

Nama Lengkap:

Kelas:

Lembar Kerja Peserta Didik

Layanan Bimbingan Klasikal Pengendalian Emosi

1. Tuliskan perasaanmu hari ini, apakah kamu senang, sedih, kecewa, marah, bahagia, takut atau lainnya dan kemukakan alasannya!

Jawaban

2. Jelaskan menurut pendapatmu mengapa remaja harus mengenali, mengelola, mengendalikan serta mengekspresikan emosi dengan tepat!

Jawaban

3. Apabila amarahmu memuncak, buatlah perencanaan yang dapat kamu lakukan untuk mengendalikan & mengekspresikan emosimu dengan tepat!

Jawaban