



PROGETTO

CREANDO INSIEME ARMONIA

2022-1-IT02-KA122-SCH-000071263

I.C. E. PERTINI - TRAPANI

europass
Teacher Academy

Warm up

prima delle partenze...



Migliorare il benessere collettivo all'interno della comunità scolastica, questo l'obiettivo da raggiungere investendo sulla formazione delle risorse umane. Un piano strategico di formazione fondato sull'innovazione, le dinamiche relazionali, la gestione dei conflitti, l'inclusione, promuovendo la consapevolezza dell'importanza dell'autocura, della salute mentale, emotiva e fisica.

Warm up

prima delle partenze...



Si è condivisa la consapevolezza dell'apertura nel vivere esperienze, sfide e soluzioni in grado di contribuire al reciproco arricchimento e alla crescita della comunità. La creazione di relazioni personali solide tra i membri si è rivelata fondamentale per sviluppare un senso di appartenenza e responsabilità determinando una buona pratica efficace.

Warm up

prima delle partenze...



Notevoli sono stati il coinvolgimento e la partecipazione del Dirigente scolastico Maria Laura Lombardo, promotrice di una vision condivisa, centrata sulla volontà di porre attenzione alla persona creando azioni di benessere per tutte le componenti della comunità scolastica.

Warm up

prima delle partenze...



Si sono volute coinvolgere tutte le componenti della comunità scolastica per migliorare il clima relazionale e dare valore al contributo di ciascuno pertanto hanno partecipato docenti di ogni grado di scuola, la Dirigente scolastica e la DSGA Sabrina Paola De Vita.



ATTUAZIONE DEL PROGETTO

Il progetto ha coinvolto il personale docente di diverse discipline dei tre diversi ordini di scuola al fine di creare relazioni costruttive nella pianificazione di interventi curriculari verticali. Ogni mobilità ha previsto la partecipazione di un docente di lingua che ha consentito un supporto di mediazione linguistica.



TOPIC SVILUPPATI

1

“LA GESTIONE DEI CONFLITTI,
L'INTELLIGENZA EMOTIVA E
PREVENZIONE DEL BULLISMO”

“L'ARTE COME TERAPIA”

2

3

“LE STRATEGIE DI SOLLIEVO
DALLO STRESS E BENESSERE
DEGLI INSEGNANTI”

“IL LIFE COACHING PER
INSEGNANTI”

4

5

“LA PERSONALITÀ IN CLASSE”



Barcellona

Conflict Management, Emotional Intelligence and Bullying Prevention



Partecipanti:

Maria Laura Lombardo, Enza Piccinino, Antonio Graccione, Giusy Angileri, Mariangela Carollo



Learning Outcomes

- ✓ **Comprendere come il conflitto può rappresentare un momento di apprendimento;**
- ✓ **Conoscere approcci pratici per integrare la gestione dei conflitti nel curriculum;**
- ✓ **Conoscere strumenti di comunicazione efficaci per migliorare le relazioni nella comunità scolastica;**
- ✓ **Sviluppare competenze di intelligenza emotiva e sociale;**
- ✓ **Conoscere approcci per la sensibilizzazione e la prevenzione del bullismo;**
- ✓ **Sperimentare attività per favorire il benessere nella comunità scolastica.**





Questa esperienza ha soddisfatto le mie esigenze di sviluppo professionale, ha ampliato la mia conoscenza di altri paesi e culture, mi ha aiutato a rafforzare la dimensione europea nel mio lavoro e infine ha accresciuto le mie competenze.

Enza Piccininno

La qualità del corso è stata eccellente; l'accoglienza si è rivelata molto importante per creare sinergie e collaborazione tra i partecipanti. I contenuti sono stati molto stimolanti e utili per me stesso e per il mio lavoro di insegnante.

Antonio Graccione





Praga

Stress Relief and Well-being Strategies for Teachers



Partecipanti:

Maria Laura Lombardo, Alessia Tumbarello, Clara Asta, Giovana Grimaldi, Giovanna Nicotra



Learning Outcomes

- ✓ **Conoscere alcuni concetti base di fisiologia e psicologia (stress, burnout...);**
- ✓ **Comprendere gli effetti dello stress su corpo e mente;**
- ✓ **Scoprire le otto dimensioni del benessere;**
- ✓ **Valutare e gestire il proprio benessere, alleviare lo stress con consigli e strumenti pratici;**
- ✓ **Migliorare il sonno e l'alimentazione attraverso piccoli cambiamenti nello stile di vita;**
- ✓ **Praticare semplici esercizi di rilassamento e benessere basati sulla consapevolezza, sullo yoga e sulla psicologia positiva;**





Noi docenti siamo stati impegnati nell'esecuzione di esercizi e attività pratiche, in un ambiente di apprendimento internazionale e di tipo immersivo. L'approfondimento di questa tematica ha consentito di migliorare il benessere mentale e fisico tra me e i miei studenti consentendomi di utilizzare in classe strumenti concreti volti a prevenire, alleviare e ridurre lo stress e la costruzione della resilienza.



