

Lęk a dystres

17 czerwca 2017

Nieuświadomiony lęk potrafi zrujnować relacje człowieka z innymi ludźmi. Jak radzić sobie z nim w zdrowy sposób oraz o pomagającej owoić go terapii ISTDP mówiła podczas wykładu w Kawiarni Naukowej Festiwalu Nauki psycholog kliniczna Justyna Pronobis-Szczylik.

Źródło: Wszechnica.org.pl