

## Maria Raffaella Dalla Valle

Sono una persona determinata, coerente ed affidabile e vanto una comprovata esperienza nell'insegnamento e nella formazione/educazione. Tra i miei punti di forza ci sono l'amicalità e l'apertura mentale.

Ho una formazione filosofica, teologica e nel campo della consapevolezza corporea e della psicocinetica.

Ho studiato filosofia con specializzazione in Etica e Antropologia e continuo ad aggiornarmi in etica narrativa e mindfulness.

Mi occupo di HUMAN FLOURISHING con lezioni e/o incontri personali di Ben-essere e sviluppo del potenziale umano che aiutano ogni persona a vivere fino alle ultime conseguenze la chiamata ad essere pienamente sé stessa, secondo la stupenda originalità che è stata posta in lei.

Dirigo il Centro Ricerca Feldenkrais NARRATIVA DEL MOVIMENTO e di HUMAN FLOURISHING. Sono blogger di Corporeità e ... oltre che hanno come mission mettere le persone in grado di "imparare ad imparare" in modo che ciascuno si costruisca attraverso i suoi atti liberi, sia artista della propria esistenza e viva la propria storia consapevole che è una creatura, quindi in "fieri" e soggetta ad interdipendenza e vulnerabilità ma originale e unica.

Perseguendo la mia passione per la dimensione corporea nella relazione e nello sviluppo pedagogico, sono diventata insegnante e referente del Metodo Feldenkrais (Londra 1990) in varie città italiane ed all'estero, dove da molti anni svolgo la mia attività professionale con persone di ogni età e tenendo corsi anche nel campo dell'arte come al Conservatorio ed alla Biennale College Danza di Venezia.

Desidero cercare sempre nuove opportunità e novità di collaborazione e non di competizione. Vista la mia formazione, amo il lavoro interdisciplinare ed il lavoro di squadra con un atteggiamento "Win-Win".

Data e luogo di nascita: Isola della Scala (VR) il 29.06.1958



Recapito: M. + 39 342 829 85 62  
Abitazione: Piazzale Gobetti, 8 20131 Milano  
Residenza: Via Centro,108A 37135 Verona







[lelladv@gmail.com](mailto:lelladv@gmail.com)

<http://www.mariaraffaelladallavalle.blogspot.com/>

<https://www.mariaraffaelladallavalle.com/>

## Esperienze Professionali

<p>Luglio 2022- Agosto 2023</p>	<p>Direttrice ed insegnante dei corsi del Centro Feldenkrais NARRATIVA DEL MOVIMENTO.</p> <p>Corsi online su diverse piattaforme.</p> <p>Webinar di <i>Human Flourishing</i> ed <i>Human Flourishing Cafè</i>.</p> <p>Blogger di <b>Corporeità e ... oltre</b>.</p> <p><b>Insegnamento IRC</b> in diverse scuole medie.</p>	  
<p>Marzo 2021- Giugno 2022</p>	<p>Direttrice ed insegnante dei corsi del Centro Feldenkrais NARRATIVA DEL MOVIMENTO.</p> <p>Corsi online su diverse piattaforme (che tengo sempre a prescindere dal periodo Covid).</p> <p>Ideatrice del corso <i>Human Flourishing</i> e di <i>Human Flourishing Cafè</i>.</p> <p>Blogger di <b>Corporeità e ... oltre</b>.</p> <p><b>Docente responsabile del corso "Amore e trasmissione della vita"</b> ideato dai prof. Robert A. Gahl, Jr. e Leda Galli all'interno del percorso AFE della Pontificia Università della Santa Croce.</p> <p><b>Insegnamento IRC</b> in diverse scuole medie.</p>	 
<p>Giugno 2019 - Marzo 2021</p>	<p>Direttrice ed insegnante dei corsi del <i>Centro Feldenkrais NARRATIVA DEL MOVIMENTO</i>.</p> <p>Corsi online su diverse piattaforme (che tengo sempre a prescindere dal periodo Covid).</p> <p>Ideatrice del corso <i>Human Flourishing</i> e del <i>Human Flourishing Cafè</i>.</p> <p>Blogger di <b>Corporeità e ... oltre</b>.</p> <p><b>Insegnamento IRC</b> in diverse scuole medie.</p>	 
<p>Maggio 2018- Giugno 2019</p>	<p><b>Docente responsabile del corso "Amore e trasmissione della vita"</b> ideato dai prof. Robert A. Gahl, Jr. e Leda Galli all'interno del percorso AFE della Pontificia Università della Santa Croce.</p> <p>Ho diretto le attività ed i corsi del <i>Centro Ricerca Feldenkrais- NARRATIVA DEL MOVIMENTO</i>.</p> <p>Continuo l'attività di blogger di <i>Corporeità e ... oltre</i>.</p> <p>Ho collaborato al progetto di integrazione scolastica con "L'impronta", associazione onlus.</p>	 
<p>Maggio- Giugno 2017</p>	<p>ho insegnato <u>in lingua inglese</u> all'interno del percorso di Somatica, il metodo Feldenkrais alla <b>Biennale College di danza</b> a Venezia.</p>	 

