

قصة قصيرة عن الكآبة

إن كنت كائنا بشريا حيّا يتنفّس، فإنّ هناك احتمالا أنّك أحسست بالحزن بعض المرات مدة حياتك. لكن، ما هي الكآبة بالضبط؟ وكيف يجب التعامل معها؟ تفسّر "كورتني ستيفنس" فهمنا المتواصل للحزن، وتتحدث عن فائدته.

راجعه رشيد لعناني

(تمت الترجمة في إطار مشروع TED للترجمة المفتوحة)