine Ausbildung zur Musiktherapeutin absolvieren, mich selbständig machen und meinen Beruf mit meiner großen Leidenschaft, der Musik, verbinden. Seit 2024 bin ich Geschäftsführerin des AEB, seit März 2025 im Vorstand des DZE (Dienstleistungszentrum für das Ehrenamt).

Sind Dir in Deinem Beruf je Tabuthemen oder unausgesprochene Regeln begegnet?

Oh ja, jede Menge: Das beginnt beim Thema Sexualität und Gesundheit von Menschen mit Behinderungen und reicht bis hin zu Frauen und Müttern, die täglich aufgrund einer (unbezahlten) Mehrfachbelastung an ihre Grenzen stoßen. Ich habe oft das Gefühl, dass meine Meinung, meine Erfahrung und mein Wissen weniger zählen – weil ich eine Frau bin. Damit verbunden sind eine Reihe von Tabuthemen: Kinderwunsch, Schwangerschaft und Mutterschaft im

privaten Sektor, weshalb Frauen oftmals von vornherein nicht die gleichen Chancen haben wie Männer; sowie die ungleiche Behandlung von Frauen im öffentlichen Dienst und in der Privatwirtschaft, ganz zu schweigen von selbständigen Unternehmerinnen.

Wie hängen für dich Inklusion und Feminismus zusammen?

Beide Themen benötigen mutige, starke Menschen, die nicht aufgeben und mit Energie und Ausdauer ihre Ziele verfolgen. Wir brauchen mehr denn je Visionen, neue Wege und Konzepte – und nicht zuletzt das Vertrauen auf eine fairere Zukunft.

Wer beeindruckt Dich besonders?

Es gibt viele Frauen und Männer, die mich tagtäglich beeindrucken und motivieren: Frauen, die ihr Schicksal annehmen und herausfordernde Lebenswege mit Positivität, Geduld und Stärke meistern. Ehrenamtliche AEB-Führungsfrauen, die sich mit unermüdlichem Engagement für eine inklusive Gesellschaft einsetzen. Frauen, die mutige Entscheidungen treffen und ihren eigenen Weg gehen. Freundinnen, die ihren herausfordernden Arbeitsalltag im soziosanitären Bereich nach vielen Jahren nach wie vor gerne ausüben. Männer, die Frauen ermutigen und unterstützen, den eigenen Weg zu gehen, die sich mit Frauen für eine faire Zukunft einsetzen.

Welche Botschaft hast Du an die Frauen und Männer, die behaupten, wir hätten bereits eine gleichberechtigte Gesellschaft?

Ehrlich hinzusehen!

© Nathan Chizzali

