Prolite – Drama kehidupan tuh emang bikin capek dan *toxic* banget, ya kan? Tapi yang perlu kamu tau, hidup tuh nggak harus selalu kayak di sinetron atau drama Korea yang penuh konflik bikin baper aja, lho!

Banyak dari kita pengen hidup dengan lebih tenang dan nyaman, nggak ribet sama drama-drama gak penting. Nah, buat kalian yang mau dapetin hidup bebas dari drama dan lebih *chill*, kita punya 4 cara sederhana yang asik banget buat dijalani. Mau tau apa aja? Yuk, simak terus artikel ini!

1. Hindari *Toxic People* dan Jangan Jadi *Toxic*!



Cr. canyoncrossingrecovery

Hal pertama dan terpenting ialah, jauhi orang-orang yang *toxic* dan pastinya, jangan jadi si *toxic people* itu sendiri. Nggak ada untungnya kita terjebak dalam lingkaran *toxic*, kan? Justru, hal itu bisa bikin hidup kita jadi makin sulit dan penuh drama.

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

Orang *toxic* itu biasanya punya sikap dan perilaku yang negatif. Mereka sering menyebarkan energi negatif, manipulatif, mengkritik terus-menerus, atau bahkan suka menyulut konflik. Kehadiran mereka bisa membuat suasana hati kita jadi buruk dan bahkan merusak kesehatan mental.



Baca Selanjutnya
Anggota Densus 88 Tewas oleh Dua Seniornya, Keluarga Akan Lakukan Hukum Adat