

## INFORMAZIONI PERSONALI

Ilaria De Lucia



## POSIZIONE RICOPERTA

PSICOMOTRICISTA - INSEGNANTE FELDENKRAIS

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

2010 - OGGI

**Psicomotricista – Insegnante Feldenkrais**

SEDUTE SVOLTE A DOMICILIO NELL'AREA DI MILANO E HINTERLAND

L'attività psicomotoria viene organizzata in maniera individuale e/o di gruppo. La famiglia viene resa partecipe delle sedute e sostenuta nel percorso di crescita del bambino, viene supportata nella gestione dell'ambiente (spazi e materiale) affinché, ciò che apprende il bambino nelle diverse aree di sviluppo, venga facilmente trasferito nella quotidianità. Vengono svolti progetti unitari e concordati tra Famiglia - Scuola – altri Centri Specialistici di riferimento\*. Le tecniche e le metodologie utilizzate all'interno delle sedute comprendono:

- Metodo Feldenkrais
- Utilizzo pallone bobath
- Comunicazione Aumentativa Alternativa
- Approccio di tipo relazionale

SETTEMBRE 2017 - OGGI

**Psicomotricista – Insegnante Feldenkrais**

STUDIO 49  
VIA ROMA 49 PESSANO CON BORNAGO (MI)  
[www.studio49pessano.it](http://www.studio49pessano.it)

- Sedute individuali di Integrazione Funzionale rivolte ad adulti
- Sedute individuali di Integrazione Funzionale rivolte a bambini/ragazzi

**Attività o settore** Attività paramediche indipendenti - Libera professione

SETTEMBRE 2016 – OGGI

**Insegnante Feldenkrais**

ASSOCIAZIONE ANAWEEL  
VIA ROMA 49 PESSANO CON BORNAGO (MI)  
[www.anaweel.it](http://www.anaweel.it)

- Conduce Lezioni di gruppo di Consapevolezza Attraverso il Movimento (CAM). 1 ora a settimana.

**Attività o settore** Attività paramediche indipendenti - Libera professione

14/01/2017-11/02/2017

**Insegnante Feldenkrais**

STUDIO PRIVATO  
VIA ROMA 1, SULBIATE (MB).

- Conduce "A Scuola con il corpo": Progetto formativo e sperimentale basato sul Metodo Feldenkrais, rivolto ad insegnanti ed educatrici della Scuola dell'Infanzia e Nidi d'Infanzia. Il progetto comprende 10 ore di lezioni mirate a:
  - rendere le insegnanti più consapevoli dei propri movimenti e delle posture tenute durante la quotidianità lavorativa.
  - imparare nuove modalità di muoversi più funzionali e piacevoli.

**Attività o settore** Attività paramediche indipendenti - Libera professione

APRILE – GIUGNO 2017

**Insegnante Feldenkrais**

NUOVA GINNASTICA, CENTRO DI CHINESIOLOGIA.  
VIA SCHIAPPARELLI 6, 20852 VILLASANTA (MB)

- Conduce Lezioni di gruppo di Consapevolezza Attraverso il Movimento (CAM). 1 ora a settimana. Sostituisce l'Insegnante Maria Roberta Zilio.

**Attività o settore** Attività paramediche indipendenti - Libera professione

APRILE – DICEMBRE

**Insegnante Feldenkrais**

PALESTRA NEW CENTER, VIA IV NOVEMBRE 15, CONCOREZZO (MB).

- Conduce Lezioni di gruppo di Consapevolezza Attraverso il Movimento (CAM). 1 ora a settimana.

**Attività o settore** Attività paramediche indipendenti - Libera professione

201607/11/2016 – OGGI

**Educatrice**

COOPERATIVA SOCIALE AERIS  
VIA J.F. KENNEDY, 19 - 20871 VIMERCATE (MB).

- Lavora nel servizio AES (Assistenza Educativa Scolastica) presso le Scuole dell'Infanzia e Scuole Primarie nei comuni di Agrate (MB) e Cavenago (MB). Contratto part-time (18h settimanali).

