

PENGURUSAN MENTAL DAN EMOSI

PENGHARGAAN KENDIRI

Penghargaan sendiri ialah _____ dan _____ yang diberi kepada diri sendiri. Penghargaan sendiri ini berdasarkan penilaian _____ berbanding dengan _____, nilai, dan pandangan _____.

nilai

harga diri

diri sendiri

pencapaian

orang lain