

Microaggressioni come forma di violenza interpersonale: il concetto e il dibattito

CNR Parma 26/06/2025

Gian Maria Galeazzi

Dipartimento di Scienze Biomediche, Metaboliche e Neuroscienze UNIMORE
Dipartimento ad Attività Integrata Salute Mentale e Dipendenze Patologiche
Azienda USL-IRCCS di Reggio Emilia

Struttura del seminario

- Qualcosa di me
- Il minority stress
- Le microaggressioni: cosa sono?
- Conoscere i vari tipi di microaggressione
- Riconoscere le popolazioni a rischio di microaggressioni
- Le microaggressioni di genere contro le donne
- L'impatto psicologico e sociale delle microaggressioni
- Possibili strategie di risposta

Minority Stress Theory (Meyer, 1995)



Minority Stress and Mental Health in Gay Men*

ILAN H. MEYER

Columbia University and The City University of New York

Journal of Health and Social Behavior 1995, Vol. 36 (March):38–56

This study describes stress as derived from minority status and explores its effect on psychological distress in gay men. The concept of minority stress is based on the premise that gay people in a heterosexist society are subjected to chronic stress related to their stigmatization. Minority stressors were conceptualized as: internalized homophobia, which relates to gay men's direction of societal negative attitudes toward the self; stigma, which relates to expectations of rejection and discrimination; and actual experiences of discrimination and violence. The mental health effects of the three minority stressors were tested in a community sample of 741 New York City gay men. The results supported minority stress hypotheses: each of the stressors had a significant independent association with a variety of mental health measures. Odds ratios suggested that men who had high levels of minority stress were twice to three times as likely to suffer also from high levels of distress.



Review

Available online at www.sciencedirect.com

ScienceDirect

Current Opinion in
Psychology

Minority stress theory: Application, critique, and continued relevance

David M. Frost¹ and Ian H. Meyer²

Abstract

The minority stress model has been influential in guiding research on sexual and gender minority health and well-being in psychology and related social and health sciences. Minority stress has theoretical roots in psychology, sociology, public health, and social welfare. Meyer provided the first integrative articulation of minority stress in 2003 as an explanatory theory aimed at understanding the social, psychological, and structural factors accounting for mental health inequalities facing sexual minority populations. This article reviews developments in minority stress theory over the past two decades, focusing on critiques, applications, and reflections on its continued relevance in the context of rapidly changing social and policy contexts.

Addresses

¹ University College London, United Kingdom

² University of California, Los Angeles, United States

Corresponding author: Frost, David M (d.frost@ucl.ac.uk)

Current Opinion in Psychology 2023, 51:101579

This review comes from a themed issue on **Sexual & Gender Diversity in the 21st Century (2023)**

Edited by **Phillip Hammack** and **Liam Wignall**

For complete overview about the section, refer **Sexual & Gender Diversity in the 21st Century (2023)**

Available online 6 April 2023

<https://doi.org/10.1016/j.copsy.2023.101579>

2352-250X/2023 The Author(s). Published by Elsevier Ltd. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

accounting for mental health inequalities facing sexual minority populations (Figure 1). Here we review recent developments in minority stress theory over the past two decades, focusing on critiques, applications, and reflections on its continued relevance in the context of rapidly changing social and policy contexts.

Overview

The foundation of minority stress theory lies in the hypothesis that sexual minority health disparities are produced by excess exposure to social stress faced by sexual minority populations due to their stigmatized social status (relative to heterosexual populations). Since its introduction, which focused on sexual minorities, minority stress theory has been expanded to include gender minorities [3–5] in particular describing the role of gender non-affirmation as a stressor for transgender and nonbinary people [6].

Minority stress is distinguished from *general* stress—stress that all people may experience—by its origin in prejudice and stigma. Thus, a stressor, such as losing one's job, could be a general stressor or a minority stressor depending on whether it was motivated by prejudice against sexual and gender minority people as opposed to, for example, economic downturns that impact all people regardless of sexual and gender identity.

Meyer [2] described both distal and proximal stress processes. Distal stressors include stressors that originate from people or institutions that impact the LGBT person. These include discriminatory policies and laws [7] acute major life events (e.g., losing a job, being

Minority stress (Ilan Meyer)

