

# Cronisti in classe 2026

QN IL GIORNO

IDROTHERM<sup>®</sup>  
2000  
LUCCA - BERGAMO

rekeep

## Crederci in se stessi non deve essere un sogno

La bellezza ideale che vediamo sui social spesso è costruita su modelli di perfezione irraggiungibili: questo non aiuta l'autostima

**Ogni giorno, sui social**, in televisione e nei cartelloni pubblicitari, la bellezza viene rappresentata soprattutto dal punto di vista fisico, come qualcosa di puramente esteriore da esibire. Spesso ci vengono proposti modelli di perfezione irraggiungibili, che mostrano corpi senza difetti e volti sempre impeccabili. Si ricerca, a volte in modo insistente, la perfezione del corpo, utilizzando filtri nelle fotografie e programmi di modifica delle immagini, con l'obiettivo di apparire sempre più belli e di non essere giudicati dagli altri. Sui social network, infatti, sembra che la cosa più importante sia vestirsi alla moda, truccarsi in modo perfetto e avere un fisico ideale, senza imperfezioni.

**Questo modo** di pensare porta molte persone, soprattutto i giovani, a confrontarsi continuamente con gli altri, dimentican-

### OLTRE LO SPECCHIO

**La ricchezza nasce dall'autenticità non dall'apparenza esteriore**



La vera bellezza nasce dall'autenticità, dal coraggio di essere se stessi anche quando le circostanze che affrontiamo quotidianamente lo rendono difficile

do che ciò che vediamo online non è sempre reale, ma spesso costruito e modificato. Le immagini vengono selezionate con attenzione, ritoccate e pubblicate solo quando rispondono a determinati standard. Raramente si mostrano fragilità, momenti difficili o difetti naturali. Così si crea un'illusione collettiva, un mondo in cui tutti sembrano perfetti e felici, mentre nella realtà ognuno affronta insicurezze e problemi.

Tutto questo può far nascere in noi insicurezze, paure e un senso di inadeguatezza, che ci fanno sentire inferiori e ci impediscono di credere davvero in noi stessi e nelle nostre capacità. A lungo andare, questa continua pressione può influenzare negativamente l'autostima e il modo in cui guardiamo noi stessi. Alcune persone iniziano a pensare di non essere abbastanza belle, abbastanza interessanti o abbastanza brave. Si rischia di misurare il proprio valore in base ai "like" ricevuti o ai commenti degli altri, dimenticando che il nostro valore non dipende dall'approvazione esterna.

Invece, dovremmo essere noi a

scegliere ciò che vogliamo diventare, senza lasciarci condizionare da modelli imposti dagli altri. È importante capire che quello fisico non è l'unico ideale di bellezza esistente. La vera bellezza non si limita all'aspetto esteriore, ma riguarda anche il nostro modo di essere, il carattere, la sensibilità e il rispetto verso gli altri. È nella gentilezza di un gesto, nell'onestà delle parole, nella capacità di ascoltare e comprendere chi ci sta accanto.

**La bellezza**, quindi, dovremmo cercarla in ognuno di noi: nel nostro cuore, nei gesti quotidiani, nelle scelte che facciamo e nel modo in cui affrontiamo le difficoltà. Imparare a credere in noi stessi e ad accettarci per quello che siamo ci aiuta a sentirci unici e speciali, valorizzando le nostre differenze come una ricchezza e non come un difetto. Accettare i propri limiti e riconoscere i propri punti di forza è un passo fondamentale per costruire un rapporto sano con se stessi. Solo quando smettiamo di rincorrere un ideale imposto possiamo iniziare a vivere con maggiore serenità.

### Focus

## Dall'armonia del Partenone alle canzoni di oggi: la vera essenza è un 'dialogo' tra corpo e anima

La storia dimostra che il vero esempio non si ferma a quello che vedono gli occhi

**Fin dall'antichità** l'uomo si è interrogato sul significato della bellezza. Nell'antica Grecia, che abbiamo potuto studiare quest'anno, questo ideale è rappresentato dallo scultore Fidia, autore delle statue del Partenone. Le sue opere mostrano corpi armoniosi e proporzionati, ma non vogliono rappresentare solo la perfezione fisica: attraverso l'equilibrio delle forme, Fidia esprime anche valori interiori

come ordine e armonia. Questo ideale è legato al concetto di kalokagathia, che unisce il bello (kalós) e il buono (agathós).

**Secondo i Greci**, una persona è davvero bella solo se possiede anche qualità morali, come la giustizia e il rispetto. La bellezza, quindi, non riguarda solo l'aspetto esteriore, ma anche il modo di essere e di comportar-

### ARTE E MUSICA

**Da Fidia a Renga e Jovanotti: l'unione perfetta tra vita reale e interiorità**

si. Ancora oggi questa idea è presente nella cultura contemporanea, ad esempio nella musica.

**Nelle canzoni** di Francesco Renga la bellezza è spesso legata alle emozioni, alla fragilità, all'intensità dei valori umani e ai sentimenti autentici. Jovanotti, invece, canta una bellezza fatta di vita quotidiana, libertà e rapporto con gli altri e con il mondo, che nasce dall'essere se stessi e dal sentirsi parte di qualcosa di più grande. Dall'arte di Fidia fino alla musica di oggi, la bellezza cambia forma ma rimane legata all'equilibrio tra aspetto esteriore e interiorità.

### LA REDAZIONE

**Istituto Comprensivo "G. Galilei"  
Scuola Primaria "Ada Negri" - Busto Arsizio (Va)  
Classe 5<sup>a</sup> B - Docente: Ilaria Gallazzi**

