

Atividade Complementar para aula de Evangelização Espírita Infantil

História: O Medo

Tema: Controlar o medo

Nome: _____ Data: _____

Utilize os números da relação de conceitos abaixo para relacioná-los com os trechos da história:

- 1- A nossa imaginação pode aumentar o medo.
- 2- O medo pode nos paralisar, nos impedir de fazermos coisas.
- 3- Cada pessoa tem sua própria interpretação de um mesmo fato.
- 4- Existem técnicas para lidarmos com o medo.
- 5- Para vencermos o medo podemos ir aos poucos, fazendo pequenas conquistas a cada tentativa.
- 6- Dependendo da situação, podemos associar coisas agradáveis às situações que nos fazem sentir medo.
- 7- É normal sentir medo, mas devemos tentar controlá-lo.
- 8- Pode acontecer de termos medos nesta vida por experiências ocorridas em outra encarnação, que marcaram fortemente nosso espírito.

() a mesma chuva que o entristecia alegrava outra pessoa. Então o problema não era a chuva e sim o que cada um associa a ela.

() Tudo bem, mas já está ótimo filha! Pra quem não queria nem ver o cachorro essa é uma grande vitória.

() A Gabi tem muito medo de cachorros. Ela não gosta de ir brincar na casa da Fátima porque ela tem um cachorrinho.

() Graças a Deus, nessa vida, pelo menos, não! – respondeu Angélica sorrindo e levantando as mãos para cima.

() Por cinco minutos fiquei me concentrando nos pensamentos que a gente tinha combinado de que ele só quer carinho e que ele gosta de mim. Também controlei a respiração e consegui.

() Rodrigo achou os bolinhos deliciosos e pediu para Tânia anotar a receita e fazer para ele toda vez que chovesse.

() Cada raio que ele via pela janela, ou trovão que ele escutava fazia sua mente imaginar coisas terríveis que poderiam estar acontecendo com seu cãozinho.

() Rodrigo tinha medo de chuva e Angélica de seca. Gabi tinha medo de cachorros, mas estava tentando vencer o medo, modificando seus pensamentos e sentimentos e era o que ele estava disposto a fazer também.

"A prece é um poderoso recurso que nos traz força e coragem para enfrentarmos o medo."