

CARTA DEI SERVIZI

I servizi che offrono
gli operatori del
Centro Studi
Umanistici per
l'Umbria



CENTRO STUDI UMANISTICI PER L'UMBRIA

DOTT.SSA ANNA GOTTANI
DOTT.SSA IN SCIENZE
E TECNICHE
PSICOLOGICHE -
ATTRICE E OPERATRICE
TEATRALE & DI
SCRITTURA TERAPEUTICA

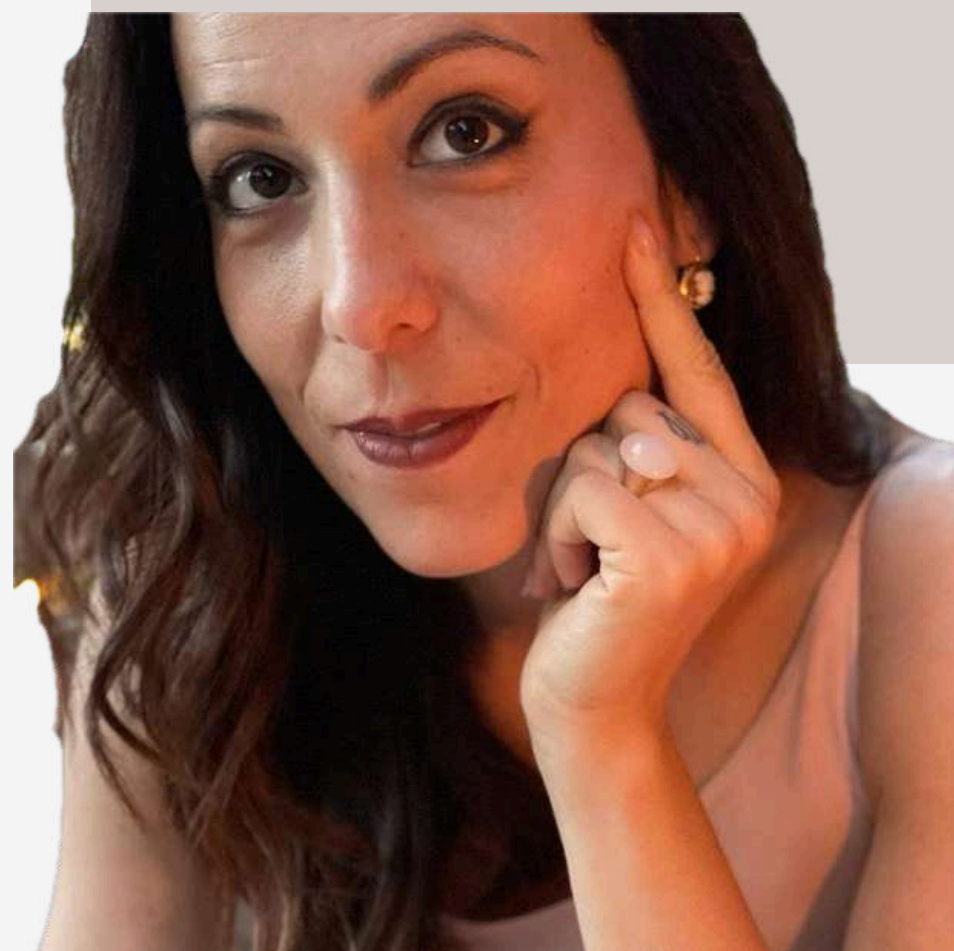


DOTT.SSA CATERINA
CUTULI- PSICOLOGA E
PSICOTERAPEUTA
ESPERTA EMDR ED IN
VALUTAZIONE E
DIAGNOSTICA



