

Luisella Urietti life teaching



Nata nell'alto Canavese (To), laureata in lettere moderne, ho collaborato con un giornale locale; insegnato nella scuola pubblica; frequentato come borsista il 1° master in comunicazione d'impresa in Italia. Lasciato l'insegnamento - insoddisfatta di trasmettere conoscenza solo attraverso la voce - ho provato a esprimermi attraverso i libri scolastici.

Autrice di testi di geografia, ho lavorato 12 anni in una nota casa editrice scolastica del nord Italia. Il loro successo non mi ha, tuttavia, liberata dalla sensazione di malessere che provavo. Pertanto, nel 2001, mi sono licenziata e ho intrapreso una formazione professionale fino al diploma internazionale. Ho cominciato una nuova vita: da oltre 10 anni, ho uno Studio in Torino. Insegno alle persone strumenti per riappropriarsi della propria vita; per sviluppare le qualità, di cui ognuno di noi dispone senza spesso riuscire ad accedervi. Con conseguenti disagio e insoddisfazione che, nel tempo, si trasformano in sintomi di varia gravità. Ogni individuo è responsabile della propria vita e del proprio benessere. Quando compaiono sintomi fisici più o meno seri, spesso cronici, le radici sono profonde.

Derivano da schemi di origine familiare, culturale e/o sociale. Con il passare del tempo, si manifestano nel corpo attraverso chiare manifestazioni: spalle incurvate, tipiche di chi vive come se sostenesse un "peso"; umori ripetitivi (irascibilità, stanchezza ..); sintomi fisici (mal di testa, disturbi del sonno, tensioni muscolari ..). Tutto ciò riduce

l'energia e fa diminuire drasticamente la qualità della vita. E', dunque, necessaria la volontà della persona di evolversi e cambiare: qualità presente in ogni essere umano indipendentemente dall'età.

Il mio lavoro consiste in sedute individuali teorico-fisiche della durata di 1 h. Il primo incontro, più lungo, chiarisce il quadro: presupposti, tappe intermedie e ostacoli che separano la persona dagli obiettivi.

In quali zone del corpo agire; tempi e modi dell'apprendimento, attraverso l'attenzione che il cliente presterà e gli strumenti che imparerà nel corso delle sedute, per gestire e risolvere il sintomo e, in seguito, la situazione che ne è causa.

Gli appuntamenti sono a cadenza settimanale; possono diventare più frequenti se la persona è particolarmente motivata o se è il sintomo è acuto.

Ogni seduta si apre con una verifica della situazione: quanto il cliente ha appreso (utilizzando esercizi fisici, di scrittura, etc.); come il sintomo evolve; quanto egli cominci a prestare attenzione a cose nuove, che prima non notava, collegate al sintomo. Lo scopo è imparare (allenandosi) per poi mettere

in pratica nella vita e diventare artefice del cambiamento.

La mia attenzione è, da sempre, rivolta in particolare alle donne. Ne ho a cuore la crescita e l'evoluzione, per questo tengo corsi teorico-pratici, a carattere informativo, per aiutarci ad acquisire consapevolezza e strumenti rispetto alla condizione femminile.

I miei corsi s'ispirano alla frase di Simone de Beauvoir (1908-1986): " .. maschi e femmine si nasce, uomini e donne si diventa .." Ma la presenza di molteplici fattori rende questo percorso incerto e non scontato. Anni di studi e ricerche mi permettono oggi d'insegnare a noi donne ad accedere alle nostre qualità e a metterle al servizio dei nostri obiettivi Per questo, ognuna di noi ha bisogno di riprendersi la vita da un nuovo punto di vista: il proprio. Prossimamente il corso "Femminilità & dintorni: cicli e fasi nella vita di una donna".



**CENTRO EDUCATIVO COLLETTA
BENESSERE & SALUTE**

Lungo Dora P. Colletta, 129 - Torino
+39.348.0330249
www.touch4teach.com

