



La RAGE

Je suis fou de rage
Je suis hors de moi

La FUREUR

Je suis furieux

La COLERE

Je suis en colère
Je suis fâché

L'ENERVEMENT

Je suis énervé

Le MECONTENTEMENT

Je suis mécontent

L'AGACEMENT

Je suis agacé

La CONTRARIETE

Je suis contrarié



La RAGE

Je suis fou de rage
Je suis hors de moi

La FUREUR

Je suis furieux

La COLERE

Je suis en colère
Je suis fâché

L'ENERVEMENT

Je suis énervé

Le MECONTENTEMENT

Je suis mécontent

L'AGACEMENT

Je suis agacé

La CONTRARIETE

Je suis contrarié



La RAGE

Je suis fou de rage
Je suis hors de moi

La FUREUR

Je suis furieux

La COLERE

Je suis en colère
Je suis fâché

L'ENERVEMENT

Je suis énervé

Le MECONTENTEMENT

Je suis mécontent

L'AGACEMENT

Je suis agacé

La CONTRARIETE

Je suis contrarié



EMOTIOMETRE



La RAGE

Je suis fou de rage
Je suis hors de moi

La FUREUR

Je suis furieux

La COLERE

Je suis en colère
Je suis fâché

L'ENERVEMENT

Je suis énervé

Le MECONTENEMENT

Je suis mécontent

L'AGACEMENT

Je suis agacé

La CONTRARIETE

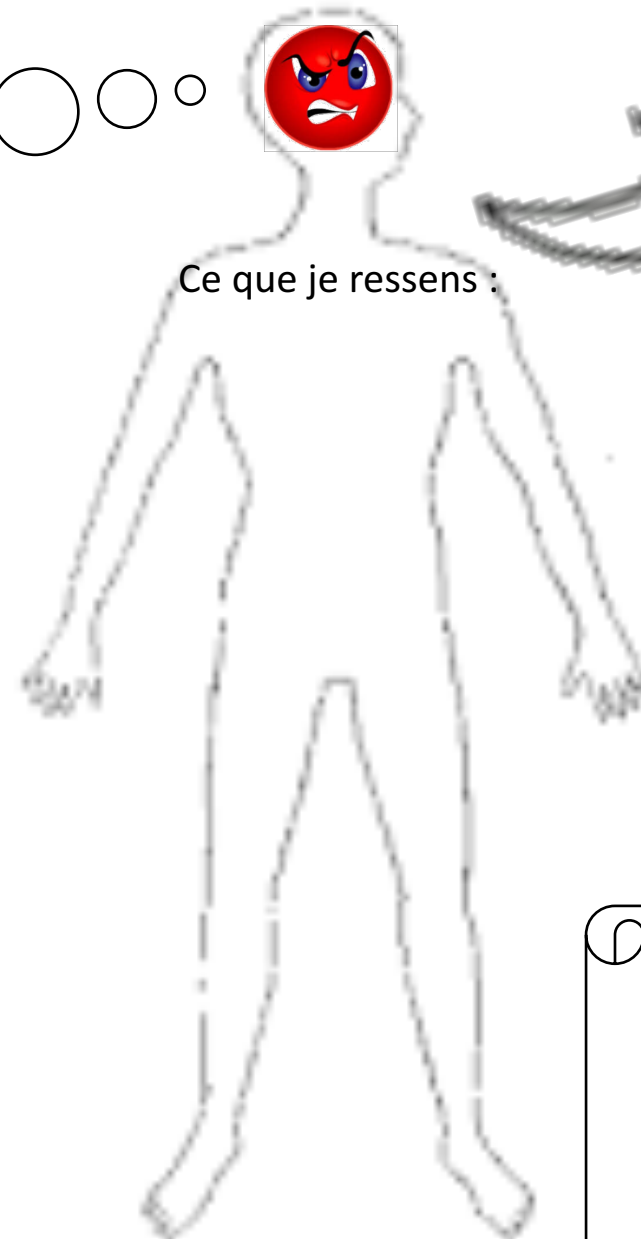
Je suis contrarié

©DR myriamdr

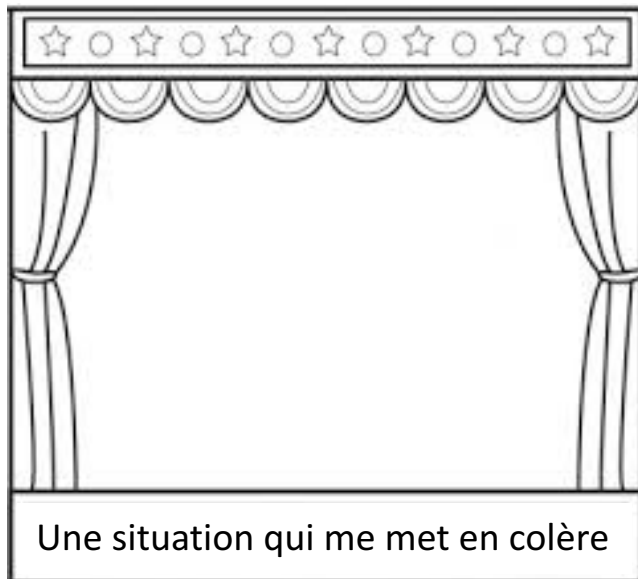


Ce que je pense :

Ce que je ressens :



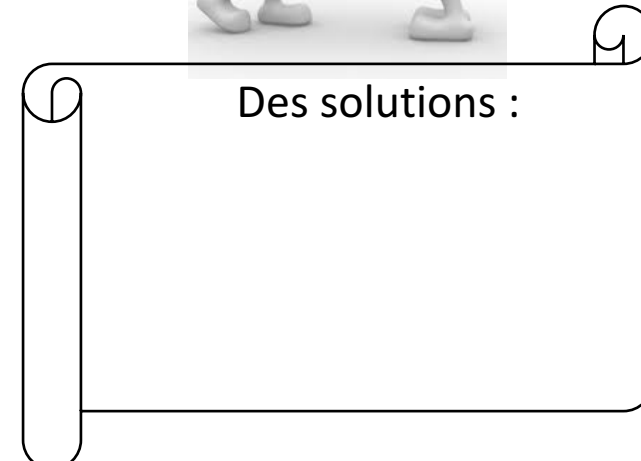
Ce que je dis,
ce que je fais :



Une situation qui me met en colère



Des solutions :





La RAGE

Je suis fou de rage
Je suis hors de moi

La FUREUR

Je suis furieux

La COLERE

Je suis en colère
Je suis fâché

L'ENERVEMENT

Je suis énervé

Le MECONTENTEMENT

Je suis mécontent

L'AGACEMENT

Je suis agacé

La CONTRARIETE

Je suis contrarié

©DR myriandr

