

Mettere sempre al centro la persona

Tiziana Recchia è Life coach da oltre 30 anni. La sfida non ha tardato a dare i suoi frutti

Tiziana Recchia è titolare e fondatrice di Cassiopea, società Veronese che dal 1994 si occupa di crescita personale e consulenza aziendale. Life coach da oltre 30 anni, Tiziana ha come focus quello di ridare importanza al concetto di "centralità della persona", comprendendone esigenze, potenzialità e debolezze. "L'efficacia di ogni organizzazione o azienda dipende interamente dalle persone al suo interno. Se gli ingranaggi funzionano bene, tutto funziona bene". Dopo un ponderato ma coraggioso cambio di vita, Tiziana ha deciso di mettere le sue doti di imprenditrice al servizio di altre persone, intraprendendo così un percorso da Life Coach. Il coaching è una particolare metodologia di sviluppo personale nella quale una persona competente supporta un cliente (o allievo) nel raggiungere uno specifico obiettivo personale, professionale o sportivo. Negli anni 90 la figura del coach era ancora poco conosciuta, e per Tiziana è stata una vera sfida personale. Sfida che però non ha tardato a dare i suoi frutti. Decisa a liberarsi dai vincoli che la psicologia canonica universitaria ha sempre proposto, Tiziana Recchia ha preferito sviluppare un pensiero libero e dinamico, il suo, incentrato sui bisogni della persona. "10 persone che soffrono di forte ansia io non li considero ansiogeni. Sono 10 persone con un mondo interiore vastissimo e inesplorato, che bisogna saper comprendere senza limitarsi nell'incasellarli in una categoria prestabilita. Studio tutti i giorni, ma prediligo il pensiero libero e svincolato da etichette".



Tiziana Recchia

te". In cosa consiste il lavoro di Cassiopea quindi? "Lo scopo di una società come Cassiopea è quello di fornire conoscenze trasversali di primaria importanza", spiega Tiziana Recchia. "Saper gestire i collaboratori, spiegare il concetto di leadership, saper gestire i conflitti, dare importanza ai metodi di comunicazione interpersonale ed educare alla gestione intelligente del tempo sono aspetti che non ci si può permettere di trascurare". Si parte dal direttore o dall'amministratore delegato di un'azienda per dare una visione strategica sul come portare l'organizzazione e i suoi collaboratori a seguire il leader, al

fine di ottenere i risultati e gli obiettivi desiderati. Specialità di Tiziana è soprattutto il public speaking e la definizione del «brand ambassador», figura essenziale di ogni grande azienda, dove una persona diventa testimonial e simbolo di un dato brand, incarnandone valori e vision aziendale. Per public speaking invece non si intende necessariamente il parlare davanti ad una grande platea; lo si può intendere anche col sapersi spiegare e comunicare con un solo interlocutore, azione che soprattutto nel mondo del lavoro spesso è fonte di enormi stress. E proprio la gestione dello stress è uno dei capisaldi degli incontri

tenuti da Tiziana in ambito aziendale e personale. "I miei incontri sono quelli che potrei definire "abiti di sartoria". Anche se posso incontrare 400 lavoratori so che non esistono metodi prestabiliti, il mio compito è quello di capire chi ho davanti e cercare di trovare la soluzione migliore per le esigenze del singolo". Ma in un momento di forte crisi e stress generalizzato come questo che stiamo vivendo, può un coach essere d'aiuto? Che paure stanno affrontando le aziende e le persone che le compongono? "Ora più che mai c'è un grande senso di incertezza. L'emergenza COVID-19 ha avuto e avrà ancora per molto un forte impatto psicologico su ognuno di noi. Sono state toccate corde molto sensibili, come l'isolamento forzato, la paura della malattia, della povertà, della precarietà. Lo shock di non avere più una vita normale dopo il lockdown sarà più problematico del lockdown stesso". In momento come questi, realtà come Cassiopea possono ridare a direttori e lavoratori una nuova visione strategica che tenga conto di ogni aspetto emotivo dei suoi dipendenti. "Non ho la sfera di cristallo. Non sono certo colei che ha la soluzione a tutto, non è il mio stile. I manager sanno fare il loro lavoro, ma posso spronarli a fare riflessioni su scenari a cui non avevano pensato. Il mio è solo un accompagnamento su una strada che il singolo, di fatto, conosce già. Gli do solo gli strumenti per vederla meglio". Per ulteriori informazioni

www.cassiopeaweb.com

Vanessa Righetti