



# School Practice Evidence FORM

## Title (Titolo)\*

Quel vuoto da riempire: storie e segreti per trovare il proprio posto

## Description (Descrizione) 500 caratteri

L'adolescenza, specialmente tra i 12 e i 13 anni, è un periodo di transizione cruciale. I ragazzi iniziano a vivere cambiamenti fisici, emotivi e cognitivi che li portano a interrogarsi sul proprio ruolo e sul senso della loro esistenza. Il vuoto, che molti adolescenti sperimentano come una sensazione di smarrimento o di insoddisfazione, è spesso la manifestazione di bisogni profondi di appartenenza, comprensione e significato. È una fase in cui il giovane inizia a distaccarsi dalle certezze dell'infanzia e sente l'urgenza di trovare risposte alle domande che nascono da questo "vuoto".

Dal punto di vista pedagogico e didattico, questa proposta mira a valorizzare l'esperienza del vuoto non come una mancanza da colmare superficialmente, ma come un'opportunità per coltivare la riflessione e la consapevolezza. L'incontro con il vuoto può diventare per l'adolescente un momento formativo prezioso, poiché permette di sviluppare il pensiero critico e di avviare un percorso di crescita personale che lo aiuti a cercare risposte autentiche alle proprie domande esistenziali. Attraverso questa attività, si vuole incoraggiare gli studenti a esplorare la dimensione spirituale e a riconoscere il desiderio di significato come un elemento intrinseco dell'essere umano.

In termini di bisogni, questa proposta si inserisce in un contesto di dialogo e ascolto reciproco, aspetti fondamentali per ragazzi di quest'età. Offrire loro la possibilità di esprimere paure, insicurezze e aspirazioni significa anche creare un ambiente sicuro, in cui si sentano accolti e riconosciuti.

Con questo percorso di apprendimento si vuole anche creare uno spazio educativo che aiuti i ragazzi a esplorare il proprio mondo interiore e a sviluppare competenze emotive e sociali, fondamentali per affrontare le sfide della crescita e orientarsi verso una ricerca di senso profonda e personale.

Adolescence, especially between the ages of 12 and 13, is a crucial transitional period. Children begin to experience physical, emotional, and cognitive changes that lead them to question their role and the meaning of their existence. The emptiness, which many adolescents experience as a sense of loss or dissatisfaction, is often the manifestation of profound needs for belonging, understanding, and meaning. It is a stage in which young people begin to detach themselves from the certainties of childhood and feel the urgency to find answers to the questions that arise from this "emptiness."



From a pedagogical and didactic perspective, this proposal aims to enhance the experience of emptiness not as a lack to be superficially filled, but as an opportunity to cultivate reflection and awareness. The encounter with emptiness can be a valuable learning experience for adolescents, as it allows them to develop critical thinking and initiate a path of personal growth that helps them seek authentic answers to their existential questions. Through this activity, we aim to encourage students to explore the spiritual dimension and recognize the desire for meaning as an intrinsic element of the human being.

In terms of needs, this program is part of a context of dialogue and mutual listening, essential aspects for children of this age. Offering them the opportunity to express their fears, insecurities, and aspirations also means creating a safe environment where they feel welcomed and recognized.

This learning path also aims to create an educational space that helps children explore their inner world and develop emotional and social skills, essential for facing the challenges of growth and orienting them toward a profound and personal search for meaning.

Ascolto "Fix You" – Coldplay  
listening

[https://youtu.be/MAaEDbQS11Q?si=dLbUjBqpLJx\\_Xwnw](https://youtu.be/MAaEDbQS11Q?si=dLbUjBqpLJx_Xwnw)

<https://youtu.be/X45XEWnWU30?si=31kkctdYkaakNg>

Ascolta attentamente il testo della canzone "Fix You" dei Coldplay

Leggi alla LIM il testo con la traduzione in italiano

Scrivi le frasi che ti hanno colpito di più

Rifletti sulle parole del testo

Scrivi una sintesi delle tue riflessioni

Discussione aperta in classe

Conosci qualche altra canzone che tratta lo stesso tema?

O qualche poesia o libro?

Un'opera d'arte che ti ispira un senso di vuoto?

