Prolite – Dalam kehidupan sehari-hari, banyak orang yang menganggap melamun sebagai cara untuk merasa lebih baik dari kesulitan dunia nyata.

Melamun memberikan kesempatan untuk melarikan diri sejenak dari kenyataan yang mungkin penuh dengan tantangan dan tekanan.

Ini seperti sebuah pengungsi ke dunia imajinasi di mana segala sesuatu bisa menjadi lebih baik.

Baca Juga:Sering Menolak Pujian dan Merasa Tak Pantas Berhasil? Bisa Jadi Ini Alasannya

Namun perlu diingat bahwa jika kita terlalu sering terjebak dalam dunia khayalan, hal itu dapat menyebabkan masalah besar.

Mengapa Melamun Bisa Menyebabkan Masalah?

Ketika Melamun Menjadi Masalah : Ini Dampak Negatif yang Perlu Kamu Ketahui!



– *Freepik*

Melamun, atau *maladaptive daydreaming*, adalah saat seseorang terperangkap dalam khayalan pribadi mereka, terkadang melupakan koneksi dengan dunia nyata dan mengganggu konsentrasi.

Terlalu sering menghayal dapat mengakibatkan penurunan kemampuan berpikir fokus, kesulitan dalam pemahaman informasi, dan percakapan.

Baca Juga:HOTEL LUMENSA HADIR DI BANDUNG, MENAWARKAN PENGALAMAN MENGINAP BARU DI KAWASAN CIHAMPELAS WALK

Ketika Melamun Menjadi Masalah : Ini Dampak Negatif yang Perlu Kamu Ketahui!



Baca Selanjutnya
MUI Mengeluarkan Fatwa 121 Produk Pro Israel Haram Dikonsumsi