



**Ministero dell'Istruzione e del Merito**  
**Istituto Comprensivo "Primo Levi"**

Via Palaverta, 69 – 00047 MARINO – Loc. Frattocchie (RM)  
Tel./Fax 0693540044 - C. F. 90049500581 – C.U: UF5D2G

RMIC8A7009 – Distretto 40 – Ambito XV

Email: [rmic8a7009@istruzione.it](mailto:rmic8a7009@istruzione.it) -

[rmic8a7009@pec.istruzione.it](mailto:rmic8a7009@pec.istruzione.it)

Sito web: <https://comprensivoprimolevi.edu.it>

**PNRR**  
**FUTURA**  
LA SCUOLA  
PER L'ITALIA DI DOMANI

COESIONE  
ITALIA 21-27  
SCUOLA E  
COMPETENZE

# GIORNATE A TEMA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO

a.s. 2025-2026

**"STAI ZITTA,  
DEVI  
OBBEDIRMI"**

Se te lo dice è **VIOLENZA**

**"SEI TU  
IL PROBLEMA  
DI QUESTA  
FAMIGLIA"**

Se te lo dice è **VIOLENZA**

Ci sono frasi che sono come schiaffi. Mortificano, umiliano, isolano, disorientano e minano l'autostima delle donne. Non sono solo parole, è violenza psicologica. Fermiamola prima che sia tardi. Chiama i centri antiviolenza per farti aiutare. Un'altra vita è possibile.

Regione Emilia-Romagna

**"SE MI LASCI  
TI ROVINO"**

Se te lo dice è **VIOLENZA**

Ci sono frasi che sono come schiaffi. Mortificano, umiliano, isolano, disorientano e minano l'autostima delle donne. Non sono solo parole, è violenza psicologica. Fermiamola prima che sia tardi. Chiama i centri antiviolenza per farti aiutare. Un'altra vita è possibile.

Regione Emilia-Romagna



**"MA QUANTO  
HAI SPESO?  
NON SAI  
NEANCHE FARE  
LA SPESA"**

Se te lo dice è **VIOLENZA**

Ci sono frasi che sono come schiaffi. Mortificano, umiliano, isolano, disorientano e minano l'autostima delle donne. Non sono solo parole, è violenza psicologica. Fermiamola prima che sia tardi. Chiama i centri antiviolenza per farti aiutare. Un'altra vita è possibile.

Regione Emilia-Romagna



**"NON VAI DA  
NESSUNA  
PARTE, SENZA  
DI ME SEI UNA  
FALLITA"**

Se te lo dice è **VIOLENZA**

Ci sono frasi che sono come schiaffi. Mortificano, umiliano, isolano, disorientano e minano l'autostima delle donne. Non sono solo parole, è violenza psicologica. Fermiamola prima che sia tardi. Chiama i centri antiviolenza per farti aiutare. Un'altra vita è possibile.

Regione Emilia-Romagna



*13 novembre  
2026  
Giornata della  
gentilezza*

*22 maggio  
2026  
Red race*

**1E prof. Ascione**

# 2A 2B 2E

## SOGGETTO CAVATO E GENTILEZZA

prof. Chiara Ascione



Un lavoro basato sulla riflessione sui principi del manifesto della gentilezza e la creazione di un testo musicale che avesse per note (seguendo la nomenclatura anglosassone) quelle corrispondenti alle consonanti che compongono le parole del principio assegnato.

*13 novembre 2026 Giornata della gentilezza*

# 1A 1B 1E

## RICICLO CREATIVO

prof.ssa Ascione



**Costruzione di strumenti musicali a percussione con materiali da riciclo.**

# 3A 3B 3E

## GLI STRUMENTI DEL MONDO

prof. Chiara Ascione



Domande Risposte **55** Impostazioni Totale punti: 30

Sezione 1 di 5

### Valutazione UDA 3 Gli strumenti del mondo

Comprendere e riflessione

Questo modulo raccoglie automaticamente gli indirizzi email di chi risponde [Modifica impostazioni](#)

