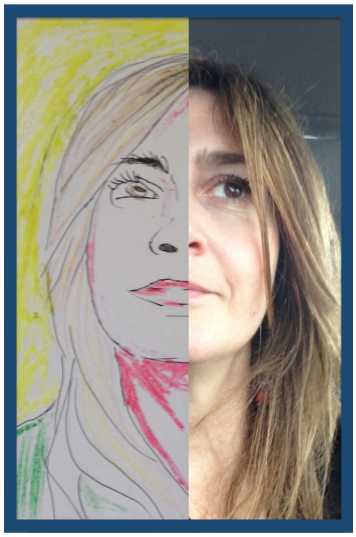










«OGNI VITA È UN'OPERA D'ARTE,
COSTRUITA CON QUALSIASI MEZZO A NOSTRA DISPOSIZIONE»

P. Janet

Ciao, sono Simona.

L'amore e il senso, o ascolto profondo, sono state le dimensioni che negli anni mi hanno indicato la via per fiorire, trovare il mio posto nel mondo e accompagnare chi me lo chiede a trovare il suo.

Il mio percorso non è stato lineare e nasce in primo luogo dall'esperienza, da un'esigenza del qui e ora, da una crescente consapevolezza rispetto a cosa volevo e a cosa potevo fare. A mano a mano le esperienze di vita, formative e professionali si sono integrate in un approccio transdisciplinare che tiene insieme diverse dimensioni, ambiti e competenze.

Ho una formazione artistica, ho lavorato in una Multinazionale e in seguito in una società di Ricerca, Formazione e Selezione del personale ma, dopo un master in comunicazione e la collaborazione con varie riviste nel campo dell'arte e del design, nel 2005 ho iniziato la formazione in arteterapia.

Oggi sono un'arteterapeuta a indirizzo psicodinamico, mi sono diplomata e sono socia di Art Therapy Italiana (formazione quadriennale convenzionata con il Dipartimento di Psicologia di Bologna), ho un Master di Specializzazione in Arteterapia di Gruppo e una certificazione in Guided Drawing® (disegno bilaterale); tecnica specifica di arteterapia senso-motoria.
Sono iscritta al registro professionale italiano degli arteterapeuti Apiart e sono membro di EFAT, European Federation of Art Therapy.











Lavoro con varie tipologie d'utenza e fasce d'età, individualmente e in gruppo, per sostenere un cambiamento, una separazione, elaborare un lutto, un trauma, per DSA-ADHD, disturbi alimentari, alfabetizzazione emotiva, ansia, o semplicemente per scoprirsi, accogliersi, stare bene...

Ho collaborato in diversi progetti multidisciplinari per l'infanzia, l'intercultura, il disagio psichico, il decadimento cognitivo, l'adozione.

Ho fatto parte di gruppi studio sulla scuola e del gruppo SEMI, studi e ricerca sull'adozione e l'affido.
Dal 2021, con il Progetto HUMUS e la collaborazione di una guida ambientale, faccio parte del gruppo di studio e ricerca sull'adolescenza di ATI con cui proviamo a ri-portare i giovani in natura.

Ho tenuto lezioni e seminari presso enti, fondazioni, musei, istituzioni accademiche e all'Università Milano-Bicocca dove ho raccontato l'arteterapia all'interno del corso di Psicologia dell'Arte del Prof. Daniele Zavagno.

Mi occupo di formazione, ho consolidato la cornice teorica in AIF, Associazione Italiana Formatori e progetto interventi con diverse figure professionali quali mediatori culturali, psicologi e docenti di intelligenza emotiva.

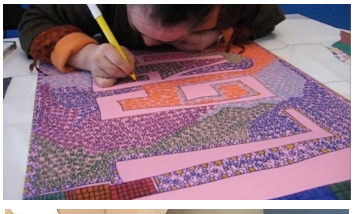
Sono tra gli «amici» di ARIELE: relazione, amore, conflitto, lavoro e il ruolo sociale dell'arte sono alcune delle dimensioni su cui l'Associazione Italiana di Psicosocioanalisi ha sviluppato una feconda riflessione, a partire dall'opera del suo fondatore Luigi Pagliarani agli inizi degli anni'80.

Sono autrice del libro: «*La danza della Libellula – Storia di vita e di adozione*», segnalato sul sito della Casa delle donne di Milano, e co-autrice di «*Arteterapia e ictus. Prospettive pedagogiche e di cura per l'inclusione*» capitolo presente nel libro di Antonella Coppi «*Il gesto creativo. Arte, didattica e cura*».











«LA NATURA NON È QUALCOSA DI SEPARATO DA NOI
O UNA MERA CORNICE DELLA NOSTRA VITA.
SIAMO INCLUSI IN ESSA, SIAMO PARTE DI ESSA
E NE SIAMO COMPENETRATI» Papa Francesco

Negli ultimi anni mi sono appassionata anche al tema della biofilia e la mia ricerca personale e professionale si è indirizzata verso la natura.
Ho concluso il corso di Ecopsicologia dell'Università della Valle d'Aosta e sto completando la formazione in Ecotuning presso la Scuola Ecopsichè (https://www.ecopsicologia.it/).

Affino l'ascolto corporeo con la DMT – Danza Movimento Terapia, con focus sul Movimento Autentico. Pratico la Mindfulness e presso MIDA-Mosaic ho fatto il protocollo MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) messo a punto dal biologo Jon Kabat-Zinn negli anni'70.

Sperimento linguaggi creativi, dal 2011 frequento la Scuola Civica d'Arte Faruffini di Sesto San Giovanni e dal 2022 collaboro con il collettivo artistico Wurmkos, nel laboratorio di arti visive di Sesto San Giovanni.
Il laboratorio è un'esperienza basagliana fondato nel 1987 che mette in relazione arte e disagio psichico.

Insieme ad amici che condividono con me la passione e l'interesse per l'arte ho ideato e realizzato iniziative artistico-culturali nel mio comune di residenza: 6xsesto (www.6xsesto.com) e Sesto Risuona.

Credo nel lifelong learning e nella continua necessità di sviluppare e aggiornare competenze personali, civiche, sociali e professionali e da sempre amplio la mia conoscenza ed esperienza con approcci multidisciplinari per meglio leggere la complessità di ciò che mi circonda.

Sono in divenire.