

Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali

**LINEE GUIDA PER LA FORMAZIONE IN
AUTODIFESA E DIFESA PERSONALE PER
GLI OPERATORI DELLE FORZE DELL'ORDINE**

a cura della

*Commissione Difesa Personale livello militare/Corpi dello Stato,
con il contributo del:*

- *Dott. Sergio Ierace, Comandante della Polizia Locale di Lanuvio (RM);*
- *Dott. Fabio Paponetti, Investigatore Forense.*

Indice degli argomenti

Premessa	3
<i>Obiettivi principali</i>	4
1. Modulo Teorico	5
1.1 <i>Obiettivi</i>	5
1.2 <i>Contenuti del modulo teorico</i>	5
a. <i>Contesto operativo e fattori di rischio</i>	5
b. <i>Prevenzione e indicatori di rischio</i>	6
c. <i>Comunicazione e de-escalation</i>	6
d. <i>Profili normativi</i>	6
e. <i>Procedure organizzative</i>	6
f. <i>Casi reali</i>	6
1.3 <i>Applicazioni operative e normativa di riferimento</i>	7
a. <i>Principi fondamentali</i>	7
b. <i>Normativa di riferimento</i>	7
c. <i>Norme speciali per le Forze di Polizia</i>	8
1.4 <i>Conseguenze e possibili effetti delle azioni di reazione e difesa</i>	8
2. Modulo Pratico	10
2.1 <i>Obiettivi</i>	10
2.2 <i>Contenuti del Modulo Pratico</i>	11
3. Metodologia didattica e formazione	12
4. Programma di specializzazione	13
5. Aggiornamento continuo	14

P r e m e s s a

Le Linee Guida raccolte in questo compendio intendono offrire ai tecnici che desiderano specializzarsi nell'insegnamento dell'autodifesa e della difesa personale per Operatori delle Forze dell'Ordine uno strumento di riferimento didattico non solo per quanto concerne le tecniche da utilizzare, ma anche riguardo alla gestione delle situazioni di criticità che quotidianamente fronteggiano gli stessi operatori, attraverso la conoscenza di comportamenti finalizzati alla prevenzione, tecniche comunicative e modelli di difesa e autodifesa non lesivi, in linea con la normativa nazionale vigente.

La formazione deve quindi tendere all'apprendimento, da parte degli stessi operatori, di tecniche di Difesa Personale M.G.A. efficaci ma non lesive per l'aggressore, nella consapevolezza che l'uso sproporzionato della forza può infatti comportare conseguenze sul piano penale per chi si difende.

L'insegnamento deve quindi comprendere un Modulo Teorico, caratterizzato oltre che dalla conoscenza delle norme del Codice Penale correlate alla legittima difesa, anche dall'analisi delle situazioni di rischio più ricorrenti per gli Operatori delle Forze dell'Ordine.

A tale componente, si aggiunge il Modulo Pratico basato sull'insegnamento di strumenti di prevenzione, tecniche comunicative e modelli di Difesa/autodifesa non lesivi, adeguati e proporzionati al contesto operativo e in linea con la stessa normativa nazionale.

Obiettivi principali

- sviluppare la **capacità di riconoscere e prevenire le situazioni di minaccia e pericolo**, anticipando la condotta offensiva dell'aggressore;
- fornire **strategie organizzative e comportamentali per ridurre il rischio**, premettendo sempre la prioritaria valutazione di richiedere ausilio su interventi complessi;
- **analizzare casi reali**, avvalendosi anche di esperti del settore, ai fini dell'individuazione delle modalità di sicurezza più opportune;
- utilizzare tecniche di **autoprotezione e autodifesa** semplici e proporzionate, tratte dal sistema di Difesa Personale FIJLKAM M.G.A., difendendosi anche con gli strumenti a disposizione;
- promuovere **la cultura della sicurezza**.

Modulo teorico

È finalizzato a conoscere e quindi a ridurre le situazioni di rischio per gli operatori delle Forze dell'Ordine, destinati a intervenire in luoghi ove sono stati commessi reati, all'interno di abitazioni per liti generiche o maturate nel contesto familiare. Le situazioni di rischio sussistono anche nel corso delle operazioni di identificazione dei passanti o di persone sospette o di esagitati.

In tali scenari operativi, l'operatore deve ispirare il suo comportamento a un'efficace comunicazione verbale che vada a favorire la de-escalation dell'evento, muovendosi con procedure d'intervento a un binomio o a un trinomio o due o più binomi.

1.1 Obiettivi

- comprendere la natura delle aggressioni in contesto operativo;
- riconoscere tempestivamente segnali di escalation.
- acquisire strumenti di comunicazione per la de-escalation.
- conoscere gli aspetti normativi e le responsabilità professionali.
- apprendere procedure organizzative e strategie operative, come procedure d'intervento.
- analizzare casi concreti come supporto didattico, con filmati per capire gli errori Operativi.

