

# RelPlus

## Relazioni interpersonali positive VII edizione

2024/ 2025 - 2025/ 2026

Ottobre 2024 – *in progress*

---

*Promosso e organizzato da*



Dipartimento dell'educazione,  
della cultura e dello sport



Sostegno a docenti in difficoltà  
e promozione del benessere

*Con il sostegno di*

**GeFo**

GESTIONE DELLA FORMAZIONE PER  
DIRIGENTI D'ISTITUZIONI FORMATIVE

Scuola universitaria professionale  
della Svizzera italiana

**SUPSI**



**SUFFP**

SCUOLA UNIVERSITARIA  
FEDERALE PER LA  
FORMAZIONE PROFESSIONALE

## Indice

Introduzione .....	3
Descrizione .....	4
Obiettivi generali .....	4
Destinatari .....	4
Durata e modalità .....	4
Temi .....	4
Programma .....	6
Sede .....	10
Attestazione .....	<b>Errore. Il segnalibro non è definito.</b>
Responsabili della formazione RELPLUS.....	10
Referente per il Gefo .....	10
Segretariato della Formazione RELPLUS.....	10
Avvertenza.....	10

## Introduzione

---

Negli ultimi anni gli istituti scolastici percepiscono un accresciuto malessere - complici i mutamenti sociali, l'accelerazione del ritmo di vita, l'invecchiamento del corpo docenti, il cambiamento della popolazione scolastica e negli ultimi anni, la pandemia - che può sfociare in disagio, malattia, abbandono del posto di lavoro o invalidità lavorativa.

La preoccupazione delle scuole è condivisa dalle autorità politiche e scolastiche, che sentito il parere degli addetti in materia e dei differenti partner sociali, hanno proposto quattordici misure di intervento nell'ambito del progetto *Sostegno ai docenti in difficoltà* - vedi il *Rapporto finale* del progetto su [www.ti.ch/linea](http://www.ti.ch/linea). La realizzazione di queste misure è stata affidata al Servizio LINEA del Dipartimento dell'Educazione, della Cultura e dello Sport. Il percorso formativo RelPlus è la concretizzazione di parte della Misura undici.

Tenuto conto del consenso riscontrato con questo corso e considerate le richieste del mondo scolastico di disporre di strumenti e momenti di riflessione dedicati al tema del disagio docenti e della promozione del benessere, RelPlus viene riproposto in una settima edizione a partire da gennaio 2025.

RelPlus: relazioni interpersonali positive è una formazione voluta dal Consiglio di Stato, promossa dal Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport e, per esso, dalla Divisione della formazione professionale e dalla Divisione della scuola. La proposta formativa è sostenuta dal Consorzio GeFo - Gestione della Formazione, ed è indirizzata ai responsabili di istituti formativi e ad alcuni collaboratori e collaboratrici.

I suoi contenuti sono pensati per sensibilizzare i quadri dirigenti e alcuni docenti degli istituti scolastici al tema del miglioramento e della valorizzazione delle relazioni interpersonali al fine di creare un clima di benessere e partecipazione presso i propri collaboratori e le proprie collaboratrici.

## Descrizione

---

La formazione è l'occasione per creare un clima, una cultura del *condurre e dirigere*, nella quale ognuno è protagonista del proprio destino professionale attraverso la cura delle relazioni interpersonali.

In ossequio a questa sensibilizzazione, le persone che partecipano divengono attori e protagonisti principali (co-costruzione) del percorso formativo, valorizzando le loro esperienze personali.

## Obiettivi generali

---

Fornire ai/alle partecipanti competenze di conduzione e relazionali atte a promuovere il benessere, la salute e ad affrontare costruttivamente e/o prevenire forme di disagio, conflittualità e situazioni difficili nel proprio istituto.

Indicativamente il progetto formativo si articola attorno ai seguenti obiettivi:

- migliorare le relazioni interne e tra istituto e utenza (genitori, mondo del lavoro, ...);
- ridurre i fattori di rischio professionali e formativi (malattia, infortunio, fattori di inefficacia, ...);
- migliorare il clima di lavoro;
- ridurre i fattori di emarginazione;
- attivare strategie di *prevenzione del disagio - promozione del benessere* suggerendo modelli di lavoro basati su concetti quali la cooperazione, la condivisione e la partecipazione;
- andare oltre la mera informazione unidirezionale e lavorare nella prospettiva di una migliore *comunicazione* tramite la mediazione, la negoziazione e lo scambio continuo;
- saper leggere i conflitti, le situazioni critiche o di crisi in una nuova prospettiva:
  - permettendo di vedere queste realtà senza le lenti deformanti della sfera emotiva personale;
  - mostrando opzioni risolutorie, che amplino il ventaglio di soluzioni possibili.

## Destinatari

---

Dirigenti scolastici e docenti che hanno un ruolo affine con gli obiettivi della formazione.

