

***Erasmus+: un percorso di crescita oltre i confini***

Prepararsi a vivere un'esperienza di mobilità internazionale significa, innanzitutto, accettare di muoversi costantemente sul filo di un paradosso emotivo. Se dovessi descrivere il mio stato d'animo attuale, direi che è caratterizzato dalla comoda e destabilizzante compresenza di un'immensa felicità e di una naturale, inevitabile paura. L'idea di lasciare la mia quotidianità per immergermi in un contesto culturale, linguistico e accademico completamente nuovo mi riempie di entusiasmo; eppure, l'imminenza della partenza porta con sé anche quel timore tipico di chi si appresta a varcare la soglia dell'ignoto, affrontando per la prima volta una realtà del tutto inedita.

Questa scintilla di voler partire non è nata dal nulla. Il mio desiderio di mettermi in gioco all'estero ha radici molto precise, strettamente legate al momento in cui mi sono avvicinata alla realtà di ESN. Osservando da vicino l'operato dell'associazione e, soprattutto, vedendo l'impatto straordinario che il progetto di mobilità aveva sugli studenti internazionali accolti nella mia città, ho capito che non volevo più essere solo una spettatrice di quel cambiamento. Assistere alla crescita di quei ragazzi, alla loro capacità di integrarsi, di superare le barriere linguistiche e di creare una comunità globale a chilometri di distanza da casa, mi ha letteralmente contagiata. È stato in quel momento che ho promesso a me stessa che avrei voluto vivere anch'io quell'esperienza in prima persona, per sperimentare sulla mia pelle la stessa metamorfosi.

Ora che la partenza non è più un'ipotesi astratta, ma un futuro prossimo, ammetto che la vulnerabilità si fa sentire: sono leggermente spaventata dalle sfide logistiche, dalla solitudine iniziale e dalla necessità di dover ridefinire i miei punti di riferimento. Tuttavia, questa paura non mi blocca; al contrario, funge da stimolo. Sento dentro di me un profondo e urgente bisogno di cambiamento, sia a livello personale che accademico. Ho capito che per evolvere

è necessario uscire dalla propria zona di comfort e il progetto Erasmus+ è esattamente lo strumento di cui ho bisogno in questo momento della mia vita.

Sono convinta che il valore più autentico di un'esperienza all'estero risieda soprattutto nelle competenze trasversali che si acquisiscono vivendo in un contesto internazionale. Il Documento #3 conferma questa convinzione: le competenze che gli studenti dichiarano di aver rafforzato maggiormente sono quelle comunicative (75,86%), l'apertura mentale (74,76%) e le competenze sociali (69,37%). A queste si aggiungono sensibilità interculturale (62,24%), adattabilità (58,63%), curiosità (52,09%) e pensiero critico (50,01%). Sono proprio queste capacità che desidero sviluppare, perché rappresentano gli strumenti necessari per affrontare con naturalezza la complessità del mondo contemporaneo.

Ripensando al percorso che mi ha portata fin qui, mi rendo conto che la mia partenza non rappresenta un salto nel vuoto, ma il risultato di una preparazione già iniziata grazie a ESN. Attraverso il volontariato ho avuto l'opportunità di sperimentare concretamente cosa significhi accogliere studenti internazionali, gestire differenze culturali e creare occasioni di inclusione. Questa esperienza mi ha permesso di conoscere in anticipo lo spirito Erasmus e di sviluppare competenze relazionali e organizzative che ritengo fondamentali per affrontare la futura mobilità.

Questa riflessione trova riscontro anche nel Documento #6, dove una studentessa racconta come la partecipazione a ESN abbia rappresentato un ambiente di apprendimento sicuro in cui acquisire fiducia prima della partenza. Mi riconosco pienamente in questa esperienza: coordinare attività, affrontare imprevisti comunicativi e lavorare con persone provenienti da culture diverse mi ha dato sicurezza sia sul piano pratico sia su quello umano. Sono certa che queste competenze costituiranno una base solida per affrontare le nuove sfide che incontrerò durante il mio soggiorno all'estero.

