



DOTT.SSA

J E S S I C A  
**VENTURI**

PSICOLOGIA, EMOZIONE E PRESENZA  
PER ARTISTI E PERFORMER



# CHI SONO

PSICOLOGA ESPERTA IN GESTIONE DELLE EMOZIONI E DELLA PRESENZA.

DA OLTRE VENT'ANNI LAVORO CON  
ARTISTI, PERFORMER, PROFESSIONISTI DELL'ESPOSIZIONE,  
PERSONE CHE UTILIZZANO SE STESSO COME STRUMENTO  
ESPRESSIVO

PRIMA DI DIVENTARE PSICOLOGA HO LAVORATO COME MENTAL  
COACH

IN MOLTI CONTESTI AD ALTA INTENSITÀ EMOTIVA

# COSA C'È DIETRO UNA PERFORMANCE

LA PERFORMANCE NON È  
SOLO CIÒ CHE SI VEDE.

È CIÒ CHE UNA PERSONA RIESCE A  
SOSTENERE DENTRO DI SÉ MENTRE  
VIENE VISTA, ASCOLTATA, GIUDICATA.

CORPO - VOCE - EMOZIONI -  
IMMAGINAZIONE - STORIA PERSONALE  
NON SONO STRUMENTI SEPARATI:  
SONO MATERIA VIVA.





# IL PROBLEMA

MOLTE PERSONE SONO  
TECNICAMENTE PREPARATE,  
MA INTERNAMENTE IN DIFFICOLTÀ.

SI IRRIGIDISCONO

SI BLOCCANO

SI PERDONO

SI SENTONO TRAVOLTE  
PERCHÉ NELLA MAGGIOR PARTE  
DEI PERCORSI FORMATIVI  
L'EMOZIONE VIENE LASCIATA ALLA  
RESPONSABILITÀ INDIVIDUALE.

IO LAVORO PROPRIO LÌ.

# COSA FACCIO DAVVERO

**IO NON INSEGNO TECNICA.**  
NON COSTRUISCO PERSONAGGI.

NON LAVORO SUI RUOLI.

LAVORO SULLA CONDIZIONE INTERIORE CHE RENDE  
POSSIBILE UNA PRESENZA AUTENTICA.

**INSEGNO A:**

REGGERE SE STESSI MENTRE SI È ESPOSTI

SENTIRE SENZA PERDERSI

USARE L'EMOZIONE COME FORZA





# LE RADICI DEL MIO METODO

IL MIO APPROCCIO NASCE DALL'INCONTRO TRA SCIENZA PSICOLOGICA E SAPERI ESPERIENZIALI PROFONDI.

INTEGRO NEL MIO LAVORO: PSICOLOGIA, CORPO E PERCEZIONE SOMATICA, SIMBOLO E IMMAGINAZIONE, RITUALITÀ COME STRUMENTO DI TRASFORMAZIONE, NEUROSCIENZE DELLA REGOLAZIONE EMOTIVA.

NEGLI ANNI HO UNITO LE ACQUISIZIONI DELLA PSICOLOGIA CONTEMPORANEA ALLO STUDIO DI ANTICHE TRADIZIONI NATIVE, IN CUI LA TRASFORMAZIONE AVVIENE ATTRAVERSO IL CORPO, IL RITO E LA RELAZIONE.

HO APPROFONDITO IN PARTICOLARE IL LINGUAGGIO UOMO-CAVALLO, BASATO SU INTENZIONE, PRESENZA E COMUNICAZIONE NON VERBALE, LO STUDIO ANTROPOLOGICO DEI PROCESSI RITUALI, LE ARTI MARZIALI ORIENTALI E LA MEDICINA TRADIZIONALE CINESE CHE INSEGNANO L'UNITÀ TRA MENTE ED ENERGIA CORPOREA

DA QUESTO PERCORSO HO COMPRESO UNA COSA ESSENZIALE:

LA VERA PRESENZA NASCE QUANDO EMOZIONE, CORPO E INTENZIONE SMETTONO DI ANDARE IN DIREZIONI DIVERSE E INIZIANO A MUOVERSI INSIEME.



# DOVE HO LAVORATO

NEL CORSO DEGLI ANNI HO PORTATO IL MIO LAVORO IN CONTESTI MOLTO DIVERSI, TUTTI ACCOMUNATI DA ALTA INTENSITÀ EMOTIVA E FORTE ESPOSIZIONE:

- GRUPPI DI CRESCITA PERSONALE
- GRUPPI AZIENDALI E PROFESSIONALI
- ARTISTI E PERFORMER
- CREATIVI E PROFESSIONISTI DELL'ESPRESSIONE
- CONTESTI CARCERARI
- UNA PRODUZIONE INTERNAZIONALE AMAZON PRIME VIDEO, GIRATA IN SUD AFRICA COME COACH DEI PARTECIPANTI

IN AMBIENTI COSÌ DIVERSI, IL NUCLEO DEL LAVORO È SEMPRE LO STESSO: REGGERE L'EMOZIONE SOTTO PRESSIONE SENZA PERDERE PRESENZA, CENTRATURA E VERITÀ.



**L'ARTE PERFORMATIVA NON È SOLO TALENTO**

**SENZA SICUREZZA EMOTIVA:**

**LA VOCE SI CHIUDE**

**IL CORPO SI IRRIGIDISCE**

**LA PRESENZA SI SPEGNE**

**IO LAVORO PER CREARE:**

**SICUREZZA, RADICAMENTO, LIBERTÀ ESPRESSIVA**



# STRUMENTI DI LAVORO

IL MIO LAVORO UTILIZZA MEDIATORI ESPERIENZIALI CHE PERMETTONO ALLA PERSONA  
DI INCONTRARE SE STESSA OLTRE IL SOLO PENSIERO.