2010-2011 2012-2013	Ho insegnato <u>in lingua inglese</u> ed italiana al <b>Conservatorio di Verona</b> il Metodo Feldenkrais.	
Marzo-Aprile 2009	Ho tenuto c/o il Centro Culturale Toniolo di Verona il corso: <b>Il valore del corpo, tecniche psicocorporee e spiritualità.</b>	
1983- 2000	Ho insegnato Educazione Fisica e successivamente Religione alla Scuola Media ed al Liceo Gavia di Verona. Sono stata <i>tutor</i> di ragazzi per molti anni.	
1997-1998	Ho collaborato con <b>DIDASCO</b> snc (D.ssa Bauer) - Associazione per i disturbi alimentari, Via Giuseppe Cesare Abba 17, Verona.	
1993-1994	Ho collaborato a corsi di formazione per insegnanti del Metodo Feldenkrais a Parigi con Myriam Pfeffer.	
1990-1996	Ho lavorato negli <b>organismi internazionali (Euro TAB e IFF o International Feldenkrais Federation)</b> responsabili rispettivamente dei corsi di formazione di insegnanti del metodo Feldenkrais, dell'accreditamento dei Trainer ed Assistant Trainer e dello sviluppo del Metodo Feldenkrais.	
1974-1995	Movimento ed espressione corporea: sci, danza classica, danza moderna, danza contemporanea con Dominique Dupuy e Francesca Mosele, Tai chi chuan.	
1990-1995	Sono stata membro del Consiglio di Amministrazione dell'Associazione Italiana Insegnanti del Metodo Feldenkrais.	
1990-1995	Ho ideato e diretto uno <b>Skikindergarten</b> per l'insegnamento dello sci in modo psicomotorio a bambini al di sotto dei sei anni.	
1991-1995	Ho collaborato a corsi di formazione per insegnanti in Italia con Mark Reese, Donna Ray, Myriam Pfeffer e Mara della Pergola.	

## STUDI

26/01 2023	Webinar "This May Hurt" su <b>UNLEARNING PAIN</b> con Dr. Howard H. Schubiner
14/08-20/08 2023	Conscious Life: 2023 <b>Trauma Super Conference</b> con Dr. Peter Levine, Dr. Daniel Siegel ed altri.
01/07- ... 2023	<b>Discovering Personality</b> with Dr. Jordan B. Peterson This program condenses a semester-long university course into five concentrated hours on the widely accepted "Big Five" model of personality.
01/05-10/07 2023	<b>Optimal Work MasterClass</b> with Dr. Kevin Majeres Developing self-mastery with three psychological skills: Reframing, Mindfulness, Challenge. The theory of growth draws on Cognitive-Behavioral Therapy, Acceptance and Commitment Therapy, and other well-researched approaches.
30/01-3/02 2023	<b>Settimana di Studio sull'accompagnamento spirituale nei movimenti e nuove comunità - Aiutare la crescita umana e soprannaturale.</b> Pontificia Università della Santa Croce (PUSC), Roma.
15/01-15/04 2023	<b>The Self-Authoring Suite</b> with Dr. Jordan B. Peterson. a series of online writing programs that collectively help you explore your past, present and future.
26/01 2023	Webinar "This May Hurt" su <b>UNLEARNING PAIN</b> con Dr. Howard H. Schubiner.
25/10-4/11 2021	Healing Sexual Trauma Summit.
25-30/10 2021	Feldenkrais Awareness Summit: The Artistry of Self-Care and Creativity for Lifelong Embodied Performance.
20-24/10 2021	Alzheimer's World Summit.

