

오늘
하루

김태인

양진엽

이종우

주재성

홍연주

당신의 오늘 하루는 어떠셨나요?

자신의 감정 감추는데 익숙.. '감정노동' 시달리는 직장인들

입력 : 2020-10-16 06:00:00 | 수정 : 2020-10-15 14:50:58

정책 스크랩

내 감정표현도 대리인에게 맡긴다 감정대리인의 등장

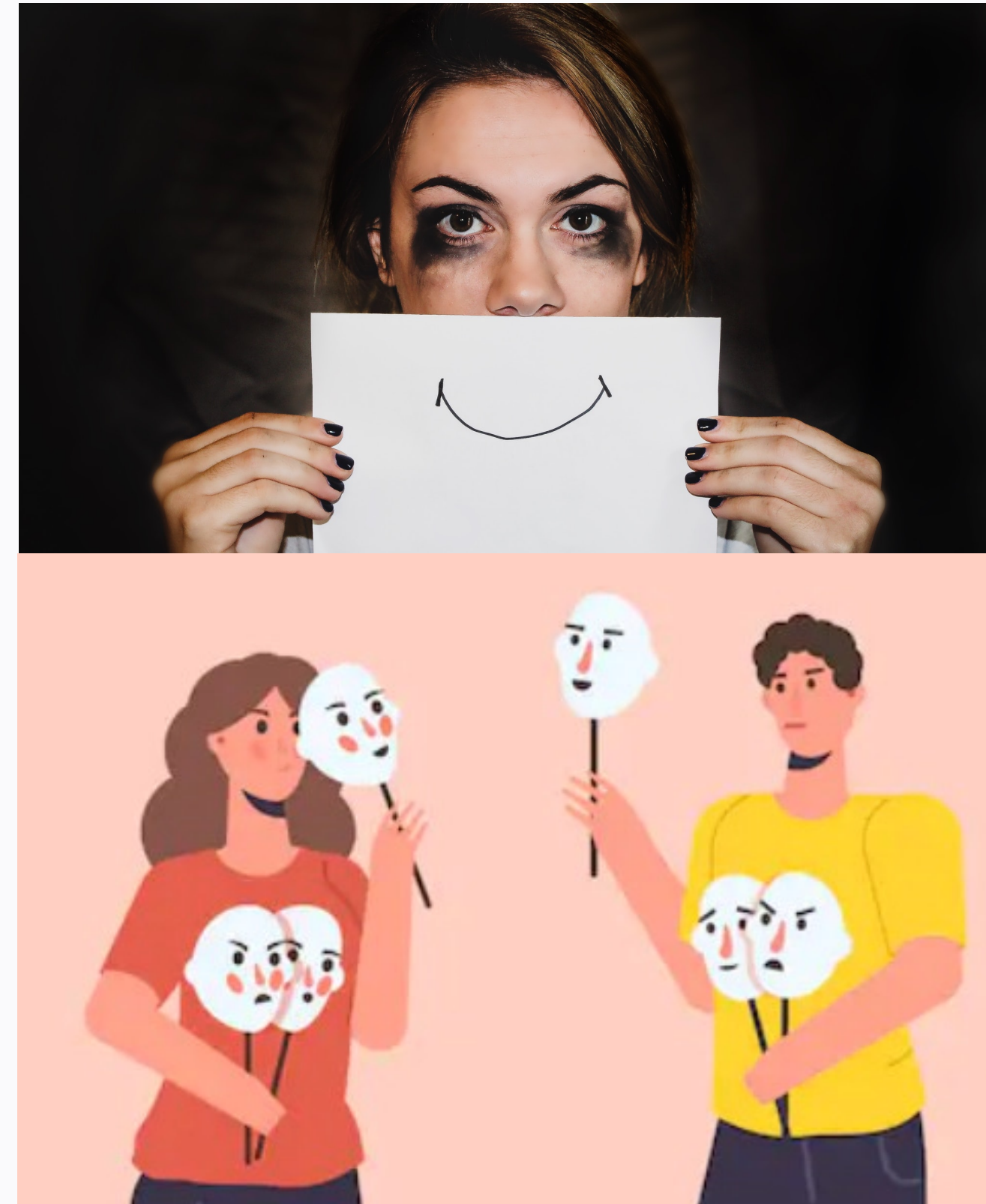
 MOEF 
2018. 12. 12. 18:57

+ 이웃추가

뉴스 > 사회 > 사회일반

3년새 우울증 2배... '아픈 청년' 20대

이미지 기자, 이은택 기자 입력 2020-10-17 03:00 수정 2020-10-17 11:17



우울증 극복의 가장 좋은 방법은?

