



UPSKILLING FOR WELLBEING IN  
A MULTICULTURAL CLASSROOM



Co-funded by  
the European Union

# #teacherswellbeing

## LA NEWSLETTER DEL PROGETTO UPWELL

NUMERO 4  
FEBBRAIO 2025

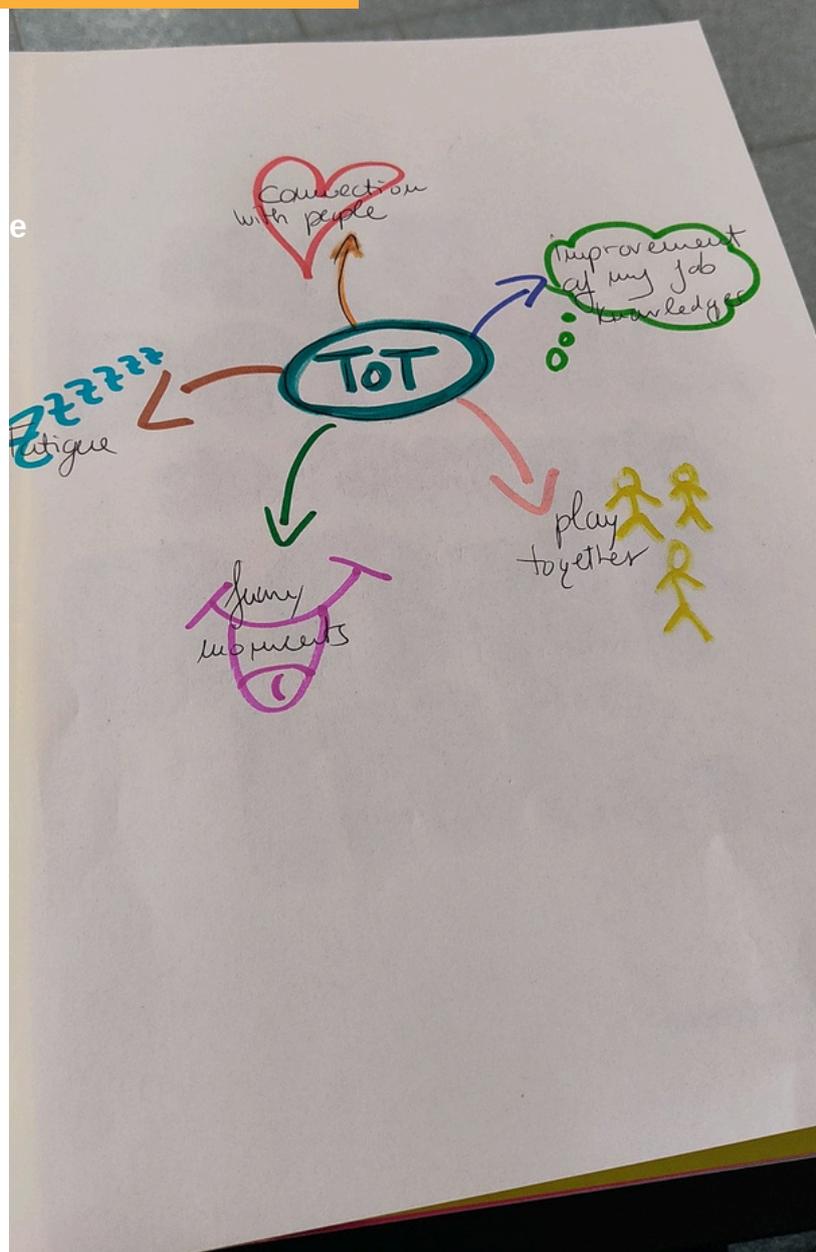
### INDICE

#### La Formazione degli Insegnanti del progetto UPWELL (ToT)

Gli insegnanti si sono incontrati a Verona per esplorare approcci innovativi volti a promuovere il benessere degli insegnanti e l'inclusività nelle classi multiculturali.

#### I PROSSIMI PASSI DEL PROGETTO

UPWELL incontrerà gli  
studenti nelle scuole.



# La Formazione degli Insegnanti (ToT) del progetto UPWELL

VERONA, 4-6 Febbraio 2025

La formazione degli insegnanti del progetto UPWELL - denominata Training of Trainers (ToT) - tenutasi a Verona, ha riunito educatori, ricercatori e professionisti per esplorare approcci innovativi volti a promuovere il benessere degli insegnanti e l'inclusività nelle classi multiculturali. Questa formazione di tre giorni è stata progettata per fornire ai partecipanti conoscenze, strategie e strumenti utili sia per sentirsi meglio nel proprio ruolo, sia per creare ambienti educativi più inclusivi e culturalmente sensibili.