1-10/05 2021	Feldenkrais Awareness Summit: Move Better Feel Better.
2017 ad ora	Sto approfondendo lo studio interdisciplinare tra Neuroscienze, Metodo Feldenkrais, Etica narrativa con il progetto <b>Human Flourishing</b> .
22/06/2012	<b>Licenza in Filosofia</b> con una tesi in Etica presso la PUSC di Roma.  <i>La specializzazione in <b>Etica e Antropologia</b> dedica particolare attenzione alle dimensioni razionali e culturali dell'essere umano e del suo agire. I corsi sono articolati attorno a otto aree tematiche fondamentali: 1) La natura della persona umana; 2) Ragione, volontà e affettività; 3) L'azione umana; 4) Cultura e relazionalità; 5) La vita riuscita; 6) Virtù, abiti ed educazione; 7) La legge naturale; 8) Società e comunità.</i>
21/02/97	Diploma di DIDASCO sui <b>disturbi alimentari</b> .
10/07/91	<b>Magistero in Scienze Religiose</b> (Istituto Superiore di Scienze Religiose Ut Unum Sint – Facoltà di Teologia della Pontificia Università della Santa Croce).
07/09/90	<b>Diploma Feldenkrais</b> – Conoscersi attraverso il movimento.
03/04/87	<b>Diploma in psicocinetica</b> con <b>J. Le Boulch</b> – Le basi scientifiche.
06/09/85	Diploma in psicocinetica con J. Le Boulch.
15/02/85	Diploma in psicocinetica con J. Le Boulch.
31/05/82	<b>Diploma Isef (istituto Superiore di Educazione Fisica di Bologna)</b> . Diploma di maturità scientifica (Liceo scientifico Galileo Galilei di Verona).

Dal 1987 al 2016 Ho studiato nei corsi di formazione del Metodo Feldenkrais di Londra, Milano e Parigi e nei post trainings in Italia, Svizzera e Germania con i seguenti trainers: Anat Baniel, Yochanan Rywerant, Gaby Yaron, Jerry Karzen, Myriam Pfeffer, Ruthy Alon, Chava Shelav, Russell Delman, Mark Reese, Elisabeth Beringer, Paul Rubin, Basil Glaser, Carl Ginsburg, Larry Goldfarb, Donna Ray, Beatriz Walterspiel, Eilat Almagor.



Sono stata per anni socia del FGNA .

Ho approfondito ulteriormente il metodo in **Master Classes**:

- a Berlino con Yochanan Rywerant;
- a Colonia con Chava Shelav;
- in Austria con Gaby Yaron.

### Conoscenze linguistiche

INGLESE: ottima conoscenza parlata e scritta.  
SPAGNOLO: buona conoscenza (lettura, comprensione e traduzione).

### Conoscenze informatiche

Utilizzo di word 16.16 per Mac e PowerPoint.  
Zoom e Meet.

### Patente di guida B

### Pubblicazioni:

- ✚ MARIA RAFFAELLA DALLA VALLE, *Salva la schiena con la postura giusta*, "Riza Scienze" n. 338, luglio 2016.
- ✚ MARIA RAFFAELLA DALLA VALLE, *Il Metodo Feldenkrais – Via blocchi, dolori e tensioni muscolari*, "Riza Scienze" n. 261, febbraio 2010
- ✚ MARIA RAFFAELLA DALLA VALLE, *Il metodo Feldenkrais*, Verona 2009.
- ✚ MARIA RAFFAELLA DALLA VALLE, *Le tecniche psicocorporee, mezzo di supporto per l'emergere dell'armonia dell'uomo o autoidolatria?* CESNUR, Torino, 10 settembre 1998.
- ✚ MARIA RAFFAELLA DALLA VALLE, *L'immagine di sé in movimento*, "Riza Scienze" n. 95, novembre 1995.
- ✚ MARIA RAFFAELLA DALLA VALLE, *Il metodo Feldenkrais*, in "Riza Scienze" n. 83, Le Medicine Naturali - ottobre 1994.
- ✚ MARIA RAFFAELLA DALLA VALLE, *Conoscersi attraverso il Movimento - Il Metodo Feldenkrais*, "Riza Scienze" n.73, novembre 1993. 09.08.2023

### Referenze su richiesta

15 agosto 2023