**Attività o settore** Educativo - scolastico

GENNAIO – APRILE 2016

**Insegnante Feldenkrais**

LA FINESTRA SUL MARE SNC, P.ZZA CAGNOLA – 20064, GORGONZOLA (MI)

- Conduce Lezioni di gruppo di Consapevolezza Attraverso il Movimento (CAM). 1 ora a settimana.

**Attività o settore** Attività paramediche indipendenti - Libera professione

OTTOBRE – DICEMBRE 2015

**Insegnante Feldenkrais**

ISTITUTO DI FORMAZIONE FELDENKRAIS, CORSO DI PORTA NUOVA 32, 20121-MILANO.

- Conduce Lezioni di gruppo di Consapevolezza Attraverso il Movimento (CAM). PROGETTO FELDENLAB.

**Attività o settore** Attività paramediche indipendenti - Libera professione

APRILE 2010 – DICEMBRE 2011

**Psicomotricista**

COOPERATIVA SOCIALE DEDO, VIA PIETRO COLLETTA, 37 – MILANO

- Svolge sedute di Psicomotricità individuale. Servizio accreditato con il SSN.

**Attività o settore** Attività paramediche indipendenti

2009

**Psicomotricista**

PALESTRA AMERICAN CONTOURELLA, PIAZZA DELLA REPUBBLICA 1, MILANO.

- Svolge sedute di gruppo di educazione Psicomotoria rivolta a bambini dai 3 ai 6 anni.

**Attività o settore** Attività paramediche indipendenti

2006 - GIUGNO 2015

**Educatrice**

SCUOLE DELL'INFANZIA DEL COMUNE DI MILANO

-COOPERATIVA SOCIALE QUADRIFOGLIO, SEDE LEGALE: VIALE SAVORGNAN D'OSOPPO 4/10, 10064 PINEROLO (TO).

- AZZURRA COOPERATIVA SOCIALE, SEDE LEGALE: VIALE MONZA,1,20125 MILANO.

- Lavora nel servizio educativo scolastico in qualità di educatrice di sostegno.

**Attività o settore** Educativo - scolastico

**ISTRUZIONE E FORMAZIONE**

20/07/2017

**Attestato di Insegnante del Metodo Feldenkrais**

Conclude il Corso Quadriennale di Formazione Feldenkrais, presso l'Istituto di Formazione Feldenkrais Milano, gruppo Milano 8.

Direttrice Didattica: Mara Della Pergola, Sede Legale: Corso di Porta Nuova 32, 20121-Milano.

- Abilitata ad insegnare lezioni di Consapevolezza Attraverso il Movimento (lezioni di gruppo) e Integrazioni Funzionali (lezioni individuali).

2009

**Attestato di Psicomotricista**

Conclude il Corso Triennale di Psicomotricità conseguito con Votazione finale: 30 e lode, presso il Centro Studi di Psicomotricità Psicologia e Neuropsichiatria Infantile. Direttore didattico: Prof. Roberto Carlo Russo, Neuropsichiatra Infantile. Sede: Viale Marche 93, 20159 Milano. [www.cspni.it/corso-triennale/](http://www.cspni.it/corso-triennale/)

- Il corso ha permesso una conoscenza pratica dell'organizzazione dell'evoluzione del bambino, dei disturbi evolutivi, delle problematiche relazionali, della interazione ambiente-

- bambino, del rapporto psicomotricista-bambino e delle basi fondamentali per la conduzione delle attività psicomotorie.
- 2008 Corso di formazione sulla Comunicazione Aumentativa Alternativa rivolto a educatori di bambini seguiti presso il Centro Benedetta D'Intino.
- 2005 **Diploma di Istruzione Secondaria Superiore nell'indirizzo Sperimentale dell'ordine Classico, Scientifico, Magistrale – Socio Pedagogico (durata quinquennale)**  
I.T.S.O.S. "Marie Curie" – Cernusco Sul Naviglio (MI).
- Votazione complessiva di 95/100
- ALTRI RICONOSCIMENTI:  
14 Maggio 2005 Borsa di Studio "Loretta Buschi" istituita dall' Itsos Marie Curie.

