



LUCIANA DURIGON

FORMATRICE – COUNSELOR E COACH – MINDFULNESS

CERTIFICAZIONI

- Insegnante programma MBSR del Mindfulness Center dipartimento della School of Public Health della Brown University USA.
- Counselor in analisi transazionale
- Insegnante di Mindfulness psicosomatica
- Esperta in "Comunicazione Non Violenta" di Rosenberg.

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Wyde srl (Milano)

Dal 2018 - presente

Formatrice di Mindfulness e Soft skills

IFOA sede regionale (Padova)

Dal 2018 - presente

Formatrice su intelligenza emotiva - gestione dei gruppi e conflittualità – comunicazione

Studio Associato di Psicologia Andreoli (Milano)

Dal 2016 - presente

Life counseling e business coaching

Delclima Spa del gruppo Delonghi (Treviso)

Dal 2016 - 2018

Counseling organizzativo

ALTRE ESPERIENZE PROFESSIONALI

Confcommercio Treviso

Dal 1995 -2022

Consulente micro e PMI in attività di Amministrazione e finanza agevolata

Carrefour SpA - Italia

Dal 1991 -1995

Specialista in amministrazione, finanza e gestione del Personale

PROFILO

Il mio lavoro si interseca attualmente tra attività di docente formatore e counselor/coach su temi di sviluppo delle soft skills e di benessere.

La **mindfulness** è uno degli strumenti che utilizzo per il percorso di consapevolezza sia in ambito formativo che di counseling/coaching.

Ho una pluridecennale esperienza all'interno di Società di Servizi dove ho sviluppato competenze, capacità e conoscenze in campo amministrativo, nella consulenza aziendale e nel campo delle agevolazioni e contributi.

CONTATTI

 luciana.durigon@gmail.com

 Luciana Durigon

 Treviso

 05074140269

PATENTE B, automunita

ATTIVITA' SOCIALI E CULTURALI

Svolgo attività di assistenza e supporto nell'associazione "Play More!", un'organizzazione no profit che promuove attività sociali e sportive a favore di persone con disabilità.

Sostengo attraverso **attività di mentoring** persone con vulnerabilità differenti: disoccupati, giovani in cerca di primo impiego, donne, etc..

Sono donatrice di Organi e Tessuti

ATTITUDINI

Mi piace impegnarmi nelle attività lavorative per raggiungere risultati concreti e portare valore aggiunto alle persone con cui collaboro; da queste traggio motivazione ed entusiasmo insieme all'apprendimento continuo e alla conoscenza in discipline diverse.

Capacità comunicativa, ascolto ed empatia sono modalità che mi contraddistinguono e che utilizzo nella relazione con le persone.

INTERESSI

Montagna
Contatto con la Natura
Mountain Bike
Trekking

FORMAZIONE

Programma MBSR del Mindfulness Center dipartimento della School of Public Health della Brown University USA

2015 - 2021

Motus Mundi di Padova

Corso Psicosomatica e Mindfulness

2016 - 2017

Villaggio Globale - Bagni di Lucca (LU)

Scuola superiore di Counseling in Analisi Transazionale

2013 - 2016

Scuola di Formazione Centro Berne SRL di Milano

Laurea in Economia Aziendale

1990

Università Ca' Foscari di Venezia

Diploma di maturità scientifica

1984

Liceo Scientifico "Leonardo da Vinci" di Treviso

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: Italiano

- Francese: molto buono
- Inglese: buono

COMPETENZE INFORMATICHE

- Pacchetto Office (Word, Excel, Power Point): Buona
- Sistema operativo Windows: Buona

COMPETENZE TRASVERSALI

Capacità comunicativa, ascolto attivo ed empatia sono modalità che mi contraddistinguono e che utilizzo nelle relazioni con le persone con cui collaboro o che fanno richiesta di supporto creando rapporti di fiducia e di confronto e di crescita

DATI PERSONALI: Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base all'Art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e all'Art. 13 GDPR 679/16"