



Edizioni Este Srl  
Via A. Vassallo, 31 - 20125 Milano  
Telefono 02.9143.4400 r.a.  
Fax 02.9143.4424  
info@este.it - www.este.it

Codice Fiscale  
e Partita IVA 00729910158  
Registro Impr. Milano n. 125112  
R.E.A. Milano n. 679063  
Capitale sociale € 50.000,00 i.v.

E.S.T.E.-EDIZIONI SCIENTIFICHE TECNICHE EUROPEE S.R.L.

**Nuovo titolo della collana ESTELIBRI**  
**Segui il flusso: una lettura che ci avvicina al coaching**  
**Come diventare coaching di se stessi**

**Milano, 11 giugno 2012** – La collana ESTELIBRI si arricchisce di un nuovo titolo: *Segui il flusso*, il libro scritto da Claudia Crescenzi, coach, ex atleta di successo e con un passato manageriale alle spalle. Il libro parte dall'esperienza personale dell'autrice per consentire al lettore di avvicinarsi al mondo del coaching.

*"Chi sono, cosa sto facendo, cosa potrei fare. Alla consapevolezza ci si avvicina 'attraverso un lavoro su di sé'. Di questo 'lavoro su di sé' – spiega Chiara Lupi, direttore editoriale della casa editrice Este – parla il libro. Claudia Crescenzi parla del proprio cammino e aggiungendo testimonianze di altre persone che raccontano il loro percorso. Il coaching ha una stretta relazione con il concetto di cura che si traduce nel rovesciare sensazioni di ansia e preoccupazione nel suo contrario: star bene, in sintonia con se stessi e con il mondo. Per questo dobbiamo allenarci, e abbiamo bisogno di buoni allenatori. Il libro ci aiuta a prendere consapevolezza del percorso che ognuno di noi può intraprendere per vivere e lavorare meglio".*

*Seguire il flusso* vuol dire scoprire momento dopo momento il senso di ciò che sta accadendo in noi e attorno a noi, un senso spesso nascosti in segnali deboli, in tracce apparentemente impercettibili. Seguire il flusso non vuol dire seguire 'una carriera', un cammino preciso, già scritto in manuali e previsto in percorsi strutturati. Si tratta di imparare a porre attenzione a ciò che appare a prima vista marginale e trascurabile.

*"Non ci può essere coaching efficace – spiega Claudia Crescenzi – se la persona non trova in sé gli stimoli, i motivi. Ma nessun coaching può essere efficace se non siamo disposti ad allenarci, a lavorare su noi stessi".*

Il libro trova spazio all'interno di una collana di volumi che, ognuno con la propria specificità, analizza i contesti organizzativi all'interno del quale le persone si muovono. Cercare di vivere meglio, e quindi lavorare in modo più efficace, di questi tempi deve essere obiettivo di tutti.

**ESTE** è la casa editrice per l'Impresa da più tempo in attività in Italia: fondata nel 1955 da un pioniere della consulenza di direzione, Pietro Gennaro, ha portato per prima in Italia l'approccio scientifico di stampo anglosassone agli studi sull'organizzazione aziendale.

Con una ricca offerta di strumenti di comunicazione (riviste periodiche, convegni, seminari, tavole rotonde, libri, monografie) ESTE ha un obiettivo: accrescere e diffondere la cultura d'Impresa.

**Claudia Crescenzi** ([www.growbp.it](http://www.growbp.it)), imprenditrice, coach, ex-manager d'azienda ed ex-campionessa di pallacanestro, si occupa di sviluppo/rafforzamento del potenziale umano in ambito aziendale e personale.

Ha contribuito allo sviluppo della cultura e del mercato del coaching in Italia anche rivestendo cariche istituzionali dell'International Coach Federation italiana.

Si occupa di progetti integrati (Consulenza Training e Coaching), Change Management, Passaggio Generazionale e Cambio Dimensionale, Diversity Management, Sviluppo della Leadership, Gestione dei Team, Motivazione ed Autostima, Executive e Team Coaching. È autrice di numerosi articoli relativi a leadership, diversity, gestione del cambiamento.

Segui il flusso, euro **15,00**.

Per acquistare il volume sezione **e-shop** del sito [www.este.it](http://www.este.it)