## COMPETENZE PERSONALI

---

### Competenze comunicative

Ho maturato buone competenze comunicative nel lavoro di equipe tra centri specialistici – scuola e famiglia, sia nell'ambito educativo sia nell'ambito della psicomotricità. Ho capito l'importanza di una buona collaborazione nell'ambiente lavorativo che si può ottenere considerando più punti di vista e facendo sempre un bilancio delle aspettative (proprie e altrui) e delle risorse disponibili. Le mie capacità comunicative si sono arricchite anche grazie all'insegnamento del Metodo Feldenkrais a gruppi di adulti, dove il gruppo viene guidato solo con indicazioni verbali.

### Competenze organizzative e gestionali

Con gli anni penso di aver maturato una buona capacità di resilienza, cioè di saper affrontare e superare le avversità della vita, traendo vantaggio dalle difficoltà e dagli errori, attivandomi positivamente per migliorarmi.  
Sono una persona responsabile e capace di costanza.

### Competenze professionali

Negli ultimi anni ho lavorato con impegno e passione con bambini affetti da disabilità intellettiva e motoria, spettro autistico e disturbi della socializzazione. Penso di aver maturato una buona conoscenza dello Sviluppo Evolutivo della fascia d'età 3-6 anni; ma la continuità del mio lavoro con le famiglie mi ha permesso di seguire bambini fino all'adolescenza (14-15 anni). Lo studio del Metodo Feldenkrais mi ha permesso di comprendere al meglio lo sviluppo motorio del bambino e dell'apprendimento organico degli schemi motori di base e fino motori e di come facilitarne lo sviluppo fin dai primi mesi di vita.

Ho acquisito buone competenze di osservazione, valutazione e progettazione.

### Altre competenze

\*Le più importanti collaborazioni sono state con:

- Centro di Comunicazione Aumentativa e Alternativa Benedetta D'Intino, il quale mi ha permesso di capire in maniera profonda questo metodo e di utilizzarlo quotidianamente a scuola e con le famiglie dei bambini che ne necessitano l'utilizzo.

- Centro First Step di Israele e in modo particolare con il Dr. Shai Silberbusch fondatore del centro e di un nuovo metodo terapeutico ad approccio sistemico, che trova le sue radici nel Metodo Feldenkrais.

Incontrando nel mio percorso lavorativo il Metodo Feldenkrais, la mia curiosità e la mia passione mi hanno indirizzato verso l'insegnamento di tale metodo.

**Metodo Feldenkrais e Psicomotricità:**

Il Metodo Feldenkrais è una tecnica di educazione al movimento che utilizza il movimento corporeo per ottenere il miglioramento delle possibilità psico-neuromotorie della persona. Non c'è un limite di età, è adatto sia ad adulti che a bambini.

Per gli adulti si può parlare di una ricostruzione delle potenzialità infantili che nel corso della vita sono andate perdute. L'adulto torna a rivivere i progressi del movimento che ha esplorato a lungo e scoperto poco a poco da bambino; riapre sentieri che portano a una migliore unità di corpo e mente.

Le lezioni di Consapevolezza Attraverso il Movimento (CAM) propongono esplorazioni di movimenti inusuali che stimolano il sistema nervoso, in modo da migliorare l'organizzazione motoria, la flessibilità e la coordinazione e portare ad un aumentato benessere psicofisico.

La Psicomotricità e il Feldenkrais quindi si possono legare l'uno all'altra e in determinati ambiti possono fondersi insieme, sotto forma di prevenzione ed educazione al movimento.

## ULTERIORI INFORMAZIONI

\*Sono iscritta alla Associazione Italiana Insegnanti Metodo Feldenkrais (AIIMF – [www.feldenkrais.it](http://www.feldenkrais.it)) e partecipo attivamente al Gruppo Promozione Scuola che si impegna a divulgare il Metodo in questo ambito.

**Dati personali** Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".

Ilaria De Lucia