1.2 Contenuti del Modulo Teorico

a. Contesto Operativo e fattori di rischio

- Tipologie di aggressioni. Verbali o con oggetti atti ad offendere, ecc.
- Fattori scatenanti. Effetto di sostanze stupefacenti o effetto di bevande alcoliche.
- Contesti a rischio. Intervento sul luogo del reato, lite in famiglia, fermo per identificazione personale, ecc.

b. Prevenzione e indicatori di rischio

- Riconoscere su intervento i segnali precoci di aggressività. Disagi sociali e familiari.
- Riconoscere cosa sta per accadere, attraverso il linguaggio del corpo. Comprendere i segnali contingenti.
- Gestione della distanza e posizionamento sicuro a binomio, trinomio o due binomi per un corretto intervento.

c. Comunicazione e de-escalation

- Ascolto attivo.
- Tecniche verbali per tranquillizzare l'aggressore.
- Gestione dello stress dell'operatore.

d. Aspetti normativi

- Legittima difesa e proporzionalità. Tecniche di Difesa Personale FIJLKAM-M.G.A. per un approccio sicuro, adatto al contesto urbano e giuridico italiano.
- Responsabilità professionale.
- Segnalazione e documentazione degli eventi.

e. Procedure organizzative

- Lavoro in équipe per un intervento corretto.
- Vie di fuga e zone sicure. Intervento a tutela dei terzi coinvolti.
- Uso dei protocolli interni.
- Richiesta di supporto nel corso d'intervento ritenuto complesso.

f. Casi reali

- Presentazione e discussione di episodi concreti.
- Analisi dei comportamenti efficaci e inefficaci, per migliorare il bagaglio tecnico degli Operatori.

1.3 Applicazioni operative e normativa di riferimento

a. Principi fondamentali

L'uso della forza deve sempre rispettare tre criteri:

- **NECESSITA'**, in quanto si usa la forza in presenza di un pericolo attuale e reale che impedisce di adottare soluzioni alternative;
- **ADEGUATEZZA**, mantenendo la forza sempre proporzionata all'entità della minaccia;
- **GRADUALITA'**, evitando situazioni di "eccesso" di legittima difesa.

b. Normativa di riferimento

- art. 52 c.p. "Legittima Difesa"

L'articolo evidenzia che non è punibile chi commette un fatto per **necessità di difendere** un diritto proprio o altrui, contro un **pericolo attuale**, un'**offesa ingiusta**, purché la **difesa sia proporzionata** all'offesa.

- art. 53 c.p. "Uso legittimo delle armi"

Sancisce che non è punibile il **pubblico ufficiale** che fa uso (o ordina l'uso) delle armi o di altri mezzi di coazione fisica - ed è quindi **scriminato** quando necessario per adempiere un dovere d'ufficio e in presenza di un pericolo grave e attuale - e cioè quando è **costretto dalla necessità** di respingere una violenza o vincere una resistenza all'autorità, ovvero deve **impedire la consumazione** di gravi delitti, tra cui i reati di strage, naufragio, sommersione, disastro aviatorio o ferroviario, omicidio volontario, rapina a mano armata, sequestro di persona.

- Art. 54 c.p. "Stato di necessità"

È una **scriminante** generale, applicabile anche agli operatori di polizia quando agiscono per evitare un danno grave e immediato. Non si è punibile se si usa la forza o si agisce per salvare sé o altri dal **pericolo attuale di un danno grave alla persona**, pericolo **non volontariamente**

causato, e non altrimenti evitabile.

- **art. 55 c.p. “Eccesso colposo”**

Si risponde **di colpa** – e non dolo - quando si eccedono **colposamente** i limiti della legittima difesa (art. 52), dell’uso legittimo delle armi (art. 53) e dello stato di necessità (art. 54),

- **art. 59 c.p. “Circostanze aggravanti/attenuanti”**

Le scriminanti operano anche se l’agente **ritiene erroneamente** di trovarsi in una situazione che le giustifica, purché l’errore sia **scusabile**.

c. *Norme speciali per le Forze di Polizia*

Oltre al Codice penale, l’uso delle armi è disciplinato anche da:

- **Legge 121/1981 (Nuovo ordinamento della Polizia di Stato)**
- **Regolamenti interni (es. TULPS – REGOLAMENTI DEI CORPI DI POLIZIA LOCALE);**
- **Linee guida operative ad uso interno (proporzionalità, necessità, gradualità).**

1.4 Conseguenze e possibili effetti delle azioni di reazione e di difesa

L’uso della forza deve sempre essere ispirato a criteri di proporzionalità con l’azione offensiva. Laddove la reazione o la condotta difensiva non rispetti tali principi, è impregiudicata, da parte dell’aggressore, l’iniziativa legale ai fini anche del risarcimento del danno. In particolare, gli articoli dal 582 al 590 sexies C.p. evidenziano la sussistenza dell’azione penale nelle lesioni cagionate, anche a titolo di reazione ad ingiusta aggressione, potendosi configurare i reati di:

- **art. 582 c.p. - “Lesioni personali”.**

Viene punito chi causa ad altri una lesione che comporta una malattia nel corpo o nella mente.