Listen carefully to the lyrics of Coldplay's song "Fix You"

Read the lyrics with the Italian translation on the IWB

Write down the sentences that struck you most

Reflect on the lyrics

Write a summary of your thoughts

Open class discussion



Do you know of any other songs that address the same theme?

Or any poems or books?

A work of art that inspires a feeling of emptiness in you?

*Questa canzone parla del senso di vuoto e della difficoltà di trovare pace interiore, ma anche del sostegno degli altri nei momenti difficili. Non c'è da aver paura dei momenti di vuoto che fanno parte della nostra crescita, ma dobbiamo però avere la consapevolezza che anche aprendoci agli altri possiamo trovare il senso che vogliamo dare alla nostra vita.*

*I versi "When you try your best but you don't succeed" e "Lights will guide you home and ignite your bones" esplorano la possibilità di superare il vuoto grazie alla vicinanza di qualcuno.*

*This song speaks of the feeling of emptiness and the difficulty of finding inner peace, but also of the support of others in difficult times. There's no need to fear moments of emptiness, which are part of our growth, but we must be aware that by opening ourselves to others, we can also find the meaning we want to give to our lives.*

*The lines "When you try your best but you don't succeed" and "Lights will guide you home and ignite your bones" explore the possibility of overcoming emptiness through someone's closeness.*

Pensando ad alcune notizie che puoi aver sentito ai telegiornali o letto sui social media, quali collegheresti al senso di vuoto e perché?

Thinking about some news stories you may have heard on the news or read on social media, which ones would you connect to the feeling of emptiness and why?

Compito per casa: scrivi un breve articolo su questa tematica e pubblicalo sul link del Padlet:

Homework: Write a short article on this topic and post it on the Padlet link:

<https://padlet.com/pierazzini/vuoto-interiore-6vks47chy7mjwpd5>.

Il lavoro potrebbe concentrarsi su riflessioni del tipo:

- Cosa significa l'affermazione "L'uomo non può vivere senza amore. Egli rimane per se stesso un essere incomprensibile, la sua vita è priva di senso, se non gli viene rivelato l'amore..."?
- Cosa potrebbe mancare nella vita di una persona che la fa sentire vuota?
- Quali esperienze possono farci sentire soli e privi di significato?
- Come descrivereste la sensazione di vuoto?

The work could focus on reflections such as:



- What does the statement "Man cannot live without love. He remains incomprehensible to himself, his life is meaningless, if love is not revealed to him..." mean?
- What might be missing from a person's life that makes them feel empty?
- What experiences can make us feel alone and meaningless?
- How would you describe the feeling of emptiness?

### Keywords (Parole chiave)

Adolescenza, Domande esistenziali, Introspezione, Vuoto Interiore, Crescita, Cambiamento, Esperienze di Vita

Adolescence, Existential Questions, Introspection, Inner Emptiness, Growth, Change, Life Experiences

### Language (Lingua)

Italiano

### STEM School label criteria addressed (Criteri etichetta scuola STEM rispettati)

- Personalisation of learning (Personalizzazione dell'apprendimento)
- Problem and project (Progetto) based learning (PBL) (Apprendimento basato su problemi e progetti)
- Inquiry Based Science Education (IBSE) (Educazione scientifica basata sull'indagine)
- Emphasis on STEM topics and competencies (Enfasi su temi e competenze STEM)
- Interdisciplinary instruction (Istruzione interdisciplinare)
- Contextualization of STEM teaching (Contestualizzazione dell'insegnamento STEM)
- Continuous assessment (Valutazione continua)
- Personalised assessment (Valutazione personalizzata)
- Access to technology and equipment (Accesso a tecnologia e attrezzature)
- High quality instruction classroom materials (Materiali didattici di alta qualità)
- School Leadership (Leadership scolastica)
- High level of cooperation among staff (Alto livello di cooperazione tra il personale)
- Inclusive culture (Cultura inclusiva)
- With industry (Con l'industria)
- With parents/guardians (Con genitori/tutori)
- With other schools and/or educational platforms (Con altre scuole e/o piattaforme educative)
- With universities and/or research centers (Con università e/o centri di ricerca)
- With local communities (Con comunità locali)
- Highly qualified professionals (Professionisti altamente qualificati)



