

ESTHER CARRENHO



Depressão:
tem luz no fim do túnel

10

Resumo de Depressão. Tem Luz No Fim Do Túnel

“Depressão é uma tristeza que parece não ter mais fim.” A psicóloga Esther Carrenho diante das inúmeras pesquisas que apontam a depressão como um dos distúrbios psiquiátricos mais frequentes no Brasil e no mundo apresenta uma abordagem esclarecedora e atualizada sobre o tema.

A fim de ilustrar suas considerações Esther inclui reflexões sobre momentos depressivos das personagens bíblicas Davi, Jó, Moisés e Elias e afirma: “vi que Deus não repreendeu as pessoas não as julgou nem as condenou!

Ao contrário foi paciente e cuidou amorosamente para que cada uma delas pudesse encontrar alívio e forças para retomar o próprio caminho”. Depressão: tem luz no fim do túnel traz a mensagem reconfortante de que “a depressão é desesperadora mas na maioria das vezes não é doença; que há também tesouros infindáveis nos processos depressivos”.

Esta leitura cativante mostra uma compreensão saudável da depressão além de prender a atenção dos leitores sejam leitores comuns sejam pastores, conselheiros, psicólogos, pais ou educadores.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)