

MAKSUD KEMURUNGAN

Isikan tempat kosong dengan perkataan yang sesuai

negatif	hilang	disorder	sikap	kaunseling
mempengaruhi	dipercayai	menjejaskan	pelajar	penyakit



1. Kemurungan juga dikenali sebagai "major depressive"
2. Ianya merupakan salah satu mental yang kerap berlaku dalam kalangan masyarakat.
3. Kemurungan boleh memberi kesan yang kepada seseorang termasuklah sekolah.
4. Kemurungan boleh emosi, dan cara berfikir seseorang
5. Kemurungan boleh kehidupan harian yang normal dari segi perasaan, tingkah laku, pemikiran serta menyebabkan individu berasa sedih dan minat terhadap aktiviti yang disukai.
6. Cara untuk menguruskan kemurungan adalah ;-
 - a) meluahkan masalah kepada guru bimbingan
 - b) bercakap dengan individu yang boleh