

3.1 Pengurusan Mental dan Emosi

A Jawab soalan-soalan di bawah. SP 3.1.1, SP 3.1.2, TP1, TP3

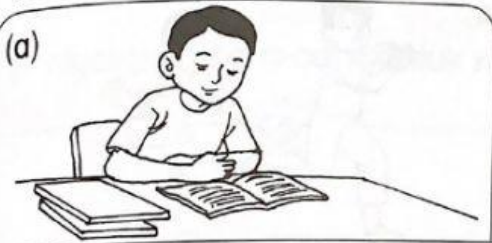
1. Maksud keyakinan diri ialah _____

2. Nyatakan cara meningkatkan keyakinan diri dalam kehidupan harian.
(a) _____
(b) _____

B Nyatakan amalan positif serta kesannya berdasarkan gambar. SP 3.1.3, TP5

1. Amalan Positif

(a)



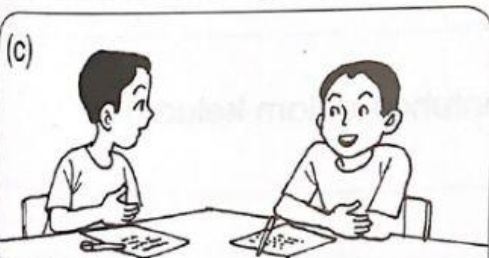
(a) _____

(b)



(b) _____

(c)



(c) _____