Nome e cognome \*

Testo risposta breve

Email \*

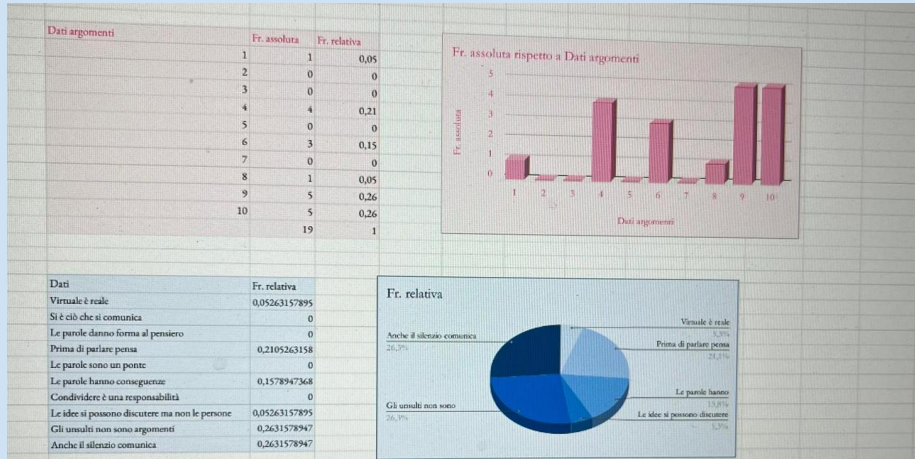
Testo risposta breve

Domande del quiz

Competenze in materia di consapevolezza ed espressione culturali

I ragazzi delle classi terze hanno esplorato le tradizioni musicali in tutto il mondo, lavorando in gruppo e singolarmente e scegliendo uno strumento musicale da presentare e da confrontare con quelli dei compagni. In ultimo hanno riflettuto sulle competenze artistiche e culturali e sulla loro importanza.

# Il manifesto della comunicazione non ostile e progetto unplugged classe 3B



Dall'esperienza di unplugged: manifesti per dire no alle dipendenze

Gli articoli più significativi per la classe sono rappresentati in tabella e nei grafici.

# L'Ecosistema Classe 1B

Lavoro sulla rappresentazione di animali immaginari che possiedono le peculiarità di ciascun alunno: ogni caratteristica è una risorsa nell'ottica del gruppo. Ognuno è importante. Insieme contro il bullismo.





**3A 3B 3E**  
**LA MIA CANZONE SULLA**  
**GENTILEZZA**  
prof. Chiara Ascione

***13 novembre 2026 Giornata della  
gentilezza***

Fusione di due distinti momenti:

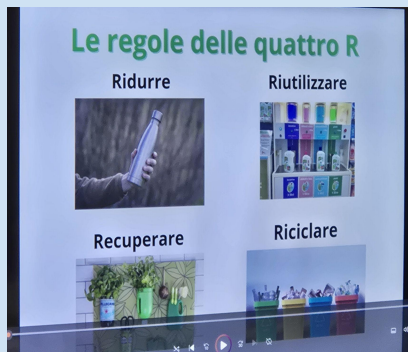
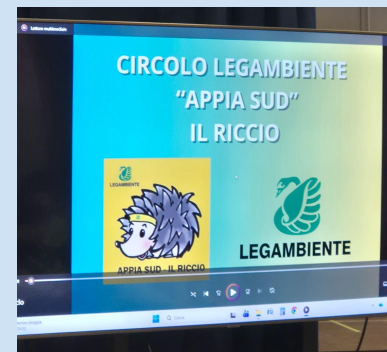
Ascolto, riflessione e CAVIARDAGE dalle canzoni: Essere umani, Parole in circolo, Al cuor gentile, Ricordati di vivere.

Costruzione di una propria canzone che utilizzasse le parole gentili estratte dalle canzoni attraverso SUNO.

# CLASSI PRIME - Incontri con Legambiente

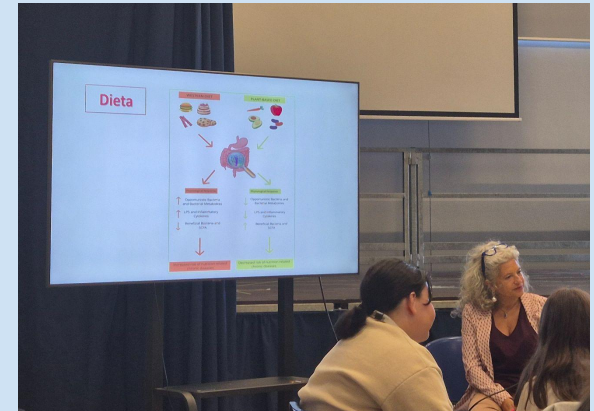
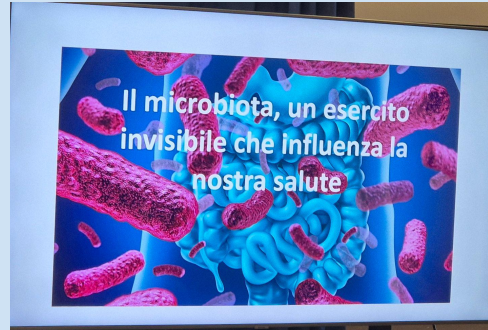


