

Stres

Punca Stres

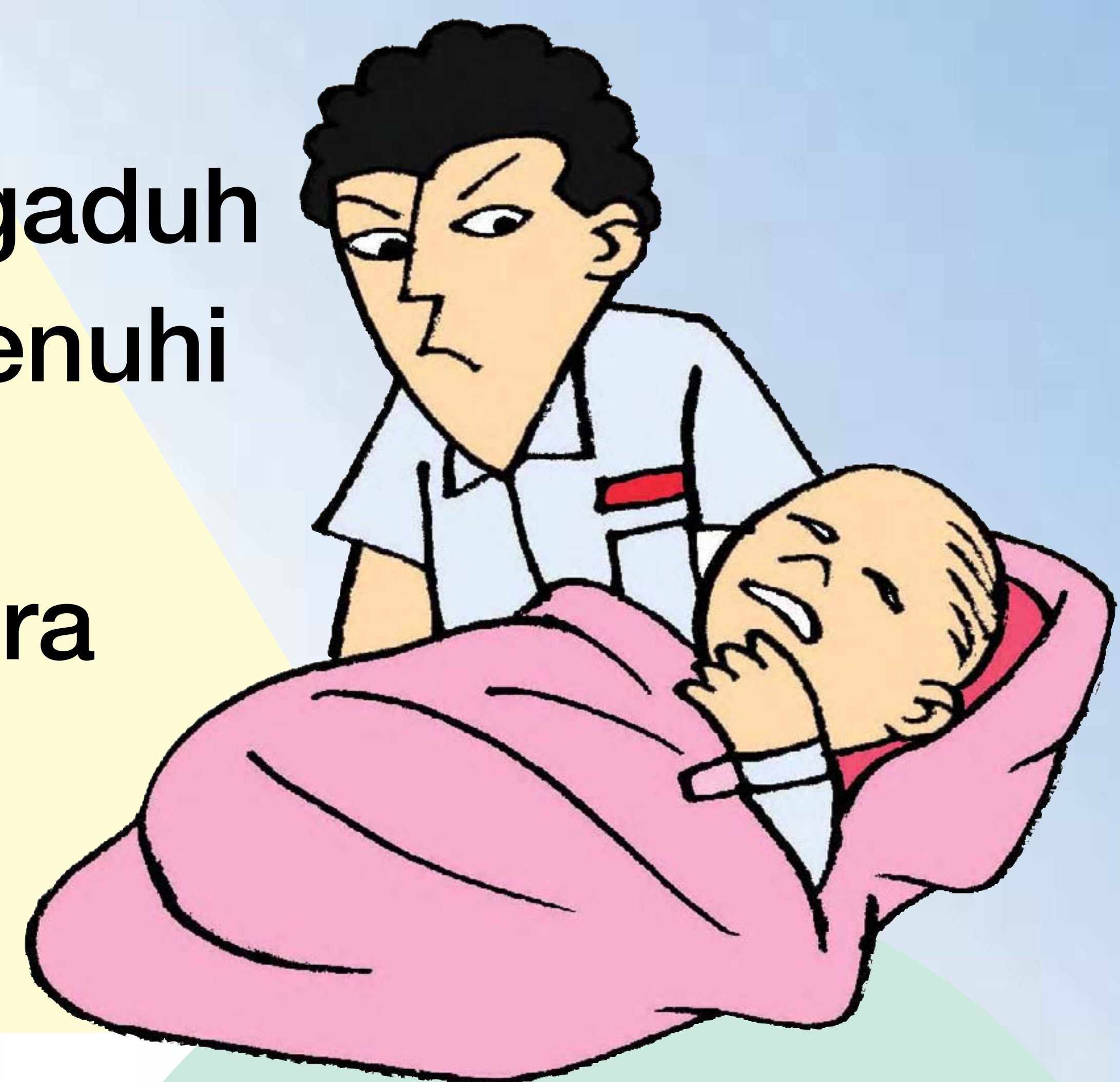
Diri Sendiri

- Tidak cemerlang dalam peperiksaan
- Tidak menyiapkan kerja sekolah
- Perbandingan dengan orang lain, *contoh:* “Adik kamu lebih baik”
- Perlabelan oleh orang lain, *contoh:* “Awak tidak berguna”



Keluarga Sendiri

- Ibu bapa kerap bergaduh
- Tidak mampu memenuhi harapan ibu bapa
- Diabaikan atau didera
- Kelahiran adik baru
- Kematian



Sekolah

- Pergi ke sekolah
- Bertukar sekolah
- Dimarahi guru
- Disingkirkan rakan-rakan
- Dibuli