

Kendi Cesaret Haritamı Yapıyorum!

Alo! Cesaret Hattı'ndan önce... İçindeki kahramanı tanı!

1. İlk Durak: Cesaretli Bir Ses

Aşağıdaki cümleyi
kendi sesinle tamamla:
"Korktuğumda kendime
şöyle derim:"

.....
.....

2. Cesaret Hatırlatıcı

Şimdi geçmişe git! Daha
önce korktuğun ama sonradan
başardığın bir anı düşün.

O zaman neydi?

.....

Başarın neydi?

.....

3. Cesaret Notları

Aşağıdaki kutuların içine kendine güç veren cümleleri tekrar yaz.
Her biri bir cesaret adımdır!

Hata yaptım ama bu çok normal.

.....

Korkuyorum ama bu da
normal bir duygu.

.....

Her şeyi yapmak zorunda değilim.

.....

Küçük adımlar atarım, çünkü
cesaret böyle oluşur.

.....

Daha önce de korktum ama
başardım!

.....



Kendi Cesaret Haritamı Yapıyorum!

Alo! Cesaret Hattı'ndan önce... İçindeki kahramanı tanı!

4. Aileyle Cesaret Sohbeti

Aşağıdaki cümleyle başlayıp bir büyükle konuş:

"Sen hiç korkmuş muydun? Nasıl başa çıktın?"

Sonra bu sohbeti küçük bir notla özetle:

.....

.....

.....

.....

5. Cesaret Portrem

Kendini bir cesaret kahramanı gibi çiz! Üzerinde durduğun bir kelime olsun: "Cesaret", "Denemek", "Aferin Banal!", ne istersen.