directBOOK
Distribuzione **INTERSCIENZE**

978-88-99628-06-2

SAGGISTICA

NON MOLLARE, CAMBIA! MANUALE PER CAMBIARE VITA SE NON SAI COME FARLO

di *Laura Carbone*

Quante volte hai sognato di cambiare vita? Mollare tutto e ricominciare da capo! Sembra una scelta impossibile, e se così non fosse? Come ti sentiresti se potessi davvero cambiare la tua vita? Leggere questo libro è il primo passo verso il cambiamento che desideri, qualunque esso sia. Se hai bisogno di rassicurazione, queste pagine non fanno per te. Se, invece, vuoi guardare in faccia la realtà con coraggio, capire se vuoi davvero stravolgere la tua esistenza, qui troverai tutti gli strumenti che ti occorrono. Ti racconterò la mia storia. Ti racconterò di quella vita apparentemente perfetta che mi spezzava il fiato e che non potevo sopportare un giorno di più. Ti racconterò della mia decisione di licenziarmi, abbandonare tutto per ricostruirmi una nuova vita. Di ciò che mi hanno insegnato i miei errori e le mie paure. “Non mollare, cambia!” non è solo un racconto. È una guida con esercizi pratici e consigli concreti, indispensabili per non trasformare il tuo cambiamento in un fallimento.

Prefazione di Gianluca Testa, Giornalista

Editore: **DO IT HUMAN**
Pagine: **320**
Formato: **11.5×19**
Prezzo: **16.00 €**
Pubblicazione: **11/07/2018**
ISBN: **9788899628062**

AUTOSTIMA, MOTIVAZIONE E CAPACITÃ COGNITIVE, SELF-HELP, PSICOLOGIA, SOCIETÃ E SCIENZE SOCIALI

L'AUTORE

Laura Carbone, classe ‘72, dopo vent’anni di lavoro in un grande gruppo finanziario, ha deciso di ridisegnare completamente la sua vita, cercando ciò che la rendeva felice. I primi tentativi di cambiare vita, falliti, le hanno insegnato che “non conta dove sei, conta come stai: se non comprendi e risolvi le cause dei tuoi malesseri, questi ti seguiranno fino in capo al mondo”. Ha trovato la sua dimensione a Fuerteventura, nelle isole Canarie, dove da oltre 5 anni, svolge il suo lavoro di coach mettendo la sua esperienza a disposizione di altri che, come lei, desiderano migliorare la qualità della propria esistenza.