DOTT.SSA DANIELA TOSTI
OPERATRICE DI TEATRO
SOCIALE
DOTTORESSA IN SCIENZE E
TECNICHE PSICOLOGICHE
DEI PROCESSI MENTALI

CHI SIAMO

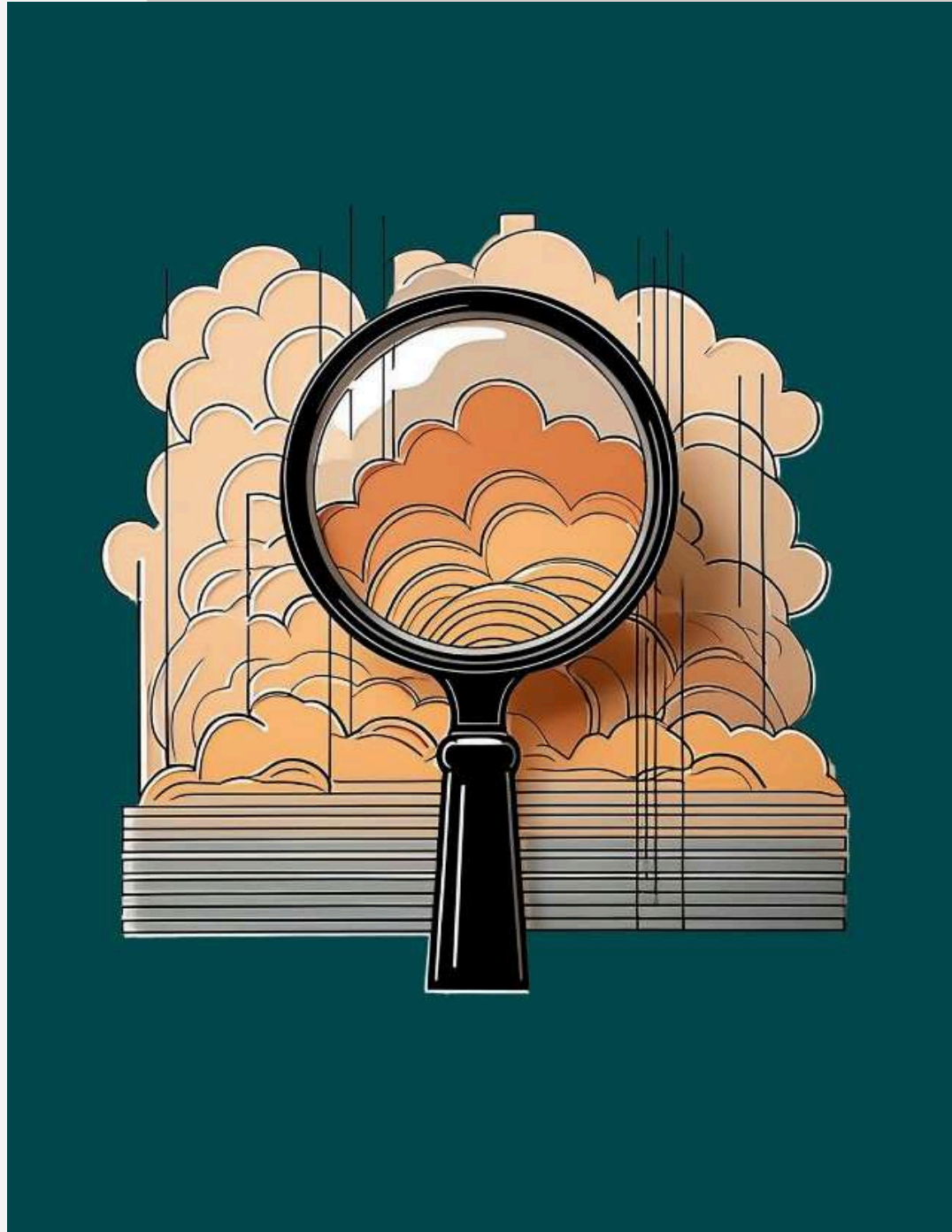


DOTTORESSA FRANCESCA
FORTUNATI - PSICOLOGA,
REFERNTE PSICODIAGNOSTICA,
OPERATORE ARTETERAPIA



DOTT.SSA ALESSIA ALESSI-PSICOLOGA
REFERENTE MINDFULNESS
OPERATRICE STIMOLAZIONE
COGNITIVA PER ANZIANI
OPERATORE DI TEATROTERAPIA