## LEGAMBIENTE



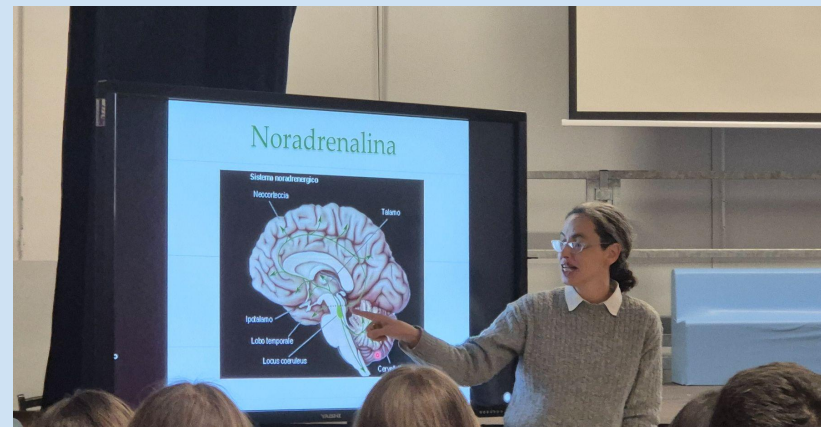
# CLASSI SECONDE - Mangia sano, vivi meglio

Incontri con le dott.sse dell'Università San Raffaele sull'importanza di un'alimentazione corretta e di un microbiota sano



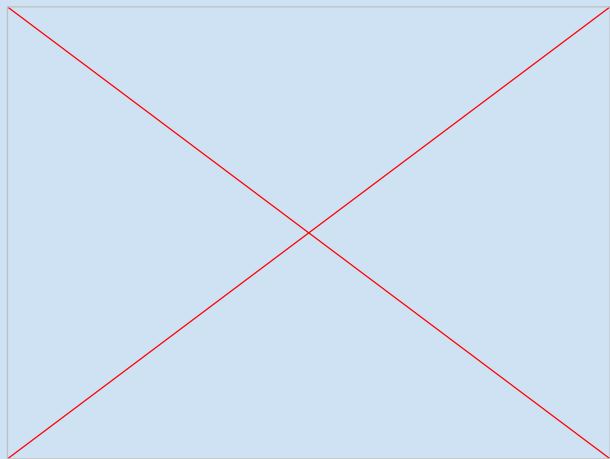
# CLASSI TERZE - Libero di scegliere: contrasto alle dipendenze

Incontri con la dott.ssa Ghiglieri dell'Università San Raffaele su cervello e dipendenze



# UDA Interdisciplinare: LE PAROLE SONO PONTI

## Classe 1A



Un ringraziamento speciale alla prof.ssa Ascione che ha curato la realizzazione del video



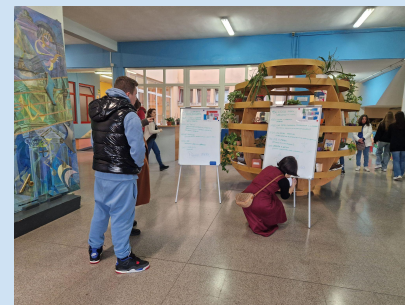
Progetto “**COSTRUIAMO PONTI**” : nell’ambito delle attività progettate per l’unità di apprendimento multidisciplinare della classe 1A gli alunni hanno creato un video che narra il bullismo attraverso i loro racconti.

# LEVI'S GOT TALENT

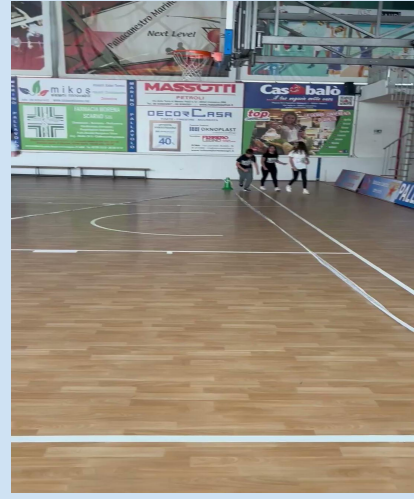
## IL FESTIVAL DELL'INCLUSIONE (tutte le classi dell'Istituto)



# PORTE APERTE PER L'ORIENTAMENTO CLASSI TERZE



# CORSA CONTRO LA FAME



# PROGETTO LEGALITA' "INSIEME E' POSSIBILE"(IRC): I NOSTRI TESTIMONI DEL BENE.

Classi seconde e terze della scuola secondaria I.C. Primo Levi a.s. 2025-2026

Alla scoperta delle associazioni di volontariato presenti sul territorio ed evento conclusivo di service learning insieme alle classi quarte delle scuole primarie dell'Istituto Primo Levi.



