

A perda como ferramenta de maturidade e construção da resiliência

Melhoramentos lança nova edição de Perdas necessárias – mais um best-seller de Judith Viorst, nome que é um clássico nos livros de autoajuda.



Perdas necessárias é um manifesto sobre como compreender e aceitar o que é inevitável na vida: as perdas que vamos acumulando ao longo dos dias. A jornalista, autora best-seller em autoajuda Judith Viorst, norte-americana especializada em psicologia, lança, pela Melhoramentos, uma nova edição do seu livro Perdas Necessárias – mais um sucesso mundial de sua trajetória. O prefácio é de Alexandre Coimbra Amaral, psicólogo do programa “Encontro com Fátima Bernardes”, que também é autor de livros e acrescenta muito ao assunto.

A perda, tratada nesta obra, traz a imensa experiência de Viorst, que completou 90 anos de idade este ano. O tema é focado como um tópico geral, e não como um específico momento da vida. A obra, ancorada em uma vasta pesquisa, que contempla as maiores referências em psicanálise, pode dar apoio a muitas pessoas, levando em conta que estamos em uma pandemia – que reúne perdas de toda sorte.

Mas, para Viorst, a perda tem um lado “positivo”: acaba auxiliando as pessoas a se desenvolver socioemocionalmente. As ilusões que não se concretizam, por exemplo, têm o seu valor nesse processo. Como a autora enfatiza, o ser humano tem perdas desde a infância até a maturidade – e

então saber lidar com elas é fundamental, até mesmo porque elas são inexoráveis: acontecem sempre, e com todos.

Afastamento do colo da mãe, amores rompidos, morte de parentes – tudo isso, ainda segundo Viorst, precisa ser absorvido, apesar da dor para que a vida de cada um prossiga com mais equilíbrio emocional. A autora nos mostra, neste livro, como em outros seus, que já venderam 4 milhões de exemplares pelo mundo, como a realidade deve afinal ser encarada. E faz isso com um texto bastante sensível e bem-humorado – e com muitas histórias comoventes.

Por esses e outros motivos o nome de Judith Viorst costuma frequentar a lista de livros mais vendidos do jornal New York Times – o que é sempre uma enorme referência. E garantia de boa, e muito proveitosa, leitura.

Ficha técnica

Obra: ***Perdas Necessárias***

Autora: Judith Viorst

Tradutora: Aulyde Soares Rodrigues

Número de páginas: 320

Altura: 23 cm

Largura: 16 cm

ISBN: 978-65-5539-317-0

Preço sugerido: R\$ 45,00

Sobre a autora

Jornalista, especializada em psicologia pelo Washington Psychoanalytic Institute, a americana Judith Viorst se transformou num clássico dos livros de autoajuda. A autora também tem livros de poesia e de literatura infantil – e atua como jornalista.

Sobre a Editora Melhoramentos

A Melhoramentos é um grupo que atua em diferentes segmentos há mais de 130 anos, e se posiciona como agente de transformação no mundo, realizando, empreendendo e sendo protagonista do futuro em seus negócios.

A editora Melhoramentos, fundada em 1915, assim como as demais empresas do grupo, tem um legado que atravessa gerações. Acredita em seu papel de estimular mudanças e desafiar. Busca, através da cultura e do entretenimento, levar conhecimento, inspirar as pessoas, e provocar transformações.

Siga a Melhoramentos:



Informações à Imprensa:



Jô Ribes Comunicação

Neide Martingo

neide.martingo@joribes.com.br

(11) 3721-3232/(11) 97465-1990