1. 자기 감정에 솔직해지기
2. 마음을 터놓고 대화하기

우울증 극복의 가장 좋은 방법은?

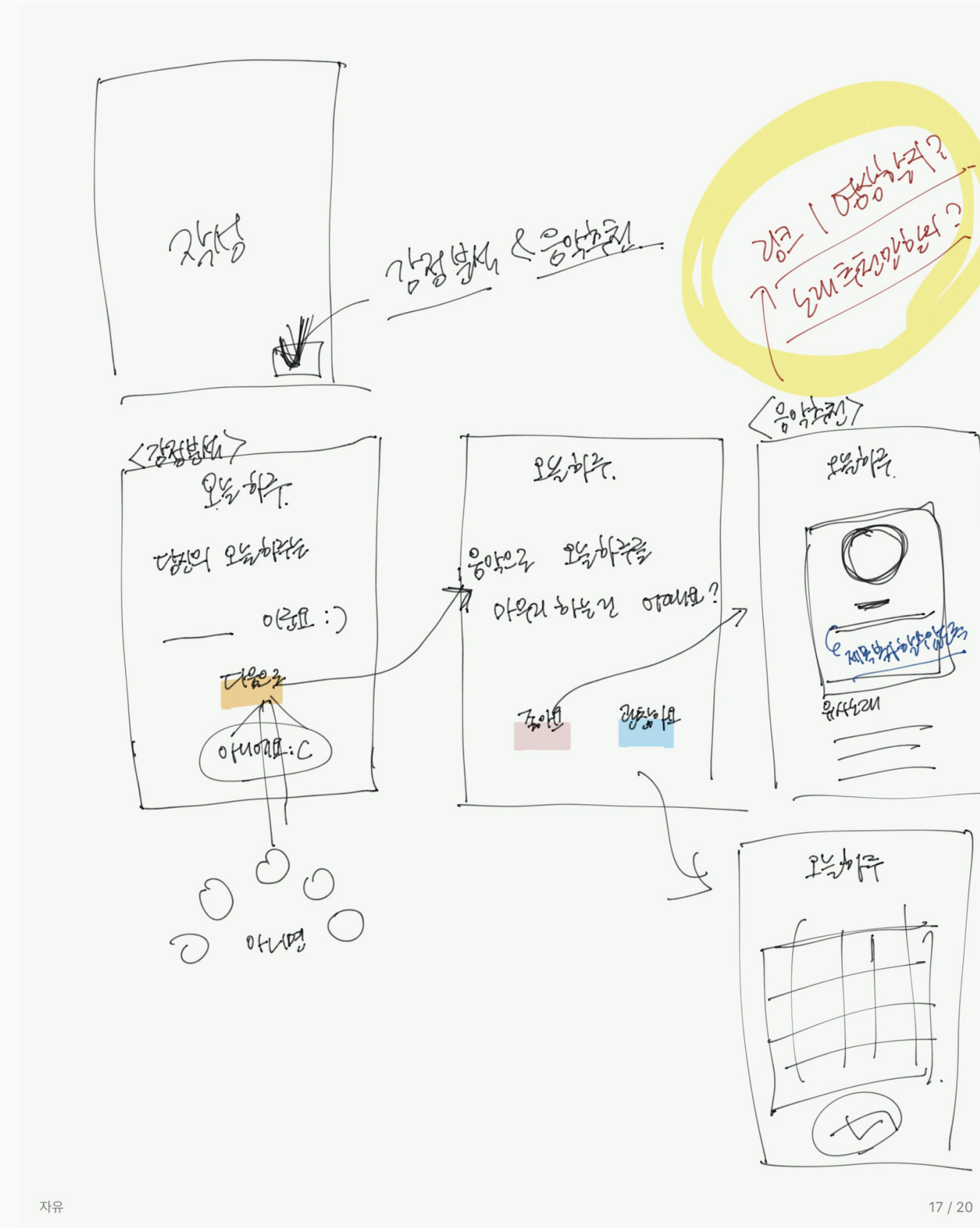
