

AKTIVITI 1 : LUAHKAN PERASAAN



**Puan
Zarina**



Dahlia

**Ibu, apakah perasaan yang
perlu diluahkan?**

**Apa-apa sahaja perasaan
negatif yang terpendam di
dalam hati seperti perasaan
marah dan sedih. Tahukah
kamu mengapakah perasaan
negatif perlu diluahkan?**

**Perasaan negatif perlu
diluahkan kerana**

_____.

_____.

**Betul, Dahlia. Bolehkah
Dahlia beritahu ibu
bagaimanakah cara
meluahkan perasaan?**

_____.

_____.

_____.

PILIH JAWAPAN DENGAN BETUL :

akan menjadi dengki akan orang lain.	akan menyakitkan hati jika dipendam
Kita boleh luahkan perasaan kepada ahli keluarga dan orang yang boleh melindungi kita.	Kita boleh terus meluahkan perasaan kepada orang luar.