



# L'évasion

Cette activité aide les enfants à développer leur confiance en soi lors d'une situation insécurisante.

## Consignes avant le dessin

Si tu étais en danger, que ferais-tu pour être en sécurité ?

- Comment ferais-tu pour te sauver ?
- As-tu d'autres idées ?
- Serais-tu seul ou demanderais-tu de l'aide ?
- À qui demanderais-tu de l'aide ? Pourquoi choisirais-tu cette personne ?
- Que serais-tu capable de faire seul, selon toi ?



Maintenant, j'aimerais que tu dessines ce que tu viens d'imaginer.



## Réflexions après le dessin

- Qu'est-ce que tu aimes dans ton dessin ?
- Qu'est-ce que ça te fais ressentir dans ton corps ?
  - Par exemple : de la force, du pouvoir, de la chance, de la fierté, de l'intelligence, du réconfort, de la rapidité, du courage, etc.
- Pointe-moi dans ton corps où tu ressens cela.

NOM: \_\_\_\_\_

DATE: \_\_\_\_\_

# L'évasion