

Nel nostro agire quotidiano mettiamo in campo le nostre competenze professionali e relazionali traendone un beneficio in termini di efficacia e soddisfazione personale che concorre a rafforzare la nostra identità di docenti e a stabilizzare la nostra autostima.

Alcune volte cambiamenti nella sfera privata o in ambito professionale alterano il nostro equilibrio personale incrinando temporaneamente la nostra sensazione di benessere. Ecco che ci troviamo confrontati con sentimenti quali tristezza e demotivazione, mancanza di concentrazione, difficoltà a intravedere soluzioni e tendenza all'isolamento.

Fermarsi un attimo, fare il punto della situazione in un contesto neutrale e protetto, può essere utile per ritrovare la rotta o individuare nuove strade da percorrere.

Le sfide poste dalla professione di docente sono estremamente interessanti ma possono, in alcuni casi, diventare un fattore di stress.

linea

Sostegno a docenti in difficoltà
e promozione del benessere

Servizio di sostegno psicologico per docenti

Il servizio è disponibile su appuntamento.

Telefono: +41 91 815 21 91

www.ti.ch/linea

ti

Dipartimento dell'educazione,
della cultura e dello sport

Chi siamo?

Il Servizio di sostegno psicologico per docenti, specializzato nei temi legati al benessere sul posto di lavoro, è stato creato per volontà del Consiglio di Stato attraverso il Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport. Esso fa parte delle diverse misure a favore degli insegnanti, inserite nel progetto LINEA.

Il Servizio di sostegno psicologico opera in collaborazione con il Laboratorio di psicopatologia del lavoro dell'Organizzazione socio-psichiatrica cantonale.

A chi ci rivolgiamo ?

Siamo a disposizione di tutte le docenti e di tutti i docenti che stanno attraversando un momento difficile, che impedisce loro di affrontare serenamente la loro vita professionale.

Che cosa facciamo?

Il servizio garantisce ascolto, supporto e una consulenza specialistica.

Può essere contattato:

- per prendere le distanze e ricercare nuove soluzioni a temporanee difficoltà quotidiane di tipo relazionale, gestionale, affettivo
- per identificare e chiarire dei problemi particolari legati agli allievi, ai genitori, ai colleghi, all'istituzione
- per fare un bilancio professionale

Quando contattarci?

Contattaci per tempo, alle prime avvisaglie del problema: la tempestività è la miglior forma di prevenzione.

Che cosa vi garantiamo?

Vi offriamo uno spazio di riflessione e sostegno neutrale e confidenziale nel pieno rispetto della vostra personalità, senza giudizi né pregiudizi.

Come contattarci?

Il servizio è disponibile su appuntamento.

Telefono: 091 815 21 91

www.ti.ch/linea

linea

Sostegno a docenti in difficoltà
e promozione del benessere

Laboratorio per insegnanti per sviluppare energia ed empatia attraverso l'ascolto e l'accompagnamento.