Fiche outil

Apprendre à préciser

Intensité graduée

Nommer les émotions

Lexique

Affichage classe

Lexique des émotions

P'tit blog de Segpa

La joie

Verbes : se réjouir, jubiler, exalter

Adjectifs :

satisfait – ravi – enchanté – heureux

guilleret – enthousiaste – jovial - hilare

La colère

Verbes : rager, s'irriter, pester, gronder, se fâcher, s'énerver, s'emporter

Adjectifs :

vexé – agacé - fâché - furieux

La tristesse

Verbes : souffrir, s'inquiéter, déprimer, se décourager

Adjectifs :

déçu – maussade - découragé - désespéré

La surprise

Verbes : étonner, être pris au dépourvu

Adjectifs :

étonné, interloqué, stupéfait, choqué, sidéré, consterné

L'embarras

Verbes : être embarrassé, être gêné, se sentir coupable, regretter, avoir des scrupules

Adjectifs :

intimidé – gêné – embarrassé - déconfit

L'ennui

Verbes : se lasser, déplaire, s'ennuyer

Adjectifs :

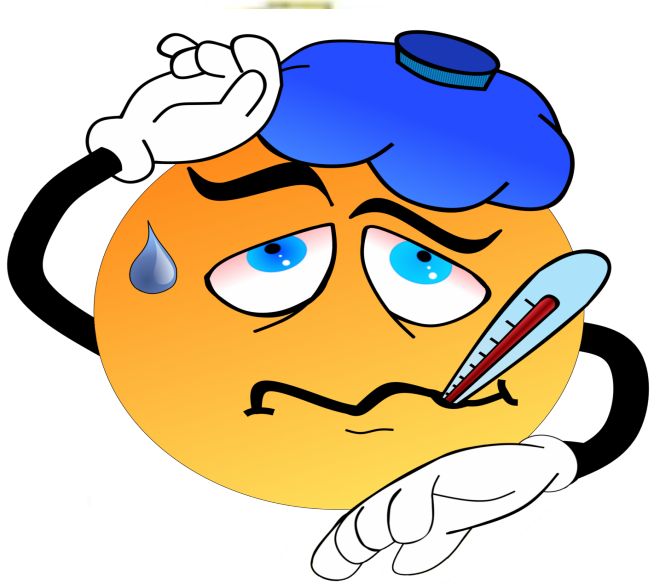
ennuyeux – rébarbatif - pénible - soporifique

La peur

Verbes : frémir, frissonner, trembler, s'inquiéter, s'effrayer, sursauter, craindre, appréhender, redouter, paniquer, s'affoler

Adjectifs :

inquiet méfiant, tourmenté, angoissé, affolé, terrorisé



Le mal-être

Verbes : s'affaiblir, souffrir, déprimer

Adjectifs :

Physique :

faible – fiévreux - souffrant – malade

Moral :

chagriné – contrarié - triste – déprimé - désespéré

La paresse, la fatigue

Verbes :

- **Fatigue** : être fatigué, s'endormir, se reposer
- **Paresse** : fainéanter, se prélasser, lézarder

Adjectifs :

Fatigue : →

las - fatigué – épuisé - exténué

Paresse : →

lent - nonchalant – paresseux – léthargique

La sérénité

Verbes : se rassurer

Adjectifs :

→

rassuré – serein - optimiste

La curiosité

Verbes : s'intéresser, se cultiver, se renseigner

Adjectifs :

→

intrigué – curieux – indiscret (négatif)

intéressé (positif)

Le doute

→

intrigué - perplexe - indécis

L'attirance

Adjectifs :

→

séduit – attiré - hypnotisé

La jalousie

Verbes : rivaliser

Adjectifs :

désireux – envieux – jaloux

possessif – soupçonneux – jaloux

L'amour, la passion

Verbes : aimer, adorer

Adjectifs :

affectueux – tendre – amoureux

intéressé – attiré – passionné