



EXPRIMER SES SENTIMENTS ET SES ÉMOTIONS

OBJECTIFS

- Identifier le vocabulaire relatif aux émotions et sentiments
- S'entraîner à l'utiliser en maîtrisant ses nuances
- Exprimer des préférences

CONDITIONS DE REALISATION

Durée prévue :

Prévoir plusieurs séances

Supports / matériel :

Définitions, exercices, photos (ci-après)

Possibilité de compléter le jeu de photo

Appareil photo

Niveau du public ou pré-requis éventuels :

A partir de pré-intermédiaire

Modalités :

Collectif, individuel

DEROULEMENT ET CONSIGNES

Les étapes qui suivent décrivent l'ensemble des supports proposés qui peuvent être utilisés indépendamment les uns des autres.

- Les sentiments et émotions :
Définitions
Exercices sur le vocabulaire : verbes, adjectifs, adverbes
Exercices possibles à partir de la fiche *Lexique des sentiments et émotions* :
Classifications diverses, recherche de mots connus, de définitions...
- Les sentiments et émotions dans les rapports humains
Nommer sentiments ou émotions au travers d'un choix de photos
Faire un choix personnel et exprimer ses sentiments
- Réalisation de photos illustrant des sentiments
- Les sentiments dans la poésie : fiche jointe, d'autres poèmes peuvent être utilisés



OBSERVATIONS

Les stagiaires sont peu habitués à exprimer leurs émotions : risque de désarroi.

Prolongement possible : pour les niveaux les plus élevés, production de poèmes

Retour d'expérience

Avec un public pré-intermédiaire, 2 séances de 1h30.

Pré-requis : maîtrise de la négation, du genre et du nombre et des conjugaisons.

Facilité des participants à exprimer leurs émotions à partir de photos.

Support photo également intéressant pour la description et l'imagination.

*Equinoxe formation, Atelier Goutte d'eau, Mana
Aïpa Guyane, Atelier du Tigre, Cayenne*

IFSL, APPEL, SAINT-LAURENT-DU-MARONI



EXPRIMER SENTIMENTS ET EMOTIONS

SUPPORT(S)

Fiche formateur

DÉFINITIONS

Sentiment :

Ensemble de phénomène affectif.

Tendance affective durable, liée à des émotions, des représentations, des sensations.

Affecter :

Influer, agir sur l'esprit, causer une impression pénible, souffrir moralement.

Émotion :

Trouble intense de l'affectivité.

Je trouve cette dame agressive

Je trouve notre voisin émotif

Je le trouve sympa ce jeu

Je trouve ma meilleure amie très heureuse et insouciante.

Dans le sens éprouver, ressentir, attribuer une qualité, un état

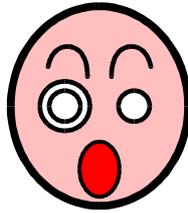
A QUOI ÇA SERT ?

Les sentiments et les émotions permettent de dire ce que l'on ressent dans sa tête et son corps.

C'est la réaction de notre corps et de notre pensée face à une réaction affective, une représentation....



LE LEXIQUE DES SENTIMENTS ET ÉMOTIONS



La peur	La susceptibilité	Aventureux
La crainte	Être emporté	Agacement
L'angoisse	Violent	Être excédé
L'inquiétude	La honte	L'ennui
La frousse	L'humiliation	La fatigue
Le défaitisme	La correction	Les embêtements
Le doute	L'honnêteté	Étourdi
La joie	La fierté	Tête en l'air
La satisfaction	L'orgueil	Hurluberlu
Le contentement	Être hautain	Faible
Le bonheur	Humain	Fragile
Le plaisir	Compréhensif	Désarmé
Le délire	La méchanceté	Impuissant
La passion	Cruel	Prétentieux
L'enthousiasme	Sans cœur	Crâneur
La surprise	Le courage	Sage
L'étonnement	La volonté	Judicieux
Être étonné	La poigne	Sensé
La colère	Être décidé	Rêveur
Le mécontentement	Être résolu	Penseur...

LES ADJECTIFS LIÉS AUX ÉMOTIONS ET AUX SENTIMENTS

L'adjectif qualificatif

Il donne des renseignements sur le nom qu'il accompagne.

Exemple : une femme triste

Triste est l'adjectif qui renseigne le nom femme, on sait que la femme est triste.

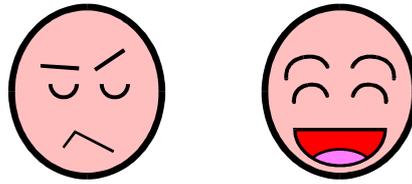
Un enfant énervé un chien agressif une stagiaire rêveuse

Enervé, agressif, rêveuse, triste sont des adjectifs qualificatifs.