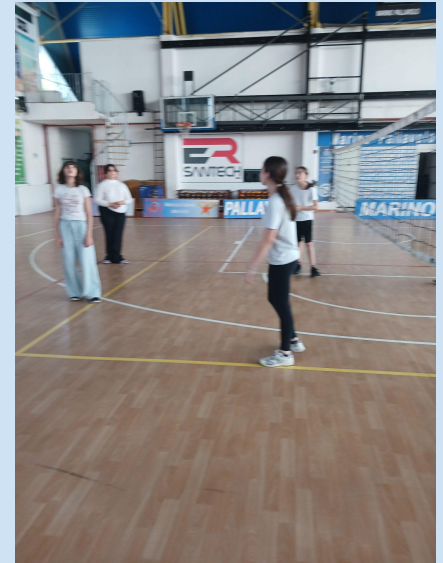
*Prof.ssa Bello M. Vittoria IRC*

# Unità didattica di apprendimento ‘Leali, rispettosi e solidali’

prof.ssa Quartetti



I ragazzi hanno acquisito che si gareggia cercando la vittoria attraverso il proprio impegno, ma senza mai perdere di vista la dignità dell'avversario e l'integrità dello sport. Correttezza e Fair play guidano i comportamenti dei ragazzi in campo e nella vita



# PROGETTO REGIONALE 'SANO CHI SA' - Classe IIA prof.ssa Russo

## Uda disciplinare

### Fase 1: Indagine Statistica – "Cosa mangiamo?"

questionari: sulle abitudini alimentari e sui gusti alimentari

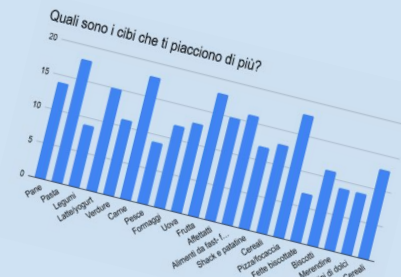
### Fase 2: Elaborazione, Analisi dei Dati e discussione guidata

### Fase 3: La Scienza nel Piatto con "SanoChiSa"

Analisi della composizione degli alimenti, calcolo degli apporti calorici, di proteine e vitamine e confronto tra i risultati ottenuti e linee guida per una sana alimentazione.

### Fase 4: Il Compito di Realtà – Il Manifesto della Salute

Lavoro di gruppo per la progettazione e la realizzazione di un manifesto di sensibilizzazione.

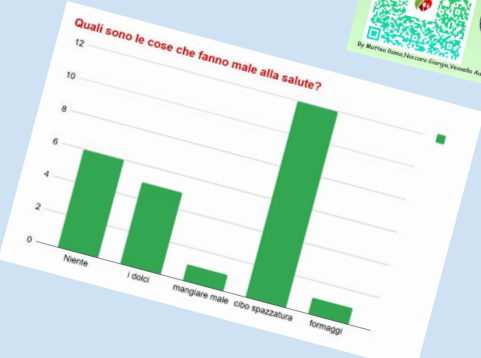


### REGOLE SULL' ALIMENTAZIONE

1. Monitorare l'assunzione per... permettere alla salute di dare tutto alla digestione.
2. L'alimento più importante da guardare è la quantità di fibre e la quantità di ACQUA.
3. Il pasto più importante della giornata è la COLAZIONE.
4. Nella colazione sono importanti i carboidrati, le proteine e le vitamine.
5. È molto importante regolare la quantità di proteine, zuccheri, carboidrati ecc...
6. È molto importante non spingere con gli zuccheri.
7. Organizzare dei piccoli spuntini sani e ricchi in fibre e acqua per mantenere costante l'equilibrio.
8. Consumare spesso molto più sale del necessario. Per risparmiare i piatti, girare e usare spazio.
9. Bere almeno 1,5 - 2 litri di acqua al giorno. Spesso confondiamo la sete della sete con quella della fame.
10. Fai attività sportiva e rilassarti in forma il tuo tempo per avere una vita di vita sana.

