

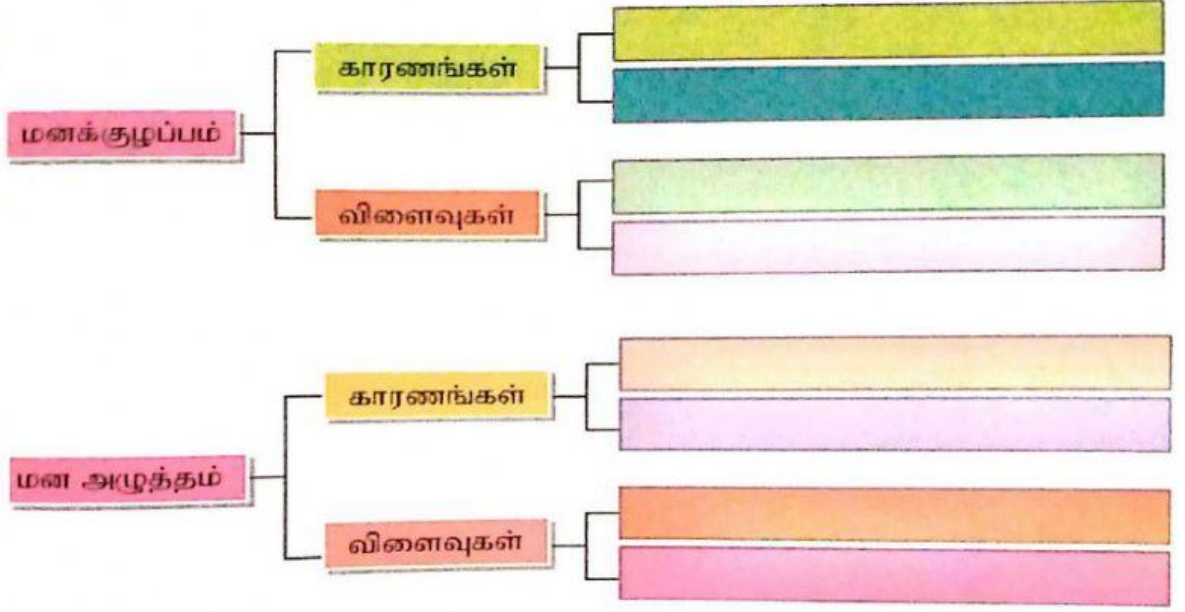
தேசிய வகை கம்போங் சிமீ தமிழ்ப்பள்ளி, ஈப்போ

நலக்கல்வி

ஆண்டு 4

மனக்குழப்பமும் மன அழுத்தமும்

மனக்குழப்பம், மன அழுத்தம் ஆகியவை ஏற்படுவதற்கான காரணங்களையும் விளைவுகளையும் எழுதுக.



மனக்குழப்பத்தையும் மன அழுத்தத்தையும் கையாளும் வழிமுறைகளை எழுதுக.

அ. _____	ஈ. _____
ஆ. _____	உ. _____
இ. _____	ஊ. _____

மூச்சுப்பயிற்சி	மனத்தில் குழப்பம்	தோல்வி பயம்	பசியின்மை
தன்னம்பிக்கை இழத்தல்	போதுமான ஓய்வு	பொறாமை	பொழுது போக்கு
ஆழ்ந்த உறக்கம்	இறைவழிபாடு	விளையாட்டு	நிம்மதியின்மை
கருத்துகளில் முரண்படுதல்		முறையான தொடர்பின்மை	