

Baca nota di bawah dan jawab soalan yang diberikan.



Suaikan jawapan yang betul.

Pegangan hidup

Mengkaji kebaikan
dan kelemahan
keputusan

Kemahiran membuat
keputusan

Membuat dan
mengikuti jadual
harian dengan
sistematik

Hubungan yang baik

Mengikut ajaran
agama, bersikap
positif dan terbuka

Kesihatan fizikal

Berbincang dengan
guru kaunseling atau
orang yang
dipercayai

Kemahiran
pengurusan diri

Mengamalkan
pemakanan yang
seimbang, berehat,
tidur cukup dan
bersenam

Merujuk pakar

Mengamalkan sikap
toleransi dan hormat-
menghormati.