- Existence of supporting pedagogical staff (Esistenza di personale pedagogico di supporto)
- Professional development (Sviluppo professionale)

**Document type (Tipo di documento)**

- App (App/WebApp)
- Application (Applicazione/Software)
- assessment (Valutazione)
- audio (Audio)
- bookmark sharing platform (Piattaforma condivisione segnalibri)
- broadcast (Trasmissione)
- case study (Studio di caso)
- course (Corso)
- data (Dati)
- demonstration (Dimostrazione)
- drill and practice (Esercizi e pratica)
- education game (Gioco educativo)
- enquiry-oriented activity (Attività orientata all'indagine)
- experiment (Esperimento)
- exploration (Esplorazione)
- glossary (Glossario)
- guide (Guida)
- image (Immagine)
- image (Immagine) sharing platform
- learning resource (Risorsa didattica)
- lesson plan (Piano di lezione)
- open activity (Attività aperta)
- other (Altro)
- presentation (Presentazione)
- project (Progetto)
- reference (Riferimento)
- reference sharing platform (Riferimento piattaforma di condivisione)
- role play (Role play)
- simulation (Simulazione)
- social media (Social media)
- sound sharing platform (Piattaforma condivisione audio)
- text (Testo)
- textbook (Libro di testo)
- tool (Strumento)
- video (Video)



- video (Video) sharing platform
- weblog (Blog)
- website (Sito web)
- wiki (Wiki: sito collaborativo, modificabile liberamente)

### **Difficulties encountered (Difficoltà incontrate)**

La difficoltà incontrata ha riguardato l'iniziale esercizio di introspezione da parte dei ragazzi: non tutti hanno trovato spontaneità nel "mettersi davanti ad uno specchio" per guardarsi nel profondo, affrontando anche alcune loro paure interiori. Una volta aperta questa "porta" per molti di loro è stata un'attività "liberatoria" e conoscitiva di loro stessi.

The difficulty encountered concerned the students' initial exercise in introspection: not all found the spontaneity to "stand in front of a mirror" and look deeply at themselves, even confronting some of their inner fears. Once this "door" was opened, for many of them it was a "liberating" activity that allowed them to gain deeper insight into themselves.

### **School Practice Evidence input field (Campo inserimento evidenza pratica scolastica)**

Non ho più il link al Padlet poichè è stato bloccato l'accesso dalla nostra piattaforma Google Workspace, perdendo tutti i riferimenti. Mi sono rimaste delle immagini che riporto di seguito.

I no longer have the link to Padlet because access was blocked from our Google Workspace platform, losing all links. I have a few images left, which I've included below.

### **Thumbnail (anteprima in miniatura) (.jpg, .png)**

Popoli **Apprendere**

Classi Terze

Vuoto Interiore

Apprendimento

Il vuoto interiore è un concetto che si riferisce a un senso di mancanza, di assenza, di vuoto. È un'emozione che si prova quando si sente che qualcosa è mancante nella propria vita. Può essere causato da una perdita, da un cambiamento, da un'incertezza o da un'ansia. Il vuoto interiore è un'esperienza comune che può essere affrontata in vari modi. A volte, il vuoto interiore è un segnale che ci indica che abbiamo bisogno di qualcosa di nuovo nella nostra vita. In altri casi, può essere un sintomo di una depressione o di un'ansia. È importante riconoscere il vuoto interiore e cercare di affrontarlo in modo sano. Ci sono molte cose che possiamo fare per alleviare il vuoto interiore, come parlare con un amico o un familiare, fare attività fisica, o cercare di trovare un senso nella vita. Il vuoto interiore è un'emozione che può essere difficile da affrontare, ma con il tempo e il supporto giusto, possiamo imparare a gestirlo e a trovare un senso nella vita.

