



# FIJKAM



Federazione Sportiva Nazionale  
riconosciuta dal **Coni**

---

# La Sicurezza Individuale e la Difesa Personale

---

*di Michele Avino*





# FIJKAM



Federazione Sportiva Nazionale  
riconosciuta dal **Coni**

## MGA

ARTI MARZIALI

**M**etodo  
**G**lobale  
**A**utodifesa

---

# La Sicurezza Individuale e la Difesa Personale

---

*di Michele Avino*



*L'argomento Difesa Personale è oramai da diversi anni alla ribalta della cronaca su tutti i mezzi di comunicazione nazionali e internazionali.*

*La necessità di una maggiore sicurezza è all'ordine del giorno a tutti i livelli, e questo non poteva passare inosservato alla Dirigenza della FIJLKAM, che avendo per compito istituzionale, da sempre, l'organizzazione e la diffusione delle arti marziali, nel 2000 iniziava la formazione dei suoi insegnanti tecnici su di un metodo, il Metodo Globale Autodifesa - MGA, la cui struttura si basa proprio sull'apporto tecnico e la sintesi dello studio delle arti marziali federali.*

*Con lo sviluppo del MGA, la FIJLKAM si è posta immediatamente in primissimo piano in campo nazionale per la versatilità e applicabilità del suo sistema che, visto l'argomento particolare, va oltre il solo aspetto fisico e tecnico dell'addestramento e si rafforza nella sua globalità attraverso lo studio e la diffusione degli aspetti psicologici e giuridici inerenti la Difesa Personale.*

*In questo contesto si deve inquadrare l'utilizzo di opuscoli informativi ed esplicativi che sono di prezioso aiuto a tutti gli "addetti ai lavori" ed agli stessi "utenti" dei nostri corsi.*

*"La sicurezza individuale e la difesa*

The logo for MGA (Metodo Globale Autodifesa) features the letters 'MGA' in a stylized, green, cursive font. The 'M' and 'G' are connected, and the 'A' is separate. The letters have a slight shadow or 3D effect.

ARTI MARZIALI

**M**etodo  
**G**lobale  
**A**utodifesa

---

*personale" di Michele Avino, che ringrazio pubblicamente per il suo impegno nella divulgazione del MGA FIJLKAM, si inserisce proprio in questo sforzo di rendere chiaro e leggibile a tutti argomenti che spesso vengono considerati di difficile comprensione e riservati solamente agli "specialisti".*

**Giancarlo Bagnulo**  
Presidente Commissione Nazionale  
**MGA-FIJLKAM**

**MGA**

ARTI MARZIALI

**M**etodo  
**G**lobale  
**A**utodifesa

La questione sicurezza è ormai da tempo una questione centrale della società italiana.

Le città sono lo scenario naturale in cui si manifestano i profili di rischio che, ogni giorno, incombono sulle singole persone e sulle comunità.

Alcune autorevoli analisi sociologiche dimostrano che la società odierna, caratterizzata dalla responsabilizzazione individuale e dalla forse eccessiva tutela della libertà personale, si denota anche come la società dell'insicurezza, dell'aumento della percezione del rischio e in cui cresce la domanda di protezione dell'individuo.

Negli ultimi anni vivere in una grande metropoli è diventato, per molti, sinonimo di angoscia e paure.

Recenti indagini confermano una sorta di fuga, seppure non in termini apocalittici, dalle metropoli. I motivi sono i più svariati: stress, smog, mancanza di rapporti umani e spazi di socializzazione, paura della criminalità ma soprattutto mancanza di sicurezza.

Gli scenari dell'insicurezza urbana stanno diventando giorno dopo giorno uno degli elementi fondamentali del nostro disagio sociale e personale. Nonostante i numerosi interventi legislativi e operativi volti a contrastare fenomeni di micro e macro criminalità, la sensazione diffusa è che le nostre città siano meno sicure di un tempo e che il degrado della convivenza sociale sia inarrestabile.

La domanda di sicurezza, riconducibile non ad uno specifico evento scatenante, ma alla complessità situazionale (mutamenti sociali in genere, aumento della portata migratoria, crescita della microcriminalità, maggiore visibilità dei fenomeni di inciviltà e devianza, etc.) avviene con notevole ritardo rispetto al resto

# Introduzione

---

del panorama europeo ed internazionale.