Oltre ai colleghi provenienti dai paesi partner del progetto, erano presenti anche insegnanti che, nei loro contesti di origine, affrontano quotidianamente le sfide delle classi multiculturali. Questi docenti applicheranno le competenze acquisite durante il corso con i loro studenti e condivideranno le conoscenze apprese con i loro colleghi.



## GIORNO 1

### UN APPROCCIO MULTICULTURALE

La prima giornata ha dato il via a una formazione stimolante e ricca di spunti di riflessione. **CESTIM** ha coinvolto i partecipanti in un'attività di ice-breaking, invitandoli a condividere qualcosa su di sé per favorire la conoscenza reciproca e la connessione all'interno del gruppo. **Glocal Factory** ha aperto ufficialmente la formazione con un discorso di benvenuto.

Sono poi seguite tre presentazioni di grande interesse:

- Una lezione sulla prospettiva decoloniale nell'educazione, tenuta dalla professoressa **Maria Livia Alga** dell'**Università di Verona**, che ha sottolineato l'importanza di mettere in discussione le narrazioni dominanti nell'istruzione e ha evidenziato l'approccio interculturale e decoloniale alla pedagogia.
- Due interventi dell'**Università di Jaén**: la Prof.ssa Montiel Trujillo ha inviato un suo video sull'impatto della consapevolezza di sé, dei bias e delle strategie di inclusione sul benessere degli insegnanti e sui risultati degli studenti; il Prof. **Sebastián García Galán** ha approfondito il ruolo dell'Intelligenza Artificiale nell'integrare approcci per costruire un'educazione più giusta e inclusiva.

### I Punti Chiave

- ✓ L'importanza di un approccio intersezionale e decoloniale nello sviluppo dei curricula.
- ✓ Strategie per rafforzare la resilienza emotiva e la sensibilità culturale tra gli insegnanti.
- ✓ L'uso consapevole dell'IA per promuovere l'inclusione in contesti multiculturali.
- ✓ Il valore di una "base comune" e della "comprensione attraverso il linguaggio" per affrontare la diversità crescente e favorire l'inclusione nella pedagogia.



## GIORNO 2: PROGETTARE AMBIENTI DI APPRENDIMENTO INCLUSIVI

La seconda giornata è stata dedicata alla progettazione di ambienti di apprendimento inclusivi e alla promozione del dialogo interculturale.

Il professor **Ivan Traina** dell'**Università di Verona** ha illustrato l'approccio psico-pedagogico del Design Universale per l'Apprendimento (UDL), cui ha fatto seguito una discussione sul dialogo interculturale, le diverse modalità di comunicazione e l'importanza di superare i pregiudizi, andando oltre la narrazione unica di un paese o di una cultura.

Successivamente, **Maria Carla Italia** e **Sara Khamlich** (Glocal Factory) hanno presentato i Moduli 4 e 5 del curriculum, con una sessione coinvolgente dedicata a sfidare gli stereotipi, promuovere il dialogo significativo e integrare il Design Universale per l'Apprendimento nell'insegnamento. Gli insegnanti, divisi in gruppi, hanno poi lavorato alla creazione di strategie e attività da mettere in pratica nelle loro scuole.

Infine, **Elena Zarogkika** (AKEP) ha presentato strategie per rafforzare le competenze degli insegnanti attraverso metodi di insegnamento differenziato e approcci interculturali, illustrando i Moduli 6 e 7.

### I Punti Chiave

- ✓ Il ruolo dell' UDL nel rendere l'istruzione accessibile a tutti gli studenti.
- ✓ Metodi per promuovere il dialogo interculturale e lo scambio culturale in classe.
- ✓ Strategie concrete per potenziare le competenze inclusive e interculturali degli insegnanti, rafforzandone la fiducia nel proprio ruolo.



## GIORNO 3: AL LAVORO – STRUMENTI E MATERIALI

L'ultima giornata è stata dedicata all'applicazione pratica di strumenti utili alla gestione delle classi multiculturali.

La professoressa **Serena Dal Maso** dell'**Università di Verona** ha evidenziato il ruolo fondamentale della lingua nel favorire l'inclusione e nel superare le barriere in contesti scolastici diversificati. La sua presentazione è stata seguita da un'attività di gruppo molto apprezzata, in cui i partecipanti hanno lavorato su diversi testi per identificare le competenze e le abilità linguistiche necessarie per migliorare l'insegnamento in classi multiculturali.