**lett**

Il vuoto interiore è un'emozione che si prova quando si sente che qualcosa è mancante nella propria vita. Può essere causato da una perdita, da un cambiamento, da un'incertezza o da un'ansia. Il vuoto interiore è un'esperienza comune che può essere affrontata in vari modi. A volte, il vuoto interiore è un segnale che ci indica che abbiamo bisogno di qualcosa di nuovo nella nostra vita. In altri casi, può essere un sintomo di una depressione o di un'ansia. È importante riconoscere il vuoto interiore e cercare di affrontarlo in modo sano. Ci sono molte cose che possiamo fare per alleviare il vuoto interiore, come parlare con un amico o un familiare, fare attività fisica, o cercare di trovare un senso nella vita. Il vuoto interiore è un'emozione che può essere difficile da affrontare, ma con il tempo e il supporto giusto, possiamo imparare a gestirlo e a trovare un senso nella vita.

**Gregorio Viani**

Il vuoto interiore è un'emozione che si prova quando si sente che qualcosa è mancante nella propria vita. Può essere causato da una perdita, da un cambiamento, da un'incertezza o da un'ansia. Il vuoto interiore è un'esperienza comune che può essere affrontata in vari modi. A volte, il vuoto interiore è un segnale che ci indica che abbiamo bisogno di qualcosa di nuovo nella nostra vita. In altri casi, può essere un sintomo di una depressione o di un'ansia. È importante riconoscere il vuoto interiore e cercare di affrontarlo in modo sano. Ci sono molte cose che possiamo fare per alleviare il vuoto interiore, come parlare con un amico o un familiare, fare attività fisica, o cercare di trovare un senso nella vita. Il vuoto interiore è un'emozione che può essere difficile da affrontare, ma con il tempo e il supporto giusto, possiamo imparare a gestirlo e a trovare un senso nella vita.

Popoli **Apprendere**

Classi Terze

Vuoto Interiore

Apprendimento

Il vuoto interiore è un'emozione che si prova quando si sente che qualcosa è mancante nella propria vita. Può essere causato da una perdita, da un cambiamento, da un'incertezza o da un'ansia. Il vuoto interiore è un'esperienza comune che può essere affrontata in vari modi. A volte, il vuoto interiore è un segnale che ci indica che abbiamo bisogno di qualcosa di nuovo nella nostra vita. In altri casi, può essere un sintomo di una depressione o di un'ansia. È importante riconoscere il vuoto interiore e cercare di affrontarlo in modo sano. Ci sono molte cose che possiamo fare per alleviare il vuoto interiore, come parlare con un amico o un familiare, fare attività fisica, o cercare di trovare un senso nella vita. Il vuoto interiore è un'emozione che può essere difficile da affrontare, ma con il tempo e il supporto giusto, possiamo imparare a gestirlo e a trovare un senso nella vita.

**lett**

Il vuoto interiore è un'emozione che si prova quando si sente che qualcosa è mancante nella propria vita. Può essere causato da una perdita, da un cambiamento, da un'incertezza o da un'ansia. Il vuoto interiore è un'esperienza comune che può essere affrontata in vari modi. A volte, il vuoto interiore è un segnale che ci indica che abbiamo bisogno di qualcosa di nuovo nella nostra vita. In altri casi, può essere un sintomo di una depressione o di un'ansia. È importante riconoscere il vuoto interiore e cercare di affrontarlo in modo sano. Ci sono molte cose che possiamo fare per alleviare il vuoto interiore, come parlare con un amico o un familiare, fare attività fisica, o cercare di trovare un senso nella vita. Il vuoto interiore è un'emozione che può essere difficile da affrontare, ma con il tempo e il supporto giusto, possiamo imparare a gestirlo e a trovare un senso nella vita.

**Gregorio Viani**

Il vuoto interiore è un'emozione che si prova quando si sente che qualcosa è mancante nella propria vita. Può essere causato da una perdita, da un cambiamento, da un'incertezza o da un'ansia. Il vuoto interiore è un'esperienza comune che può essere affrontata in vari modi. A volte, il vuoto interiore è un segnale che ci indica che abbiamo bisogno di qualcosa di nuovo nella nostra vita. In altri casi, può essere un sintomo di una depressione o di un'ansia. È importante riconoscere il vuoto interiore e cercare di affrontarlo in modo sano. Ci sono molte cose che possiamo fare per alleviare il vuoto interiore, come parlare con un amico o un familiare, fare attività fisica, o cercare di trovare un senso nella vita. Il vuoto interiore è un'emozione che può essere difficile da affrontare, ma con il tempo e il supporto giusto, possiamo imparare a gestirlo e a trovare un senso nella vita.



