



## I GIORNALISTI

### Tutti i nomi dei protagonisti



La pagina è stata realizzata dagli alunni della classe IIE della Scuola secondaria di Primo Grado «Giovanni Pascoli» dell'Istituto «G. Falcone» di Cascina. Ecco i nomi dei giovanissimi giornalisti: Adili Gabriele, Bozzi Martina, Calcagni Luca, Capalbo Pietro, Diolaiti Aurora, Falconi Lorenzo, Gargano Gianluca, Gargiulo Michele, Gatta Antony, Genovesi Nora, Iaia Trevor, Marsili Flavio, Matteucci Nicole, Pugliesi Elia, Rubino Alessio, Sansone Maysa, Saraci Kiara, Shehi Kevin, Stipcevic Elia, Vasile Eleonora, Vivaldi Viola. Insegnanti: Angela Minuti, Silvia Rinaldi. Dirigente scolastico: Salvatore Caruso.

## Classe II E scuola «G.Pascoli» di Cascina

# Adolescenti davanti allo specchio

Accettare se stessi senza farsi condizionare dai giudizi esterni. I canoni di bellezza cambiano attraverso i secoli

CASCINA

**Anche gli adolescenti** sono spesso stressati? Ebbene sì, durante l'adolescenza lo stress è sempre presente! E' causato da diversi fattori: il non poter essere se stessi per timore del giudizio altrui, i genitori non empatici, il dare tanto a persone che poi si rivelano disinteressate a te e alla tua storia e infine la ricerca della bellezza. Frequentemente gli adolescenti tendono a prendere come punto di riferimento i cosiddetti canoni di bellezza ovvero degli ideali estetici che cambiano con il passare del tempo. Nel 1400 per esempio l'ideale di bellezza era indubbiamente la Venere del Botticelli: forme pronunciate, addome sporgente e fianchi larghi. Nel 1700 la donna era bella se era alta, con le curve nei punti giusti, la vita strettissima e la pelle pallida, diafana. Nel secondo dopoguerra l'icona di bellezza era la famosa Marilyn Monroe che aveva i fianchi larghi, la vita stretta e le gambe snelle con hip dips. Per arrivare poi agli anni '80 in cui si sono affermate le super modelle come Naomi Campbell, soprannominata la «Vene-



«Fiore bianco tra i rossi»: il disegno degli studenti della II E, scuola «Pascoli» Cascina

re Nera» e Claudia Schiffer: il seno è abbondante, la vita sottile e le gambe molto lunghe e affusolate. A volte anche gli apprezzamenti ci influenzano impedendoci così di essere pienamente

noi stessi. I giudizi «positivi», se inopportuni, sono spiacevoli: è il caso del «catcalling». Stai camminando per strada e qualcuno comincia a fischiare riferendosi a te, ma non solo! Il fischio viene accompagnato da espressioni

ni poco gradevoli riguardanti il tuo aspetto fisico o il modo in cui sei vestita. Il catcalling fa sentire chi lo fa una persona forte e potente, mentre, normalmente, chi lo subisce si sente sottomesso e a disagio. Alle persone sensibili che non riescono ad ignorare i giudizi negativi, che non riescono a sentirsi accettati o che hanno problemi familiari è consigliato spesso di sfogarsi con qualcuno, ma la domanda è con chi, se non si ha nessuno con cui parlare? I genitori sono troppo impegnati e gli amici magari non hanno voglia di ascoltare lamenti... Risulta difficile trovare qualcuno che ti capisca però esistono anche persone specializzate come gli psicologi.

**È ormai un'ossessione** dover apparire in un certo modo agli occhi degli altri per timore di essere valutati negativamente. Non è semplice ma dovremmo sforzarci di essere sempre noi stessi, senza preoccuparci del parere altrui: chi giudica infatti lo fa perché ha paura che gli altri vedano ciò che non va in lui e quindi scarica così le proprie insicurezze. Dovremmo davvero provare a raccontare a qualcuno cosa proviamo: a volte parlare risolve molti problemi.

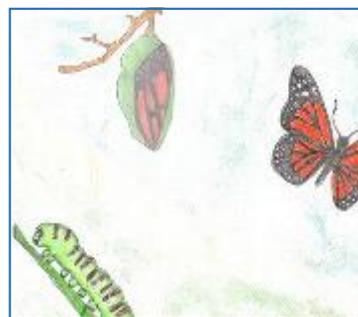
## L'approfondimento

### Calo dell'autostima nel periodo dell'adolescenza E' tutta colpa del bodyshaming? Scopriamolo

«Una brutta bestia che colpisce specialmente i ragazzi e le ragazze»

**Secondo** la ricerca «Beauty Confidence e Autostima», promossa da Dove con Edelman intelligence, emerge che l'autostima delle italiane è tra le più basse al mondo. Ciò deriva da una società giudicante che porta a paragonarsi a modelli irraggiungibili. Questa scarsa percezione di sé si ha soprattutto nel periodo dell'adolescenza che porta con sé importanti cambiamenti fisici, psicologici e sociali. Sono

le ragazze a mostrare una maggiore insoddisfazione rispetto ai ragazzi. L'immagine di bellezza creata negli ultimi decenni dai media è percepita come l'unica capace di farci sentire socialmente accettati, anche seguire la moda del momento risulta indispensabile per potersi sentire bene, integrati e parte di un gruppo. Spesso però il confronto con modelli di bellezza «perfetta» porta disagio e in casi estremi ma diffusi a disturbi alimentari. C'è inoltre un altro mostro che si manifesta nel web, il body shaming: la derisione delle forme del corpo, ultima forma di cyberbullismo. Secondo noi di frequente viene fatto da persone dal passato difficile:



ciò non deve giustificare determinati comportamenti, ma serve anche provare a capire perché stiano cercando di sfogare la propria rabbia in quel modo e magari aiutare sia le vittime che i «carnefici». **Nella foto, il disegno «Da bruco a farfalla»**

## L'intervista

### Approfondiamo i disturbi alimentari

**Per parlare** dei disturbi alimentari abbiamo intervistato la psicologa della nostra scuola: la dottoressa Jessica Schiano.

**Quante persone da lei aiutate hanno sofferto di problemi alimentari?**

«Ho aiutato molte persone e ho notato che spesso non erano i pazienti ad accorgersi del loro disturbo ma le persone che gli stavano intorno».

**Ci spiegherebbe in modo semplice che cosa si intende per anoressia e bulimia?**

«L'anoressia è un disturbo alimentare che consiste nel rifiuto

di mangiare gli alimenti e colpisce prevalentemente le ragazze. Invece la bulimia consiste nel mangiare eccessive quantità di cibo facendo seguire comportamenti compensatori».

**In classe abbiamo riflettuto e parlato varie volte delle problematiche relative al nostro essere adolescenti: cosa ci può dire al riguardo per aiutarci?**

«Dato che l'adolescenza è un periodo fondamentale per la creazione della propria identità, affrontare tutti i problemi, ovvero anche solo il parlarne, permette di fare passi in avanti nella definizione del sé. E' fondamentale la comunicazione e il confronto sia con il gruppo dei pari, esprimendo il disagio generazionale che vi accomuna e sia con figure di riferimento che possono essere genitori, insegnanti o altre figure di supporto, che grazie alla loro esperienza possono essere un modello positivo.»