

Programma Formativo

Fascia Oraria	Modulo	Contenuti
09:00 – 10:30	Modulo 1 – Inquadramento Clinico e Normativo	Diagnostica differenziale tra stress lavoro-correlato e burnout. Fattori di vulnerabilità e profili di personalità. Lo psicologo nel sistema previsto dal D.Lgs. 81/08: relazione clinica, consulenza tecnica e responsabilità professionale.
10:30 – 11:40	Modulo 2 – Il Modello C.A.S.I.O. (QOLT)	Dalla Psicologia Positiva alla pratica clinica: decostruire l'insoddisfazione cronica. Analisi di Circostanze, Atteggiamento, Standard, Importanza e Soddisfazione Complessiva. Applicazioni cliniche e casi esemplificativi.
11:40 – 12:15	Modulo 3 – Gestione del Conflitto e Paziente Iper-performante	Analisi dei conflitti organizzativi. Dinamiche relazionali nei contesti professionali ad alta pressione. Gestione del paziente manager o professionista orientato alla performance. Strategie per disinnescare la richiesta di risultati immediati nel setting terapeutico.
12:15 – 13:00	Modulo 4 – Assertività e Confini Professionali	Training assertivo. Negoziazione dei carichi di lavoro. Esercitazioni pratiche sul “No” terapeutico e sulla definizione dei confini personali e professionali.
13:00 – 14:00	Pausa Pranzo	
14:00 – 15:30	Modulo 5 – La Trappola della Performance e lo Stare nel Limite	Essere vs Fare: la difficoltà di abitare uno spazio senza prestazione. Aspetti identitari e culturali della produttività. Dinamiche controtransferali: il bisogno del terapeuta di essere performante.
15:30 – 16:00	Modulo 6 – Pillole di Time & Energy Management	Energy Management vs Time Management. Tecniche di de-colpevolizzazione del riposo. Confini casa-lavoro. Esercitazione pratica: “La torta della felicità”.
16:10 – 18:00	Modulo 7 – Tecniche di Regolazione e Chiusura	Mindfulness clinica e protocolli di defusione. Tecniche di grounding e respirazione. Esercitazioni esperienziali guidate. Test di valutazione ECM e conclusioni finali.



Graziana Orefice

Data di nascita: 22/01/1990 | **Nazionalità:** Italiana | **Sesso:** Femminile |

Telefono: (+39) 3334462270 (Lavoro) | **Indirizzo e-mail:**

GRAZIANAOREFICE@GMAIL.COM | **Indirizzo** Via Gaspara Stampa, 60,
00137, Roma, Italia (Lavoro)

• ISTRUZIONE E FORMAZIONE

18/01/2019 - 28/01/2023 - ROMA, ITALIA

**SCUOLA QUADRIENNALE DI SPECIALIZZAZIONE IN PSICOTERAPIA
COMPORTAMENTALE E COGNITIVA SPECIALISTICA PER INFANZIA E
ADOLESCENZA-** CONSORZIO UNIVERSITARIO HUMANITAS

