



Titolo
Autore
Collana
Genere
Formato
Pagine
Prezzo
Uscita
Isbn
Target

Vivi la vita che meriti

Emanuela Geracà

Tracce

Romanzo

210x150

116

€ 15,00

Febbraio 2024

9791281710030

Questo testo è adatto per chi ha voglia di mettere in discussione la propria vita, ponendosi degli interrogativi esistenziali che aprano la strada a un modo completamente nuovo di percepire gli eventi esterni, e che aiutino a curare le ferite dell'anima ponendo se stessi come protagonisti della propria rinascita.

Il libro

L'autrice si concentra sulle motivazioni che l'hanno spinta a intraprendere la sua "missione" di coaching e ne delinea l'impatto positivo attraverso le storie vere di tre donne, sue clienti, che a un certo punto dell'esistenza si trovano a dover rivisitare il proprio percorso in chiave lavorativa, sentimentale o relazionale. La coach dimostrerà loro come siano già in possesso degli strumenti per affrontare la crisi e gli inganni della mente. Le tre protagoniste inizieranno così il viaggio più complesso che si possa compiere, quello dentro se stesse, grazie alla loro "Manu" (l'autrice), ma anche alla forza di cui si scopriranno capaci. Saranno allora pronte alla rinascita, e si incontreranno e scontreranno con una nuova visione della vita e dei suoi percorsi, che quasi mai si sviluppano come immaginati.

L'autrice



Emanuela Geracà è una life coach e ideatrice del podcast *vivi la vita che meriti* in onda su Spotify. I percorsi di coaching che propone sono orientati allo sviluppo personale e professionale e al raggiungimento di obiettivi allineati alla vera natura dell'individuo. Tiene anche un corso online sullo sviluppo dei talenti e scrive articoli per il suo blog e per una rivista professionale, oltre a collaborare con diverse realtà in campo sportivo. In questo libro, racconta modi diversi di affrontare le sfide della vita. Con domande perspicaci, fa emergere nelle sue coachee le soluzioni più utili per trovare il coraggio di cambiare se stesse e la propria realtà. Per Emanuela la formazione continua è la via da seguire, ed è per questo che non ha mai smesso di studiare e sperimentare, nel coaching come nella vita.

www.grausedizioni.it
info@grausedizioni.it

sede di Napoli:
vico seminario dei nobili, 11
80134 Napoli
tel +39 081 7901211