



Rapporto finale

Programma di mentoring 2025

ROCK YOUR LIFE! Svizzera

www.rockyourlife.org |

partnerschaften@rockyourlife.org |

076 493 36 62

Il programma di mentoring in breve

ROCK YOUR LIFE! sostiene i/le giovani socialmente svantaggiati/e che frequentano gli ultimi due anni di scuola dell'obbligo e i/le giovani migranti di età compresa tra i 16 e i 25 anni. Il sostegno agisce su tre aree di impatto: un inserimento di successo nel mondo professionale, una maggiore partecipazione sociale e una maggiore fiducia nelle proprie capacità. Per un anno vengono accompagnati/e da mentori volontari/e nell'ambito di un percorso di mentoring individuale uno a uno. In qualità di figure di riferimento, i/le mentori forniscono orientamento, trasmettono conoscenze ed esperienze e aiutano i/le mentee a plasmare il proprio percorso professionale e personale in modo sempre più autonomo e indipendente. A complemento del percorso, le coppie di mentoring partecipano a workshop tematici e a eventi partecipativi.

L'anno di mentoring 2025 qui valutato è iniziato nel marzo 2025 con il primo evento di presentazione e si è concluso nella primavera del 2026 con la cerimonia di consegna degli attestati di partecipazione. Nella Svizzera romanda e nella Svizzera italiana, l'anno di mentoring 2025-2026 è iniziato nell'ottobre 2025 e si è concluso nel giugno 2026. A seconda della situazione di partenza individuale, l'attenzione si è concentrata sull'aiuto alla scelta professionale, sulla ricerca di una strada per il futuro, sul rafforzamento delle competenze personali e sociali, sull'utilizzo della nuova lingua e sulla partecipazione alla vita sociale.

Gli effetti in sintesi

La presente analisi relativa all'anno 2025 comprende le sedi di Basilea, Berna, Coira, Lucerna, San Gallo e Zurigo nella Svizzera tedesca, le sedi di Friburgo e Ginevra nella Romandia, nonché la sede della Svizzera italiana.

I valori a livello nazionale sono stati calcolati sulla base dei risultati delle sedi incluse nel presente rapporto. Per quanto riguarda le scelte formative e lavorative, le percentuali si riferiscono ai mentee che hanno partecipato al programma di mentoring fino al suo completamento o che lo hanno concluso con successo in anticipo avendo già compiuto una scelta formativa o lavorativa.

Obiettivo di impatto	Obiettivo di riferimento	Risultato
Numero di nuove coppie di mentoring	155	173
Ingresso di successo nel mondo professionale o traguardo intermedio positivo	80%	89%
Tre o più competenze migliorate	80%	100%
Evoluzione a lungo termine dopo un anno	80%	Il rilevamento avrà luogo nel giugno 2027

È aumentato notevolmente il numero di coppie di mentoring avviate

Con 173 nuove coppie di mentoring avviate, l'obiettivo annuale di 155 coppie è stato nettamente superato (+18 coppie, pari al +12%). L'elevata domanda da parte di/le giovani e la ricerca di nuovi/e mentori, avvenuta con successo nella maggior parte delle sedi, hanno permesso di accogliere nel programma un numero maggiore di giovani in diverse sedi, ampliando così ulteriormente l'impatto di ROCK YOUR LIFE!

Transizioni professionali riuscite

Dei 130 mentee che hanno completato il programma, 116 sono riusciti/e a compiere con successo il passaggio o a raggiungere un traguardo intermedio positivo nel percorso verso il mondo del lavoro. Con l'89%, è stato superato l'obiettivo dell'80%. Tra le scelte compiute figurano apprendistati con attestato federale di capacità (AFC) e certificato federale di formazione pratica (CFP), pretirocini e pre-apprendistati di integrazione, scuole secondarie, misure di transizione, stage, formazioni professionali continue e assunzioni a tempo indeterminato.

Le scelte formative e lavorative coprono una vasta gamma di settori professionali, tra cui l'informatica, la sanità, il commercio al dettaglio, la gestione di edifici e infrastrutture, la falegnameria, la ristorazione e l'installazione elettrica. Altri mentee proseguono il loro percorso formativo in una scuola secondaria o si preparano in modo mirato alla formazione professionale di base attraverso una misura di transizione, uno stage o un pre-apprendistato.