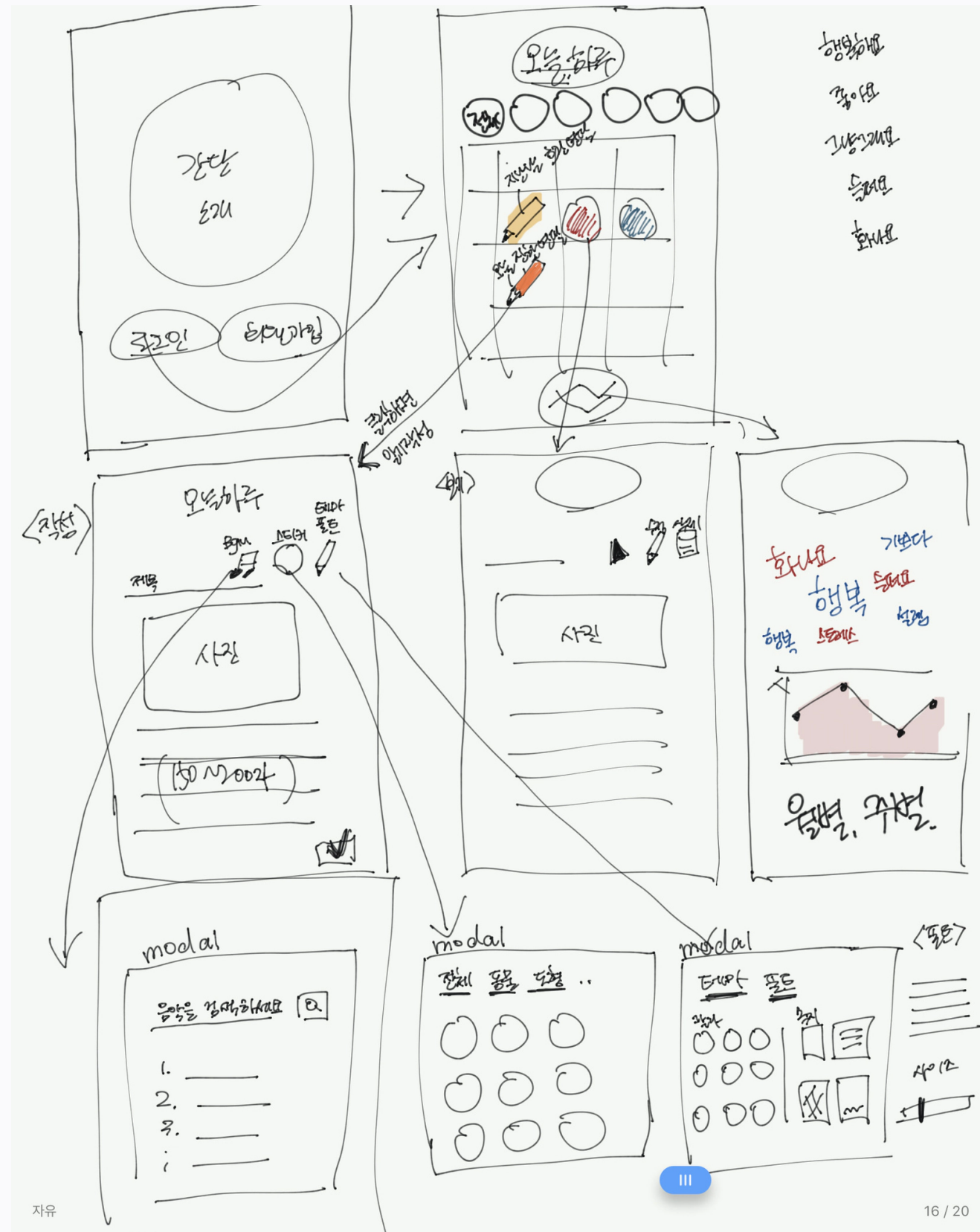
1. 자기 감정에 솔직해지기

