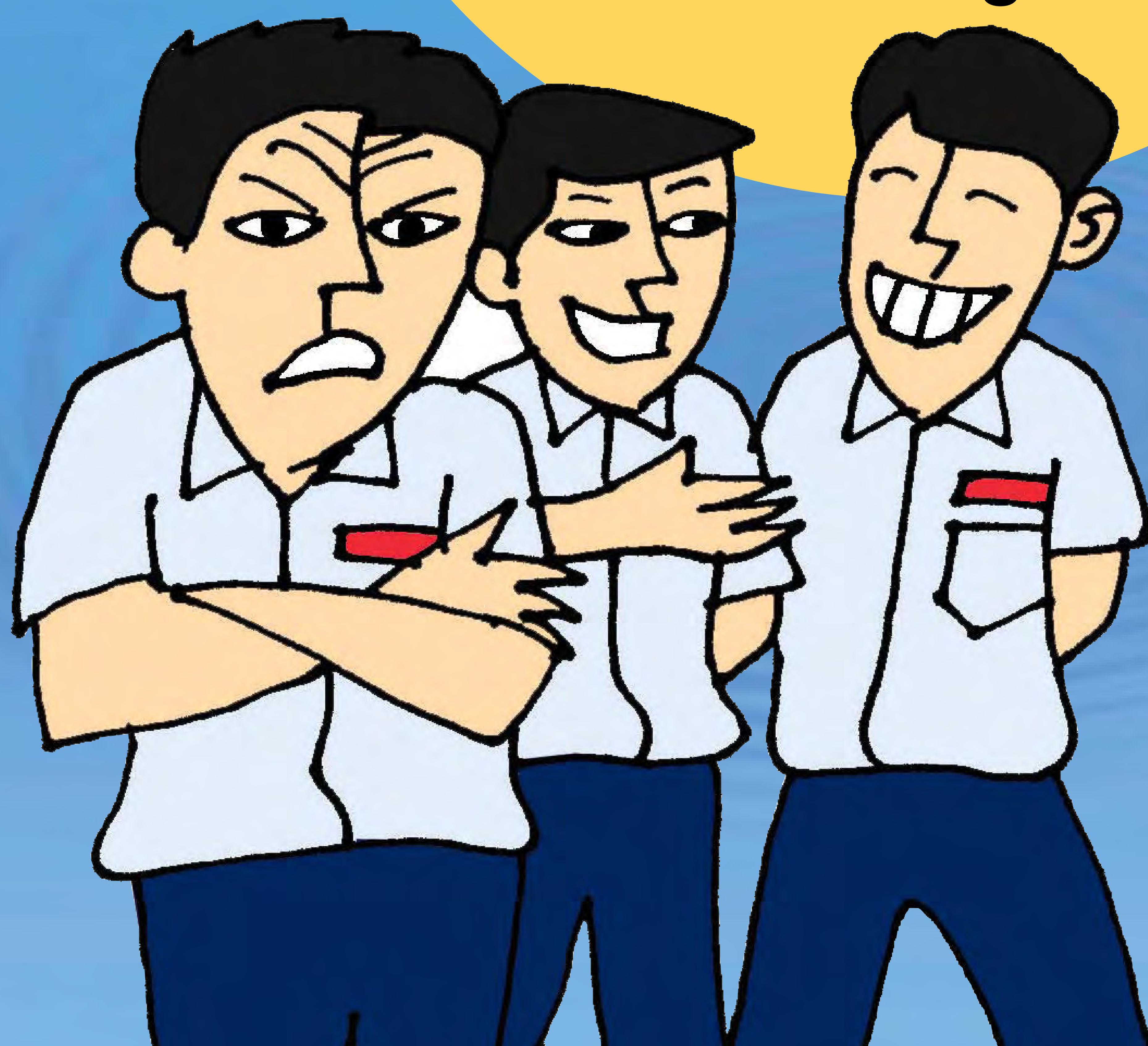


# Stres

**Kemarahan  
menjadi masalah  
apabila...**

- Berlaku terlalu kerap
  - Keterlaluan
  - Berpanjangan
- Berlaku dalam situasi yang tidak sesuai
  - Membawa kepada tindakan agresif



**Kemarahan adalah satu masalah utama emosi akibat stres...**