

明明白白白我的心

54

45

Feature
心理

喺華人社會，如果傷風感冒，你會去睇醫生，但當出現心病時，唔少人都諱疾忌醫，尤其是香港人，承受巨大壓力一早成為常態，就算情緒有問題，我哋都唔想講、唔識講，直到社會接連發生悲劇，我哋終於知道，心病比身病更致命。有冇諗過，就算我哋唔想講、唔識講，潛意識都可以幫到你講？近年心理治療開始喺香港流行，催眠、繪畫投射、夢境解析等方法，到底如何透過反映潛意識治療心病？