**Aimilia Markouizou Gkika** (T-HAP) ha poi presentato i Moduli 8 e 9 del curriculum con un approccio creativo e coinvolgente, utilizzando un'attività di riscaldamento e movimento per introdurre il tema del benessere nelle classi multiculturali.

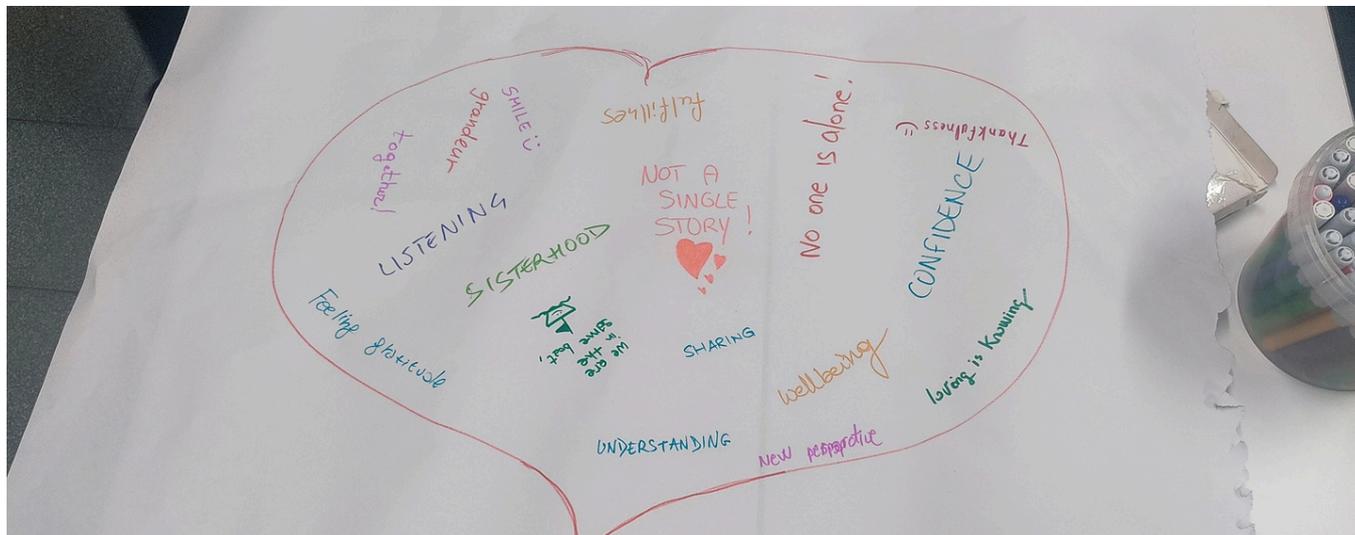
La sessione, dal titolo "Benessere nelle classi multiculturali: armonizzarsi dentro e fuori", più che una semplice presentazione, è stata una vera e propria formazione sui temi del benessere in classe, della riflessione personale degli insegnanti e della motivazione per ottimizzare le performance e prevenire il burnout. L'obiettivo era quello di far sperimentare ai partecipanti, nel qui e ora, alcuni elementi fondamentali per il benessere degli insegnanti, integrando momenti esperienziali con una sintesi teorica dei concetti chiave.

Tra le attività proposte:

- 1 Brainstorming: Che cos'è il benessere per te?**
  - I partecipanti hanno condiviso le loro idee sul benessere in classe, fornendo spunti concreti per integrarlo nella pratica quotidiana.
- 2 Motivazione – L'insegnante come "risvegliatore di desideri"**
  - Il gruppo ha scritto una mission statement su come risvegliare il desiderio di apprendere negli studenti. Ecco alcuni esempi di mission statement: rispetto per gli studenti attraverso l'impegno e la partecipazione, capacità di "vedere" l'altro senza giudicare; disponibilità emotiva ed energetica; passione; interazione; connessione; fiducia.
- 3 Autoriflessione: l'intervista apprezzativa**
  - A coppie, i partecipanti hanno raccontato un'esperienza positiva vissuta sul lavoro. Il partner ha identificato i tratti e le competenze positive emerse, scambiandosi poi le osservazioni per un'iniezione di energia e positività.
- 4 Prevenzione del burnout – L'esercizio della "bolla"**
  - Attraverso una pratica di mindfulness, i partecipanti hanno imparato a creare uno spazio mentale protetto per gestire i momenti di vulnerabilità e stress.