EXERCICES



Complétez les phrases suivantes et écrivez-les ensuite avec la négation.

AIMER	NE PAS AIMER
Il rire.	
J'.....les enfants.	
J' les oiseaux, les chiens et les chats.	
Ma mère ses enfants.	
Mon père travailler le bois.	
Tu les fleurs.	
Ils rendre visite à leur famille au Surinam.	
Vous porter des pantalons en jean.	
Nous regarder la télévision.	

Dites en quelques phrases ce que vous adorez faire ou manger.



Complétez les groupes de mots suivants avec un ou plusieurs adjectifs :

Une _____ femme

Une paire de lunettes _____

Un _____ garçon _____

La _____ fille _____

Une _____ impression

Accordez les adjectifs entre parenthèses avec le nom qu'ils qualifient :

Des cheveux (noir) _____

Une femme (gentil) _____

Une (mauvais) _____ nouvelle

Une idée (noir) _____

Une colère (foudroyant) _____

Un homme (charitable) _____



Écrivez au féminin les mots ou groupes de mots suivants :

Peureux : _____

Heureux : _____

Coléreux : _____

Courageux : _____

Prisonnier : _____

Un garçon heureux : _____

Un homme menteur : _____

Un garçon malheureux : _____

Un amant passionné : _____

Un homme courageux : _____

Un garçon grossier : _____



Écrivez les adjectifs entre parenthèses correctement :

Léa a rencontré un (charmant) _____ jeune homme ; il est (adorable) _____ . Ils sont (beau) _____ tous les deux quand ils se promènent (heureux) _____ main dans la main dans la rue.

Je déteste les mangues (vert) _____, je (ne pas aimer) _____ les haricots (vert) _____.

J' (adorer) _____ les gâteaux à la noix de coco que ma mère prépare.

J' (avoir peur) _____ des gens qui roulent (vite) _____ en voiture.

Mon père et ma mère (rêver) _____ de vivre dans une (grand) _____ maison près d'une (joli) _____ crique.

Ce gâteau est (sommptueux) _____, il fond dans la bouche, sa couleur (blanc) _____ me fait penser à de la neige.



LES ADVERBES

Les adverbes sont des mots invariables qui complètent le verbe.

Ils précisent **où**, **quand** et **comment** se déroule un événement.

Exemples :

Nous parlons dans le silence *nous parlons **silencieusement***

*Nous allons **souvent** au cinéma.*

*Venez **ici**. **Hier**, vous avez écouté de la musique, **bruyamment**.*

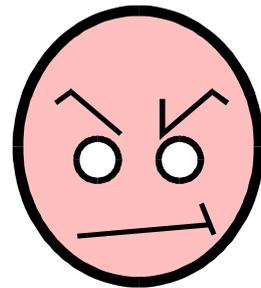
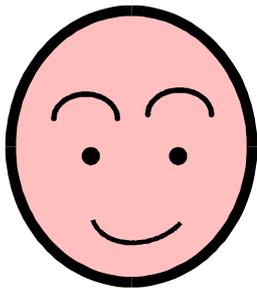
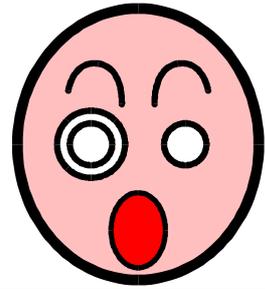
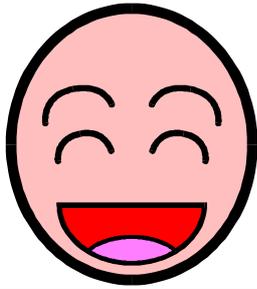
Dans ce texte soulignez les adverbes :

La porte claquait violemment. Je courais partout, d'une pièce à l'autre. La lumière s'éteignit soudain et la porte se referma brutalement derrière moi. La figure du fantôme ressemblait curieusement à celle d'un homme. Il me regardait fixement avec ses petits yeux de braise et souriait tristement.



Photos, émotions et sentiments dans les rapports humains

Quelle photo exprime le même sentiment ? Quel est ce sentiment ?