I dati registrati negli ultimi anni sono drammatica espressione di un fenomeno di insicurezza che specialmente nelle aree urbane, e in particolarissimo modo nelle periferie, deriva ai cittadini soprattutto dalla sensazione di essere lasciati in balia di illegalità fonte minore di disagi, paure ed esasperazioni spesso incontrollabili.

Parlare di sicurezza urbana vuol dire parlare di un tema complesso, che ha bisogno di risposte variegata e non semplici, o peggio semplicistiche.

La repentina e complessa evoluzione sociale che ha coinvolto il nostro paese, ha, di fatto, rotto alcuni equilibri fondamentali allo sviluppo di una normale percezione positiva nei confronti di coloro che compongono la nostra società.

Ciò in netto contrasto con l'idea tipica della grande metropoli che continua, nell'immaginario collettivo, a identificarsi come luogo delle opportunità, del divertimento, della realizzazione delle proprie ambizioni.

Il disagio è evidente, la paura è crescente giorno dopo giorno e trascina verso forme di autoesclusione, con la conseguenza di vivere in una prigione materiale e psicologica (non esco dopo una certa ora, chiudo con il chiavistello porte e finestre, non frequento il parco, non mi reco in quel locale, non passeggio solo/a ecc.).

Rimanere prigionieri della città metropolitana è una delle più grandi contraddizioni dell'uomo moderno con la inevitabile conseguenza di vedere sempre di più limitata la personale libertà di azione e movimento.

Diventa allora importante non soltanto lo studio del livello della pressione criminale in un luogo, ma diventa

ancora più importante la risposta emotiva alla paura, e cercare di capire le "incontrollabili" logiche dei sentimenti di insicurezza. Le paure purtroppo non hanno antidoti immediati e la sensazione d'insicurezza dei cittadini resta nel tempo in attesa di risposte difficili da fornire.

La sicurezza deve essere pertanto garantita partendo proprio dalla percezione e dalle esigenze di chi, suo malgrado, si possa trovare nel ruolo di inconsapevole vittima.

I gravi eventi di violenza che si sono susseguiti negli ultimi anni, hanno, di fatto, abbassato in maniera drastica il livello di percezione della sicurezza di ogni cittadino, accendendo numerose polemiche sul tema, e lasciando, fino ad oggi, irrisolto il problema. La paura di essere vittime di reati preoccupa e rende insicura la popolazione ed in determinate situazioni la paura e l'insicurezza possono provocare reazioni sbagliate che possono avere conseguenze gravi.

L'aumento dei flussi migratori ha portato alla convivenza all'interno delle città di migliaia di persone di diverse culture, abitudini e stili di vita, e se da un lato questa vicinanza ha ottenuto risultati di integrazione, di scambio e di crescita culturale, è altresì vero che ha determinato lo scatenarsi di manifestazioni di insofferenza, di incomunicabilità e di razzismo, con la conseguente esplosione di sentimenti di inquietudine, diffidenza e pericolo.

Le tipologie di violenza per le quali si riscontra un elevato numero di reati sono quella fisica, quella sessuale e quella psicologica. Recentemente hanno assunto rilevanza penale anche alcuni atteggiamenti persecutori quali lo stalking che incutono timore alle donne e sono generalmente perpetrati da ex partner o innamorati non corrisposti.

# Introduzione

---

La violenza fisica è graduata dalle forme più lievi a quelle più gravi (spinta, strattone, colpiti con oggetti, schiaffeggiati, presi a calci a pugni o a morsi, tentativo di strangolamento). Per violenza sessuale si intendono quelle situazioni in cui la donna è costretta a fare o subire contro la propria volontà atti sessuali sempre degradanti ed umilianti. La violenza psicologica attiene alle forme di intimidazione, denigrazione, isolamento.

Per quanto concerne lo stalking è utile definirlo quale forma di persecuzione generalmente commessa da ex mariti, conviventi o fidanzati, ovvero innamorati non corrisposti idonei a cagionare un perdurante e grave stato di ansia o di paura ovvero ad ingenerare un fondato timore per l'incolumità propria. Recentemente è stata introdotta nel codice penale una norma (art. 612 bis) che inquadra lo stalking quale reato contro la persona punibile con una pena fino a un massimo di quattro anni.

Vittime della maggior parte di atti violenti, sono spesso, quelle categorie sociali definite deboli: bambini, anziani, adulti menomati e donne, che possono essere facilmente piegati fisicamente, perché si trovano spesso in una condizione di inferiorità, morale e materiale. I numerosi casi di stupro avvenuti nell'ultimo periodo, avvalorano inoltre la tesi che le donne rappresentano preda ambita da parte di uomini senza scrupoli.