24/01/2025 - 18/10/2025 - ROMA, ITALIA

EMDR I E II LIVELLO- EYE MOVEMENT DESENSITIZATION AND REPROCESSING-
ASSOCIAZIONE PER L'EMDR ITALIA

18/01/2018 - 12/04/2019 - ROMA, ITALIA

MASTER DI II LIVELLO IN GESTIONE DELLE RISORSE UMANE- DIPARTIMENTO DI
SCIENZE UMANE DELLA LUMSA

15/03/2015 - 13/04/2016 - ROMA, ITALIA

**MASTER DI II LIVELLO IN DISTURBI DELLO SPETTRO DELL'AUTISMO IN
ADOLESCENZA-** SAPIENZA UNIVERSITÀ DI ROMA

28/10/2011 - 03/03/2015 - ROMA, ITALIA

PSICOLOGIA CLINICA E DEL BENESSERE DELLA PERSONA (LM51) - DIPARTIMENTO
DI SCIENZE UMANE DELLA LUMSA

110 cum laude

• ESPERIENZA LAVORATIVA

31/03/2022 - ATTUALE - REMOTO, ITALIA

**PSICOTERAPEUTA, FORMATRICE CLINICA E THERAPISTS COMMUNITY & SUCCESS
CONSULTANT**UNOBRAVO

01/01/2019 - 01/03/2022 - GROSSETO, ITALIA

RESPONSABILE CLINICO E FORMATRICE PER METODOLOGIE E PROGRAMMI

INDIVIDUALI INTERVENTO GRUPPO APPARTAMENTO OLTRELOSGUARDO ONLUS

Ho coordinato l'avvio dei progetti "Dopo di Noi" nel territorio di Grosseto, collaborando con la USL Toscana sud-est e la Cooperativa Giocolare. Le mie responsabilità includevano il dialogo con i genitori per facilitare l'inserimento dei loro figli in appartamenti con diverse modalità. Ho condotto analisi per definire gli obiettivi abilitativi individuali e ho formato e supervisionato gli operatori sui programmi e metodologie evidence-based.

01/01/2016 - 22/06/2026 - ROMA, ITALIA

FUNDRAISER E PROGETTISTA UNIONE ITALIANA DEI CIECHI E DEGLI IPOVEDENTI ONLUS-APS PRESIDENZA NAZIONALE

Dopo aver completato il servizio civile nazionale, ho contribuito alla creazione di un ufficio dedicato al Fundraising e alla progettazione. Mi sono occupata della formazione dei territori sulle attività e del Data base Donatori.

01/02/2013 - 31/12/2018 - ROMA

OPERATORE DI TECNICHE COGNITIVO COMPORTAMENTALI APPLICATA AGLI AUTISMICI COOPERATIVA SOCIALE GIULIAPARLA ONLUS

Ho partecipato a vari progetti come tutor per gruppi e singoli, inclusi adulti, adolescenti e bambini nello spettro dell'autismo, ciascuno con diversi livelli di supporto. In particolare, ho collaborato a:

- "AUTISMO, AFFETTIVITÀ E SESSUALITÀ: LA COPPIA TUTOR COME MODELLO DI COMPORTAMENTO ADATTIVO" (2018)
- "Cine Club dei ragazzi" (2014-2015)

01/02/2011 - 31/05/2015 - ROMA, ITALIA

ASSISTENTE UNIVERSITARIO/ASSISTENTE UNIVERSITARIO DIPARTIMENTO SCIENZE UMANE UNIVERSITÀ LUMSA

Ho collaborato diversi anni con la prof.ssa Paula Benevene (Professore Ordinario cattedra Psicologia del lavoro e delle Organizzazioni)

- Tutor presso il Master di II livello in Gestione delle Risorse Umane della LUMSA di Roma
- Tutor dei partecipanti all' "International Intensive Erasmus Program" organizzato dall' Università LUMSA di Roma su Juvenile Gang and Crimes in Europe
- Ricercatrice per il progetto europeo Itaca-Daphne finanziato dalla Commissione Europea , DG Giustizia e Affari interni (JUST/2010/DAP3/AG/1370): Interaction of Different Subject Towards A Common Strategic Answers Concerning Juvenile Gangs.
- Ricercatrice per il progetto di ricerca sul Consumo di alcol e la prevenzione dell'abuso di alcol tra i giovani.
- Organizzazione del XVIII Congresso Internazionale INFAD "Desafios y Perspectivas de actuales psychology", organizzato dall' Università di Extremadura (Spagna), Roma Tre e Università LUMSA di Roma



- **COMPETENZE**

Padronanza del Pacchetto Office (Word Excel PowerPoint ecc) | Gestione autonoma della posta e-mail | Utilizzo del browser | Social Network

- **COMPETENZE LINGUISTICHE**

Lingua madre: **ITALIANO**

	COMPRENSIONE		ESPRESSIONE ORALE		SCRITTURA
	Ascolto	Lettura	Produzione orale	Interazione orale	
INGLESE	A2	A2	A2	A2	A2

Barbara De