



## Simona Pavesi,

- counselor "creativa" esperta di comunicazione empatica e nonviolenta,
- facilitatrice nella relazione di aiuto individuale e di coppia,
- formatrice in organizzazioni aziendali e contesti educativi.

Usa l'arte della maieutica per attivare le risorse e le abilità di ogni persona al fine di migliorare l'intelligenza emotiva e relazionale.

Mette a servizio strumenti pratici di comunicazione assertiva per migliorare la qualità delle relazioni (in famiglia, di coppia, al lavoro) favorendo un buon clima relazionale e il benessere emotivo.

### CONTATTI:

Via Menabrea 21, 20159 Milano,  
335 7796960  
info@simonapavesi.it  
www.simonapavesi.it

### ABILITA':

Ascolto  
Creatività  
Empatia  
Entusiasmo  
Incoraggiamento  
Inclusione  
Semplicità

### FORMAZIONE:

180 h TT Yoga Alliance  
MEDITAZIONE & YOGA NIDRA il sonno profondo.

160h TT Yoga Alliance  
SHRI DEVI, YOGA DEL SACRO FEMMINILE.

60h Educate Pilot Training  
Programma Erasmus + European Commission.

450h Scuola di Counseling Relazionale Maieutico  
CPP, diretto da Daniele Novara.

120h Comunicazione e Relazioni Interpersonali,  
sviluppare l'intelligenza emotiva e la  
consapevolezza di sé e dell'altro.  
Università di Siena con il prof. Enrico Cheli.

Diploma/pari laurea, Accademia di Brera 110 lode.

Diploma di Grafica Pubblicitaria 60/60.

### ESPERIENZE:

2018 - oggi

#### **COUNSELING RELAZIONALE ad indirizzo MAIEUTICO**

(Associazione Nazionale Counselor Relazionali ANCoRe 514/2018)  
**Incontri individuali, mediazione familiare, conduzione di seminari e laboratori esperienziali di gruppo.** Campus estivi per adolescenti, seminari vacanza per famiglie e per adulti.

Gruppi online di allenamenti settimanali di:

- Comunicazione Empatica & Nonviolenta,
- Manutenzione Emotiva,
- Stimoli di Creatività,
- Meditazione con la tecnica di rilassamento Yoga Nidra.

2018 - oggi

#### **ORGANIZZAZIONI AZIENDALI E CONTESTI EDUCATIVI**

**Facilitazioni e conduzione di laboratori per migliorare il clima e la comunicazione tra colleghi, facendo fluire i processi lavorativi.**

Conoscere la grammatica del dialogo assertivo permette a ogni persona di costruire una cassetta degli attrezzi con l'obiettivo di gestire le divergenze e le proprie emozioni; favorendo un buon clima relazionale nell'ambito lavorativo e tutto il benessere emotivo che ne deriva.

1996 – oggi

#### **ART DIRECTOR e CREATIVITA'**

**Comunicazione e creatività, grafica e art director.**

1996/99 Bianco & Cucco Srl

2000/05 Qèn Srl (owner)

2005/07 Tod's S.p.A.

2007/14 Valentino S.p.A.

Dal 2014 Consulente di creatività.

2003 – oggi

#### **CENTRO DI NONVIOLENZA ATTIVA e ED.UMA.NA**

**Attività di volontariato.**

Co-fondatrice del Centro di Nonviolenza Attiva di Milano con progetti sul territorio per ragazzi/e e adulti.

Co-fondatrice del progetto sperimentale della rete ED.UMA.NA una pratica che offre strumenti operativi e pratici per educarsi ed educare alla Nonviolenza Attiva nella vita della comunità scolastica.