## Sicurezza e Prevenzione

---

Così come accade in natura, l'aggressore, da buon predatore, opera sempre in ambienti a lui famigliari, nei quali si sente forte e protetto, osserva l'ambiente circostante, scegliendo fra le tante la sua possibile preda, quella più indifesa, quella maggiormente esposta, o potremmo, provocatoriamente dire, predisposta ad essere aggredita. I segnali non verbali di ciascun individuo, uomo o donna che sia, evidenziano quale sia il livello di guardia, quale la predisposizione ad un'eventuale risposta.

Nel caso di aggressione da parte di un uomo ai danni di una donna, solitamente, l'uomo lo fa perché è certo della sua superiorità, e della sottomissione fisica che la stessa gli offrirà; questa convinzione lo indurrà a mantenere basso il livello di guardia verso la vittima, offrendo in questo frangente alla preda un varco favorevole a reagire e capovolgere la situazione contrattaccando, non necessariamente per combattere, ma anche solo per fuggire.

Circolare per la strada con la consapevolezza delle proprie capacità e dei propri limiti, mantenendo un buon livello di guardia verso l'ambiente nel quale ci muoviamo, può aiutare ognuno, a muoversi più serenamente, ad aumentare le possibilità di riuscita in un'azione di difesa, e prevenire comportamenti poco graditi.

Le aggressioni si traducono in violenza e pericolo per la persona aggredita. Di solito l'aggressore sceglie con cura l'ora ed il luogo dell'aggressione. Un atteggiamento responsabile e sicuro può aiutare nella prevenzione.

E' sempre da considerare che, reagendo, si può far desistere l'aggressore o, al contrario, istigarlo maggiormente, ma non tutti i casi sono uguali.

In una condizione di stress la risposta emotiva posta in essere dall'individuo, segue sempre uno schema ben definito, le

# Sicurezza e Prevenzione

---

strade percorribili sono sostanzialmente tre, "lotta, fuga o paralisi".

Tralasciando l'aspetto della fuga e della paralisi, è invece utile soffermarsi sulla soluzione della "lotta" che comporta innanzitutto avere la consapevolezza della situazione e dell'evoluzione degli eventi e contemporaneamente essere in grado di applicare, movimenti e risposte automatizzate del nostro corpo.

Tutto ciò richiede un continuo allenamento ed una preparazione adeguata, in mancanza dei quali la nostra reazione apparirà priva di ogni efficace risposta.

La sicurezza personale non è pertanto un elemento congenitamente acquisito ma un obiettivo da conquistare quotidianamente.

Costruire e migliorare la propria sicurezza personale vuol dire innanzitutto assumere un atteggiamento mentale adeguato che consenta nel tempo di poter acquisire la capacità di individuare le situazioni di potenziale pericolo e saper gestirlo e reagire nel modo giusto.

In tal senso la familiarizzazione con tecniche e metodi di autodifesa contribuisce senza dubbio a potenziare il proprio livello percettivo e cognitivo in relazione alle situazioni di pericolo e ad acquisire più sicurezza in se stessi.

Partecipare ad un corso di difesa personale non vuol dire avere la certezza di conseguire la qualifica di "poliziotto fai da te" o diventare guerrieri combattenti ma semplicemente acquisire quell'atteggiamento mentale che consenta di porre la dovuta attenzione alla propria sicurezza personale in modo da trovarsi preparati nel momento del pericolo.

# Sicurezza e Prevenzione

Come suggerisce un vecchio brocardo latino "ognuno è artefice dei suoi mali" ed anche nel settore della sicurezza personale si impone una riflessione sulla necessità di modificare alcuni modelli comportamentali non più compatibili con gli attuali scenari di vivibilità delle nostre metropoli.

In tale ottica è utile evidenziare che la combinazione di atteggiamenti preventivi e misure di difesa possono senza dubbio contribuire a ridurre il rischio di diventare vittime di una aggressione.

Nella complessa dinamica della sicurezza personale occorre distinguere due momenti fondamentali: la prevenzione, cioè l'insieme delle misure tese ad evitare di rimanere vittima di comportamenti poco graditi e la difesa ossia le azioni da mettere in pratica durante l'aggressione

Quando le azioni preventive non trovano efficacia evidenziando delle falle nel sistema difensivo diventa immediatamente necessario assumere un atteggiamento di difesa sia sotto il punto di vista mentale che fisico che consenta di porre in essere una reazione frutto di automatismi studiati ed allenati e non dipendente da atti istintivi.

