

**DS TIZIANA CHIARA PASQUINI**  
**Mobilità a Barcellona 6-11 marzo 2023**  
**Life coaching for teachers. Happy teachers for better students**

**europass**  
**Teacher**  
**Academy**

6th -11th March, 2023 - Barcelona

Discover the 7Cs: Learning for Life (and Work) in the 21st Century

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
9.30 - 11.00 Introduction to the course. Icebreaker activities; Presentations of the participants' schools.	9.30 - 11.00 Understanding the creative process: ways to promote thinking creatively, working creatively with others, and implement innovation	9.30 - 11.00 Principles of effective communication in the classroom	9.30 - 11.00 Introduction to cross-cultural understanding How to promote intercultural communication	9.30-11.00 Introduction to ICT, digital, and media literacy Good examples of integrating them into teaching and learning different subjects.	Cultural activities
11.00 - 11.15 Break	11.00 - 11.15 Break	11.00 - 11.15 Break	11.00 - 11.15 Break	11.00 - 11.15 Break	
11.15 - 12.45 The landscape of employment and skills in 2030. The paradigm shift in education: What? How? Why?	11.15 - 12.45 How to promote effective critical thinking for problem-solving in the classroom.	11.15 - 12.45 Effective strategies for collaborative learning, promoting teamwork and leadership.	11.15 - 12.45 Introduction to career and life skills How to strengthen adaptability, flexibility, stimulate initiative, self-direction	11.15 -12.45 World café: Mapping the 7Cs into my school context.	
12.45-13:00 Break	12.45-13:00 Break	12.45-13:00 Break	12.45-13:00 Break	12.45-13:00 Break	
13:00 -14:30 World café: How is school education in your country working towards 21st-century skills?	13:00 -14:30 Practical activity	13:00 -14:30 Practical activity	13:00 -14:30 Good examples of intercultural learning and career learning in schools	13:00 -14:30 Round-up of acquired competencies. Awarding of the course certificate.	

Further information about the cultural activities are available on each location webpage.

 teacheracademy.eu

Il corso è stato strutturato al fine di offrire ai docenti e dirigenti scolastici partecipanti di focalizzare alcune aree sensibili di difficoltà nella pratica quotidiana dell'insegnamento, per definire i risultati/obiettivi da conseguire nella loro risoluzione o dimensionamento, traslandole in aree di apprendimento, di etero e self coaching sostenibili.

Durante il corso, grazie a una serie di esercitazioni abbiamo riflettuto sul nostro ruolo, approccio all'insegnamento e sull'essere parte di uno o più team, al fine di prevenire lo stress e promuovere un sano equilibrio tra lavoro, soddisfazione professionale ed efficacia.

L'approccio di etero e self coaching aiuta gli insegnanti e i dirigenti scolastici ad ampliare e rafforzare le proprie capacità relazionali e motivazionali, ad affinare i propri orizzonti di intervento, a ristrutturare difficoltà, a padroneggiare strumenti di lettura in situazioni critiche per prevenirle e affrontarle e modalità di intervento, nel rapporto con gli studenti e con i colleghi.

Attraverso esercizi dinamici di gruppo e role play, abbiamo condiviso le nostre esperienze all'interno di gruppi internazionali, riflettendo su come stabilire limiti salutari per far fronte al

superlavoro, come regolare le emozioni, come usare l'assertività per rispondere adeguatamente alle richieste di colleghi, studenti e famiglie e come massimizzare i nostri punti di forza e ottimizzare il tempo. Infine abbiamo riflettuto non solo sul modo di affrontare le situazioni ma anche sul proprio modo di viverle, cioè sui significati che attribuiamo alle diverse situazioni, dalle quali spesso si originano dinamiche di stress o di burn out.

Il coaching può essere effettuato da formatori esterni, ad es. lo psicologo di istituto, oppure anche da colleghi non specializzati nell'approccio. Un'attività ha infatti previsto la definizione di una checklist per l'implementazione di un'azione di coaching fra colleghi, dalla quale sono emerse le seguenti "linee guida":

1. scegliere un collega affidabile con cui praticare il peer coaching
2. Invitarlo a collaborare, spiegandogli cosa ti piacerebbe ottenere dal peer coaching e perché pensi che voi due lavorereste bene insieme, concordando che vi scambierete i ruoli di coachee e coach.
3. Pianificare una riunione di pre-osservazione in presenza o a distanza e stabilire tempi e modalità di collaborazione
4. Identificare la tua area di interesse e condividerla con il tuo partner. Potrebbe trattarsi di una strategia di insegnamento su cui stai lavorando o di una relazione complicata a scuola o in classe.
5. Quando è il tuo turno di essere il peer coach, dare al tuo partner tutta la tua attenzione. Ascoltare attentamente ciò su cui vuole concentrarsi. Fornire feedback se necessario, ma incoraggiarlo a trovare le proprie risposte.
6. Concentrarsi sugli aspetti positivi e sulle azioni che si possono intraprendere in futuro. Evitare che le sessioni di peer coaching si trasformino in una sessione di lamentele.
7. Alla fine di ogni sessione di coaching tra pari chiedersi a vicenda cosa si sia portato via e quale azione si intende intraprendere.
8. Fissare degli obiettivi e responsabilizzarsi a vicenda, concludendo ogni sessione con la previsione dell'azione da intraprendere.
9. All'inizio della successiva sessione condividere ciò che hai realizzato o dove hai riscontrato problemi.
10. Tenere un journal del percorso e confrontarlo con il collega nelle varie sessioni.

Alcuni materiali e bibliografia utilizzati:

SWOT per dirigenti scolastici

<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/2158244019861499>

SWOT per docenti

[https://www.researchgate.net/profile/Muhammad-Kristiawan/publication/](https://www.researchgate.net/profile/Muhammad-Kristiawan/publication/340953640_Swot_Analysis_of_Teacher's_Professional_Competency/links/5ea7580192851c1a90764a77/Swot-Analysis-of-Teachers-Professional-Competency.pdf)

[340953640 Swot Analysis of Teacher's Professional Competency/links/](https://www.researchgate.net/profile/Muhammad-Kristiawan/publication/340953640_Swot_Analysis_of_Teacher's_Professional_Competency/links/5ea7580192851c1a90764a77/Swot-Analysis-of-Teachers-Professional-Competency.pdf)

[5ea7580192851c1a90764a77/Swot-Analysis-of-Teachers-Professional-Competency.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Muhammad-Kristiawan/publication/340953640_Swot_Analysis_of_Teacher's_Professional_Competency/links/5ea7580192851c1a90764a77/Swot-Analysis-of-Teachers-Professional-Competency.pdf)

Assertività in classe

<https://www.edutopia.org/article/modeling-assertiveness-students/>

<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1201589.pdf>.