

ESTIMADOS CORAÇÕES

Como superar perdas, traumas, solucionar problemas
e melhorar a autoestima



Tito Paes de Barros Neto
Cristiane Maluhy Gebara



Resumo de Estimados Corações. Como Superar Perdas, Traumas, Solucionar Problemas E Melhorar A Autoestima

Estimados corações Como superar perdas, traumas, solucionar problemas e melhorar a autoestima A habilidade acumulada pela experiência do psiquiatra Tito Paes de Barros Neto e da psicóloga Cristiane Maluhy Gebara em lidar com perdas, frustrações e angústias trazidas pelo cotidiano da convivência traduziu-se no texto deste lançamento Estimados corações, trazendo pontos de reflexão e ajuda para as dificuldades nos relacionamentos interpessoais e em outros problemas.

Com este livro, é possibilidade além de ajuda, sentir o coração aquecido e acalentado. "O sofrimento é intrínseco ao ser humano, que sofre por motivos diversos ou universais, como a morte de uma pessoa querida, por exemplo.

Nessas situações, sentimentos e emoções, como tristeza e choro, costumam se manifestar, embora outros sentimentos também possam estar presentes, como raiva, de um lado, e apatia, de outro. O que determina as diferenças no sentir de cada um é algo que pode ser explicado sob vários pontos de vista, entre eles o genético.

Um exemplo em que a genética tem importância fundamental se dá em certos transtornos psíquicos, como no transtorno de pânico, em algumas fobias e no transtorno bipolar". Tito Paes de Barros Neto e Cristiane Maluhy Gebara são autor e coautora, respectivamente, do capítulo "Fobia social", do livro Clínica psiquiátrica, Editora Manole, ganhador do Prêmio Jabuti, na categoria Ciências da Saúde, em 2012.

Cristiane é também idealizadora do Programa Realidade Virtual para tratar Fobia Social (RVFS), 2012.

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