
MONICA FERRIGNO



PROFILO

Sono **Pianista e Counselor**. In entrambe queste professioni di relazione ho un **approccio psicosomatico integrato**, al fine di avere uno sguardo integrale e complesso dell'individuo e della sua espressione, nei vari piani della sua esistenza.

L'approccio **emotion-focused** mi sembra quello vincente per accompagnare le persone ad attraversare il cambiamento e a ritrovarsi e vivere una vita piena e appagante.

Credo che nella crisi il perdersi possa condurre ad un ritrovarsi più vivo e vibrante, dove anche quello che sembra un danno, può riservare l'opportunità di una riparazione e di un salto di livello esistenziale, per avvicinarsi sempre di più al proprio Sé più vero. L'ho sperimentato direttamente nella mia vita e lo sperimento continuamente con le persone che si affidano a me.

Mi piace tanto il mio lavoro, in entrambe le declinazioni, perché riguarda le persone, la bellezza poetica, la trasformazione e la verità.

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Sono **Counselor** esperienziale e relazionale.

Sono **Operatrice Olistica** in tecniche di Rebirthing - respirazione circolare connessa.

Sono Tutor del corso triennale Metodo Pi di specializzazione in assessment emotivo comportamentale nella relazione d'aiuto, condotto dalla Dott.ssa E. F. Poli e dal Master Coach D. Ingrassia.

Sono collaboratrice della Dott.ssa E. F. Poli presso il centro Phenice di Milano.

Insegno Pianoforte, educo alla bellezza e all'ascolto di sé in integrazione con l'espressione di sé.

Sono **concertista**, sia solista che in formazioni da camera, mi sono esibita in numerosi concerti in Italia, Spagna e Lituania.

Preparo ad esami e concorsi pianistici i miei allievi di Pianoforte.

Sono pianista accompagnatrice per esami di altri strumentisti.

Ho insegnato per dieci anni in molte Scuole Civiche di Musica della provincia di Milano, scuole private ed in Accademia Marziali a Seveso. Insegno privatamente presso il mio studio.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

LICEO CLASSICO G. BERCHET, MILANO – DIPLOMA DI
MATURITÀ, 2007

CONSERVATORIO G. VERDI, MILANO – **DIPLOMA
PIANOFORTE**, 2013

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO – **DOTTORE IN
LETTERE MODERNE** - SCIENZE LINGUISTICHE ITALIANE,
2015

SCUOLA DI COUNSELING ESPERIENZIALE E RELAZIONALE -
COUNSELOR ED OPERATRICE OLISTICA, 2021

METODO PI - "PSICOBIOLOGIA EMOTIVO
COMPORTAMENTALE INTEGRATA" CONDOTTO DALLA
DOTT.SSA ERICA POLI E DAL MASTER COACH DIEGO
INGRASSIA -

HO CONCLUSO I TRE LIVELLI NEL 2023 E PROSEGUO LA
FORMAZIONE CONTINUA NEL GRUPPO PERMANENTE

CORSO & MASTER "ANATOMIA DELLA GUARIGIONE" - CON
LA DOTT.SSA POLI, ACQUISENDO IL TITOLO DI
**FACILITATRICE DELLE TECNICHE EMBODYING® E
RELIVING®** CREATE DALLA DOTT.SSA POLI - PRESSO
ANIMA EDIZIONI, GENNAIO 2023.

MUSICAL ARTS MADRID - CORSO DI SPECIALIZZAZIONE IN
PIANOFORTE COL M°C.CAVALLI - **DIPLOMA VIRTUOSO**,
2023

SCUOLA METODO IGEA PRESSO ACCADEMIA/CENTRO
PHENICE DOTT.SSA E. F. POLI - **MAGISTRANDA SALUTIS**

FORMAZIONE CONTINUA:

Dal 2022 iscritta alla Scuola Metodo Igea fondata dalla dott.ssa Poli

Dal 2022 partecipazione alle giornate di supervisione della dott.ssa Poli

Dal 2022 partecipazione alle giornate di studio della dott.ssa Poli

Dal 2022 partecipazione e assistenza a giornate di Re-Imprinting prenatale e di nascita con la Dott.ssa Poli

Dal 2022 osservatrice GRUPPO TERAPEUTICO PERMANENTE della Dott.ssa Poli

Dal 2023 METODO PI PERMANENTE condotto dalla dott.ssa Erica Poli e dal Master coach Diego Ingrassia a Milano

ALTRI CORSI E FORMAZIONI - AREA RELAZIONE D'AIUTO, DISCIPLINE OLISTICHE

Ho conseguito il primo livello di **Reiki** - 2016 con Marta Getty.