### LE REGOLE PER UNA SANA ALIMENTAZIONE

1. Cambia il più possibile gli alimenti per assumere tutti i principi nutritivi.
2. Consuma tra i 3 ai 5 pasti al giorno.
3. Fai una colazione completa, è fondamentale per dare energia al cervello e sentirsi sazi.
4. Bevi molto acqua, è fondamentale per assimilare i nutrienti.
5. Rispetta la regola del 5: consuma ogni giorno 5 porzioni tra frutta e verdura.
6. Scegli gli alimenti integrali per aiutare l'intestino e sentirsi sazi (almeno il 50%).
7. Riduci il sale: Non superare i 5 grammi al giorno.
8. Mastica lentamente e molte volte, è fondamentale per aiutare i processi digestivi.
9. Cena sempre almeno 2 ore prima di andare a dormire e mangia cibi assunti e l'attività notturna.
10. Cerca di bilanciare le calorie, mantenendo un equilibrio tra gli alimenti.



# UDA disciplinare : Le dipendenze Classe IIIA - prof.ssa Russo

## DIPENDENZA ALLE DROGHE

### COS'È LA DIPENDENZA DA DROGA? FATTI, SINTOMI E TRATTAMENTI

Con dipendenza da droga si intende lo stato di necessità, al punto da non poter rinunciare alla sostanza, con conseguenze negative per la salute e la vita.

I sintomi più comuni a livello comportamentale sono la necessità di continuare ad assumere, l'assenza di interesse per le attività quotidiane, l'isolamento, l'assenza di responsabilità, l'assenza di cura per il proprio aspetto, l'assenza di interesse per gli studi, l'assenza di interesse per gli amici, l'assenza di interesse per gli hobby, l'assenza di interesse per gli sport.

La dipendenza da droga è una malattia cronica e ricorrente che si manifesta con sintomi fisici e psichici. La dipendenza da droga è una malattia cronica e ricorrente che si manifesta con sintomi fisici e psichici.



## QUALI DROGHE ESISTONO?

I tipi di droga sono vari e si classificano in base agli effetti ed alla loro azione: oppiacei (eroina, morfina), stimolanti (cocaína, amfetamine), allucinogeni (psichedelici, LSD, marijuana), cannabinoidi (cannabis), inalanti (gas), droghe sintetiche (ecstasy, ketamina, LSD, MDMA, GHB, ecc.), farmaci usati inappropriatamente.

### STORIA VERA



### AMY WINEHOUSE

La sua prima dipendenza è stata quella di oppiacei, in particolare eroina. La droga ha fatto sì che la cantante si isolasse dal mondo e si concentrasse solo sulla musica. Nonostante il successo, la sua dipendenza si aggravò fino a portarla alla morte.

È il 23 luglio 2011, Amy Winehouse si uccide con un'overdose di eroina a Londra. L'incidento della dipendenza è un tragico esempio di come la droga possa distruggere una vita.

### DATI



ISABEL STABILE, TIZIANO RIZZO, GIANLUCA TEDESCHI

La classe è stata divisa in gruppi e ogni team ha ricevuto il compito di studiare una diversa dipendenza.

### PRESENTAZIONE SULL'...

## L'ALCOLISMO

RUGGERI-ARMINI-ZAMFIR-PERFETTI

**ELENA E LA SUA TESTIMONIANZA**

Eleonora ha iniziato a bere per sfuggire al dolore. Per lei, bere è diventato un modo per dimenticare i problemi. Ma il tempo è passato e il dolore è tornato. Eleonora ha deciso di raccontare la sua storia per aiutare altre persone che stanno vivendo una situazione simile.

**LA SUA STORIA**

Eleonora ha iniziato a bere per sfuggire al dolore. Per lei, bere è diventato un modo per dimenticare i problemi. Ma il tempo è passato e il dolore è tornato. Eleonora ha deciso di raccontare la sua storia per aiutare altre persone che stanno vivendo una situazione simile.

## Il giornalino della scuola

Il fumo uccide!

**cos'è la dipendenza da fumo?**

Una storia vera...

La dipendenza dal fumo è una malattia cronica e ricorrente che si manifesta con sintomi fisici e psichici. La dipendenza dal fumo è una malattia cronica e ricorrente che si manifesta con sintomi fisici e psichici.

**Ecco la piramide del mondo che fumano**

La grande piramide mostra che il 70% della popolazione mondiale non fuma, il 20% fuma poco, il 5% fuma molto, e il 3% fuma molto molto.

Ciascun gruppo ha utilizzato le informazioni raccolte per creare un manifesto informativo destinato a una campagna di sensibilizzazione.

# IL CERVELLO

## Classe III E - prof. Angelico

www.StudioSf.com

### Disturbi del Linguaggio

Cos'è il disturbo del linguaggio?