- Stressors distali

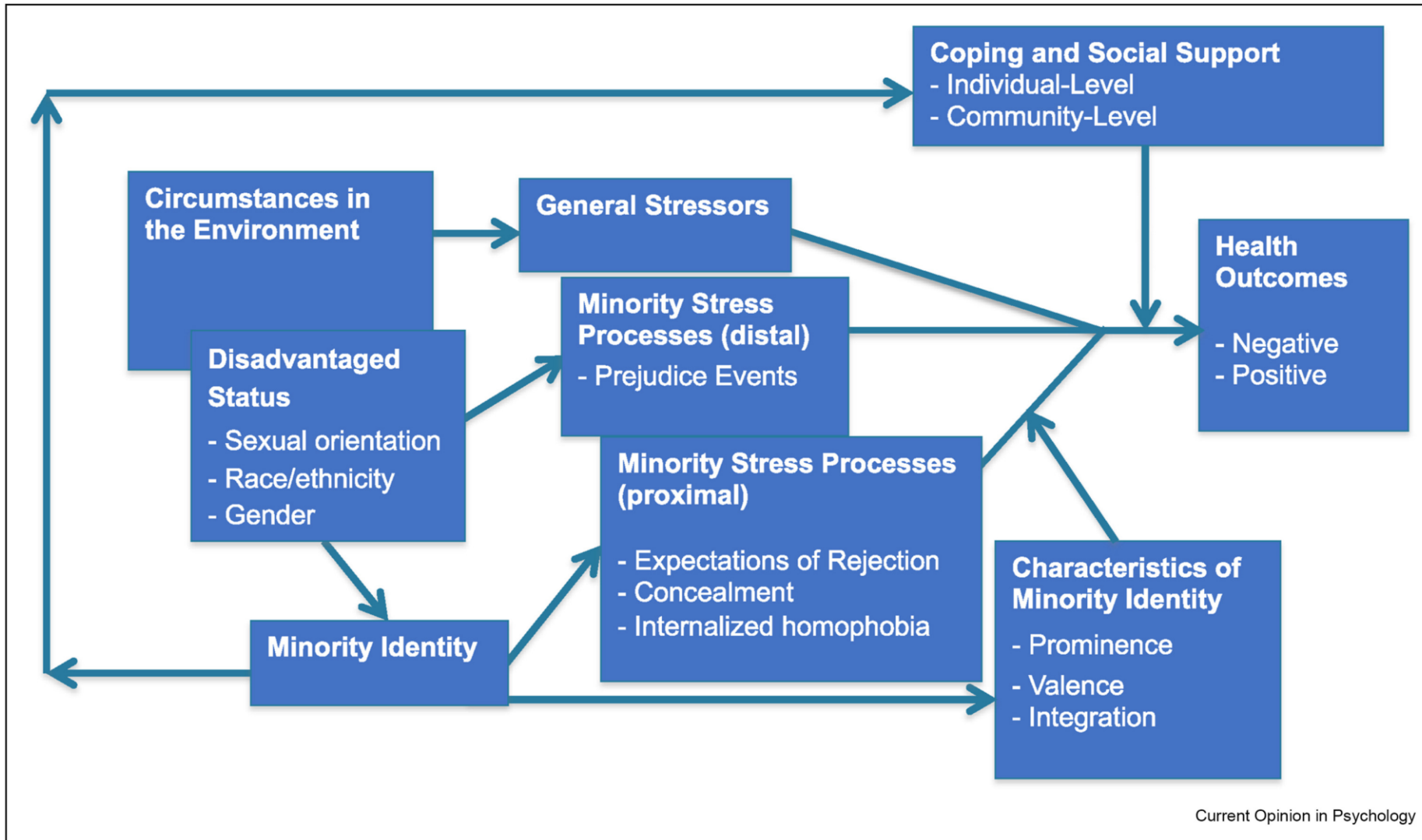
- discriminazione
 - leggi
- stigma strutturale
 - mancato accesso a cure
 - mancato accesso ad occupazione
- violenza e minacce
 - violenza fisica e sex, bullismo, molestie
- microaggressioni

- Stressor prossimali

- iperallerta
- stigma internalizzato
- mascheramento

- Fattori protettivi

- supporto sociale
- affermazione dell'identità



The minority stress model (Meyer, 2003)

REVIEW

Minority stress and mental health among LGBT populations: an update on the evidence

Francesca MONGELLI
Andrea SACCHETTI¹, Silvia

¹Section of Clinical Neurosciences, De
Modena and Reggio Emilia, Modena, Ital
University of Modena and Reggio Emilia

*Corresponding author: Gian M. Galeazzi, Se
Sciences, University of Modena and Reggio Er

INTERNATIONAL REVIEW OF PSYCHIATRY
<https://doi.org/10.1080/09540261.2022.2053070>



REVIEW ARTICLE

Self-harm and suicidality among LGBTIQ people: a systematic review and meta-analysis

Mattia Marchi^{a,b} , Elisa A
Francesco Amaddeo^c, Man
Antonio Ventriglioⁱ, Gian M

^aDepartment of Biomedical, Meta
Mental Health and Drug Abuse, /
and Movement Sciences, Universi
of Campania “Luigi Vanvitelli”, Na
Verona, Verona, Italy; ⁹School of
Health, University of Cagliari, Cag

