

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

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

### NUOVA DATA

**lunedì 26 settembre e venerdì 7 ottobre 2022**

### ORARIO

09.00 – 12.00 / 13.00 – 16.00

### LUOGO/MODALITÀ

consultare il link <https://www.asiticino.ch/formazione/programma-corsi/>

### SCOPO

la rabbia emozione basilare con sistema biologicamente precoce e rapido rispetto alla cognizione, connette l'organismo col mondo nel quale è 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 è 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

### RELATORE

Vincenzo Santoro, psicologo e psicoterapeuta

### PARTECIPANTI

operatrici/tori del ramo socio – sanitario  
minimo 10

### QUOTA

membri ASI-SBK	Fr.	140.—
non membri ASI-SBK	Fr.	210.—

### TERMINE ISCRIZIONE **24.08.2022**

### ISCRIZIONI

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

### INFORMAZIONI

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)

### ATTESTATO

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

**L'ISCRIZIONE È OBBLIGATORIA**