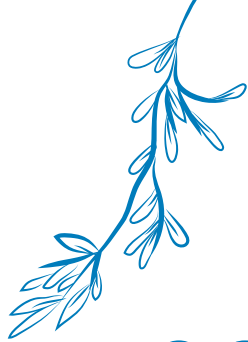




Este material está bajo Licencia Creative Commons Internacional. Está permitido copiar y distribuir siempre y cuando se reconozca y cite al autor, no se realice ninguna acción comercial con él, ni modifique su contenido.





CONSEJERÍA BÍBLICA: DEPRESIÓN

Entendiendo la Depresión

A. ¿Qué es la depresión?

1. La depresión es más que sentirse con el ánimo bajo.
[Pro 18:14](#)
2. Un trastorno depresivo mayor incluye cinco o más de los siguientes síntomas (DSM IV).
 - Estado de ánimo depresivo casi todo el día.
 - Notable disminución del interés o placer en casi todas las actividades.
 - Pérdida significativa de peso o aumento de peso.
 - Insomnia o hipersomnia.
 - Agitación o retraso psicomotor.
 - Fatiga o pérdida de energía.
 - Sentimientos de inutilidad o de culpa excesiva/inapropiada.

3. Las personas propensas a la depresión tienden a entrar y salir de ese ciclo depresivo.
4. Muchos tienen patrones de alto nivel de actividad seguido por la depresión (“bi-polar” o maniaco-depresivo).
5. A veces puede tomar mucho tiempo salir de la depresión. **Sal 88:13-18**

F. La depresión es algo muy serio.

1. Algunos son debilitados.
2. Los que pierden la esperanza están en riesgo de suicidio.
2 Sam 16:23 17:14, 23; Jonás 4:3
3. La gente deprimida muchas veces está enojada con Dios, con otros y con ellos mismos.

G. Es muy difícil y agotador aconsejar a gente deprimida.

Aconsejando a Personas Deprimidas: Recopilar/Interpretar Datos

- a. Escuche comprensivamente y con paciencia. **Pro 20:5; 25:20; Mat 7:1ss**
- b. ¿Cuál es la causa de la depresión?
- c. ¿Cuál es la historia/patrón de la depresión?
- d. ¿Qué mentiras te está diciendo tu depresión?
- e. ¿Están siendo satisfechas las necesidades físicas del aconsejado?
- f. ¿Quién más está siendo afectado? La depresión es contagiosa.
- g. Ofrézcale ánimo.
- h. Ore con y por su aconsejado.

NOTAS

A series of horizontal dotted lines for taking notes.