Rafforzamento delle competenze personali e sociali

Tutti i mentee di Basilea, Berna, Coira, Lucerna, San Gallo, Zurigo, Friburgo, Ginevra e della Svizzera italiana, i cui questionari per la valutazione delle competenze sono stati analizzati, segnalano miglioramenti in almeno tre aree di competenza. I criteri oggetto dell'indagine comprendono competenze relative all'autoefficacia, alle competenze personali e alle competenze sociali.

I risultati più significativi si riscontrano nella preparazione a colloqui importanti: 45 su 47 mentee concordano sul fatto che, grazie al mentoring, riescono a prepararsi meglio ai colloqui di lavoro, per la ricerca di un appartamento o con le autorità. 40 su 47 dichiarano di sapere meglio come redigere un curriculum vitae e una lettera di motivazione. 39 mentee riferiscono di saper trovare più facilmente informazioni sulle professioni e di essere più motivati a plasmare attivamente il proprio futuro. 38 mentee percepiscono progressi nella collaborazione con gli altri e nella valutazione dei propri punti di forza e delle aree di sviluppo.

Per i/le giovani migranti, questo effetto va oltre la scelta professionale immediata. I riscontri dimostrano che gli incontri e le attività di gruppo con i/le mentori creano opportunità per mettere in pratica la nuova lingua, orientarsi nella società e costruire relazioni al di fuori del proprio contesto abituale. Allo stesso tempo, i mentee ricevono un sostegno concreto nella preparazione delle candidature, nei colloqui e nella comprensione del sistema svizzero di istruzione e formazione professionale.

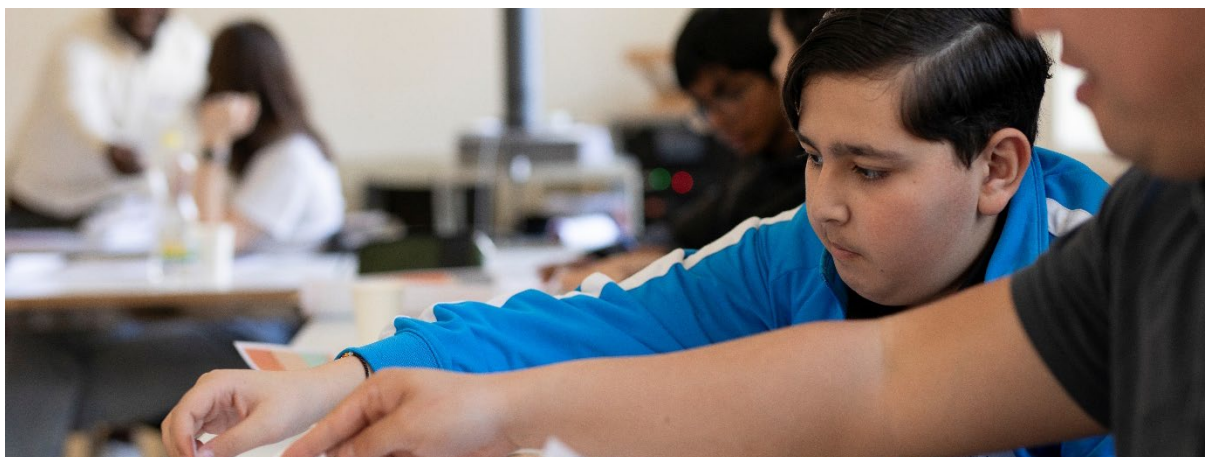


Immagine 1: Coppia di mentoring durante una formazione a Zurigo

Risultati delle sedi

Sede di Basilea

Obiettivo di impatto	Obiettivo di riferimento	Risultato
Numero di nuove coppie di mentoring	15	17
Ingresso di successo nel mondo professionale o traguardo intermedio positivo	80%	93%
Tre o più competenze migliorate	80%	100%

A Basilea sono state create 17 coppie di mentoring. 13 dei 14 mentee che hanno completato il programma hanno individuato un percorso formativo. Le scelte comprendono apprendistati con attestato federale di capacità (AFC) e certificato federale di formazione pratica (CFP), misure di transizione e stage nei settori del commercio al dettaglio, dell'informatica, dei trasporti e della pittura.

Tutti i mentee coinvolti nel sondaggio hanno migliorato almeno tre competenze. I progressi sono stati particolarmente evidenti nella preparazione a colloqui importanti, nella redazione delle candidature, nel supporto alla scelta professionale e nella motivazione a plasmare attivamente il proprio futuro.