*Epidemiology and Psychiatric
Sciences*

[cambridge.org/eps](https://www.cambridge.org/eps)

Original Article

Cite this article: Marchi M, Travascio A,
Uberti D, De Micheli E, Grenzi P, Arcolin E,
Pingani L, Ferrari S, Galeazzi GM (2023).
Post-traumatic stress disorder among LGBTQ
people: a systematic review and
meta-analysis. *Epidemiology and Psychiatric
Sciences* **32**, e44, 1–10. [https://doi.org/
10.1017/S2045796023000586](https://doi.org/10.1017/S2045796023000586)

Received: 19 January 2023
Revised: 15 June 2023
Accepted: 19 June 2023

Mattia M
Pietro C
Gian M.

¹Departme
Italy and ²I
Reggio Em

Abstract
Aims.
traumat
traumat
Method

Post-traumatic stress disorder among LGBTQ people: a systematic review and meta-analysis

Review

Microaggression toward LGBTIQ people and implications for mental health: A systematic review

Mattia Marchi^{1,2} , Antonio Travascio¹, Daniele Uberti¹, Edoardo De Micheli¹,
Fabio Quartaroli¹, Giuseppe Laquatra¹, Pietro Grenzi¹, Luca Pingani^{1,2} ,
Silvia Ferrari^{1,2}, Andrea Fiorillo³, Manlio Converti⁴, Federica Pinna⁵,
Francesco Amaddeo⁶, Antonio Ventriglio⁷ , Massimo Mirandola^{8,9}
and Gian M Galeazzi^{1,2}

Abstract
Background: Research suggests that microaggressions detrimentally impact the mental health of members of marginalized social groups.

I|J|S|P

International Journal of
Social Psychiatry
1–13
© The Author(s) 2023
Article reuse guidelines:
sagepub.com/journals-permissions
DOI: 10.1177/00207640231194478
journals.sagepub.com/home/isp

Microaggressioni (Pierce, 1970)



Espressioni verbali, atteggiamenti, comportamenti, più o meno intenzionali che comunicano messaggi ostili, negativi, offese o insulti verso gruppi emarginati (es persone di colore, donne, disabili, LGBTQIA+, anziani)

Sottili forme di discriminazione a cui persone appartenenti a gruppi sociali oppressi sono sottoposti, intenzionalmente o meno, nelle interazioni interpersonali

Il termine «micro» si riferisce alla modalità spesso subdola e poco appariscente, piuttosto che agli effetti negativi su chi le subisce

Che cos'è una microaggressione di genere?

Comportamenti o commenti che trasmettono messaggi svalutanti (verbali/non verbali) verso le donne

Spesso involontari o inconsapevoli oltre che intenzionali

Differenti dalle macro-aggressioni per intensità e riconoscibilità ma non necessariamente per impatto

Tipologie di microaggressioni di genere (Sue et al, 2007)



- **Microinvalidazioni**

«Ma dai a tutti fa piacere se ti dicono che sei una gran figa»

«Stai esagerando era solo uno scherzo»

- **Microinsulti**

«Sei troppo carina per essere un'ingegnera»

«Complimenti, guidi bene per essere una donna»

- **Microassalti**

«Spiegherò questa parte lentamente, visto che ci sono donne nel gruppo....»

«Preferisco assumere uomini, sono più affidabili»

Esempi comuni di microaggressioni basate sul genere

Oggettificazione sessuale

Cittadine di seconda categoria

Assunzione di inferiorità

Aspettativa di adesione a ruoli di genere stereotipati

Negazione dell'esperienza del sessismo

Linguaggio sessista

Mansplaining

Microaggressioni istituzionali

(Miyake et al 2025)

Contesti in cui avvengono

- Media e cultura
- Famiglia
- Amici
- Strada
- Scuola/Università
- Lavoro
- Istituzioni

Attività: È una microaggressione?