SERVIZIO DI PSICODIAGNOSTICA



- **Cosa:** valutazione delle caratteristiche della persona attraverso misure standardizzate dal punto di vista
 1. personologico
 2. cognitivo (anche per anziani)
 3. stato dell'umore
 4. relazionale
- **Per chi:** utenti in età evolutiva, adulti e anziani, per richiesta privata, di servizi pubblici e privati o nell'ambito di procedimenti giuridici (CTP e CTU)
- **Come:** tre/quattro incontri individuali, di colloquio e somministrazione della testistica specifica
- **Chi:** operatore psicologo con formazione in psicodiagnostica clinica

CFT: COMPASSION FOCUSED THERAPY

- **Cosa:** intervento terapeutico basato sulla coltivazione della compassione verso sé stessi, per ridurre autocritica, vergogna e sofferenza emotiva
- **Per chi:** adulti con difficoltà legate a bassa autostima, autocritica intensa, disturbi dell'umore o del comportamento alimentare
- **Come:** percorso individuale o di gruppo; ciclo di almeno 8 incontri
- **Chi:** psicoterapeuta con formazione avanzata CFT II livello



FORMAZIONE PER DOCENTI E GENITORI



- **Cosa:** percorsi formativi su psicologia dello sviluppo, gestione delle emozioni e relazione educativa
- **Per chi:** insegnanti e genitori di ogni ordine e grado scolastico
- **Come:** ciclo di incontri modulabili in base alle esigenze dell'istituto o del gruppo
- **Chi:** psicologa con esperienza pluriennale in formazione scolastica sul territorio umbro

LABORATORI DI ARTE TERAPIA



- **Cosa:** attività di espressività artistica in piccolo gruppo attraverso varie tecniche artistiche (pittura, scultura, collage)
- **Per chi:** utenti in età evolutiva, adulti e anziani autonomi (gruppi fino a 10 persone)
- **Come:** ciclo di 9 incontri, 3 per ogni tecnica
- **Chi:** due operatori psicologi formati nell'ambito

