وينصح عرفه بألا يلجأ الفرد للأطباء النفسيين إلا بعد مرور فترات طويلة على مشكلته مع ضرورة ترك مساحة لنفسه حتى تتعالج وتتعامل مع مشاعرها بنفسها.

Summarized by © lakhasly.com