

## Gestire la rabbia



Foto di [Åsa K](#) da [Pixabay](#)

Capire e trattare un'emozione violenta e travolgente. Psicologia applicata e benessere organizzativo. Il focus è sull'intelligenza emotiva, specificamente volta alla comprensione dei meccanismi neurofisiologici della rabbia e alla sua trasformazione in energia costruttiva

### Cosa mi porto a casa?

- ✓ Riconoscere precocemente i segnali della rabbia, distinguendo tra componenti innate e apprese, per favorire una gestione consapevole delle emozioni.
- ✓ Sviluppare strategie di autocontrollo emotivo, al fine di contenere le manifestazioni aggressive e prevenire comportamenti che possano compromettere il benessere personale e il clima lavorativo.
- ✓ Canalizzare l'aggressività in modo costruttivo, trasformandola in energia funzionale alla crescita personale, alla motivazione e alla creatività professionale.
- ✓ Promuovere la resilienza relazionale e professionale, adottando comportamenti che favoriscano la continuità, la qualità delle relazioni e l'integrazione all'interno dell'organizzazione.
- ✓ Attestato di frequenza
- ✓ **ECS<sup>1</sup>: 10 crediti / SVDE: 8 crediti**

### Cosa mi serve per svolgere il corso?

- ✓ Materiale per prendere appunti

### A chi è rivolto?

A chiunque volesse acquisire queste competenze

### Formatore

**Vincenzo Santoro**, psicologo e psicoterapeuta

### Data e orario

#### 1a parte:

Giovedì 26 novembre 2026, 13:00 - 18:00

#### 2a parte:

Venerdì 27 novembre 2026, 13:00 - 18:00

### Luogo

Farmadomo Home Care Provider SA  
Ala Munda 41, 6528 Camorino

### Termine iscrizioni

Giovedì, 19 novembre 2026

### Modalità iscrizione

online o per  
e-mail a [academy@farmadomo.ch](mailto:academy@farmadomo.ch)

### Partecipanti

min. 8 / max. 20 partecipanti

### Quota d'iscrizione

CHF 200.00

<sup>1</sup> Hanno diritto le figure professionali secondo il Regolamento concernente il sistema di accreditamento della formazione continua nel settore sanitario (sistema ECS)