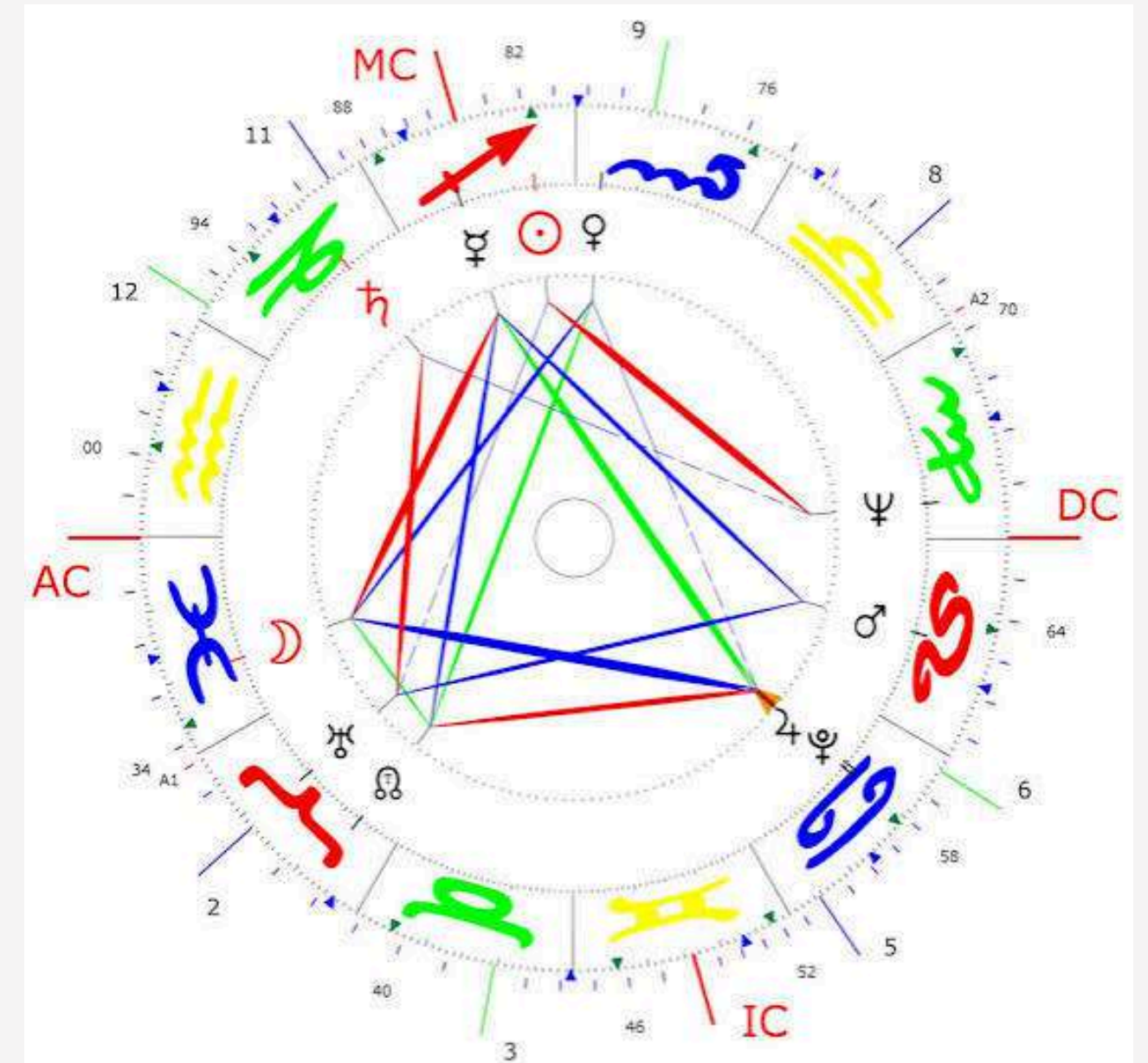
LABORATORI DI ARTE TERAPIA



- **Cosa:** attività di espressività artistica in piccolo gruppo attraverso varie tecniche artistiche (pittura, scultura, collage)
- **Per chi:** utenti in età evolutiva, adulti e anziani in condizione di fragilità (gruppi per funzionamento fino a 6 persone)
- **Come:** ciclo di 6 incontri, 2 per ogni tecnica
- **Chi:** due operatori psicologi formati nell'ambito

