

Prénom : _____

Date : _____



1

Dessine la suite



2

Entoure les visages qui ont peur :



3

Quand j'ai peur, je me sens comme :

une gélatine tremblante

une souris devant le chat

si j'avais une araignée devant le nez

4

Ça m'arrive quand :

5

Je dessine un souvenir dans lequel j'ai eu peur :

6

Quand j'ai peur, j'ai besoin de :

m'éloigner

crier

pleurer

être serré dans les bras

7

Un visage qui a peur :



Je retiens :

Devant une situation inquiétante, ou lorsqu'on n'est pas rassurés, nous avons peur .

Quand on a peur, notre respiration accélère, le coeur bat plus vite. Parfois on crie , parfois nos bras montent tout seuls, on tremble , on a la chair de poule .

Ça arrive à tout le monde d'avoir peur, même aux adultes.

Prénom : _____

Date : _____



1

Dessine la suite



2

Entoure les visages qui ont peur :



3

Quand j'ai peur, je me sens comme :

4

Ça m'arrive quand :

5

Je dessine un souvenir dans lequel j'ai eu peur :

Dashed box for drawing a memory.

6

Quand j'ai peur, j'ai besoin de :

7

Un visage qui a peur :



Je retiens :

Devant une situation inquiétante, ou lorsqu'on n'est pas rassurés, nous avons _____ .

Quand on a peur, notre respiration accélère, le coeur bat plus vite. Parfois on _____ , parfois nos _____ montent tout seuls, on _____ , on a la _____ .

Ça arrive à tout le monde d'avoir peur, même aux adultes.

