

NOTA EFEKTIF



AKU REMAJA BERTUAH

PERUBAHAN MENTAL, EMOSI DAN SOSIAL REMAJA

Mental	Emosi	Sosial
- Remaja akan mendengar dan bersedia menerima pandangan orang lain - Boleh berfikir dengan matang dan positif	Memahami perasaan sendiri dan orang lain serta berupaya mencapai kesedaran, keinsafan, bertanggungjawab dan boleh dipercayai	- Mempunyai rakan sebaya serta hubungan dengan jantina yang berlainan - Mudah terpengaruh dengan persekitaran luar

CARA MEMPERKUKUHKAN INSTITUSI KEKELUARGAAN

Peranan Remaja	Cara	Kepentingan
1. Berfikir secara matang	Memberi pendapat secara positif	Dapat membantu menyelesaikan masalah sendiri dan keluarga
2. Bertanggungjawab	Membantu ibu bapa dan adik-beradik	Meringankan beban tugas ahli keluarga
3. Mengormati dan menghargai ibu bapa	Patuh dan mendengar nasihat	Mengeratkan hubungan kekeluargaan
4. Menggunakan masa dengan baik	Mengurus masa dengan baik dan benda yang berfaedah	Dapat mendisiplinkan diri, sentiasa menepati masa dan sistematik
5. Bersahsiah mulia dan berbudi bahasa dengan ahli keluarga	Berbicara dengan beradab dan bertingkah laku yang saopon dan menjaga pergaulan	Menjadi anak yang mendengar kata, patuh kepada arahan dan anak yang baik serta berbudi bahasa
6. Bertoleransi	Bertimbang rasa dan mempunyai sikap empati	Menjaga perhubungan yang baik dalam keluarga dan mengelakkan pertengkaran serta pergaduhan
7. Belajar dengan bersungguh-sungguh	Memberi tumpuan sewaktu belajar dan mempunyai motivasi diri yang tinggi untuk berjaya	Menjadi anak yang berjaya serta mempunyai masa depan yang baik
8. Berusaha mengatasi kelemahan diri	Dapat menerima teguran dan nasihat daripada ibu bapa dan ahli keluarga	Sentiasa mengaku kesalahan diri dan memperbaiki kelemahan diri untuk meningkatkan motivasi diri menjadi yang lebih baik
9. Berdisiplin dan menjauhi perkara yang negatif	Sentiasa melakukan perkara yang baik dan mengelakkan mengisi masa dengan aktiviti yang tidak berfaedah	Sentiasa menjaga maruah diri dan keluarga supaya tidak terjebak dengan kegiatan negatif
10. Berdikari	Melakukan kerja tanpa perlu disuruh	Mampu melakukan semua benda sendiri tanpa mengharapkan bantuan orang lain