I disturbi del linguaggio sono affezioni che colpiscono l'abilità di comunicare. Si dividono in disturbi del linguaggio orale e disturbi del linguaggio scritto. I disturbi del linguaggio orale sono quelli che riguardano la produzione del suono e la comprensione del messaggio. I disturbi del linguaggio scritto sono quelli che riguardano la scrittura e la lettura.



### Malattie del sistema nervoso – Parkinson e Alzheimer



David Munteanu, Valerio Gilebbi, Hana Hadzirc, Sofia Bartoli


### Parkinson – definizione e cause

Cos'è il Parkinson?

- Malattia neurodegenerativa progressiva.
- Colpisce soprattutto il controllo dei movimenti.
- Causata dalla perdita dei neuroni dopaminergici nella **sostanza nera**, una zona del cervello che produce dopamina.
- La diminuzione della dopamina porta a tremori, rigidità e lentezza dei movimenti.

Cause e fattori di rischio:

- Morte dei neuroni dopaminergici (motivo principale).
- Fattori genetici: mutazioni nei geni *LRK2*, *PARK7*, *PINK1*, *SNCA*.
- Fattori ambientali:
  - esposizione a pesticidi o metalli pesanti;
  - inquinamento o traumi cranici ripetuti.
- Età avanzata (maggiore rischio dopo i 60 anni).
- Possibile ruolo di fattori virali o infiammatori (ancora oggetto di studio).



www.StudioSf.com

### Le Cause

Genetica  
Fattori ambientali

Problemi sensoriali  
Cause neurologiche

Difficoltà motorie orali  
Ritmo di sviluppo



### Cos'è l'Alzheimer

- Malattia neurodegenerativa progressiva.
- Colpisce principalmente memoria, linguaggio e capacità cognitive.
- Prima causa di demenza al mondo.

# I DISTURBI ALIMENTARI

## Classe IIE - prof. Angelico

### ANORESSIA

- Chi soffre di anoressia nervosa ha molta paura di ingrassare anche se si è molto magri. Così si tende a mangiare molto poco e si ha una percezione sbagliata del proprio corpo.
- Colpisce soprattutto le ragazze adolescenti, ma può colpire anche i ragazzi.
- L'anoressia può causare:
  - Debolezza e stanchezza
  - problemi al cuore e alle ossa
  - difficoltà di concentrazione
  - nei casi più gravi può essere pericolosa per la vita



### I DISTURBI COMPORTAMENTALI DELL'ALIMENTAZIONE

### PICA

- Chi soffre di pica mangia sostanze che non sono cibo e lo fa ripetutamente per molto tempo. Per esempio mangia terra, gesso, carta, ghiaccio...
- Può essere legata a:
  - carenza di alcune sostanze nel corpo (come il ferro)
  - problemi emotivi o psicologici
  - disturbi dello sviluppo
- La pica può causare:
  - mal di stomaco
  - infezioni
  - problemi intestinali
  - avvelenamenti se le sostanze sono pericolose



### I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE SONO:

- ANORESSIA NERVOSA
- BULIMIA NERVOSA
- DISTURBO DA ALIMENTAZIONE INCONTROLLATA
- PICA
- ARFID
- DISTURBO DI RUMINAZIONE
- ORTORESSIA
- VIGORESSIA
- SINDROME DA ALIMENTAZIONE NOTTURNA

### DISTURBO DA ALIMENTAZIONE INCONTROLLATA

- Chi soffre di disturbo da alimentazione incontrollata mangia grandi quantità di cibo in poco tempo e sente di non riuscire a controllarsi.
- Dopo l'abbuffata prova tristezza, vergogna o senso di colpa. A differenza di altri disturbi alimentari, di solito non cerca di eliminare il cibo (per esempio vomitando).
- Può causare:
  - aumento di peso
  - stanchezza
  - problemi di salute
  - disagio emotivo



# "L'ALBERO DELLA GENTILEZZA."

TUTTE LE CLASSI PRIME E SECONDE : Le classi hanno visionato e commentato un cortometraggio sulla gentilezza, appreso il lessico in lingua francese ed inglese e realizzato un albero le cui foglie contengono messaggi gentili



# "La gentillesse attire la gentillesse."

**3B 3C 3E**

Prof. Manfredi

Gli alunni dopo aver visionato filmati e documenti in lingua francese hanno appreso il lessico relativo alla gentilezza e con esso hanno realizzato canzoni e video con l'ausilio di SUNO e AI

[https://drive.google.com/file/d/1EsP0oENi7NZBCea-Fzk268ztUKYYcisW/view?usp=classroom\\_web&authuser=0](https://drive.google.com/file/d/1EsP0oENi7NZBCea-Fzk268ztUKYYcisW/view?usp=classroom_web&authuser=0)