A Basilea, la maggior parte dei mentee ha un trascorso migratorio. Per loro sono stati particolarmente importanti la pratica della lingua tedesca e l'orientamento in Svizzera.

«Mi piace tutto, ma la cosa più importante per me è stata conoscere la cultura svizzera.» - Mentee, RYL! Basilea

Sede di Berna

Obiettivo di impatto	Obiettivo di riferimento	Risultato
Numero di nuove coppie di mentoring	30	27
Ingresso di successo nel mondo professionale o traguardo intermedio positivo	80%	86%
Tre o più competenze migliorate	80%	100%

A Berna sono state create 27 coppie di mentoring. 19 dei 22 mentee che hanno completato il programma hanno individuato un percorso formativo. Otto iniziano un apprendistato con attestato federale di capacità (AFP), tre un pretirocinio, due un percorso scolastico di secondo grado, quattro una misura di transizione e due una formazione professionale continua.

Tra i settori professionali di questi percorsi figurano, tra l'altro, la sanità, la farmacia, la panificazione, la posa di pavimenti, l'assistenza odontoiatrica, l'installazione elettrica, nonché l'informazione e la documentazione.

La valutazione delle competenze evidenzia progressi in particolare nella preparazione a colloqui importanti, nella redazione di candidature, nel supporto alla scelta professionale e nella gestione attiva del

proprio futuro. I feedback dei mentee mettono al contempo in luce quanto possa essere determinante l'incoraggiamento personale: una mentee riferisce che la sua mentore le ha alleviato la pressione e l'ha sostenuta in maniera positiva.

«Grazie al programma, ora capisco come si scrivono le candidature (sic!) per i posti di apprendistato e mi sento molto più sicura di me.»

- Mentee, RYL! Berna

Questa testimonianza di una mentee dimostra come il mentoring riesca a coniugare competenze pratiche relative alla candidatura con una maggiore autoefficacia. Un altro mentee ha ritenuto particolarmente prezioso il sostegno ricevuto durante la candidatura per uno stage di orientamento.



Immagine 1: Coppia di mentoring durante una formazione a Berna

Sede di Coira

Obiettivo di impatto	Obiettivo di riferimento	Risultato
Numero di nuove coppie di mentoring	10	8
Ingresso di successo nel mondo professionale o traguardo intermedio positivo	80%	100%
Tre o più competenze migliorate	80%	100%

A Coira sono state create 8 coppie di mentoring. L'obiettivo di 10 coppie non è stato raggiunto a causa della difficoltà nel reclutare volontari/e. Nel frattempo, siamo riusciti a potenziare costantemente la rete regionale in questa sede e siamo fiduciosi di poter trovare più volontari/e l'anno prossimo.

Quattro mentee hanno completato con successo il percorso di mentoring al momento della valutazione e tutti hanno individuato un percorso formativo. A Coira le coppie di mentoring hanno potuto iniziare già

quest'anno in maniera anticipata e flessibile, motivo per cui due mentee sono attualmente ancora in fase di mentoring.

I percorsi formativi selezionati comprendono due apprendistati con attestato federale di capacità (AFC), un apprendistato con certificato federale di formazione pratica (CFP) e un impiego temporaneo. Nello specifico, si tratta di una formazione nel settore dell'elettronica, un apprendistato come disegnatrice tecnica e un apprendistato come addetto agli impianti di riscaldamento.

Con un tasso di successo del 100% nei percorsi di mentoring conclusi, l'obiettivo di una transizione professionale di successo è stato superato. Anche l'obiettivo di impatto relativo allo sviluppo delle competenze è stato pienamente raggiunto: tutti i mentee valutati hanno segnalato miglioramenti in almeno tre aree di competenza. Per Coira, tuttavia, non sono disponibili ulteriori feedback qualitativi ricavati dai questionari.

Sede di Lucerna / Nidwaldo

Obiettivo di impatto	Obiettivo di riferimento	Risultato
Numero di nuove coppie di mentoring	20	17
Ingresso di successo nel mondo professionale o traguardo intermedio positivo	80%	100%
Tre o più competenze migliorate	80%	100%

Con 17 mentee iscritti, l'obiettivo di 20 coppie nella sede di Lucerna / Nidwaldo non è stato raggiunto per poco. La causa è da ricercarsi nelle difficoltà nel reclutare un numero sufficiente di mentori, anche a causa di un radicamento regionale non sufficientemente forte. Per evitare che questa situazione si ripeta in futuro, nel settembre 2025 abbiamo creato un nuovo ruolo: "Responsabile della ricerca volontari". Stiamo già percependo gli effetti positivi e siamo certi che in futuro la ricerca di mentori non costituirà più un ostacolo.

