

ACTIVITÉ 8 : JE M'AIME

Prenons un peu de temps pour l'amour-propre.
Parfois, nous pouvons être nos critiques les plus sévères.

Première étape : À l'aide d'un crayon, dessinez le contour de vos traits (yeux, nez, cheveux... etc.) sur cet autoportrait.

Deuxième étape : Tracez le contour de vos traits au marqueur noir.

Troisième étape : Colorez chaque partie de la tête avec une couleur différente.

Quatrième étape : À l'aide de la liste ci-dessous, écrivez une qualité sur vous-même dans chaque section.

Section A : Un sport ou un mouvement pour lequel vous êtes doué.

Section B : Un sujet dans lequel vous vous sentez fort

Section C : Une qualité que vous aimez dans votre apparence

Section D : Un mot positif pour vous décrire

Section E : Un hobby dont vous êtes fier

Section F : Une situation dont vous êtes fier

Section G : Un mot gentil qu'un ami utiliserait pour vous décrire

Section H : Votre meilleure qualité