[https://drive.google.com/file/d/1oeRZTHelbv8sbDjZ6tht alWxjUedKiDm/view?usp=classroom\\_web&authuser=0](https://drive.google.com/file/d/1oeRZTHelbv8sbDjZ6tht alWxjUedKiDm/view?usp=classroom_web&authuser=0)

[https://drive.google.com/file/d/1pYhJCxch1YEZe70b5qgpWBkJO9t0cf3L/view?usp=classroom\\_web&authuser=0](https://drive.google.com/file/d/1pYhJCxch1YEZe70b5qgpWBkJO9t0cf3L/view?usp=classroom_web&authuser=0)

[https://drive.google.com/file/d/1ecinnzAITnZYEj-0EFfkFJvxQ7AmtAXV/view?usp=classroom\\_web&authuser=0](https://drive.google.com/file/d/1ecinnzAITnZYEj-0EFfkFJvxQ7AmtAXV/view?usp=classroom_web&authuser=0)

[https://drive.google.com/file/d/1K8MsjpMRwEaP1uhpcrIA48sBquNQJmwb/view?usp=classroom\\_web&authuser=0](https://drive.google.com/file/d/1K8MsjpMRwEaP1uhpcrIA48sBquNQJmwb/view?usp=classroom_web&authuser=0)

# STOP AL BULLISMO: costruiamo ponti, abbattiamo muri

Gli alunni hanno visionato filmati e documenti in lingua francese ed inglese sul bullismo e cyberbullismo. In seguito hanno realizzato con l'aiuto del prof. Patrevita un muro in cartoncino per dire "NO AL BULLISMO" e dei "pannelli stradali" per indicare la giusta strada per comportamenti corretti ed inclusivi

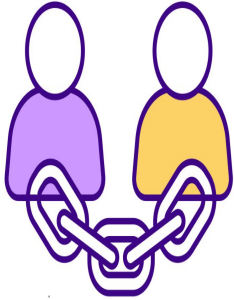


# UDA disciplinare : Le dipendenze

## Classe III F - prof.ssa Reali

### COS'E' LA DIPENDENZA

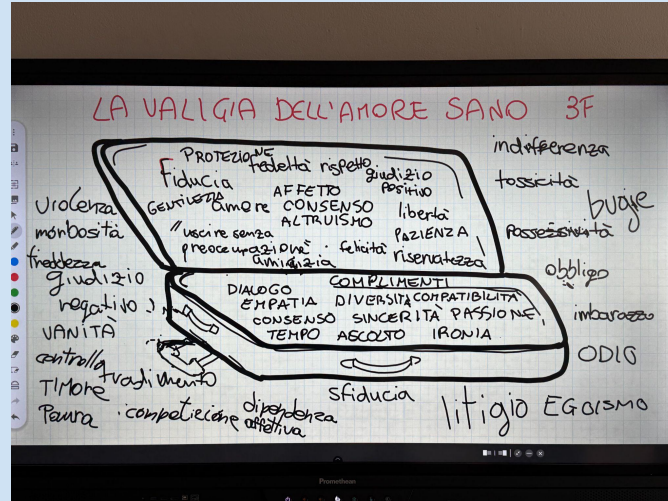
- All'inizio si prova piacere.
- Poi serve sempre di più per sentirsi bene.
- Infine, non si riesce più a farne a meno, anche se fa male.



La classe è stata divisa in diversi gruppi ognuno dei quali ha approfondito una dipendenza e realizzato un prodotto digitale.

# La valigia dell'amore sano della IIF

## Prof.ssa Reali



Nell'ambito di un percorso educativo dedicato al rispetto, all'affettività e al consenso, gli alunni hanno partecipato a diverse attività di riflessione, confronto e condivisione. Al termine del percorso hanno realizzato **“La valigia dell'amore sano”**, un elaborato collettivo in cui hanno raccolto i valori, gli atteggiamenti e i comportamenti che favoriscono relazioni positive e rispettose, come fiducia, dialogo, empatia, sincerità e ascolto. All'esterno della valigia sono stati invece riportati gli elementi che possono compromettere una relazione, come gelosia, possessività, egoismo e mancanza di rispetto.

# Campagna di sensibilizzazione #IMPARIAMO A RICONOSCERE

Classe 3D

Prof.ssa Martina Giovanetti

## Temi di genere

## Campagna di sensibilizzazione

#IMPARIAMOARICONOSCERE

## Sessismo benevolo

## Che cos'è?

Il mansplaining è quando un uomo spiega qualcosa a una donna dando per scontato che lei non capisca, anche se magari ne sa più di lui. Diventa Mansplaining quando:

- Lui non ascolta quello che dice lei
- Le spiega una cosa ovvia come se fosse stupida
- La interrompe per correggerla se sbaglia

## CAT CALLING

#IMPARIAMOARICONOSCERE

## GASLIGHTING

Il gaslighting è un vero e proprio abuso, una forma di manipolazione maligna che rischia di far cadere la vittima in una condizione di sudditanza psicologica.

