



L'aula della disconnessione e La Settimana Verde

Orvieto

A S 2022-2023

Il progetto

L'IIS Majorana Maitani di Orvieto ha dato vita a due iniziative innovative: «L'aula della disconnessione» e «La Settimana Verde», attraverso le quali sperimentare una pausa dal digitale, riscoprendo il valore del contatto umano e del legame con la natura.

L'uso eccessivo dei dispositivi digitali compromette la capacità di creare relazioni autentiche e di ascoltare le proprie emozioni, portando a una sorta di disconnessione interiore. Questo fenomeno, noto come "alessitimia digitale", ha sollevato interrogativi importanti sulla necessità di ritrovare un equilibrio tra vita reale e mondo virtuale, riscoprendo il valore della presenza, della condivisione e della riflessione personale. Un'analisi preliminare su connessione interpersonale e impatto della tecnologia, condotta dal gruppo di Peer Education, anche tramite il questionario "La Scuola che Vorrei", aveva fatto emergere l'esigenza di spazi dedicati alla disconnessione e al benessere emotivo.

L'aula della disconnessione è uno spazio realizzato per favorire il benessere psicofisico attraverso il "digital detox": l'assenza di dispositivi elettronici, che vengono custoditi in appositi armadietti, ha permesso di concentrarsi sulle interazioni dirette, sulla riflessione e su attività che stimolano creatività e collaborazione.

La Settimana Verde è un'esperienza di immersione nella realtà: per sette giorni, le classi si aprono al territorio, organizzando attività all'aria aperta, laboratori sulla sostenibilità e momenti di confronto sul rapporto tra tecnologia e vita quotidiana.



Istituto d'Istruzione Superiore «Majorana – Maitani»
[Sito web](mailto:tris009005@istruzione.it) tris009005@istruzione.it

Docenti referenti

Valentina Averardi averardi.valentina@majoranamaitani.edu.it

Giulia Ruina ruina.giulia@majoranamaitani.edu.it

Storie di Trasformazione

Gli studenti hanno sviluppato una maggiore consapevolezza del proprio modo di gestire il tempo e le relazioni, comprendendo l'importanza di trovare un equilibrio tra il mondo digitale e quello reale, e di riscoprire il valore del dialogo e della condivisione, con rapporti tra compagni più autentici, basati sull'ascolto e sulla presenza reale. Questo ha contribuito a creare un ambiente scolastico più coeso, dove la collaborazione ha preso il posto dell'isolamento e del distacco. Al tempo stesso, la Settimana Verde ha acceso una nuova consapevolezza ambientale, attraverso escursioni, progetti di riqualificazione del territorio e attività pratiche. Gli studenti hanno compreso quanto il benessere individuale sia strettamente legato a quello del pianeta, vivendo la sostenibilità in prima persona, e sviluppando un senso di responsabilità verso l'ambiente che li circonda.

Nella riflessione sul rapporto con la tecnologia, studenti e docenti si sono interrogati su come bilanciare l'uso degli strumenti digitali senza cadere in un'eccessiva dipendenza. Gli insegnanti, in particolare, hanno sperimentato nuove metodologie didattiche che riducono il ruolo passivo della tecnologia: non si tratta di demonizzare il digitale, ma di imparare a utilizzarlo in modo equilibrato, senza lasciare che occupi ogni spazio della nostra attenzione.

Come in ogni percorso di trasformazione, non sono mancate le difficoltà. Nei primi giorni della Settimana Verde, alcuni studenti hanno faticato a staccarsi dai loro dispositivi, provando un senso di ansia e disagio. Tuttavia, grazie al supporto degli insegnanti e alla varietà delle attività proposte, la maggior parte di loro ha superato questa resistenza iniziale, scoprendo che la disconnessione può essere liberatoria anziché limitante. Anche dal punto di vista organizzativo, il progetto ha richiesto un grande sforzo di coordinamento: integrare momenti di disconnessione e attività outdoor all'interno del normale programma scolastico ha significato rivedere tempi e metodologie, cercando un equilibrio tra innovazione e obiettivi formativi tradizionali. Alla fine del percorso è emerso un profondo cambiamento di percezione della scuola e della quotidianità. Gli studenti hanno imparato che la tecnologia, se usata in modo consapevole, può essere un valido alleato, ma che esistono momenti in cui è necessario metterla da parte per ritrovare sé stessi e gli altri, creando spazi per le relazioni autentiche, senza la mediazione costante di uno schermo. Anche gli insegnanti hanno rivalutato il proprio ruolo, non più solo come trasmettitori di conoscenze, ma come facilitatori di esperienze, in grado di stimolare una crescita che va oltre il semplice apprendimento nozionistico.

L'esperienza dell'Aula della Disconnessione e della Settimana Verde ha mostrato che un altro modo di vivere la scuola è possibile, ed ha lasciato un segno profondo, insegnando che il vero benessere nasce dall'equilibrio tra tecnologia, relazioni umane e contatto con il mondo che ci circonda.



Connessione ai punti del Manifesto



Il progetto potenzia la capacità degli studenti di percepire l'altro e di connettersi con il mondo naturale.



La Settimana Verde mette in evidenza l'importanza del coinvolgimento di diversi attori del territorio, come enti locali, organizzazioni e famiglie.



Gli insegnanti usano l'Aula della Disconnessione per creare un contesto educativo che incoraggi gli studenti a riflettere sul proprio benessere e sull'impatto dei loro stili di vita sull'ambiente.



La condivisione di esperienze e momenti di riflessione collettiva durante la Settimana Verde promuove una comunicazione aperta tra studenti, insegnanti e comunità e un cambiamento verso stili di vita più sostenibili.