

PENDIDIKAN KESIHATAN TAHUN 2

Nama: _____

Tarikh: _____

Pilih cara menghargai diri sendiri dengan betul.

- ◇ kenali diri sendiri
- ◇ sentiasa memaafkan diri
- ◇ membanding kehidupan diri dengan kehidupan orang lain
- ◇ sentiasa berfikiran positif
- ◇ tidak menerima kelebihan dan kekurangan diri
- ◇ memperbaiki dan tingkatkan potensi diri
- ◇ berasa iri hati dengan kelebihan orang lain
- ◇ percaya dengan keputusan sendiri