Giovanna Nicotra





Budapest

Emotional Intelligence Tools to Understand and Respond to Trauma



Partecipanti:

Enza Novara, Stefania Martinico, Patrizia Scalabrino, Rosanna Maiorana,
Sabrina De Vita



Learning Outcomes

- ✓ **Sviluppare competenze per riconoscere le risposte automatiche al trauma in sé e negli altri;**
 - ✓ **Comprendere il comportamento e ridurre il rischio di ulteriori danni;**
 - ✓ **Apprendere strumenti per affrontare il disagio;**
 - ✓ **Scoprire i principi fondamentali della teoria polivagale e l'importanza della connessione sociale per la salute, la crescita e l'apprendimento;**
 - ✓ **Conoscere strumenti di intelligenza emotiva per le scuole (o esercizi per studenti);**
 - ✓ **Imparare esercizi e giochi di co-regolazione e autoregolazione;**
 - ✓ **Costruire classi psicologicamente più sicure;**
 - ✓ **Coltivare la compassione verso studenti e colleghi.**
- 





La formatrice ha avuto la capacità di fare partecipare attivamente tutti i corsisti tenendo conto dei vari livelli di competenza linguistica, stimolando tutti a superare le iniziali difficoltà di comunicazione inerenti al tema proposto molto specifico. Il clima relazionale è sempre stato positivo ed accogliente e di costante e reciproco ascolto delle emozioni per superare le barriere e creare armonia e soprattutto empatia tra tutti i partecipanti.

Rosanna Maiorana



Dublino

Life Coaching for Teachers: Happy Teachers for Better Students



Partecipanti:

Antonella Fodale, Alessia Aiello, Enza Galia, Enza Novara,
Giacoma Bongiorno

Learning Outcomes

- ✓ **Acquisire consapevolezza del ruolo di insegnante e di cosa significhi far parte di un team;**
- ✓ **Promuovere l'equilibrio tra lavoro e vita privata;**
- ✓ **Stabilire limiti sani per affrontare il sovraccarico di lavoro;**
- ✓ **Riflettere e aggiornare il proprio approccio all'insegnamento, imparando a massimizzare i punti di forza e a costruire se stessi come insegnanti;**
- ✓ **Praticare tecniche di comunicazione efficaci, oltre a sperimentare strumenti di gestione creativa.**





Il corso ha avuto diversi punti di forza: è stato significativo far parte di un piccolo gruppo di allievi, per cui si è potuto partecipare attivamente e liberamente e ognuno ha avuto il suo ruolo e la sua parte, riuscendo quindi a mettersi in discussione ripetutamente senza dover aspettare turni troppo lunghi. Il lavoro è stato quindi quasi individualizzato, anche perché la docente ci interpellava direttamente e ci seguiva durante tutta l'espletazione delle attività, aiutandoci, guidandoci, correggendoci o modificando le modalità di realizzazione traendo spunto anche dalle discussioni che poi venivano fuori...

Antonella Fodale



Nizza

Art as Therapy



Partecipanti:

Enza Novara, Giovanna Nicotra, Giovanna Ingoglia,
Francesca Gentile, Sabrina De Vita



Learning Outcomes

- ✓ **Utilizzare il forte potere terapeutico dell'arte per promuovere il benessere, l'empatia e lo sviluppo personale e professionale;**
- ✓ **Imparare come l'arteterapia possa promuovere la crescita mentale ed emotiva attraverso la creazione artistica nell'educazione degli studenti con bisogni speciali e in generale;**
- ✓ **Comprendere come utilizzare l'arte come strumento per promuovere l'integrazione tra gli studenti e fungere da mezzo di comunicazione privilegiato;**
- ✓ **Sperimentare tecniche artistiche per individuare il ruolo rilevante dell'arte in una relazione insegnante-studente positiva ed efficace.**





Il corso ha evidenziato il potere terapeutico delle arti visive attraverso la sperimentazione in prima persona di varie tecniche artistiche come la pittura, il 3D, il collage, la tecnica mista e la fotografia. Noi insegnanti siamo stati coinvolti in attività di gruppo e di role-playing relative all'importante ruolo dell'arte nel caso di studenti con bisogni speciali che si sono rivelati utili in classe con i miei studenti.

Giovanna Nicotra



“Creando insieme armonia è stata un’esperienza meravigliosa e significativa in grado di assicurare ad ognuno di noi lo sviluppo di nuove competenze e l’opportunità di autentiche relazioni umane. Il benessere si costruisce insieme come processo di crescita e miglioramento.”

DS Maria Laura Lombardo



[Click here to watch the video](#)