- Domande wooclap
- Discussione collettiva

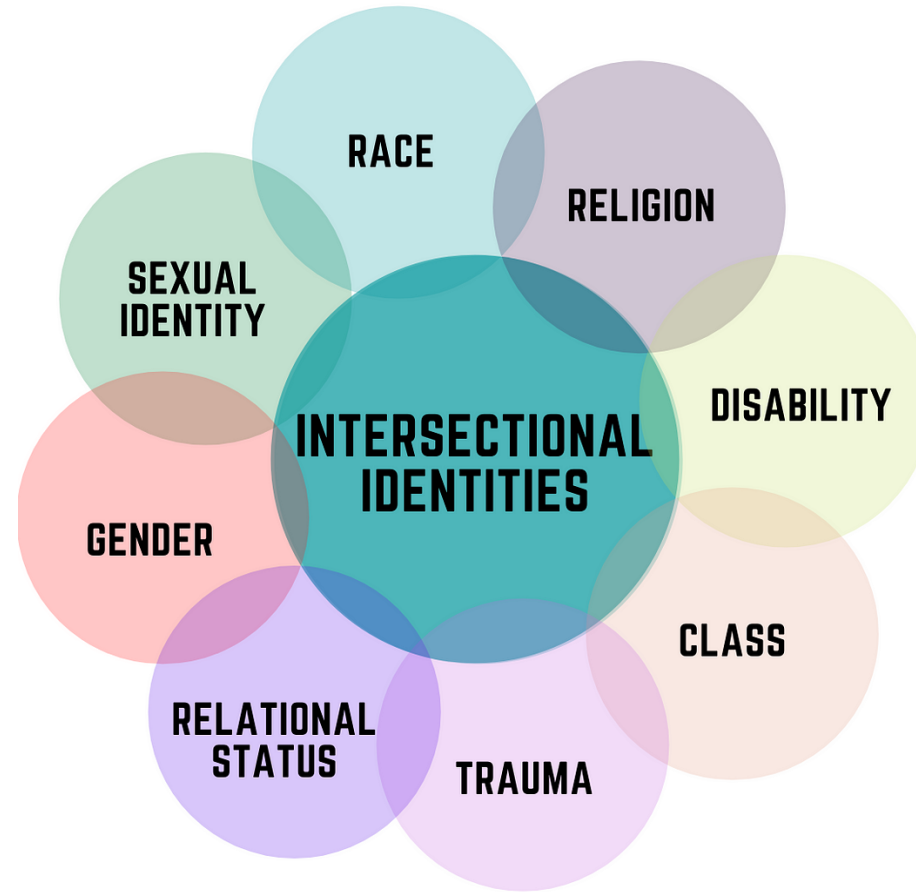
Le microaggressioni influenzano negativamente la salute delle persone che le ricevono e sono associate a un aumento di incidenza di :

- depressione
- ptsd
- suicidalità
- uso di sostanze
- malattie croniche (cardiovascolari, diabete, asma)

Ipotetici meccanismi: stress e infiammazione cronica; stress e attivazione persistente e disregolata dell'asse ipotalamo ipofisi surrene

Il microaggressioni sono inoltre correlate a bassa autostima, burnout e bassa soddisfazione lavorativa, demoralizzazione, sfiducia nelle istituzioni

Intersezionalità (Crenshaw, 1989)



Focus intersezionale

Identità multiple: genere, etnia, orientamento, abilismo
Intersezioni che amplificano la discriminazione

Forse sei lesbica perché non hai trovato l'uomo giusto

« Che bello vedere una donna disabile così curata! »

« Non c'è niente di meglio delle Filippine come collaboratrici domestiche »

«

Critiche al concetto di microaggressioni

- Vaghezza concettuale e definitoria
- Soggettività della percezione
- Problemi metodologici nella ricerca
- Rischio di censura ?
- Rischio di banalizzazione di forme di aggressione e violenza più gravi?

Strategie di risposta (quando succede)

Riconoscere e nominare l'esperienza

Chiedere chiarimenti

Offrire altre prospettive

«Microinterventi»

Coinvolgere gli alleati (bystander)

Prepararsi mentalmente e praticamente

Parlarne

Non sentirsi obbligati a rispondere

Non è una questione di esagerare, è una questione di vedere

Ascoltare e vedere di scusarsi se si è responsabili

Che cosa possiamo fare?

Migliorare l'operazionalizzazione e le misure di microaggressioni

Ricerche intervento per capire meglio il rapporto tra microaggressioni ed esiti

Agire sugli stressors distali del minority stress attraverso la tutela dei diritti, leggi, informazione e educazione

Promuovere un linguaggio più consapevole

Ascoltare chi vive queste esperienze

Favorire ambienti inclusivi

Informarsi e formarsi continuamente

Mettersi in discussione : se ti viene il dubbio, probabilmente la è

Bibliografia essenziale

- Sue, D. W., Capodilupo, C. M., Torino, G. C., Bucceri, J. M., Holder, A. M. B., Nadal, K. L., & Esquilin, M. (2007). Racial microaggressions in everyday life: Implications for clinical practice. *American Psychologist*, 62(4), 271–286.
- Sue, D. W., Spanierman, L.B. (2020). *Microaggressions in Everyday Life*. 2nd Edition Hoboken, NJ: John Wiley & Sons. *Trad It. Le microaggressioni, la natura invisibile della discriminazione. Milano: Raffaello Cortina Editore*
- Lilienfeld, S. O. (2017). Microaggressions: Strong claims, inadequate evidence. *Perspectives on Psychological Science*, 12(1), 138–169.

grazie per l'attenzione

mail to: galeazzi@unimore.it