PROFILO PSICO-ASTROLOGICO

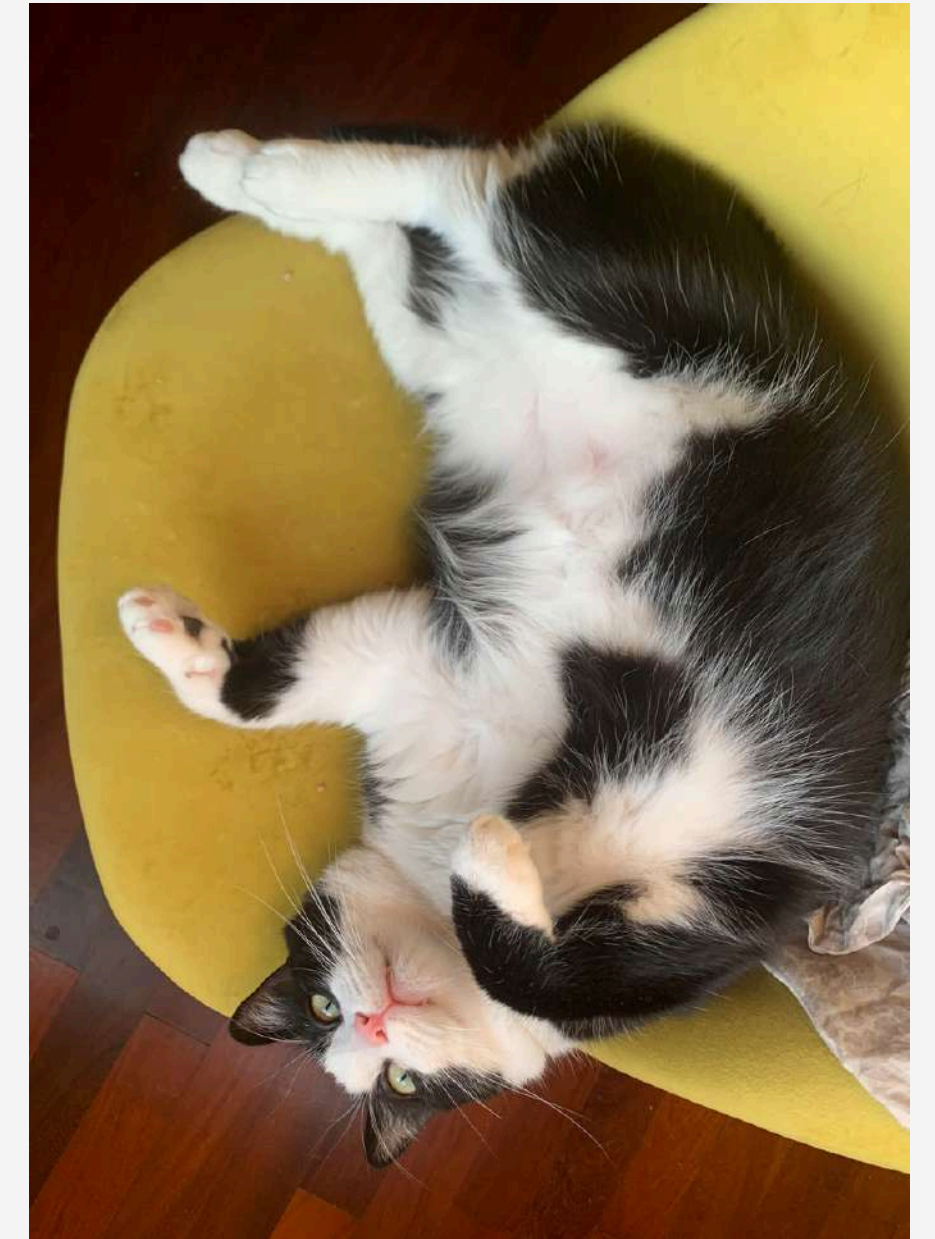
- **Cosa:** una lettura approfondita e personalizzata del tema natale a chiarificare il legame fra le caratteristiche psichiche e quelle astrologiche della persona
- **Per chi:** utenti adulti
- **Come:** Tre incontri individuali, due di colloquio e conoscenza e uno di restituzione
- **Chi:** operatore psicologo esperto nella tematica



