MY ANGER TRIGGERS

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
CALM			FRUSTRATED			ANGRY			FURIOUS	

Baca setiap kalimat berikut dan beri nilai 1-10

HOME

_____ Ditegur oleh orang tua

_____ Meminta sesuatu tetapi tidak dituruti

_____ Barang-barang pribadiku digunakan oleh orang lain tanpa ijin

_____ Mendapatkan suatu hukuman karena suatu kesalahan

_____ Diperlakukan tidak adil oleh orang lain

SCHOOL

_____ Mendapat nilai jelek dalam ulangan atau tugas

_____ Mendapat banyak tugas dari guru

_____ Kesulitan mengerjakan tugas

_____ Kesulitan memahami pelajaran

_____ Guruku tidak mendengarkan aku

ON A TEAM OR IN THE NEIGHBORHOOD

_____ Mendapat kritik dari orang lain

_____ Tidak diajak bermain oleh teman

_____ Kalah dalam permainan atau aktivitas

_____ Menjadi bahan pembicaraan orang lain

_____ Tidak mendapat pujian / ucapan dari orang lain ketika berhasil

Nama :.....

Kelas/No :.....

LIVEWORKSHEETS