Tutti e undici giovani migranti che hanno completato il programma hanno trovato un percorso formativo. Tra questi figurano un pretirocinio, cinque misure di transizione, quattro assunzioni a tempo indeterminato e uno con un contratto a tempo determinato. I risultati dimostrano che, per i/le giovani migranti, le tappe di preparazione scolastica, linguistica o professionale sono spesso passaggi necessari nel percorso verso una formazione professionale.

Alcuni mentee non hanno portato a termine il programma di mentoring. Abbiamo constatato che, per vari motivi, non erano ancora pronti per il mentoring. I/le giovani migranti devono percorrere il loro cammino verso l'integrazione professionale e sociale a piccoli passi, adeguati al loro sviluppo. A volte la partecipazione al programma di mentoring sembra opportuna, ma risulta più efficace in un momento successivo. Stiamo lavorando per individuare il momento giusto per il mentoring per ogni partecipante.

I/le mentee intervistati/e riferiscono di aver migliorato almeno tre competenze e valutano positivamente il sostegno ricevuto dai/le propri/e mentori. Vengono citati in particolare il supporto nella preparazione delle candidature, la pratica del tedesco e l'utilizzo degli strumenti di lavoro digitali.

«Per me è un ottimo aiuto in ogni situazione.»
- Mentee, RYL! Lucerna

Sede di San Gallo

Obiettivo di impatto	Obiettivo di riferimento	Risultato
Numero di nuove coppie di mentoring	10	15
Ingresso di successo nel mondo professionale o traguardo intermedio positivo	80%	100%
Tre o più competenze migliorate	80%	100%

A San Gallo sono state create 15 coppie di mentoring invece delle 10 previste. Tutti/e e 9 i/le giovani migranti che hanno completato il programma hanno trovato un percorso formativo, tra cui un apprendistato con attestato federale di capacità (AFC), cinque apprendistati con certificato federale di formazione pratica (CFP), un pretirocinio, un percorso scolastico di secondo grado e uno stage. I percorsi si inseriscono, tra l'altro, nel settore della falegnameria, nella costruzione di binari ferroviari e nel settore sanitario.

Tutti i/le mentee coinvolti nel sondaggio di valutazione hanno migliorato almeno tre competenze. Oltre al supporto alla scelta professionale, citano la pratica linguistica, la motivazione, la comunicazione e l'apertura verso gli altri come ambiti in cui hanno ottenuto miglioramenti significativi.

«Grazie a ROCK YOUR LIFE! ho potuto imparare molto, migliorare il mio tedesco e fare nuove esperienze.» - Mentee, RYL! San Gallo

Sede di Zurigo

Obiettivo di impatto	Obiettivo di riferimento	Risultato
Numero di nuove coppie di mentoring	40	39
Ingresso di successo nel mondo professionale o traguardo intermedio positivo	80%	74%
Tre o più competenze migliorate	80%	100%

A Zurigo sono state create 39 coppie di mentoring. 20 dei 27 mentee che hanno completato il programma hanno compiuto la transizione a un percorso formativo postobbligatorio o raggiunto un traguardo intermedio positivo. Dieci iniziano un apprendistato AFC, due un apprendistato CFP, uno un apprendistato preliminare, due una scuola secondaria, quattro una misura di transizione e una persona uno stage.

I posti di apprendistato si inseriscono nei settori dell'informatica, della sanità, dell'alberghiero e dell'economia domestica, delle installazioni elettriche, della polimeccanica, del disegno tecnico e della falegnameria. Un esempio è quello di una ragazza che, con il sostegno della sua mentore, ha trovato un posto di apprendistato nel settore alberghiero e dell'economia domestica:

«Mi ha aiutato moltissimo nella ricerca del mio apprendistato e mi ha anche motivata, e di questa motivazione ho avuto proprio bisogno per arrivare dove mi trovo ora (sic!).» - Mentee, RYL! Zurigo

Per 8 mentee, al momento dell'indagine non era ancora stato definito un progetto professionale. Poiché la cerimonia di consegna degli attestati a Zurigo si è già tenuta alla fine di gennaio 2026, la percentuale del 63% riflette la situazione al momento della conclusione del programma di mentoring. Per il prossimo anno le date saranno pianificate con maggiore attenzione, al fine di evitare che il programma si concluda prima che tutte le coppie abbiano terminato il loro percorso di mentoring.