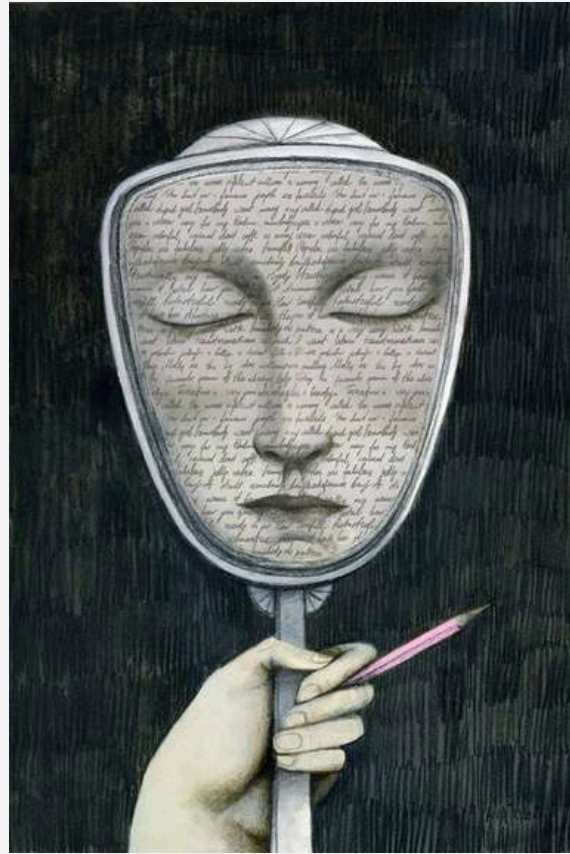
LABORATORIO DI REGOLAZIONE EMOTIVA



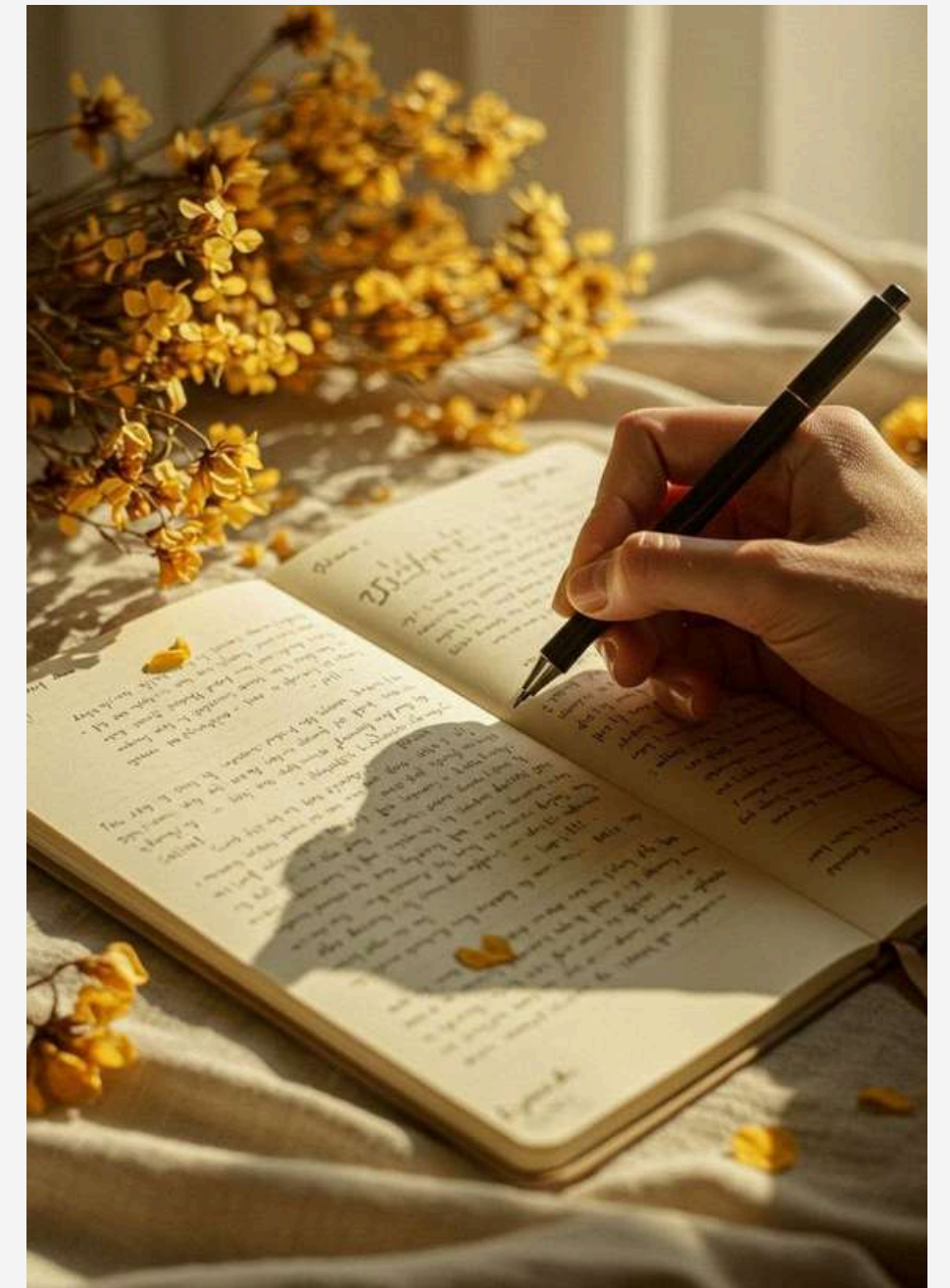
- **Cosa:** laboratorio di regolazione emotiva con l'uso degli animali (gatti)
- **Per chi:** utenti in età evolutiva, adulti e anziani autonomi e/o in condizione di fragilità (gruppi per funzionamento fino a 5 persone)
- **Come:** ciclo di 5 incontri
- **Chi:** un'operatrice psicologa formata nell'ambito e un'operatrice psicologa di supporto