S'EXPRIMER, PARLER DE SOI





S'EXPRIMER, PARLER DE SOI

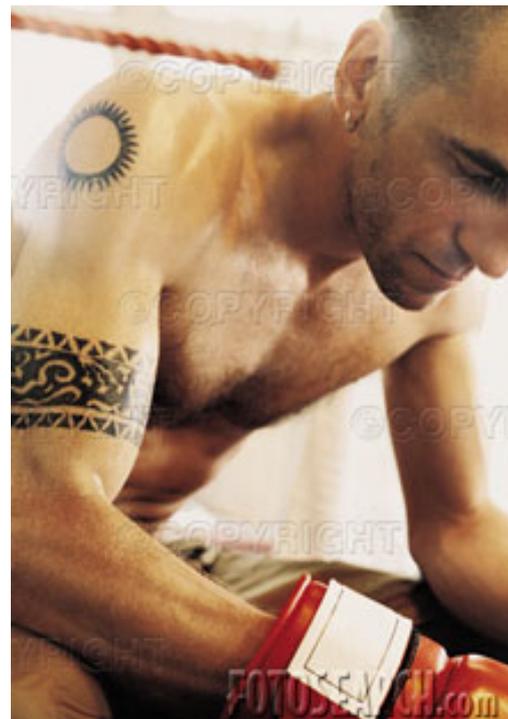


antoine.durand-photographie@laposte.net





S'EXPRIMER, PARLER DE SOI





Nommez les sentiments qu'expriment pour vous ces photos

PHOTO 1

PHOTO 2

PHOTO 3

PHOTO 4

PHOTO 5

PHOTO 6

PHOTO 7

PHOTO 8

PHOTO 9

PHOTO 10

PHOTO 11

PHOTO 12



Choisissez une photo, décrivez-la à l'oral et faites-vous un lexique

Au premier plan

Au second plan

A droite; à gauche, en haut, en bas.....

Nous pouvons voir.....

Je vois

Qui est représenté ?

Comment ?

Que fait la personne ?

Pourquoi ?

Que porte t-elle ?

Combien de personnes ?

Les couleurs utilisées et pourquoi ?

LEXIQUE



RÉALISATION DE PHOTOS

1 Réaliser des photos en sous-groupes exprimant divers sentiments ou émotions.

Par groupe de 4 personnes, réalisez 4 photos de 4 sentiments différents.

Distribuer les photos entre les groupes et retrouver les sentiments qui correspondent.

Restitution commune pour savoir si le bon sentiment ou la bonne émotion est bien placé.

Réaliser un support pour les exposer dans la salle.

2 Réaliser un dialogue en rapport avec le thème et réaliser une bande son.

Par deux ou trois, réaliser un dialogue avec des émotions et des sentiments.

Rédiger le dialogue, plusieurs lectures.

Enregistrement

Écoute collective et critiques.



LE SENTIMENT ET L'ÉMOTION DANS LA POÉSIE

Le poème ou la poésie

Dans le sens le plus courant du terme, la poésie est la plus haute expression de l'écriture et de la parole, puisqu'elle attache autant d'importance à la musique des mots (leur son) qu'à leur sens. Bien antérieure à toutes les formes littéraires communes, c'est d'abord par la voie orale qu'elle s'est transmise, véhiculant de la bouche à l'oreille, et d'un cœur à l'autre, les questions et les tentatives de réponses des Anciens sur les mystères du Monde, comme en témoignent nombre des textes sacrés qui nous sont parvenus, des Vedas à la Bible en passant par la Torah et le Tao Te King, tous de nature éminemment poétique dans la mesure où, par le biais d'allégories (entre autres), ils transmettent une conception particulière de notre relation au monde, en utilisant pour cela toutes les ressources du langage.

La nature et l'homme

Un rayon de soleil transperce le ciel bleu,
La lumière est si forte que je ferme les yeux...
Une journée hivernale froide et saisissante,
Où la fragile bise est frissonnante....
La douce neige fond sous les rayons chauds,
Et laisse apparaître de petites nappes d'eau
Qui reflètent le soleil jusque dans mon cœur.....
Il y a des jours où il n'y a que malheur,
Que le temps fait tout changer...
Les feuilles des arbres tombent en automne,
Mais ressusciteront de façon monotone..
La neige couvre les beaux paysages en hiver,
Mais s'évanouira sous la lumière sévère
Du doux soleil du printemps.
La nature, c'est comme un être vivant,
Son esprit s'illumine ou s'assombrit,
Prenons donc exemple sur la Nature
Qui encaisse des dégradations dures,
Mais qui sait se relever avec le temps...
Valérie S. (Art et Poèmes)



Le poème

Quel est l'auteur ?

Quel est le titre ?

De quoi ça parle ?

Quels sont les sentiments que vous ressentez à la lecture de ce poème ?

Relevez le vocabulaire des sentiments