### COME DIFENDERSI?

Attraverso una presa di consapevolezza. Essere coccolati, e anche solo iniziare a tirare i meccanismi per le ascelle del gaslighting, cambia l'intero passo per uscire da questo condizione di abuso. Un abuso che può portare la vittima in una condizione di stress, ansia e depressione e il secondo passo è stato di un percorso di autonomia, di rinnovata capacità di sé, e di dipendenza.

Prise e supporto psicologico

### TIPICHE FRASI

- "Non sei abbastanza intelligente"
- "Sei un persona pazza"
- "Sei un'ipotesi paranoica..."
- "Non ho mai detto una cosa simile"
- "Ti sto facendo un favore, ti sto insegnando"
- "Dai cosa, che non sono mai stato così"
- "Staresti di sbarrarti le sopracciglia"

## Mansplaining

Il mansplaining è un comportamento che acquisisce un uomo verso una donna, solitamente nel contesto lavorativo. Questo comportamento consiste nel spiegare come fare qualcosa, pensando che fuomo lo sappia fare meglio di una qualsiasi donna.

### Esempi pratici di mansplaining:

- sul lavoro:** un uomo interrompe una collega per spiegarle un concetto tecnico del suo stesso settore, dicendo "aspetta, ti spiego io come funziona"
- in famiglia:** il marito spiega alla moglie come fare una manovra nonostante la tanta esperienza della moglie.

## Come combatterlo?

Se ti dovessi trovare in una situazione del genere, come lo dovresti gestire?

- Dì cosa come: "me ne intendo", "lo so già".
- Cerca di continuare tu, magari parlando sopra a lui come aveva fatto con te.
- Rimani sempre calma anche se la situazione è fastidiosa.
- Se invece non dovesse succedere a te personalmente aiuta l'altra persona, ad esempio dicendo: "Si ok ma falla finire di parlare", "Vabene però ora lasciamo finire lei"

## Love Bombing

Sbordamento d'amore è una manipolazione psicologica in cui una persona manda il partner di attenzioni, regali e affetto eccessivo, specialmente all'inizio di una relazione. L'obiettivo è conquistare rapidamente la fiducia, creare una forte dipendenza affettiva e ottenere il controllo, per poi spesso isolare la vittima.

### PROCEDIMENTO

- Intenzioni ostili. Dichiarazioni d'amore estreme, progetti di vita comune o affermazioni come "Se la mia prima moglie" dopo pochissimo tempo.
- Regali e attenzioni costanti. Messaggi, chiamate e regali continui e inaspettati.
- Isolamento. Spesso il manipolatore cerca di allontanare la vittima da amici e familiari per accentuare la dipendenza.
- Falsa. Il manipolatore tende a ritrarre e ingrandire il suo ruolo, osservando l'effetto di critica nella vittima.

### COME DIFENDERSI?

Ritardare il ritmo. Stabilire dei confini: imparare a dire "no". Osservare le azioni, non le parole. Mantenere la propria rete sociale: Non isolarsi e fidarsi dell'istinto

## CHE COS'È

Fra le più comuni tecniche per mettere in dubbio l'identità e l'ordine di realtà di una persona, ci sono il gaslighting, il mansplaining, il "love bombing", il "catcalling", ma in realtà non esiste una sola tecnica ma un insieme di tecniche. Sono queste tecniche di manipolazione che possono portare a conseguenze gravi, come l'isolamento, la depressione, l'ansia e il trauma.

In occasione della Giornata internazionale per l'eliminazione della violenza contro le donne, la classe ha svolto un percorso di approfondimento sulle questioni di genere e sulle diverse forme di discriminazione e violenza. Dopo un lavoro di analisi e comprensione di un lessico specifico relativo a tali tematiche, gli studenti, organizzati in piccoli gruppi, hanno progettato e realizzato una campagna di sensibilizzazione dal titolo "#Impariamoariconoscere". Attraverso slogan, testi e materiali informativi, hanno presentato termini e concetti chiave, riflettendo sui comportamenti che possono generare discriminazione e individuando possibili strategie di prevenzione e contrasto. L'attività ha favorito la consapevolezza, il confronto e la partecipazione attiva degli studenti su temi di cittadinanza e rispetto della persona.