- **art. 583 c.p. – “Lesioni personali”.**

Vengono considerate **“gravi”** quando provocano un’infermità superiore ai 40 gg, **l’indebolimento permanente di un senso o di organo vitale o determinano il pericolo di vita.**

- **art. 590 c.p. – “Lesioni personali colpose”.**

Sono ricomprese le lesioni cagionate per negligenza, imperizia, imprudenza o inosservanza di norme. La pena varia in base alla gravità del fatto, con aggravanti specifiche in caso di violazione alle norme del Codice della Strada.

L’uso della forza, portato in maniera sconsiderata, senza valutazione e accecato dall’ira, può portare anche alla morte dell’aggressore.

Tale possibilità è astrattamente configurabile negli articoli seguenti, ovvero:

- **art. 584 c.p. “Omicidio preterintenzionale”.**

Quando dall’azione di reazione ne derivano involontariamente **la morte della vittima o lesioni gravi che possono portare al decesso** di colui che ha portato l’azione offensiva;

- **art. 585 c.p. “Circostanze aggravanti”.**

Aumentano la pena e riguardano l’uso di armi, azione portata contro una minorata difesa, lesioni commesse da più persone o per motivi abietti o futili, premeditazione ecc.;

- **art. 586 c.p. “Morte e lesioni come conseguenza di altro delitto”.**

Quando la morte o le lesioni derivano da un altro reato non voluto.

Nel contesto operativo, in situazioni di assoluta imprevedibilità, è fondamentale, apprendere tecniche di Difesa Personale M.G.A. che siano efficaci ma non lesive per l'aggressore. L'uso sproporzionato della forza per l'Operatore può infatti comportare conseguenze legali per chi si difende, quali procedimenti penali per lesione personale. Il Modulo pratico non segue la rigida logica delle tecniche di arti marziali. Le tecniche MGA e gli esercizi di coordinamento e potenziamento fisico prescelti mirano a creare automatismi e movimenti condizionati nel discente.

Il lavoro in palestra viene difatti effettuato su tecniche non lesive, efficaci, molto semplici praticabili anche da persone non esperte di arti marziali.

2.1 Obiettivi

- apprendere tecniche di autoprotezione istintive e non lesive;
- proteggere l'Operatore in situazioni reali, imprevedibili e in assenza di regole;
- limitare l'impatto di aggressioni improvvise, con particolare riferimento all'ambiente urbano, agli aspetti legali e alla proporzionalità delle reazioni da applicare;
- liberarsi da prese comuni, mirando a neutralizzare l'aggressore o gli aggressori senza arrecare danni gravi, privilegiando il disimpegno, il controllo con ausilio di colleghi per effettuare una tecnica di bloccaggio e/o ammanettamento;
- controllare l'equilibrio, la distanza e la postura, a binomio come unità Operative;
- applicare comportamenti adeguati al contesto Operativo, per rispettare i limiti della legittima Difesa previsti dalla legge Italiana.

2.2 Contenuti del Modulo Pratico

a. Sicurezza personale

- Postura protettiva Operativa attraverso i materiali in dotazione;
- Mani attive e distanza di sicurezza, a secondo dell'intervento.
- Movimenti di arretramento, da effettuare per andare in copertura operativa;

b. Autoprotezione

- Coperture naturali tra i quali anche i ripari balistici.
- Difesa da prese ai polsi, braccia, indumenti, principi Operativi e applicazioni delle singole leve come progressione didattica, finalizzate a bloccare o ammanettare.
- Gestione di spintoni e strattoni, condizionamento degli arti inferiori, due metodi di come stoppare una azione per evitare escalation di aggressione, nella posizione naturale di difesa dell'arma.

c. Controllo e contenimento non lesivo

- Persona agitata non collaborativa tecniche. Addestramento, prima singolo, poi a binomio e due binomi.
- Immobilizzazioni solo se necessarie con procedura di ammanettamento e accompagnamento.
- Esclusione di tecniche potenzialmente traumatiche, rispettando i principi di proporzionalità e legittima difesa previsti dalla legge.

d. Gestione dello stress

- Esercizi di respirazione, con ausilio dello Psicologo.
- Simulazioni a intensità crescente, per portare l'Operatore a gestire una situazione di emergenza senza entrare nel tunnel del panico.
- Automatizzazione dei gesti semplici ed istintivi, per una gestualità che permetta all'Operatore di neutralizzare ogni minaccia, rispettando i principi di proporzionalità e legittima difesa previsti dalla legge.

