

悅讀情緒

用手機隨時隨地平衡身心

iPhone密技王 no. 45

調節情緒妙招

科學人 2022年10月號

建立心靈復原力

BBC知識 no. 112

眼前難關過不去？

心理學的歷史告訴你：
試著放下自尊與執著

空間採光影響情緒

窗戶尺寸牆壁顏色均有關

康健雜誌 no. 288

在人生低潮時

心懷感激是我的首選

天下雜誌 760 期

學會13種身心療癒方法

ELLE她 no. 364

情緒就醫指南

康健雜誌 no. 270



經理人特刊 .no. 43



康健雜誌no. 279