SCRITTURA TERAPEUTICA



- **Cosa:** incontri di scrittura creativa, espressiva e riflessiva - sia in forma individuale che di gruppo - finalizzati all'esplorazione di sé e alla comprensione e rielaborazione dei vissuti interiori e delle esperienze di vita.
- **Per chi:** utenti in età evolutiva, adulti e anziani con buon funzionamento cognitivo (gruppi ideali 6-8 persone)
- **Come:** cicli di almeno 6 incontri. I percorsi individuali sono personalizzati in base ai bisogni della persona.
- **Chi:** operatore specializzato nell'ambito e psicologo / psicoterapeuta formato.



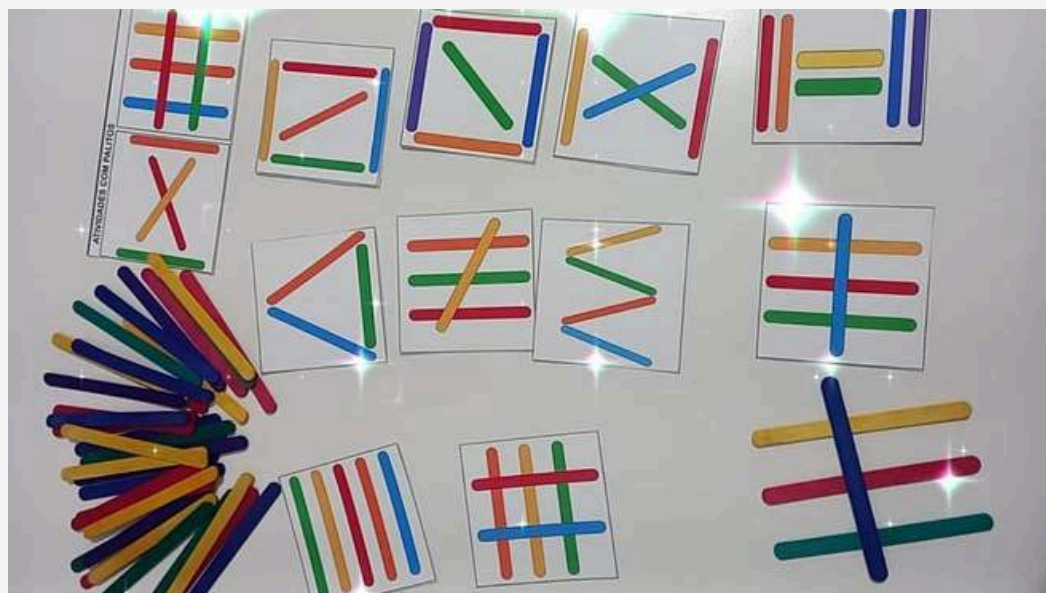
MINDFULNESS

- **Cosa:** laboratorio di Mindfulness protocollo MBLC
- **Per chi:** utenti in età evolutiva, adulti e anziani autonomi (gruppi per funzionamento fino a 6 persone)
- **Come:** ciclo di 8 incontri (ma modulabile in base ad esigenze e fasce d'età)
- **Chi:** un'operatrice psicologa formata nell'ambito e un'operatrice psicologa di supporto