## INTEGRO:

STRUMENTI PROIETTIVI E IMMAGINATIVI  
LAVORO CORPOREO E CONSAPEVOLEZZA SOMATICA  
PRATICHE DI PRESENZA E REGOLAZIONE ENERGETICA  
DISPOSITIVI SIMBOLICI E SPAZIALI  
AMBIENTI IMMERSIVI IN 3D  
SISTEMI DI BIOFEEDBACK

QUESTI STRUMENTI PERMETTONO DI ESPLORARE  
PAURA- BLOCCO -INTENSITÀ-LIMITE  
IN UNO SPAZIO PROTETTO, DOVE  
L'ESPERIENZA PUÒ ESSERE  
SENTITA, REGOLATA  
E TRASFORMATA IN RISORSA.





# COSA PROPONGO

## **PROGETTO E CONDUCO PERCORSI ESPERIENZIALI SU MISURA PER:**

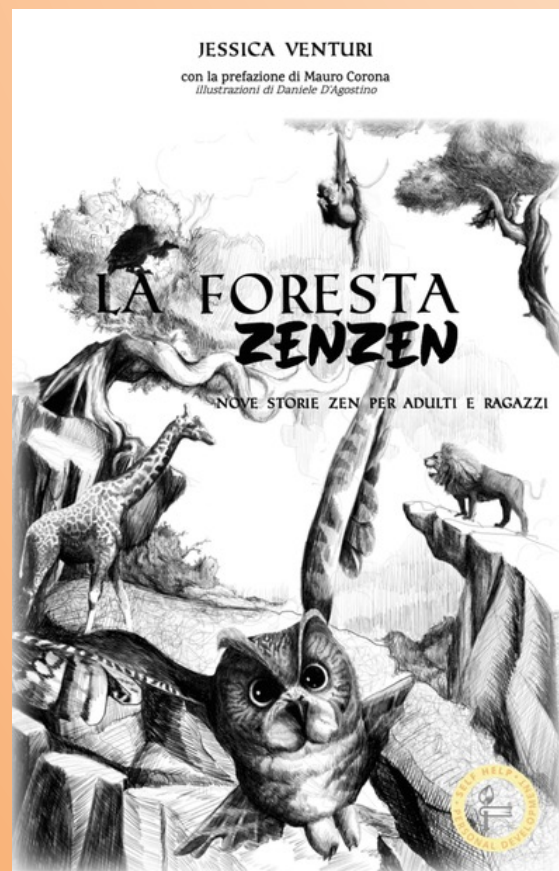
- ARTISTI E PERFORMER
- CREATIVI
- SCUOLE DI TEATRO E CINEMA
- AZIENDE E TEAM
- PROFESSIONISTI CHE LAVORANO SOTTO ESPOSIZIONE E PRESSIONE

## **IN QUESTI PERCORSI LAVORIAMO SU:**

- LA CAPACITÀ DI REGGERE SE STESSI NELLE SITUAZIONI INTENSE
- LA PRESENZA EMOTIVA E CORPOREA
- LA GESTIONE DI PAURA, GIUDIZIO E BLOCCO
- LA TRASFORMAZIONE DELL'EMOZIONE IN RISORSA ESPRESSIVA E RELAZIONALE

**OGNI PROGETTO È COSTRUITO SU MISURA  
IN BASE AL CONTESTO, ALLE PERSONE E AGLI OBIETTIVI.**

# AUTRICE



**NEL MIO PERCORSO HO TRASFORMATO IL MIO LAVORO IN PAROLE, STORIE E VISIONE.**

## **TRILOGIA “I TRE MONDI DEL COACHING SCIAMANICO”**

- VOLUME I – NUTRIRE LE RADICI
- VOLUME II – FAR GERMOGLIARE IL SEME
- VOLUME III – FAR CRESCERE L’ALBERO

QUESTA TRILOGIA INTEGRA LE ACQUISIZIONI DELLA PSICOLOGIA MODERNA CON LO STUDIO DI ANTICHE TRADIZIONI DI LAVORO SULL’ESSERE UMANO.

IL TERMINE “SCIAMANICO” NEL TITOLO INDICA PROPRIO QUESTO: L’INCONTRO TRA SCIENZA PSICOLOGICA, CORPO, SIMBOLO E TRASFORMAZIONE.

## **LIBRO PER RAGAZZI E ADULTI “LA FORESTA ZEN ZEN”**

STORIE ILLUSTRATE DI CRESCITA PERSONALE ATTRAVERSO SIMBOLI E METAFORE, CON PREFAZIONE DI MAURO CORONA, CHE LO HA ANCHE PRESENTATO IN TELEVISIONE SU RETE 4 NELLA TRASMISSIONE “È SEMPRE CARTA BIANCA”.

**I MIEI LIBRI NASCONO DALLLO STESSO CUORE DEL MIO LAVORO:  
EMOZIONE, SIMBOLO, PRESENZA E TRASFORMAZIONE.**

# CONTATTI

DOTT.SSA JESSICA VENTURI  
PSICOLOGA – ORDINE PSICOLOGI TOSCANA N. 11367

✉ [INFO@JESSICAVENTURI.IT](mailto:INFO@JESSICAVENTURI.IT)

🌐 [WWW.JESSICAVENTURI.IT](http://WWW.JESSICAVENTURI.IT)

☎ +39 339 570 5661



FACEBOOK.COM/JESSICA.VENTURI.PSY



INSTAGRAM.COM/JESSICA\_VENTURI



YOUTUBE.COM/@JESSICA.VENTURI