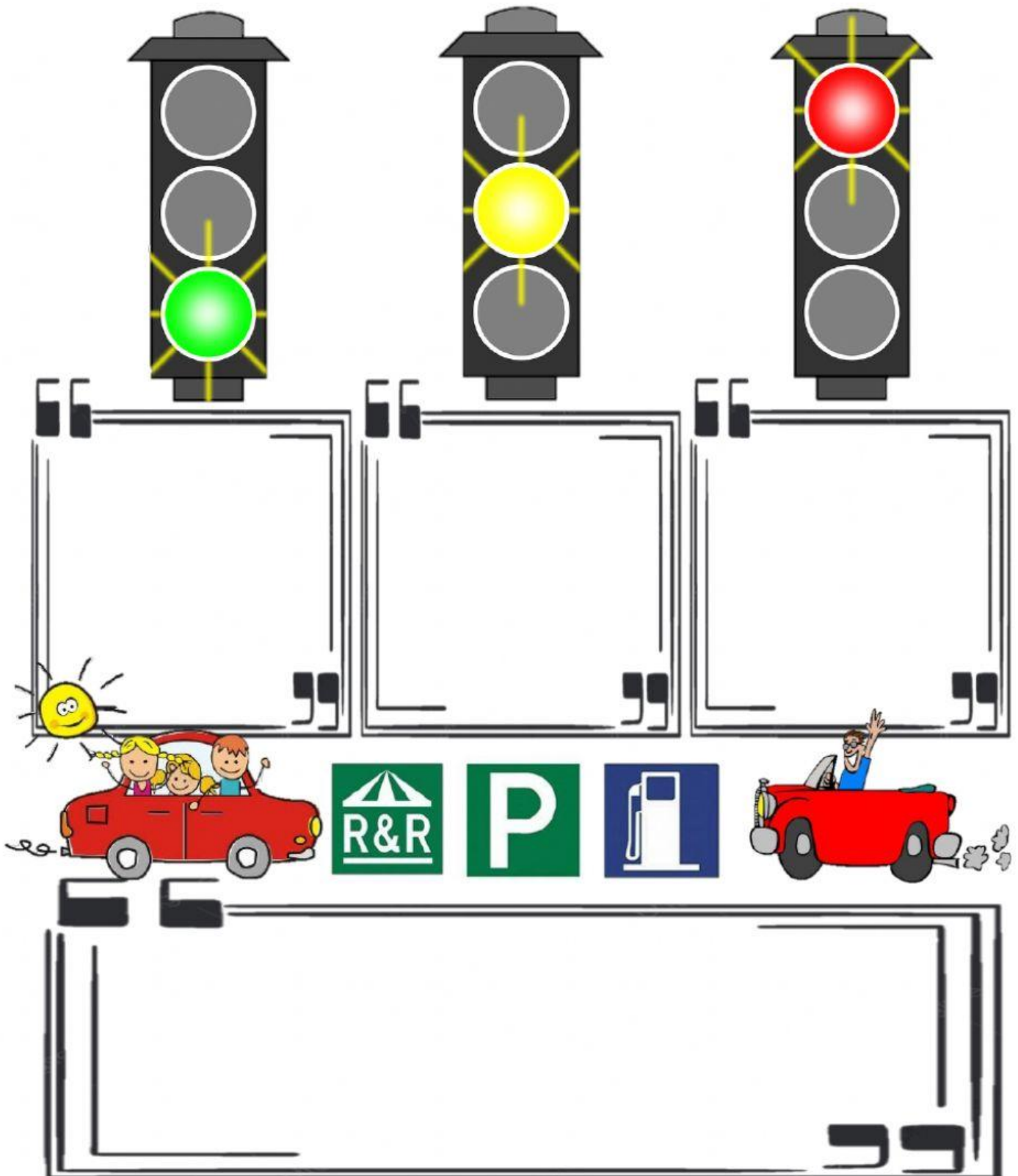


LAMPU ISYARAT EMOSI SAYA

1. Tentukan emosi anda berada di zon Lampu Isyarat yang mana dan huraikan sebabnya.
2. Senaraikan perkara yang dilakukan untuk kawal dan hentikan emosi negatif anda.



CAWAN EMOSI SAYA

Apakah cawan emosi anda sepanjang minggu ini. Dengan menggunakan pensil warna, warnakan cawan anda berdasarkan warna emosi anda.

Marah	Sedih	Kecewa	Tenang
--------------	--------------	---------------	---------------



KAPAL LAYAR SAYA

Senaraikan perkara-perkara berikut yang membolehkan Kapal Layar anda sampai ke destinasi.



Matlamat Saya :

- 1.
- 2.
- 3.

Nilai Murni Diri Saya :

- 1.
- 2.
- 3.

Motivasi Saya :

- 1.
- 2.
- 3.

Karektor Saya :

- 1.
- 2.
- 3.

Cabaran Saya :

- 1.
- 2.
- 3.