

## GESTIRE LA RABBIA: CAPIRE E TRATTARE UN'EMOZIONE VIOLENTA E TRAVOLGENTE

### SCOPO:

la rabbia emozione basilare con sistema biologicamente precoce e rapido rispetto alla cognizione, connette l'organismo col mondo nel quale é inserito, garantendo la sopravvivenza. Caratterizzata da attivazione neurofisiologica potente, causata dalla percezione di un'offesa diretta o a coloro che amiamo, finalizzata a correggere o prevenire determinate situazioni. Può essere causa di molti problemi, come interrompere un rapporto di amicizia o d'amore, portarci a perdere il nostro lavoro e causare seri disturbi di salute. Innata o acquisita, fondamentale é imparare a riconoscerla per gestirne l'aggressività, contenerne l'esplosione violenta, trasformandola in forza vitale creativa ed energia positiva

### CONTENUTI:

- modelli sociali e biologici a confronto
- duro prezzo della rabbia
- falsi miti su come gestire la rabbia
- retroterra di violenza incubatrice di rabbia
- perché ci facciamo prendere dalla rabbia e come gestirla
- suggerimenti di trattamento dalla terapia razionale – emotiva (REBT)
- strumenti, valutazione, indagine e intervento fattivo di controllo

### METODOLOGIA:

- introduzione teorica con didattica interattiva di coinvolgimento con simulazioni e giochi di ruolo con partecipazione fattiva del gruppo

**ANIMATORE:** Vincenzo Santoro,  
psicologo e psicoterapeuta

**PARTECIPANTI:** aperto a tutti gli operatori del ramo socio – sanitario  
minimo 10

**ATTESTATO:** attestato di partecipazione rilasciato dal Centro di Formazione  
ASI-SBK Sezione Ticino

**DATE:** giovedì 26 e venerdì 27 aprile 2018

**LUOGO:** Novazzano

**ORARIO:** 09.00 – 12.00 / 13.00 – 16.00

**QUOTA DI ISCRIZIONE:**  
 membri ASI-SBK Fr. 130.—  
 non membri ASI-SBK Fr. 200.—

**TERMINE DI ISCRIZIONE:** lunedì 26 marzo 2018

**ISCRIZIONI:** [www.asiticino.ch/formazione/iscrizione-ai-corsi-asi/](http://www.asiticino.ch/formazione/iscrizione-ai-corsi-asi/)

**INFORMAZIONI PRESSO:** Segretariato ASI-SBK Sezione Ticino  
 via Simen 8 - 6830 Chiasso  
 Tel. 091/682 29 31 – Fax 091/682 29 32  
 E-mail [segretariato@asiticino.ch](mailto:segretariato@asiticino.ch)  
 Sito [www.asiticino.ch](http://www.asiticino.ch)

N° 22

A  
R  
E  
A  
  
R  
E  
L  
A  
Z  
I  
O  
N  
A  
L  
E

**L'ISCRIZIONE E' OBBLIGATORIA**