PENDIDIKAN SAHSIAH

2.1.3 Mengawal Perasaan dan Emosi Negatif dalam Kehidupan Harian

Arahan: Pilih gambar yang menunjukkan cara-cara mengawal perasaan dan emosi.

	tarik nafas	
	duduk	
	minum air	
	membasuh muka	
	tidur	

ainunnajahor

LIVEWORKSHEETS