In linea generale possiamo distinguere alcuni momenti fondamentali:

- Riconoscere il pericolo;
- Valutare correttamente il pericolo;
- Reagire

Prevenzione vuol dire evitare abitudini pericolose, atteggiamenti ripetitivi e di routine che rendono le persone tracciabili, osservabili ma soprattutto prevedibili nelle loro azioni ed attaccabili. E' pertanto necessario non tralasciare alcun particolare, analizzando eventuali anomalie riscontrate nel prossimo che interagisce con noi nella vita quotidiana.

# Sicurezza e Prevenzione

---

Occorre evitare di essere prevedibili in quanto la prevedibilità consente al potenziale aggressore di studiare le nostre abitudini ed elaborare un efficace piano di attacco.

Nel novero dei modelli comportamentali a rischio sarebbe auspicabile diffidare di amicizie facili ed inviti improvvisi che paventano "colpi di fulmine" considerato che spesso dietro ad un apparente atteggiamento gentile ed affabile si nasconde un disegno perverso e talvolta con intenti violenti.

Allo stesso modo è importante diffidare delle varie richieste strane che riceviamo per le strade o nei principali luoghi di aggregazione urbana anche se improntate sulla richiesta di aiuto perché potrebbero mascherare tranelli per conseguire un successivo vantaggio.

E' comunque importante prevedere che sebbene possa essere prestata ogni qualsiasi forma di prevenzione ci si può ritrovare ad essere vittima di aggressioni e violenze con la conseguenza di dover reagire con lucidità e prontezza.

Deve essere tuttavia osservato che se dovesse subentrare emotivamente la paralisi e non si è in grado di mettere in atto i meccanismi acquisiti durante il corso di difesa personale è meglio non fare nulla cercando principalmente di tranquillizzare l'aggressore.

In tal caso diventa imperativo l'osservazione dell'aggressore in modo da memorizzare tutte le circostanze utili inclusi i tratti somatici, da riferire con precisione alle forze di polizia.

A questo punto dovremmo chiederci se esiste una strategia universale per proteggerci dalle aggressioni.

Come in altre tematiche complesse non è facile fornire a

# Sicurezza e Prevenzione

---

tale quesito una risposta univoca ed esaustiva ma è possibile individuare un percorso che abitui il soggetto ad interfacciarsi con la realtà quotidiana.

In sintesi, occorre interrogarsi sulla capacità personale di porre in essere le eventuali tecniche di autodifesa acquisite durante i corsi di difesa personale. Chiedersi innanzitutto se ci si sente realmente in grado di colpire l'eventuale aggressore per difendere se stessi o qualcun altro.

Capire che si ha il diritto di difendersi e conseguentemente analizzare i fattori che potrebbero impedirci di reagire.

Analizzare il modo migliore per affrontare alcune situazioni di pericolo tenendo in considerazione che la vostra reazione dovrà essere immediata, determinata e risolutiva, poiché non avrete una seconda opportunità.



*I Maestri Bagnulo, Colaiacono e Failla*



*Il Maestro Failla*

# Il Metodo Globale Autodifesa (MGA)

Il Metodo Globale di Autodifesa (MGA) è un programma tecnico multidisciplinare sviluppato ambito Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali (FIJLKAM) per fornire ai suoi praticanti un valido sistema di difesa che si basa sui principi di flessibilità e di cedevolezza su cui si fondano tutte le arti marziali e che rappresenta una equilibrata sintesi delle tecniche più efficaci derivate dalle discipline di combattimento volte alla difesa, trasformando a proprio vantaggio le energie impiegate dall'aggressore.

Il programma tecnico multidisciplinare di MGA, rappresenta la sintesi di alcune tecniche di Aikido, Ju Jitsu, Judo, Karate e Lotta riunite in un solo metodo.

Il metodo scientifico nasce da una lunga esperienza di pratica di "un gruppo di lavoro" formato da autorevoli tecnici provenienti da tutte le discipline FIJLKAM, molti dei quali, provenienti dalle Forze di Polizia e Forze Armate che hanno contribuito alla stesura finale del programma.

Il Metodo, che si propone lo studio e l'apprendimento di tecniche estremamente efficaci per neutralizzare uno o più avversari, intende altresì suggerire quel giusto atteggiamento mentale che possa consentire alla persona interessata di superare le situazioni di emergenza con il minor danno possibile per sé ed, eventualmente anche per l'aggressore.

