

Nama: _____ Tarikh: _____

Pilihan Emosi dan Tingkah Laku



Arahan: Lihat gambar situasi. Pilih satu jawapan yang menunjukkan cara mengawal emosi dengan betul.

1. Mainan diambil oleh rakan



Situasi: Mainan diambil

Apa yang perlu anda buat?

- A) Bertenang dan minta mainan semula dengan baik.
- B) Menjerit dan memukul rakan.

2. Kalah dalam permainan

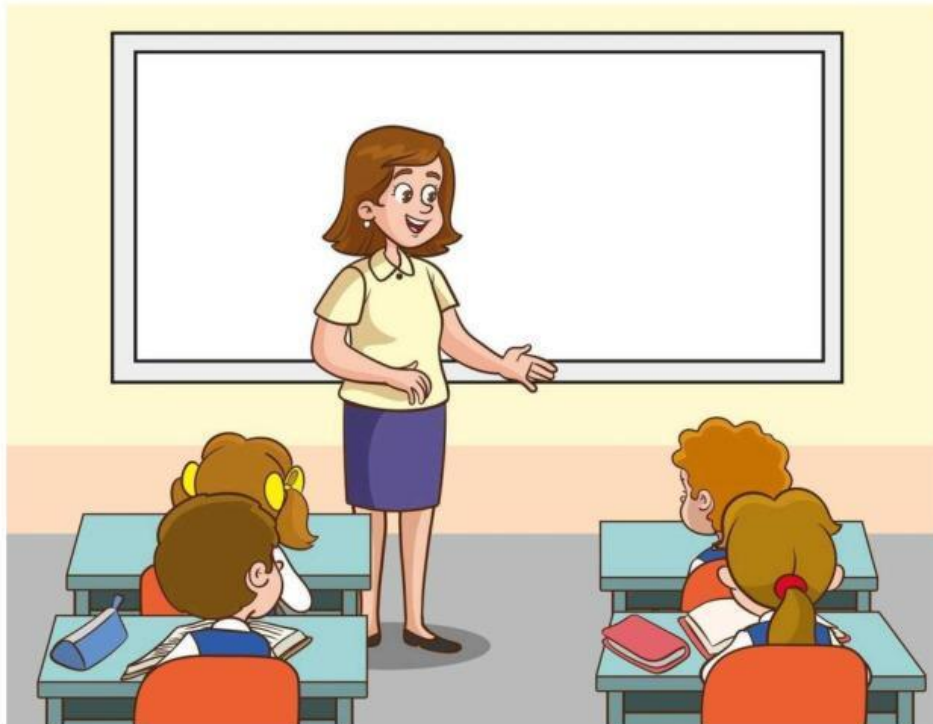


Situasi: Kalah bermain

Apa yang perlu anda buat?

- A) Baling papan permainan dan menangis.
- B) Terima kekalahan dan tidak marah.

3. Dimarahi oleh guru



Situasi: Dengar nasihat guru

Apa yang perlu anda buat?

- A) Melawan dan lari dari kelas.
- B) Diam dan dengar nasihat guru.

4. Tidak mendapat perkara yang diinginkan



Situasi: Tidak dapat barang

Apa yang perlu anda buat?

- A) Sabar dan tidak mengamuk.
- B) Baring di lantai dan menangis kuat.

5. Takut bunyi yang kuat



Situasi: Bunyi bising

Apa yang perlu anda buat?

- A) Menjerit ketakutan dan menyorok.
- B) Tenang dan minta bantuan guru.