Ho conseguito il Primo e Secondo Livello di **Reconnective Healing** con Eric Pearl - 2017 Milano.

Ho partecipato al corso di formazione in **impronte di nascita** "ALLA RICERCA DELLE IMPRONTE DI NASCITA: DAI 1000 GIORNI D'ORO ALL'ETÀ ADULTA" tenuto dalla dott.ssa Poli. 2022

Ho partecipato al corso di formazione in impronte di nascita "IMPRONTE PRENATALI E DI NASCITA: TRA ARCHETIPI E MEMORIE SOMATICHE" tenuto dalla dott.ssa Poli. 2023

Ho partecipato al Percorso "In Coerenza 1.0" - esperienza di percezione interna, graduale, progressiva secondo la teoria Polivagale e la SSP di S.Porges.

Sono stata osservatrice nel gruppo esperienziale e sono osservatrice nel gruppo permanente della Dott.ssa Poli.

Sto seguendo i corsi relativi all'utilizzo del **Seqex** (Ionorisonanza) per applicazioni di magnetoterapia personalizzate.

ALTRI CORSI E FORMAZIONI - AREA MUSICALE

Corso di Didattica Pianistica I e II livello, con il M° A. Rebaudengo. Accademia di Seveso, 2016-2018.

Seminario "Maestro di te stesso, PNL per musicisti" con F. Righini. 2014 Milano.

Lezioni di perfezionamento pianistico col M° R. Prosseda, presso Milano Music Master, presso Venice Music Master e presso Accademia Musicafelix di Prato. 2016- 2018.

Corso di Alta Formazione presso l'Accademia della Musica con il M° C. Cavalli - Piacenza, 2023-24.

I MIEI PERCORSI DI CRESCITA PERSONALE

Negli anni ho ricevuto incontri di Psicoterapia, Counseling e Psicoterapia ISTDP, Coaching.

Ho praticato Kung fu per anni raggiungendo il livello di cintura nera I Dang, ma mantenendo sempre l'umiltà della cintura bianca. Ho praticato Tai chi e Qi gong.

Ho praticato il protocollo MBSR di Mindfulness con Valentina Giordano. 2017 Milano.

Corso di sviluppo personale Avatar, sotto la guida dei Master F. Righini e R. Zadra. 2018 Lago di Garda.

Ho sperimentato meditazioni statiche e dinamiche di Osho, pratiche sciamaniche, recupero dell'anima, camminata sulle braci, frequentando il corso "Accendi la tua energia" condotto da Daniela Zicari.

Ho seguito il corso di Leadership "Il potere della visione" presso il Centro Dharma di Milano. 2019-2020.

Ho partecipato a seminari sulla conduzione di Costellazioni Familiari Sistemiche presso il Centro Dharma di Milano, 2019-2020.

Ho seguito il programma Master University (UPW, Life Mastery, Wealth Mastery, Date with Destiny, Business Mastery) con Tony Robbins per migliorare aspetti di efficienza ed efficacia in vari ambiti della vita: sono stata sostenuta in incontri individuali da un Coach certificato.

Ho intrapreso un percorso di Coaching con il Master Coach Diego Ingrassia per rivedere i miei obiettivi lavorativi e personali.

ATTIVITÀ DIDATTICA E SEMINARIALE

Ho tenuto una Masterclass di Pianoforte nella Scuola di Musica di Vilnius (Naujosios Vilnios muzikos mokykla) - 2024.

Ho tenuto un seminario sul tema "Music and emotions" nella Scuola di Musica di Vilnius - 2024.

ATTITUDINI

Ho confidenza con le mie emozioni.

Ho la capacità di sentire immediatamente se una cosa fa per me o no, come una sorta di radar. Quando provo paura spesso mi si muove coraggio e voglia di superarmi o di esplorare. Sono piuttosto incline ad ampliare la mia zona di comfort e amo le nuove sfide.

Mi piace sognare in grande. Mi piace concretizzare. Sono brava ad integrare le esperienze che vivo, a provare a mettere subito in pratica ciò che imparo, ad applicare ciò che leggo e studio.

Ho la capacità di spiegare e comunicare con chiarezza. Mantengo in coerenza e in dialogo continuo ciò che faccio e chi sono.

CONOSCENZA LINGUE STRANIERE

Buona conoscenza dell'inglese.