Questo in considerazione del fatto che, in una situazione critica, la persona aggredita dovrà graduare l'intensità della reazione in rapporto a quella dell'aggressione, nel pieno rispetto delle norme vigenti ma anche delle fondamentali regole morali e deontologiche.

In questa disciplina l'esigenza giuridica viene tutelata nella misura in cui, il praticante, conoscendo le tecniche su cui è basato il Metodo ed applicandole nella maniera dovuta, agisce

# Il Metodo Globale Autodifesa (MGA)

nella piena legalità giacché le stesse, oltre che rientrare tra le "cause oggettive di giustificazione del reato", definite anche scriminanti, nella generalità dei casi non lasciano tracce o segni di forza per il fatto che tutto il metodo è costruito esclusivamente sulla difesa e sulla capacità di controllare l'aggressore.

Il Metodo MGA si propone di conseguire come primo risultato quello di creare nei praticanti il giusto equilibrio psicofisico che può derivare dalla conoscenza delle tecniche proposte e dalla capacità di applicare ricavandone la massima efficacia utilizzando a proprio vantaggio l'energia negativa espressa da tutti gli aggressori.

Il programma MGA, finalizzato all'apprendimento del concetto di flessibilità e cedevolezza, si presenta di facile attuazione e di notevole adattamento alle più diverse tipologie di praticanti. L'addestramento viene effettuato all'insegna delle più aggiornate metodologie didattiche e dell'allenamento basate dall'apprendimento istintivo e sul metodo di stimolazione, concetti opportunamente revisionati per adeguarli alla difesa personale.

E' previsto, specie nei primi livelli, un programma semplice ma allo stesso tempo articolato, costruito sull'apprendimento di poche tecniche che possono essere utili in più situazioni, dalla semplice aggressione a mani nude, alla più grave minaccia con l'uso della pistola, passando attraverso le aggressioni con l'uso del coltello, del bastone o comunque di armi occasionali che statisticamente sono quelle maggiormente utilizzate da parte degli aggressori che hanno premeditato o meno la loro azione offensiva.

Gli aspetti tecnici fondamentali su cui è costruito il Metodo Globale di Autodifesa sono i seguenti:

- Studio di un metodo di facile apprendimento, in conseguenza della semplicità delle tecniche selezionate;
- Utilizzazione massima delle ore di insegnamento;
- Studio ed apprendimento di poche tecniche che siano utilizzabili in tutte le situazioni;

# Il Metodo Globale Autodifesa (MGA)

---

- Ciclo finale dell'addestramento basato sul combattimento reale

A parte il periodo di preparazione fisica e riscaldamento, l'addestramento è sostanzialmente diviso in due fasi distinte:

1. una fase preparatoria dedicata agli esercizi propedeutici;
2. una fase dedicata esclusivamente alle tecniche applicate.

Il fulcro del MGA è rappresentato dalla sintesi di alcune tecniche di lussazione, fondamentali nel combattimento corpo a corpo ed affini a tutte le discipline marziali. Il metodo si basa su alcune leve fondamentali che vengono prima insegnate separatamente e poi, per facilitarne la memorizzazione, in concatenamento tra loro.

La particolarità della metodica di allenamento consiste nel fatto che le azioni vengono eseguite in sequenza durante un primo lavoro (tonificante) che viene realizzato in maniera lenta e con carichi naturali, per consentire ai praticanti di assimilare i principi, i movimenti, le posizioni corrette, senza preoccuparsi ancora ne della forza fisica e della perfezione tecnica.

Successivamente, si passa ad un lavoro di tipo dinamico, dove le stesse azioni vengono svolte in difesa da aggressioni e vengono eseguite con impegno esplosivo e con un numero di ripetizioni superiore quale effetto allenante sull'organismo del praticante.



*Il Maestro Bagnulo in fase di applicazione*



*Il Maestro Colaiacomo in allenamento*

# La Difesa Personale e la Legittima Difesa

---

Non si può parlare di difesa personale, tecniche e metodi senza fare cenno alla disciplina giuridica nazionale in materia di legittima difesa.

Occorre preliminarmente precisare che le varie fattispecie di violenze ed aggressioni devono essere nei limiti del possibile prevenute o interrotte ma non punite. In tal senso la legittima difesa secondo quanto statuito dal legislatore nazionale ha una funzione protettiva e mai punitiva.

