

Les émotions

Leçon

① Définition

Une **émotion** ou un **sentiment** est présent (e) lorsqu'une **personne ressent quelque chose en elle**. Cela peut être agréable ou désagréable.

Ex : la joie, l'enthousiasme, la confiance, la fierté... sont des sentiments agréables.

Par contre, la peur, l'angoisse, la colère, la honte... sont des sentiments désagréables.

② Comment exprimer un sentiment ?

Pour exprimer un sentiment, on peut utiliser **des expressions** comme :

Je ressens, j'ai le sentiment que... , je me sens..., j'éprouve, j'ai l'impression que...

③ **Lexique** : Voici un petit lexique de mots sur le thème des émotions ; on associe également une couleur en fonction de l'émotion.

La tristesse	La peur	La colère	La joie	L'amour
L'abattement	L'angoisse	Le courroux	L'allégresse	L'affection
L'accablement	L'anxiété	La fureur	Le bonheur	L'adoration
L'affliction	La crainte	L'irritabilité	La gaieté	L'amitié
Le chagrin	L'effroi	La haine	L'enthousiasme	La bienveillance
Le désespoir	L'épouvante	L'agressivité	L'entrain	La passion
La détresse	La frayeur	L'emportement	La jubilation	La tendresse
La mélancolie	L'inquiétude	La hargne		
	La panique	La rage		
	La terreur			

④ **Expressions** : On retrouve des couleurs dans l'emploi de certaines expressions :

- Être vert de rage
- Être rouge de colère.
- Avoir des idées noires
- Voir la vie en rose