

វិធីដោះស្រាយការតានតឹងចិត្ត តាមបែបវិជ្ជមាន



វិធីដោះស្រាយតាមបែបផ្សេងៗ



ពិគ្រោះយោបល់ជាមួយមនុស្សជាទីទុកចិត្ត ឬ អ្នកផ្តល់ប្រឹក្សា



ការពិគ្រោះយោបល់ជាក្រុម ឬ ក្រុមពិភាក្សា



សមាជិកគ្រួសារមានសុខភាពផ្លូវចិត្តល្អ គ្រួសារមានសេចក្តីសុខ និងសុភមង្គល



ការសំរាកសាច់ដុំជាដំណាក់កាល



វិធីដោះស្រាយតាមបែបសាសនា



លំហាត់ដកដង្ហើម



សមាធិ