Ho il diritto di difendermi, ho la facoltà dell'autodifesa quale riconoscimento che l'ordinamento giuridico nazionale attribuisce al singolo cittadino senza per questo pretendere di potersi sostituire alle autorità istituzionalmente preposte all'ordine ed alla sicurezza pubblica.

Il diritto all'autodifesa è pertanto riconosciuto al singolo cittadino entro i limiti ben precisi definiti dalla legislazione vigente e si può manifestare in tutte quelle circostanze in cui gli organi statali non sono in grado di assicurare nell'immediatezza dei fatti una efficace protezione dei beni giuridici dell'individuo fermo restando che trattasi di diritto conferito in via eccezionale essendo la protezione dei cittadini un compito fondamentale dello Stato.

E' quindi fondamentale aver chiaro il corretto significato della legittima difesa ma soprattutto avere ben chiari i limiti entro i quali poterla esercitare nel pieno rispetto della normativa vigente.

Tutti coloro che praticano arti marziali oppure hanno partecipato a corsi sull'autodifesa devono considerare il quadro giuridico di riferimento quale condizione necessaria per valutare le possibili conseguenze derivanti dall'applicazione di tecniche di autodifesa.

# La Difesa Personale e la Legittima Difesa

La legittima difesa così come definita nel nostro ordinamento all'art. 52 del codice penale prevede che: *"non è punibile chi ha commesso il fatto per esservi stato costretto dalla necessità di difendere un diritto proprio o altrui contro il pericolo attuale di un'offesa ingiusta, sempre che la difesa sia proporzionale all'offesa"*.

Dalla lettura della norma emergono immediatamente alcuni elementi meritevoli di approfondimento per poter meglio definire l'ambito di applicazione della stessa.

Per quanto riguarda il corretto inquadramento del termine "offesa" si rileva che la Suprema Corte di Cassazione nel 1992 fornì la seguente definizione: *"l'esimente della legittima difesa è configurabile quando vi sia un'aggressione ingiusta che determina l'attualità del pericolo, intesa come l'esistenza di una situazione di attacco illegittimo di un diritto tutelato, la cui cessazione dipende necessariamente dalla reazione difensiva, come atto diretto a rimuovere la causa di imminente pericolo"*.

L'offesa quindi vista in un'accezione molto ampia che non implica necessariamente l'uso della violenza come siamo abituati a pensare in virtù di una visione stereotipata della legittima difesa.

Seguendo il contenuto dell'articolo 52, affinché si configuri la legittima difesa, l'offesa ricevuta deve essere "ingiusta" ossia, il comportamento di chi offende deve essere in contrasto con l'ordinamento giuridico nazionale deve essere contra legem e pertanto non giustificabile dalla legislazione vigente.

Per quanto concerne la natura del diritto offeso occorre evidenziare che l'attuale assetto normativo e la giurisprudenza consolidata hanno riaffermato la "tutela di tutti i diritti" siano essi personali o patrimoniali.

In tale ottica la legittima difesa si applica anche ai diritti

# La Difesa Personale e la Legittima Difesa

patrimoniali, che possono essere difesi, purchè sussista la proporzione tra il danno che si potrebbe subire e la reazione posta in essere anche con atti violenti. E' tuttavia necessario che quel comportamento costituisca l'unico mezzo per impedire l'aggressione al patrimonio e no rappresenti, invece, l'attuazione di una ritorsione (Cassazione Sez. V, 12 maggio 2003 n. 20727).

Deve essere inoltre osservato che la scriminante della legittima difesa è ammessa anche a difesa di un "diritto altrui" vale a dire che il diritto offeso, sia esso personale o patrimoniale, non deve necessariamente appartenere al soggetto che reagisce ma anche ad un terzo verso il quale si interviene in principio di soccorso in una forma di intervento difensivo dall'aggressione ingiusta.

Passando ad analizzare l'elemento reazione del soggetto aggredito deve essere precisato che essa è ammissibile per la difesa del bene minacciato laddove il soggetto stesso si trovi nell'impossibilità di scegliere tra più condotte alternative.

In pratica in sede di giudizio saranno valutate tutte le cause della minaccia e della inevitabilità della reazione cercando di capire se chi ha reagito poteva agire diversamente come ad esempio sottrarsi con la fuga alla minaccia.