La metodologia didattica per la formazione in autodifesa e difesa personale destinata agli Operatori delle Forze dell'Ordine deve fondarsi su un approccio integrato e progressivo, che tenga conto sia delle esigenze operative, sia delle specificità normative e psicologiche del contesto di intervento.

La formazione deve prevedere una costante alternanza tra moduli teorici e pratici. La parte teorica è essenziale per fornire agli operatori la conoscenza delle norme giuridiche (es: la legittima difesa, l'uso legittimo delle armi, lo stato di necessità e le responsabilità professionali), l'analisi dei rischi e la comprensione delle dinamiche comportamentali e comunicative utili alla de-escalation dei conflitti. La parte pratica, invece, deve concentrarsi sull'apprendimento di tecniche di autoprotezione e controllo non lesive, esercizi di gestione dello stress e simulazioni di scenari reali.

I punti principali della metodologia possono sintetizzarsi nei contenuti seguenti:

- approccio progressivo: prevenzione → comunicazione → autoprotezione;
- Integrazione costante tra teoria e pratica;
- Role playing e simulazioni: tecnica che consiste nell'assumere e interpretare un ruolo specifico in una situazione simulata, reale o immaginaria, per esplorare dinamiche sociali, comportamentali o psicologiche;
- apprendere nuove competenze o risolvere problemi per migliorare le capacità di conoscenza degli Operatori.
- lavoro per migliorare le capacità singola, a binomio(coppia) e due binomi (équipe).
- valorizzare la competenza in ambito lavorativo degli Istruttori di Difesa Personale FIJLKAM/M.G.A. Professionisti delle forze dell'Ordine.

L'insegnamento delle Tecniche di Autodifesa e Difesa Personale a uso degli Operatori delle Forze dell'Ordine può essere intrapreso solo da tecnici appartenenti alle stesse Forze di Polizia, tesserati per l'anno in corso e in possesso della licenza federale (*punto 5.7 - Regolamento Generale e Organizzativo Difesa Personale/MGA FIJLKAM*). Tale settore non può essere affidato a un Maestro o Istruttore civile che non conosca i contesti operativi di riferimento che un operatore delle Forze dell'Ordine affronta quotidianamente.

Coloro che intendono insegnare agli operatori di polizia, in possesso dei requisiti richiesti, devono comunque essere sottoposti a specifica valutazione teorico pratica, mediante simulazioni operative, a cura della Commissione preposta in seno alla Federazione.

L'ulteriore obiettivo che si intende perseguire è quello di qualificare e valorizzare, nell'ambito della FIJLKAM, gli appartenenti alle Forze dell'Ordine tesserati in palestre affiliate alla stessa federazione, nella finalità di renderli funzionali, con i titoli tecnici conseguiti in questo contesto, alle Amministrazioni di appartenenza.

Tale fascia di tecnici, al termine del percorso formativo, che culmina con la qualifica di Maestro di Difesa Personale/MGA, potrebbe ambire a riconoscere le proprie competenze anche presso le Amministrazioni di appartenenza, fermi restando i Regolamenti interni o gli Accordi e i Protocolli di recepimento dei titoli e delle specializzazioni posseduti.

4

Programma di specializzazione

I Maestri di Difesa Personale/MGA FIJLKAM, appartenenti alle Forze dell'Ordine o che abbiano prestato servizio nelle stesse Istituzioni, possono intraprendere anche i seguenti insegnamenti:

- uso sfollagente/tonfa in forma statica e in forma dinamica. Tecniche principali;

- Applicazione delle tecniche dell'uso sfollagente/tonfa contro aggressione di soggetti ostili in possesso di siringa, collo di bottiglia, coltello, etc;
- Gestione di persone non collaborative. Casistiche e tecniche da usare;
- Esecuzione delle perquisizioni personali. Modalità in appoggio e ventre al suolo;
- Uso e conoscenza delle manette come mezzo coercitivo;
- Movimento a un binomio e a due binomi nel controllo di individui sospetti;
- Utilizzo di altri oggetti/strumenti ai fini della difesa personale (*agenda per appunti, penna, etc*)

5

Aggiornamento continuo

Le presenti Linea Guida saranno aggiornate periodicamente in ragione:

- dell'evoluzione normativa di riferimento;
- del mutamento degli scenari operativi, con conseguente introduzione e applicazione di nuove metodologie e tecniche;
- dei contributi che verranno forniti dagli esperti e dai tecnici in seno alla Commissione Difesa Personale livello militare e Corpi dello Stato, nonché dei referenti tecnici individuati dalle Forze dell'Ordine.