Tutti i/le mentee intervistati/e riferiscono di miglioramenti in almeno tre competenze. Tra le competenze citate con maggiore frequenza figurano la stesura delle candidature, la preparazione ai colloqui, la ricerca di informazioni professionali e la gestione attiva del proprio futuro. Nel caso dei/le giovani migranti, a ciò si aggiungono la pratica della lingua tedesca, la conoscenza di nuove persone e l'orientamento in Svizzera. Anche nel caso di una mentee che non ha ancora concluso il proprio processo di scelta professionale si riscontra un effetto positivo per un futuro più autonomo:

«Esercitarsi nella lingua insieme (sic!) e conoscere nuove persone.»
- Mentee, RYL! Zurigo



Immagine 3: Coppia di mentoring durante una formazione a Zurigo

Sede di Friburgo

Obiettivo di impatto	Obiettivo di riferimento	Risultato
Numero di nuove coppie di mentoring	10	17
Ingresso di successo nel mondo professionale o traguardo intermedio positivo	80%	94%
Tre o più competenze migliorate	80%	100%

A Friburgo sono state create 17 coppie di mentoring, un numero nettamente superiore alle 10 previste. Dei 17 mentee che hanno completato il programma, 16 hanno compiuto con successo il passaggio o raggiunto un traguardo intermedio positivo, il che corrisponde a un tasso di raggiungimento degli obiettivi del 94%. I percorsi formativi scelti comprendono apprendistati con attestato federale di capacità (AFC), pre-apprendistati, scuole secondarie, misure di transizione e stage. In concreto, i/le mentee hanno trovato, tra l'altro, sbocchi nel settore informatico, in quello farmaceutico e nell'industria lattiero-casearia.

È stato raggiunto anche l'obiettivo di impatto relativo allo sviluppo delle competenze: tutti i/le 12 mentee valutati/e hanno segnalato miglioramenti in almeno tre aree di competenza. I progressi sono stati particolarmente evidenti nella preparazione a colloqui importanti, nella stesura di candidature, nel supporto alla scelta professionale e nella gestione attiva del proprio futuro. I riscontri indicano inoltre che molti/e giovani hanno acquisito maggiore fiducia in se stessi/e grazie al mentoring e si sono sentiti/e più sostenuti/e nella ricerca di opportunità formative.

«Vorrei ringraziarvi per avermi dato la possibilità di partecipare.»

- Mentee RYL! Friburgo

Sede di Ginevra

Obiettivo di impatto	Obiettivo di riferimento	Risultato
Numero di nuove coppie di mentoring	10	9
Ingresso di successo nel mondo professionale o traguardo intermedio positivo	80%	100%
Tre o più competenze migliorate	80%	100%

A Ginevra, tutti e 6 i/le mentee che hanno completato il programma hanno trovato un'opportunità per il proseguimento del proprio percorso formativo e professionale. I percorsi selezionati comprendono una formazione professionale con attestato federale di capacità (AFC), un pre-apprendistato, una scuola secondaria, due misure di transizione e una formazione professionale continua. I percorsi si situano nei settori dell'informatica, dell'assistenza, della ristorazione, del giardinaggio e del commercio.

Tutti/e i/le mentee intervistati/e riferiscono di aver migliorato almeno tre competenze. Tra le più citate figurano la consapevolezza dei propri punti di forza e delle aree di sviluppo, una maggiore facilità nel chiedere aiuto, il coraggio di perseguire i propri obiettivi, la capacità di plasmare il proprio futuro in modo più attivo e una maggiore sicurezza nel prendere decisioni. Per i/le giovani migranti, il mentoring coniuga il supporto alla scelta professionale con la pratica linguistica e la creazione di una rete sociale. Un mentee ha espresso il desiderio di migliorare ulteriormente il proprio francese con l'aiuto della sua mentore; un altro ha indicato «parler avec les gens» come aspetto particolarmente positivo.

«Una volta siamo andati a visitare la città vecchia e poi siamo scesi verso il lago e abbiamo preso un gelato.» - Mentee, RYL! Ginevra

Questa affermazione di un mentee mette in evidenza l'effetto delle attività di gruppo informali, che creano fiducia e offrono opportunità per mettere in pratica la lingua e sperimentare la partecipazione sociale.

Sede della Svizzera italiana

La sede della Svizzera italiana comprende le due sedi operative di Bellinzona e Lugano. Il raggiungimento degli obiettivi viene valutato congiuntamente.

