

# Ciri-ciri **Kesihatan Mental** yang **Sihat**



## Merasa **selesa** dengan **orang lain**

- Saling percaya-mempercayai
- Menyesuaikan diri dalam kumpulan
- Bertanggungjawab
- Memahami dan menghormati perbezaan di antara satu sama lain
- Tidak mengambil kesempatan terhadap orang lain
- Jangan biarkan orang lain mengambil kesempatan terhadap anda
- Saling sayang-menyayangi
- Menjalinkan hubungan yang baik dan berkekalan