La recente dottrina giuridica in merito ritiene che il soggetto non è tenuto a fuggire nei casi in cui la fuga esporrebbe i suoi beni personali o di terzi a rischi maggiori di quelli incombenti sui beni del soggetto contro cui si reagisce (es. rischio di ferire terzi in fase di fuga, rischio di procurarsi una ferita da soli).

Reagire vuol dire anche necessità di difendersi, non deve esserci un'altra possibilità percorribile e giuridicamente valida. Quindi una reazione inevitabile ovvero impossibilità di sottrarsi al pericolo senza necessariamente offendere l'aggressore.

# La Difesa Personale e la Legittima Difesa

---

La locuzione contenuta nell'articolo 52 del codice penale "pericolo attuale" indica la probabilità di ricevere un danno che deve essere attuale. E' attuale il pericolo presente o imminente al momento del fatto, non futuro o già esaurito.

La reazione non può essere né anticipata né posticipata, non può sostenere di aver agito per legittima difesa colui che provoca gravi lesioni ad un ladro dopo che questi si è dato alla fuga abbandonando la refurtiva.

Un ulteriore elemento da valutare è la proporzionalità tra offesa e difesa.

La proporzione deve essere considerata quale condizione essenziale per la configurazione della legittima difesa affinché questa non si trasformi in un eccesso colposo.

Affinché la legittima difesa non si trasformi in uno strumento punitivo o di vendetta oppure affinché non diventi anch'essa un'occasione per commettere un reato è necessario che vi sia un rapporto di giusta proporzione tra il tipo e l'intensità dell'aggressione e quello dell'offesa. La proporzionalità giuridica occorre quando l'agredito provoca un male all'aggressore minore, uguale o tollerabilmente superiore a quello subito.

Vale la pena richiamare, seppur brevemente il concetto dell'eccesso colposo perché direttamente connesso la tematica della legittima difesa.

A mente dell'articolo 55 del codice penale "quando nel commettere alcuni dei fatti previsti dagli artt. 51, 52, 53 e 54 si eccedono colposamente i limiti stabiliti dalla legge o dall'ordine dell'autorità ovvero imposti dalla necessità, si applicano le disposizioni concernenti i delitti colposi se il fatto è previsto dalla legge come delitto colposo".

In buona sostanza l'eccesso colposo ricorre quando l'agredito

# La Difesa Personale e la Legittima Difesa

pone in essere, per imperizia, negligenza o imprudenza, una reazione nei confronti dell'aggressore che travalica i limiti previsti dalla legittima difesa. Esempio: Tizio aggredito da Caio con un piccolo ombrello lo scambia per un'arma da taglio e per difendersi utilizza un coltello ferendo Caio.

In questo caso si parla di errore di percezione che ha portato l'aggredito, sulla base di una errata valutazione, ad arrecare una offesa più grande di quella consentita per la situazione in questione.

Solitamente si parla di due tipi di eccesso colposo, il primo si configura quando si eccede perché si valuta erroneamente la situazione (esempio un mendicante chiede l'elemosina, crediamo che abbia intenzione di derubarci e ci difendiamo aggredendolo); il secondo tipo si verifica quando valutata perfettamente la situazione eccediamo nella reazione per imprudenza, imperizia o negligenza provocando un evento molto più grave di quello che sarebbe stato necessario cagionare.

Per concludere questa breve trattazione sulla legittima difesa si ritiene doveroso far cenno alla problematica della rissa nella quale non vi è alcuna differenziazione fra aggredito ed aggressore in quanto tutti i soggetti coinvolti sono tutti spinti dalla volontà di offendere.

Tale fattispecie porta ad escludere la possibilità di configurare un principio di legittima difesa soprattutto per l'impossibilità di individuare con certezza chi abbia dato inizio all'offesa. Pertanto, ai sensi dell'art. 588 del codice penale, la rissa è considerato un reato plurisoggettivo.

La scelta volontaria di porsi in una condizione di pericolo partecipando alla rissa ed escludendo la possibilità di estromettersi dalla stessa non può trovare tutela da parte dell'ordinamento.



