

La salud mental es primordial

Escrito por braydenmulgrave - 31/08/2021 01:36

Algo que me gusta hacer desde hace mucho es acudir al psicólogo, la verdad es que creo mucho en esto de asistir para lograr ver la vida de una perspectiva mejor. Yo solía ser muy negativo, me distraía muy rápido y no me atrevía a hacer muchas cosas beneficiosas por un miedo que no terminaba de entender, pues había algo en el pasado que me tocaba superar, que estaba reprimiendo, proba con la hipnosis regresiva incluso y me fue realmente útil, pero bueno, ya dependerá de cada quien asistir o no, pero es algo que sin duda alguna es liberador, me llena mucho como persona acudir a alguien que está dispuesto a ayudar un poco con este tema.