Obiettivo di impatto	Obiettivo di riferimento	Risultato
Numero di nuove coppie di mentoring	10	24
Ingresso di successo nel mondo professionale o traguardo intermedio positivo	80%	90%
Tre o più competenze migliorate	80%	100%

Nella Svizzera italiana sono state create 24 coppie di mentoring, un numero nettamente superiore alle 10 previste. 20 mentee hanno completato il percorso di mentoring e 18 di loro hanno compiuto con successo il passaggio al mondo professionale o raggiunto un traguardo intermedio positivo. Tra i percorsi formativi e professionali individuati figurano nove apprendistati con AFC, un apprendistato con CFP, due percorsi di preparazione al mondo del lavoro, due scuole di secondo grado, una misura di transizione, un impiego a tempo determinato e due a tempo indeterminato.

I percorsi professionali comprendono, tra l'altro, l'informatica, la gestione degli immobili, la falegnameria, il giardinaggio, la ristorazione, l'assistenza odontoiatrica, l'assistenza farmaceutica e il settore dell'assistenza. Un mentee si è posto fin dall'inizio l'obiettivo di affermarsi nel settore della falegnameria e, grazie al sostegno del programma di mentoring, ha trovato una formazione adeguata:

«Mi ha stupito la sua determinazione fin dall'inizio per fare falegnameria. Grazie al nostro aiuto è riuscito a trovare un apprendistato come aiuto falegname.»
- Mentore, RYL! Svizzera italiana

Le valutazioni delle competenze dimostrano che l'impatto va oltre la scelta professionale. Un mentee che ha scelto una formazione in informatica ha riferito di miglioramenti grazie al supporto alla scelta professionale e all'aiuto nelle candidature di lavoro. Un mentee che ha optato invece per una formazione nella gestione degli immobili ha segnalato miglioramenti nel lavoro di squadra, nella gestione del tempo e nella valutazione dei propri punti di forza. Per i/le giovani migranti, sono stati particolarmente importanti la pratica della lingua italiana, l'orientamento sociale e la costruzione di una relazione di fiducia.



Immagine 4: Un mentee durante una formazione a Lugano

Conclusione

L'edizione 2025 del programma di mentoring dimostra che una relazione individuale affidabile coniuga efficacemente la transizione professionale e lo sviluppo personale:

***L'83% DEI/LE MENTEE CHE HANNO COMPLETATO IL PROGRAMMA
HA TROVATO UN'OCCASIONE DI CONTINUITÀ PROFESSIONALE O SCOLASTICA
O HA COMPIUTO UN PASSO IMPORTANTE VERSO LA FASE SUCCESSIVA.***

I/le mentee non solo hanno trovato posti di apprendistato, scuole o percorsi di preparazione, ma hanno anche imparato a redigere candidature, a condurre colloqui importanti, a valutare meglio le proprie capacità, ad accettare il sostegno e a plasmare il proprio futuro in modo più attivo:

***TUTTI I/LE MENTEE INTERVISTATI/E
HANNO RAFFORZATO ALMENO TRE COMPETENZE CHE LI/LE AIUTANO A
MODELLARE IN MANIERA AUTONOMA IL LORO FUTURO.***

Soprattutto per i/le giovani migranti, il mentoring crea ulteriori opportunità di accesso: alla nuova lingua, al sistema educativo e formativo svizzero e alle relazioni sociali nella vita quotidiana. Laddove non è stato ancora possibile intraprendere una formazione postobbligatoria, le misure di transizione, il sostegno linguistico, gli stage e i pre-apprendistati costituiscono passi importanti e realistici verso un'integrazione sociale e professionale efficace.

Il questionario di follow-up previsto per giugno 2027 servirà a verificare se le scelte professionali compiute sono state mantenute nel lungo periodo e se, dopo il traguardo intermedio positivo, è stato effettuato il passaggio a una formazione professionale.

Grazie di cuore

Il nostro più sentito ringraziamento va a tutti i partner che hanno reso possibile l'edizione 2025 del programma di mentoring. Il loro sostegno offre ai/le giovani una figura di riferimento affidabile al loro fianco e crea opportunità concrete in termini di formazione, carriera e partecipazione sociale.

Per qualsiasi domanda, non esiti a contattarci:

Rahel de Bever, Responsabile delle relazioni con i partner e della comunicazione
partnerschaften@rockyourlife.org / 076 493 36 62