



# Erasmus+

## RELAZIONE CONCLUSIVA SULLA MOBILITA' ERASMUS +

I.C. ALDENO-MATTARELLO

### Nome e Cognome del Partecipante

Imoscopi Cristina

### Titolo del corso svolto

## Life Coaching for Teachers: Happy Teachers for Better Students

Località: NIZZA

dal: 08/08/22 al 13/08/22

### 1) Indicare l'area o le aree del Piano di Miglioramento di istituto relative alla mobilità effettuata:

1.  metodologie didattiche aperte
2.  competenze digitali avanzate
3.  insegnamento integrato delle discipline STEM
4.  insegnamento CLIL e potenziamento linguistico
5.  innovazione, leadership, comunicazione, team building, gestione dei progetti dell'UE, ecc;

Area scelta: num 5

### 2) Descrivere i contenuti affrontati dal corso:

Il corso aiuta a riflettere su se stessi come insegnanti, per acquisire un certo livello di autoconsapevolezza sul proprio ruolo, sul proprio approccio all'insegnamento e sull'essere parte di un team più ampio, al fine di prevenire lo stress e promuovere un sano equilibrio tra lavoro e vita privata, soddisfazione ed efficacia.

Promuove inoltre la capacità di stabilire confini sani per far fronte al superlavoro, regolare le emozioni, usare l'assertività per rispondere adeguatamente alle richieste di colleghi, studenti e famiglie e massimizzare i propri punti di forza.

### **3) Descrivere le competenze promosse dal corso:**

Diventare consapevoli del ruolo di insegnante e di cosa significa far parte di una squadra più grande.

Promuovere l'equilibrio tra lavoro e vita privata, la soddisfazione e l'efficacia al fine di prevenire stress sul posto di lavoro.

Saper stabilire limiti sani per far fronte all'essere oberati di lavoro, ad esempio completamente disconnettersi al termine della giornata in aula.

Riflettere sul proprio approccio all'insegnamento, imparare a massimizzare i propri punti di forza.

### **4) Descrivere i materiali messi a disposizione dei corsisti che possano essere utilizzati anche dai docenti non partecipanti al progetto o che abbiano svolto altri corsi.**

Purtroppo, solo alcune fotocopie (lista delle emozioni, dei valori, verbi cognitivi) utilizzate per riflettere e fare degli esercizi; non sono stati forniti i materiali delle slide di presentazione, per problemi relativi ai diritti di copyright. Quindi durante il corso è stato difficile seguire e prendere appunti, anche per la difficoltà della lingua.

### **5) Descrivere come si impegna a condividere contenuti spunti e materiali dai docenti non partecipanti al progetto o che abbiano svolto altri corsi.**

Condivisione all'interno del gruppo clil dell'esperienza e delle idee nuove operative da inserire nella programmazione.

Proposta ai colleghi di team di alcune strategie per favorire il benessere degli alunni

Eventuale uso di alcuni metodi appresi sulla gestione dei conflitti e delle situazioni problematiche all'interno del gruppo dei colleghi.

### **6) Descrivere come possa essere strutturata la ricerca azione sull'area scelta a livello di istituto, nel corso dell'a.s. 2022-23.**

Predisposizione di una unità didattica di accoglienza (quest'anno avrò quattro classi nuove) che permetta di stabilire con gli alunni una relazione buona ed efficace, valorizzando i punti di forza di ciascun alunno.

Predisposizione di una seconda unità didattica, da condividere con i colleghi di classe, sulle emozioni.

### **7) Punti forti della mobilità**

Il corso interamente in lingua inglese, permette innanzitutto di rinforzare le proprie competenze linguistiche, interagire con colleghi di altre nazioni offre inoltre la possibilità di conoscere come

funziona la scuola in altri paesi ed è una incredibile risorsa di idee. Si ascolta cosa accade altrove ed immediatamente ti viene l'idea di cosa potresti fare tu nella tua scuola.

Per quanto riguarda i contenuti del corso specifico che ho frequentato, benessere a scuola e capacità relazionali, alcuni mi erano già noti, in ogni caso è sempre bene e utile ripetere e riflettere sulle proprie modalità di interagire con gli altri.

#### **8) Punti perfettibili della mobilità**

L'esperienza è stata senz'altro positiva e arricchente, come auto critica penso che se dovessi partecipare ad un altro corso mi concentrerei maggiormente sulla scelta del corso (purtroppo questa non era la mia prima scelta) e non sulla location o la data. Credo bisognerebbe scegliere innanzitutto il contenuto che si desidera approfondire.

#### **Luogo e data.**

Trento, 18 agosto 2022

Note: non è richiesto un limite minimo/massimo di caratteri, tuttavia si richiede una certa esaustività, visto che i contributi saranno analizzati e messi a sistema per la riprogettazione dell'azione e del Piano di Miglioramento di Istituto ad essa collegato.