## Durata e modalità

---

La formazione si svolgerà nell'arco degli anni scolastici 2024/2025 e 2025/2026 e l'inizio è previsto per venerdì, 17 gennaio 2025. La durata complessiva dei laboratori è di quattordici giornate di formazione alle quali si aggiunge un'attività volta a elaborare un progetto da realizzare nel proprio istituto.

Il corso prevede momenti di approfondimento teorico, attività di sperimentazione, condivisione, utilizza metodi di lavoro diversificati e analisi delle pratiche relative ai diversi contesti e progettazione.

## Temi

---

Il percorso laboratoriale offre degli spunti utili alla dirigenza, volti allo sviluppo di relazioni interpersonali positive e della cultura del benessere. Fondamentale è la valorizzazione e la condivisione delle esperienze dei partecipanti, positive e negative, creando così un corpus di buone pratiche, utilizzabili e spendibili nella pratica professionale quotidiana.

A tale scopo sono previsti alcuni apporti teorici da parte di specialisti.

I/le partecipanti sono accompagnati/e dal Team LINEA in un lavoro di riflessione e di impiego della materia acquisita per progettare e/o realizzare un intervento per la propria sede.

Le tematiche affrontate sono:

- **l'ascolto:** sentirsi ascoltati e saper ascoltare per sviluppare l'accoglienza e facilitare la risoluzione di situazioni conflittuali;
- **il benessere:** conoscere strategie e strumenti volti a promuovere e mantenere un equilibrio di lavoro positivo all'interno del proprio istituto;
- **il burnout:** fattori e rischi di disagio nelle professioni che implicano un forte impatto relazionale;
- **il conflitto:** saperlo riconoscere per poterlo affrontare, trasformandolo in risorsa o imparando a conviverci;
- **la mediazione, la negoziazione e l'arbitrato:** gestire interessi e bisogni apparentemente contrastanti per vivere positivamente la quotidianità professionale ;
- **strumenti per la gestione quotidiana di situazioni difficili:** la comunicazione nonviolenta (CNV) secondo il Prof. Rosenberg, la conduzione di colloqui difficili;
- **il mobbing:** una trappola subdola, imparare a difendersi per non diventare vittima o aggressore;
- **la rete:** conoscere le risposte offerte dalle istituzioni presenti sul territorio per rispondere alle problematiche presenti negli istituti.
- **gestione del grande gruppo:** conoscere la complessità delle relazioni multilivello del grande gruppo.

## Programma

Anno scolastico 2024 – 2025

	Data /orario	Programma	Formatori
1.	<b>1° INCONTRO</b> Venerdì 17 Gennaio 2025	<b>La complessità delle organizzazioni. Il mobbing</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentazione del corso;</li> <li>• Conoscenza reciproca;</li> <li>• Rilevamento dei bisogni e delle aspettative secondo i criteri del benessere;</li> <li>• Presentazione relativa alla complessità delle organizzazioni;</li> <li>• Prime idee di progetto</li> <li>• Mobbing.</li> </ul>	Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi Carlotta Vieceli
2.	<b>2° INCONTRO</b> Giovedì 6 Febbraio 2025	<b>La comunicazione non violenta (CNV) quale motore delle relazioni interpersonali (prima parte)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La comunicazione non violenta secondo Rosenberg: come comunicare tra ascolto di sé e ascolto per l'altro;</li> <li>• “Selfcare”: come prendersi cura di sé stessi in situazioni di stress;</li> </ul>	Consolata Peyron Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi
3.	<b>3° INCONTRO</b> 7 febbraio 2025	<b>La comunicazione nonviolenta (CNV) quale motore delle relazioni interpersonali (seconda parte)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ripresa delle esercitazioni proposte il 6 febbraio 2025. Approfondimenti sulle diverse strategie della CNV;</li> <li>• Simulazioni.</li> <li>• Scheda di progetto di sede.</li> </ul>	Consolata Peyron Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi
4.	<b>4° INCONTRO</b> 14 Marzo 2025	<b>Paesaggi della rabbia e arcipelaghi dell'aggressività. Indicazioni per una navigazione sicura.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rabbia, aggressività e violenza nei contesti relazionali e nei contesti educativi.</li> <li>• Analisi delle diverse dimensioni e inquadramento teorico.</li> <li>• Individuazione, riconoscimento, intervento e gestione.</li> <li>• Riconoscere e intervenire sui meccanismi di disimpegno morale.</li> </ul>	Lorenzo Pezzoli Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi

5.	<b>5° INCONTRO</b> 11 aprile 2025	<p><b>Intessere orizzonti di dialogo: percezione e realtà, litigio e pacificazione.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dai conflitti all'equivalenza: il modello di Pat Patfoort;</li> <li>• L'idea del conflitto secondo Glas;</li> <li>• Un processo di mediazione: la ruota di Fiutak;</li> <li>• Presentazione delle risorse territoriali e delle istituzioni di riferimento per la tematica;</li> <li>• Riprese dei lavori per elaborare un progetto di sede.</li> </ul>	Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi
6.	<b>6° INCONTRO</b> 16 Maggio 2025	<p><b>Gestione umoristica del conflitto</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Approfondimenti per riconoscere le situazioni conflittuali;</li> <li>• Usare la creatività e l'umorismo per gestire i conflitti;</li> <li>• Conoscere ed esercitare alcune pratiche per saper intervenire costruttivamente trasformando il conflitto in opportunità;</li> </ul>	Yoga Patti Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi

Anno scolastico 2025 – 2026

	Data /orario	Programma	Formatori
7.	<b>7° INCONTRO</b> 26 Settembre 2025	<b>Ripasso interattivo di concetti e strategie per favorire relazioni costruttive.</b>  Attività a mediazione artistica: Il Tagliaparo, con la compagnia DuoDeno;  Progetto di sede: Accompagnamento dei progetti.	Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi Compagnia Duodeno
8.	<b>8° INCONTRO</b> 24 Ottobre 2025	<b>La sindrome del burnout: aspetti teorico – pratici, caratteristiche e strategie di fronteggiamento</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definizione: conoscere il fenomeno e distinguerlo da altre tipologie di disagio;</li> <li>• Riconoscere precocemente i segnali di allarme;</li> <li>• Conoscere le diverse modalità di approccio alla problematica;</li> <li>• Disporre degli strumenti nel colloquio con il docente in difficoltà;</li> <li>• Conoscere e promuovere misure di prevenzione del disagio;</li> <li>• Ascolto ed emozioni</li> </ul>	Carlotta Vieceli Santo Sgro Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi
9.	<b>9° INCONTRO</b> 20 Novembre 2025	<b>Gestione delle organizzazioni e leadership</b>  Modello di presa di decisione: potere, regolamenti , negoziazione, modelli dell'iter decisionale.  Strumenti per la gestione di situazioni delicate.	Consolata Peyron Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi
10.	<b>10° INCONTRO</b> 21 novembre 2025	<b>Negoziazione, mediazione, arbitrato</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strumenti per la soluzione di conflitti;</li> <li>• Adattare l'iter decisionale per operare una scelta ragionata tra le varie possibilità di azione o comportamento.</li> </ul> <b>Colloquio difficile</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strumenti per la gestione dei colloqui, delle situazioni delicate e dell'impasse;</li> </ul> <b>Accompagnamento dei progetti di sede.</b>	Consolata Peyron Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi

11.	<b>11° INCONTRO</b> <b>16 gennaio 2026</b>	<p><b>Gestione del grande gruppo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscere la complessità delle relazioni multilivello di un grande gruppo;</li> </ul> <p>Conoscere ed esercitare la gestione del grande gruppo attraverso alcune tecniche, fra le quali la Fish Bowl e i Quadrati dei valori.</p>	<p>Ursula König Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi</p>
12.	<b>12° INCONTRO</b> <b>27 Febbraio 2024</b>	<p><b>Auto - consapevolezza emozionale come risorsa</b></p> <p>La conoscenza di sé stessi come premessa per la collaborazione con gli altri.</p>	<p>Laura Formenti Andrea Prandin Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi</p>
13.	<b>13° INCONTRO</b> <b>20 Marzo 2026</b>	<p><b>Strumenti appresi, applicazione e supervisione</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ripercorrere tutti i concetti appresi attraverso: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Brevi spunti teorici</li> <li>○ Esercitazioni pratiche</li> <li>○ Simulazioni</li> </ul> </li> <li>• Consolidare le conoscenze acquisite</li> <li>• Mettere in pratica quanto appreso in modo interattivo e coinvolgente</li> </ul>	<p>Consolata Peyron Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi</p>
14	<b>14° INCONTRO</b> <b>24 Aprile 2026</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Presentazione creativa dei progetti di sede</b></li> <li>• <b>Viaggio visivo attraverso esperienze condivise;</b></li> <li>• <b>Bilancio finale.</b></li> </ul>	<p>Paola Maeusli Pellegatta Dario Bernasconi</p>

N.B: Il programma può essere soggetto a cambiamenti

## Sede

---

Itinerante.

## Responsabili della formazione RELPLUS

---

- Paola Mäusli-Pellegatta, Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport (DECS)
- Dario Bernasconi, Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport (DECS)

E-mail: [paola.maeusli@edu.ti.ch](mailto:paola.maeusli@edu.ti.ch)

E-mail: [dario.bernasconi1@edu.ti.ch](mailto:dario.bernasconi1@edu.ti.ch)

Telefono: +41 76 679 73 97

Telefono: +41 76 525 65 05

## Referente per il Gefo

---

Luca Bonini, Scuola Universitaria Federale per la Formazione Professionale (SUFFP).

## Segretariato della Formazione RELPLUS

---

**Sandro Mangiafico – SUFFP**

Tel. +41 58 458 25 85

[sandro.mangiafico@suffp.swiss](mailto:sandro.mangiafico@suffp.swiss)

## Avvertenza

---

Potrebbe verificarsi qualche modifica di calendario e di contenuti.