2. 마음을 터놓고 대화하기

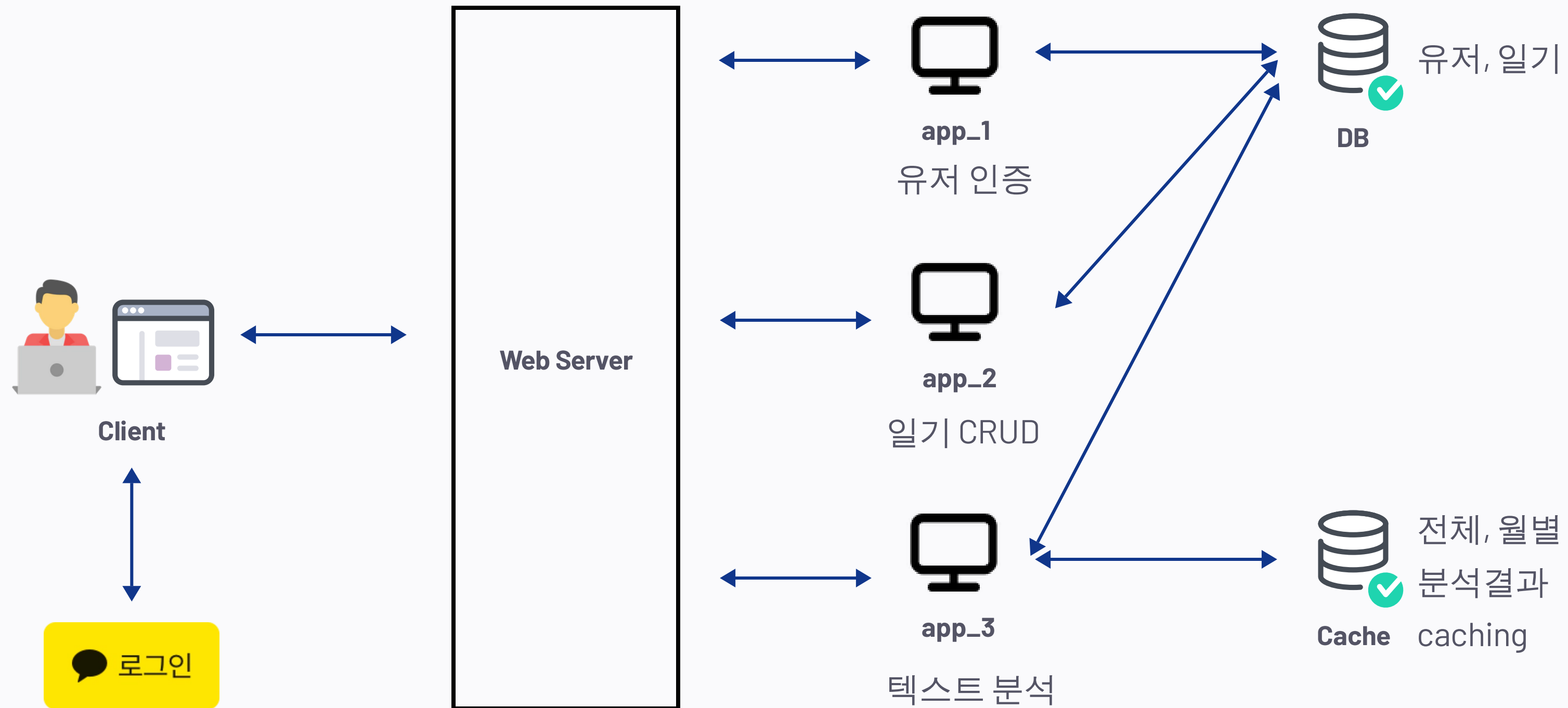
현대인의 감정관리를 위한 일기 서비스



화면 예시



아키텍처



우리는 감정을 숨기는데 익숙한 사람들 같아요.
조금만 더 감정을 돌보고, 스스로를 표현하면 좋겠어요.