## Quel vuoto da riempire: storie e segreti per trovare il proprio posto

1. Scrivi le frasi che ti hanno colpito di più
2. Rifletti sulle parole del testo
3. Scrivi una sintesi delle tue riflessioni
4. Conosci qualche altra canzone che tratta lo stesso tema?
5. O qualche poesia o libro?
6. Un'opera d'arte che ti ispira un senso di vuoto?
7. Cosa significa l'affermazione "L'uomo non può vivere senza amore. Egli rimane per se stesso un essere incomprensibile, la sua vita è priva di senso, se non gli viene rivelato l'amore..."??
8. Cosa potrebbe mancare nella vita di una persona che la fa sentire vuota?
9. Quali esperienze possono farci sentire soli e privi di significato?
10. Come descrivereste la sensazione di vuoto?

1. IL VUOTO, CHE MOLTI ADOLESCENTI SPERIMENTANO COME UNA SENSAZIONE DI SMARRIMENTO O DI INSODDISFAZIONE, È SPESSE LA MANIFESTAZIONE DI BISOGNI PROFONDI DI APPARTENENZA, COMPrensIONE E SIGNIFICATO. È UNA FASE IN CUI IL GIOVANE INIZIA A DISTACCARSI DALLE CERTEZZE DELL'INFANZIA E SENTE L'URGENZA DI TROVARE RISPOSTE ALLE DOMANDE CHE NASCONO DA QUESTO "VUOTO".

Questo è il paragrafo che più mi ha colpito dato che brevemente riesce ad esprimere le cause dei problemi che nell'età dell'adolescenza si incontrano, e da dove derivano.

3. Io penso che il senso di vuoto interiore, quel senso che ci fa chiedere cosa sia veramente la nostra vita, che significato abbia e quali valori contenga, sia un punto fondamentale su cui riflettere per capire i comportamenti dei ragazzi di questa età, ovvero dell'età di crescita e cambiamento. Inoltre, penso che in questi momenti una delle cose più importanti sia avere accanto una persona con la quale parlare per sfogarsi o per cercare di capire meglio la vera causa nel nostro momento di vuoto o di buio.

6. Un pittore le cui opere mi trasmettono un forte senso di vuoto è Klimt; le sue opere, dal mio punto di vista sono così sfarzose e eleganti che sembrano avere poi in fondo un grande vuoto al loro interno, e mi colpiscono in modo superficiale.

7. Secondo me questa affermazione sta a significare che l'uomo per non sentirsi appunto quella sensazione di vuoto interiore deve sentirsi amato o deve provare amore, altrimenti percepirebbe la propria vita soltanto come un'esperienza superficiale e priva di significato...

8/9. Tante motivazioni potrebbero potenzialmente causare il senso di vuoto nella vita di una persona: una grande delusione ricevuta da parte di un qualcosa o un qualcuno sul quale avevi puntato molto; un momento di tristezza causato dal non sentirsi amati o sentirsi circondati da persone alle quali non interessi... e molti altri... Tutte queste motivazioni hanno in comune il fatto che ci facciano stare male, questo infatti accade spesso nell'età dell'adolescenza, dove spesso non ci sentiamo apprezzati o voluti.

10. A me è capitato spesso di sentirmi vuota, di chiedermi quale fosse il senso delle cose che mi accadevano o come fossero veramente le persone delle quali mi cirondo. Per me il senso di vuoto è un momento in cui non si è né tristi né felici ma si è persi dentro noi stessi, come se cercassimo dentro di noi una soluzione alle nostre più grandi domande ma senza trovarla a causa di quel vuoto che abbiamo dentro di noi. Penso che sia una sensazione molto comune ma che ognuno la viva in modo diverso.



**Author (Autore)**

Pierazzini Francesco

**Licence (Licenza)**

Nessuna

Allow commercial uses of your work (Permetti usi commerciali del tuo lavoro)

Yes (Sì)

No (No) X

Allow modifications of your work (Permetti modifiche al tuo lavoro)

Yes (Sì)

No (No) X

Yes, as long as others share alike (Sì, se gli altri condividono senza modificare)