

Raffaella Tosatti  
COACH & TRAINER

PERCORSI DI CAMBIAMENTO  
per la tua crescita personale e professionale

*"Se non ti piace qualcosa cambialo.  
Se non puoi cambiarlo,  
cambia il tuo atteggiamento.  
Non lamentarti!"  
Maya Angelou*



Il corso si ispira al metodo TUTTA UN'ALTRA VITA® tratto dall'omonimo best seller di Lucia Giovannini, che ha già aiutato migliaia di persone a muoversi con successo nel labirinto della trasformazione.

# Sviluppa la tua Zona di Potere

conduce Raffaella Tosatti

📍 Sommacampagna (VR)  
✉️ [raffaella@raffaellatosatti.com](mailto:raffaella@raffaellatosatti.com)

Raffaella Tosatti  
COACH & TRAINER



## Perché

Secondo le neuroscienze esistono due aree ben definite entro le quali noi esseri umani ci muoviamo. Una zona è in nostro totale potere e una riguarda invece tutto ciò che ci è estraneo, indipendente dalla nostra volontà, fuori dalla nostra sfera diretta d'influenza. Per vivere nel pieno delle nostre risorse e potenzialità è fondamentale riconoscerle e tenere sempre presente la linea di confine che le separa. Ed è saggio concentrare la nostra attenzione sulla prima area perché è lì che possiamo esercitare pienamente la nostra influenza. Non credi?

Nessuno ci può far sentire inferiori o tristi o arrabbiati, se noi non lo vogliamo.

Nessuno e niente ci può rovinare la vita se non siamo noi a cedergli questo diritto.

Tuttavia non sempre ne siamo pienamente consapevoli.

## Cosa

Crescendo, impariamo dalle nostre esperienze e su di esse, costruiamo la nostra mappa del mondo, che usiamo per muoverci verso la nostra realizzazione personale.

E spesso i condizionamenti sociali ci bloccano. Solo dirigendo la nostra attenzione dall'esterno verso l'interno di noi, saremo in grado di attingere alla fonte di un potere fenomenale. Si tratta di imparare a sintonizzarsi con la nostra grande forza interiore.

In questo corso imparerai:

- A riconoscere e a usare la tua zona di potere, maturando la consapevolezza che ognuno di noi è un essere umano unico e straordinario
- Come accedere ai tuoi quattro poteri personali e ad attivarli per il tuo sviluppo personale
- La differenza tra la responsabilità per sé e la responsabilità verso gli altri. Per sederti finalmente al posto di guida della tua vita!
- Comprendere dove risiede il fulcro dei tuoi cambiamenti e scegliere con consapevolezza e...smettere di lamentarti!

# Come

- Nel suo lavoro Raffaella applica lo sviluppo del potenziale umano delle neuroscienze con tecniche di improvvisazione teatrale e gli insegnamenti di altre discipline apprese negli anni, unitamente a pratiche di meditazione e di respiro consapevole, acquisite in oriente a contatto con i monaci.
- L'approccio del corso è basato sul fare esperienza: introdotti alcuni concetti e strumenti di comunicazione efficace, l'apprendimento passerà attraverso l'esperienza diretta per fare in modo che l'integrazione dei contenuti sia contestuale alla partecipazione.



Il corso **SVILUPPA LA TUA ZONA DI POTERE** nasce dalla combinazione di molti studi e approfondimenti, acquisiti da Raffaella in quasi 20 anni di esperienza e lavoro nell'ambito della crescita personale e professionale. Il corso si ispira liberamente al best seller Tutta un'altra vita che è servito a migliaia di persone per muoversi con successo nel labirinto della trasformazione e vivere meglio. Il **Metodo Tutta un'altra Vita®** è un percorso creato da Lucia Giovannini attraverso la combinazione di tecniche e strumenti affinati nel corso di oltre 20 anni di studio. È un percorso che guida le persone, passo dopo passo, a stimolare in modo pieno e totale mente, corpo e spirito. Lucia e Raffaella si sono incontrate nell'anno 2006 e da allora è nato un profondo rapporto di amicizia, affetto e collaborazione. Nel 2014 Raffaella ha contribuito attivamente alla creazione delle lezioni contenute nel Metodo Tutta un'altra Vita® e con Lucia, ha scelto di continuare la sua crescita avanzata.

## Chi



Durante gli anni della scuola secondaria superiore ha scoperto l'inclinazione per le risorse umane, che dall'università in poi si è trasformata in passione per il coaching e per il training rivolto ad adulti in ambito aziendale e ad insegnanti e studenti in ambito scolastico.

È da allora che persegue queste professioni con amore e dedizione.

Come Coach è facilitatrice nell'ambito di percorsi di cambiamento privato e professionale, per tutti coloro che indipendentemente dall'età, titolo di studio, professione hanno dei traguardi da raggiungere e desiderano un supporto e una guida nei passi da compiere.

Da oltre 18 anni inoltre collabora come Trainer-Coach-Consulente con aziende, per le quali, progetta percorsi mirati di crescita professionale e personale.

Conduce corsi nelle aree delle competenze trasversali: comunicazione efficace, vendita eccellente, motivazione, dinamiche di gruppo, sviluppo dei talenti, leadership, intelligenza emotiva, gestione dello stress, felicità, cambiamento.

Ha maturato esperienze molto significative nell'ambito di scuole ed enti di formazione professionale, dove supporta la formazione e l'insegnamento dei docenti interni, creando e conducendo per loro percorsi di consapevolezza e seminari esperienziali.

Alcune delle aziende con le quali ha collaborato: L'OREAL (Kerastase, Shu Uemura Art of Air, Vichy, Helena Rubinstein, Lancome, Armani Cosmetics, Shu Uemura Make Up, Matrix, L'oreal Professionel, Kiehl's) Douglas, Kemon, LVMH (Dior).

In anni recenti inoltre ha sviluppato proficue collaborazioni con altre aziende: Volkswagen Group, Luxottica, BMW Italia, Maserati, Recarlo, Alfaparf, Debel.

- Dal 2014 è Facilitatrice e Insegnante in corsi di consapevolezza e crescita personale con il metodo Tutta Un'Altra Vita® di Lucia Giovannini
- 2008 Diploma Internazionale ISNS di Master e Coach in PROGRAMMAZIONE NEUROLINGUISTICA e NEURO SEMANTICA
- 2005 Practitioner in PROGRAMMAZIONE NEUROLINGUISTICA
- 2002 Master in Progettazione e Sviluppo di Comunità d'Apprendimento in ambito E-learning
- 2001 Laurea in Scienze dell'Educazione, presso l'Università degli studi di Verona

