



Автор: Саша Скочиленко

Мова: українська

Формат: 150x150 мм

Обкладинка: тверда

Кількість сторінок: 48

ISBN: 978-617-577-171-6

Переклад: Олена Ткаченко

Рубрикатор: саморозвиток, скоро у продажу

Реліз: 20 липня 2019 року

Наклад: 1000 примірників

Перші 5 сторінок:

[переглянути тут](#)

Рекомендована роздрібна ціна:

150 грн

Книжка про депресію

Оригінальна назва: Книга о депрессии

Опис

Депресія — це не вигадка, не відмовка й не вияв лінощів. Це справжня серйозна проблема, яку варто й потрібно розв'язувати. То що ж робити, коли світ навколо стає темно-сірим і звичні приємності вже давно не радують? Чи можна якось цьому зарадити? Шукайте відповіді й натхнення в чудовій арт-книжці Саші Скочиленко!

Зміст

У цій яскравій арт-книжці кожна фразу супроводжує емоційний малюнок, що робить читання проникливим і динамічним. Тут немає довгих нудних оповідей і повчань. Автор просто й душевно подає інформацію, отож вона влучає точно в ціль, надихає, сповнює сил і спонукає до дій.

Книжка стане у пригоді всім, хто хоч раз у житті стикався з депресією, і кожному, хто має друга чи родича, який опинився у скруті й потребує допомоги. А також тим, хто хоче заздалегідь «узнати ворога в обличчя», щоб убезпечитися від депресії назавжди.

У чому фішка

Книжка дає наочне пояснення того, що може відчувати людина в депресії, з чим їй доводиться боротися і що варто пам'ятати її рідним та друзям, які хочуть допомогти.

Про автора



[Саша Сkochиленко](#) - незалежна художниця, психоактивістка, журналістка і відеомейкер.

Автор мережевих психологічних коміксів, в тому числі вірусної публікації «Книжка про депресію».

Здобула освіту режисера та ступінь бакалавра Вільних мистецтв і наук (область концентрації: соціологія і антропологія).

Живе з діагнозом: біполярний афективний розлад, пройшла через 7 років особистої психотерапії в якості клієнта.

Відгуки

[Анна Мельник](#), магістр психології, блогер.

«Депресія – це захворювання, при якому людина тривалий час (не менше двох тижнів) відчувається пригнічено, втрачає інтерес до занять, які раніше приносили задоволення, а також не може робити повсякденні, звичні справи. Так, усі ми це знаємо. Та чи могли б ви зобразити депресію кольоровими олівцями? Задумалися? Пропоную вам дізнатися, як виглядатиме депресія в арт-книжці Саші Сkochиленко.

Заглянувши в книгу, я розпочала захопливу подорож яскравими малюнками, лаконічними фразами та дієвими порадами. Книга містить прості, але надважливі істини для нашого суспільства!

Героїня книжки - мила рудоволоса дівчинка Леся. Вона живе звичайним життям і ніхто б не міг подумати, що позитивна та усміхнена Леся здатна зіштовхнутися з депресією. Це не можливо! Стоп . Все таки можливо? Але як? Леся покаже та розповість, як це - жити з почуттям сірої нескінченної порожнечі. Незважаючи на тему книжки, від цієї історії сумно не буде.

Буде цікаво! І ви не зможете відірватися від книги, поки не догортаєте всі сторінки до кінця. Так трапилося і зі мною. Я подумала: "Загляну, подивлюся на перші сторінки", а потім... кінець.

Книга буде корисною кожному, хто хоч один раз сумнівався "депресія це чи поганий настрій?", кожному, у кого є друзі, які опинилися в скруті, кожному, хто хоче стати краплинку добрішим та турботливішим до близьких людей.»

Промо

- Анонс виходу книжки та публікація рецензій у ЗМІ.
- Реклама, проведення конкурсів і розіграшів у соцмережах.
- Промо від [автора](#).
- Контекстна реклама.