*Fase di applicazione*

# Self defence when method make difference

## Metodo Globale Autodifesa (MGA)

---

*In today's world, there are many reasons why people would be concerned with their personal safety. Self defence it's a social responsibility for everyone to be able to protect themselves and others from violence.*

*The reality of a violent attack is very different from exhibition of martial arts and for this reason there is a need for effective self-defence techniques.*

*The Global Method of Self Defence so called Metodo Globale Autodifesa (MGA) has been developed by the Italian Judo, Wrestling, Karate and Martial Arts Federation so called FIJKAM in order to provide a complete and valid self defence programme based on the flexibility and on the theory of maximum efficiency with minimum effort.*

*The MGA represent a unique and equilibrate synthesis and combination of the most effective wrestling techniques taking advantage from the energy of the attacker taking into account that many assaults take place in very different circumstances.*

*The Method come from the long experience of dedicated working group established by the national federation and composed by representative of national police and armed forces that contributed to draft the final programme.*

*The basic principle of the MGA is to avoid the use of violent strength in a physical confrontation and neutralize the attacker without commit any unlawful act against person as prescribed by the national penal code.*

*In this sense the legal need of self defence as developed by the MGA is assured by the condition that the final result is just to control the attacker and not the apprehension and*

# Self defence when method make difference

## Metodo Globale Autodifesa (MGA)

---

*detention of him.*

*The point of using self-defence is to de-escalate a situation and get away as soon as possible.*

*In order for what you do to be self-defence, your actions must stay within legal standards and boundaries.*

*The Method focuss on three main area: psychological awareness, physical training and technical training.*

*The national federation has regulated the training of trainers establishing three different level: the basic (low level and basic instructor), the intermediate (medium level instructor), the advanced (high level instructor with very advanced operational and tactical techniques used also by police and armed forces).*

*In order to developed the different programme and regulate the training session, workshop and events, has been established an appropriate MGA National Committee lead by Mr. Giancarlo Bagnulo who is assisted by Mr. Enzo Failla and Mrs. Cinzia Colaiacomo. All of them are very experienced persons in the field of martial arts and self defence.*

*The MGA has been already adopted by different national police and armed forces such as Army, Coast Guard, Financial Police and Correctional Police that have negotiated and subscribed an official agreement with the national federation in order to teach their self defence trainers.*

## Nota biografica

Il Dott. **Michele AVINO** è nato a Napoli nel 1971.

E' laureato in Scienze Politiche ed in Relazioni Internazionali.

E' esperto in cultura ed istituzioni islamiche con esperienza nell'analisi del fenomeno del fondamentalismo di matrice islamica.



E' ricercatore di geopolitica con esperienza nel settore dell'analisi strategica dei paesi arabi e medio-orientali.

E' docente di islamistica e radicalismo islamico nell'ambito del Corso di perfezionamento ed aggiornamento professionale "Crisis Management Operations e Terrorismo Contemporaneo", presso l'Istituto Italiano di Alta Formazione.

E' un Ufficiale Superiore del Corpo delle Capitanerie di Porto Guardia Costiera in servizio presso lo Stato Maggiore della Marina Militare con l'incarico di Capo Sezione Rapporti Multilaterali ed Interagency dell'Ufficio Politica Navale.

E' in possesso della qualifica di Consigliere giuridico della NATO.

E' insegnante tecnico di Judo e di Ju Jitsu ed è abilitato all'insegnamento del Metodo Globale di Autodifesa.

E' l'assistente tecnico della Commissione nazionale MGA della Guardia Costiera.

# Immagine coordinata

Progetto editoriale: New Applied Arts srl - ([www.naasrl.it](http://www.naasrl.it))  
Promozione web site: New Applied Arts srl - ([www.eventisport.it](http://www.eventisport.it))  
Progetto grafico: Immagini d'Arte Grafica & C srl - ([www.iagec.it](http://www.iagec.it))

Web site per la promozione dell'evento

Brochure istituzionale



Gadget realizzato per l'evento

Manuale

© **N.A.A. srl Edizioni (New Applied Arts srl)**  
Pontecagnano (SA) - [www.naasrl.it](http://www.naasrl.it)  
*(proprietà letteraria e artistica riservata  
riproduzione e traduzione anche parziale vietate)*

*Un grazie particolare a tutti coloro che hanno reso  
possibile questa pubblicazione  
per il loro aiuto, contributo e consulenza.  
Grazie anche a tutti coloro che hanno gentilmente  
permesso di essere ritratti fotograficamente,  
fornendo il loro apporto alla realizzazione di questo volume,  
rilasciando la loro liberatoria, anche indiretta,  
al dott. Michele Avino.*

Progetto grafico ed impaginazione  
**I.A.G. & C. srl (Immagini d'Arte Grafica & C. srl)**  
Pontecagnano (SA) - [www.iagec.it](http://www.iagec.it)

finito di stampare Maggio 2010

**EDIZIONE FUORI COMMERCIO**