Questa giornata conclusiva ha permesso ai partecipanti di esplorare strumenti pratici per migliorare il proprio benessere e quello degli studenti, favorendo un'insegnamento più consapevole, inclusivo e sostenibile.





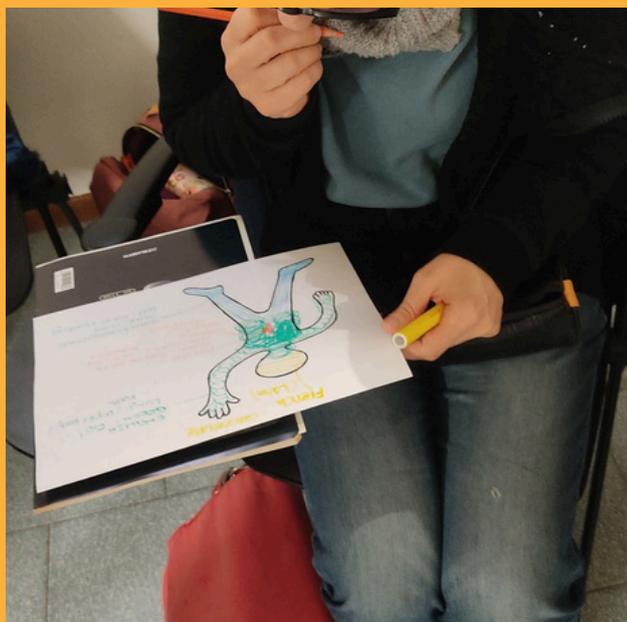
Successivamente, le esperte di **CESTIM**, **Michela Romagnoli** e **Valentina Ferretti**, hanno presentato strategie pratiche per accogliere nuovi studenti e gestire la diversità culturale nella didattica quotidiana. È stata una sessione intensa, ben strutturata e ricca di contenuti, durante la quale CESTIM ha avuto l'opportunità di illustrare una varietà di strumenti, manuali e giochi creati appositamente per favorire l'inclusione dei migranti nelle classi multiculturali.

I partecipanti hanno potuto sperimentare direttamente i materiali presentati, cogliendo il carattere ludico e dinamico dell'approccio di CESTIM all'apprendimento inclusivo e alla pedagogia. Un metodo che, nel panorama italiano, si distingue per la sua unicità nel creare ambienti educativi realmente inclusivi per gli studenti migranti.

### I Punti Chiave

- ✓ La lingua gioca un ruolo cruciale nella costruzione di ambienti scolastici inclusivi.
- ✓ Autoriflessione e resilienza emotiva sono fondamentali per prevenire il burnout e garantire il benessere degli insegnanti.
- ✓ Gli educatori hanno bisogno di una varietà di strategie pratiche e adattabili per gestire efficacemente la diversità in classe.
- ✓ Il benessere degli insegnanti è essenziale: le istituzioni devono prendersene cura tanto quanto gli educatori stessi!
- ✓ L'autoriflessione è imprescindibile per riconoscere e affrontare i bias personali, collettivi e istituzionali nell'educazione.





**Il commento di una partecipante:**

*“Il cuore rosso, simbolo dell’amore eterno di Romeo e Giulietta, è stato utilizzato come metafora per esprimere un forte senso di unità, sintonia, continuità e benessere, nonostante le diverse storie e percorsi di ciascuno. Un sentimento più che evidente!”*

**I PROSSIMI PASSI DEL PROGETTO...  
UPWELL incontrerà gli  
studenti nelle scuole**

Dopo l'incontro di Verona, i formatori di UPWELL, con il supporto dei partner di progetto, inizieranno ad applicare il curriculum e gli strumenti sviluppati direttamente nelle loro scuole. Dodici insegnanti e quasi sessanta studenti di classi multiculturali avranno l'opportunità di sperimentare in prima persona strategie e strumenti pensati per rendere l'esperienza di apprendimento più inclusiva e attenta al benessere degli studenti.

Il 12 febbraio, in occasione della consueta Giornata degli Insegnanti, si è tenuto un incontro presso il liceo regionale Akakiou, a Cipro, per presentare il progetto UPWELL. Gli insegnanti hanno accolto l'iniziativa con grande entusiasmo e non vedono l'ora di applicare i moduli del curriculum nelle loro classi.

Restate con noi!



