

## El Coaching y la Autoayuda están de moda

**El nuevo libro "Supera tus miedos y alcanza tus sueños" atestigua el creciente interés por el Coaching y la Autoayuda. La literatura de coaching es literatura de superación personal o autoayuda, que es la literatura que permite reflexionar, aprender, buscar nuevos rumbos, y motivar al lector. "Supera tus miedos y alcanza tus sueños" es un manual de coaching para alcanzar los sueños, para lo cual es necesario superar los miedos.**

En los tiempos que corren no es casualidad que la literatura de autoayuda y coaching estén en auge, cuando tanto las personas como la sociedad en su conjunto necesitan repensarse y reinventarse. La reflexión se hace imprescindible en estos días en los que muchos expertos vaticinan un cambio de paradigma y muchas personas desean mejorar sus vidas.

El Coaching es una nueva profesión con una trayectoria mayor en países como Estados Unidos, Canadá y Reino Unido, y en crecimiento en otros como España. El Coaching es la profesión que está enfocada en acompañar a las personas a conseguir sus objetivos. personales y profesionales. Actualmente el Coaching es considerado como una moda por algunos, y debido al intrusismo, también una estafa para otros. No obstante, el Coaching sigue atrayendo a las personas interesadas en el desarrollo personal, psicólogos, responsables de Recursos Humanos, formadores, etc. No es de extrañar, ya que el Coaching busca sacar el potencial de las personas y convertirlas en su mejor versión.

*Supera tus miedos y alcanza tus sueños* es la primera obra del coach y redactor Manuel Mata Moreno, publicada por la Editorial Círculo Rojo. Su presencia en las redes sociales es notoria, con miles de seguidores en Facebook, Twitter, Google+ y LinkedIn. Muchas personas leen sus artículos relacionados con las temáticas de coaching, autoayuda, superación personal y finanzas personales.

Es pues el momento de preguntarse: ¿Son ahora los coachs los nuevos escritores de autoayuda y superación personal? ¿Es el Coaching solo una moda pasajera? ¿Qué es lo que libros como *Supera tus miedos y alcanza tus sueños* aportan a los lectores ? ¿Qué hay detrás del gran interés suscitado por esta obra?

Quizá nos pueda ayudar a contestar todas estas preguntas la asistencia a la Presentación del libro que está programada en el Fórum de la Fnac Arenas de Barcelona para el próximo 12 de abril a las 19:30 horas.

