

Психолог рассказала, как справиться с плохой погодой и тяжелым климатом

Written by Administrator

Friday, 27 November 2020 11:15 -

Психолог Анна Неги рекомендовала обратить внимание на скандинавскую методику «хюгге», набирающую в мире все большую популярность в последние несколько лет. По словам психолога, хюгге – это умение наслаждаться бытием именно здесь и сейчас, во всех его проявлениях, это умение не зависит от погоды или денег. «Правильное» хюгге – это вечер у теплого камина, тёплый плед, приятная компания и так далее.

Подробнее: <https://riafan.ru/1340952-psikholog-rasskazala-kak-spravitsya-s-plokhoi-pogodoi-i-tyazhelym-klimatom>