PERCORSI DI STIMOLAZIONE COGNITIVA

- **Cosa:** percorsi di stimolazione cognitiva
- **Per chi:** utenti anziani autonomi e/o in condizione di fragilità (gruppi per funzionamento fino a 5 persone)
- **Come:** ciclo di 5 incontri
- **Chi:** un'operatrice psicologa formata nell'ambito e un'operatrice psicologa di supporto



WORKSHOP DI IMPROVVISAZIONE TEATRALE



- **Cosa:** attività che utilizza tecniche teatrali (improvvisazione, giochi di ruolo, narrazione) come strumento di crescita personale
- **Per chi:** utenti in età evolutiva, adulti e anziani in condizione di autonomia (gruppi per funzionamento fino a 6 persone)
- **Come:** ciclo di 9 incontri, 3 per ogni tecnica
- **Chi:** due operatori psicologi formati nell'ambito



LABORATORI DI TEATRO SOCIALE

- **Cosa:** laboratorio teatrale incentrato sulla relazione, l'ascolto e l'interazione con l'altro, con il gruppo e con lo spazio; si propongono esercizi esperienziali volti a promuovere l'espressione libera e creativa di sé, favorire lo scambio reciproco di idee ed emozioni, sviluppare una maggiore autostima.
- **Per chi:** utenti in età evolutiva, adulti e anziani autonomi (gruppi fino a 15 persone)
- **Come:** 10 incontri da 90 minuti ciascuno
- **Chi:** un'operatrice di teatro sociale e un'operatrice psicologa formata nel contesto teatrale



WORKSHOP TEATRALI TEMATICI

- **Cosa:** ciclo di incontri esperienziali dedicati ad un tema o un argomento specifico di interesse sociale da approfondire tramite l'uso di esercizi teatrali e riflessioni condivise
- **Per chi:** utenti in età evolutiva, adulti di qualsiasi età
- **Come:** da 3 a 5 incontri, in base al tema
- **Chi:** un'operatrice di teatro sociale



WORKSHOP ESPERIENZIALE

- **Cosa:** focus esperienziale che utilizza il linguaggio scenico per migliorare le dinamiche interne al gruppo e il benessere organizzativo, lo sviluppo delle soft skills, la gestione degli imprevisti, riducendo i conflitti e aumentando la sinergia.
- **Per chi:** equipe e gruppi di lavoro (aziendali, socio-sanitari, educativi)
- **Come:** 1 o 2 incontri intensivi
- **Chi:** un'operatrice di teatro sociale e una psicologa



SUPPORTO PSICOLOGICO : VIOLENZA DI GENERE



- **Cosa:** percorsi di sostegno psicologico e accompagnamento terapeutico per donne che hanno vissuto o stanno vivendo situazioni di violenza
- **Per chi:** donne in uscita dalla violenza, in rete con i servizi territoriali
- **Come:** percorso strutturato, numero di incontri da concordare
- **Chi:** psicoterapeuta con esperienza pluriennale presso il Centro Antiviolenza "Servizio Telefono Donna" di Terni



CONTATTI

SITO: centrostudiumanisticiumbria.it

MAIL: csu.umbria@gmail.com

TELEFONO: +39/3283299872

PEC: csuumbria@pec.it



CSU-Centro Studi Umanistici Umbria



[csu.umbria](https://www.instagram.com/csu.umbria)