Riflettere sull'eredità di un'esperienza di mobilità significa anche interrogarsi su come le competenze acquisite vengano riconosciute. Le competenze accademiche trovano oggi strumenti di certificazione efficaci. Come evidenziato nel Documento #2, il pieno riconoscimento automatico delle attività svolte all'estero, insieme a strumenti come *Europass Mobility*, *Transcript of Records* e *Diploma Supplement*, garantisce la valorizzazione del percorso formativo.

Diverso è il discorso per le competenze trasversali: resilienza, capacità di adattamento, gestione dello stress, sensibilità interculturale ed empatia rappresentano spesso il patrimonio più prezioso dell'esperienza Erasmus, ma difficilmente trovano un riconoscimento formale. Un voto universitario o un certificato di tirocinio non sono in grado di raccontare la maturazione personale derivante dall'affrontare quotidianamente sfide in un contesto internazionale. Per questo motivo ritengo particolarmente significativo il progetto "*Union of Skills*" presentato nel Documento #4. L'iniziativa punta a migliorare la portabilità delle competenze all'interno dell'Unione Europea attraverso sistemi di riconoscimento più moderni e condivisi. Il mio auspicio è che queste politiche riescano a valorizzare non solo i risultati accademici, ma anche quelle competenze umane che rappresentano il vero lascito della mobilità internazionale. Solo quando apertura mentale, adattabilità e capacità di collaborazione interculturale avranno la stessa dignità di un credito universitario si potrà affermare di aver riconosciuto pienamente il valore dell'esperienza Erasmus.

Un altro momento fondamentale è il rientro. Spesso si pensa che l'esperienza termini con il ritorno a casa, ma è proprio allora che diventa necessario trasformare quanto vissuto in un patrimonio spendibile nella vita personale e professionale. Il Documento #5 evidenzia come i datori di lavoro attribuiscono grande valore alle esperienze internazionali, ma richiedano sempre più prove concrete delle competenze acquisite. Allo stesso tempo, emerge la scarsità di iniziative universitarie dedicate ad accompagnare gli studenti nel valorizzare il

proprio percorso. Per colmare questa lacuna, le università potrebbero offrire servizi di orientamento e laboratori dedicati alla riflessione sull'esperienza vissuta, aiutando gli studenti a tradurre competenze come adattabilità, *problem solving* e lavoro in contesti multiculturali in elementi concreti da inserire nel curriculum e da valorizzare durante i colloqui di lavoro.

Anche associazioni come ESN possono svolgere un ruolo determinante, organizzando attività di *mentoring* tra ex partecipanti e studenti appena rientrati, favorendo la condivisione delle esperienze e la costruzione di una narrazione consapevole del proprio percorso. Parallelamente, il mondo del lavoro dovrebbe imparare a leggere l'esperienza Erasmus non come una semplice voce del curriculum, ma come un'occasione per approfondire le competenze realmente sviluppate attraverso domande e casi concreti durante i processi di selezione.

In conclusione, un'esperienza di mobilità internazionale rappresenta molto più di un periodo di studio all'estero. È un percorso di crescita personale, sociale e professionale che nasce dall'incontro tra entusiasmo e paura, mettendo ogni studente di fronte alla possibilità di trasformare l'incertezza in opportunità. Le competenze che mi preparo a sviluppare, rafforzate anche dall'esperienza maturata in ESN, costituiscono un patrimonio che merita di essere riconosciuto e valorizzato. Investire sul sostegno al rientro e sul riconoscimento delle competenze trasversali significa investire non solo sui singoli studenti, ma sulla costruzione di una società europea più inclusiva, consapevole e aperta. Quanto a me, guardo a questa partenza con emozione e curiosità, pronta a trasformare la paura nella mia più grande occasione di crescita.