

L'Intello-Émotif

Trousse d'ateliers sur la reconnaissance des émotions
et des stratégies d'autorégulation

Joie

Paisible
Calme
Joyeux
Jovial
Content
Gai
Enthousiaste
Enchanté
Heureux
Emballé
Excité
Euphorique



Chagriné

Peiné

Déçu

Triste

Morose

Maussade

Mélancolique

Bouleversé

Découragé

Désespéré

Malheureux

Accablé

Déprimé

Tristesse



Colère



Ennuyé
Irrité
Contrarié
Frustré
Fâché
Furieux
Enragé
Révolté

Dégoût



Dégoûté
Dégoûtant
Dédaigneux
Répugné
Répugnant
Écoeuré
Écoeurant
Nauséux

Peur



Inquiet
Craintif
Nerveux
Anxieux
Apeuré
Effrayé
Paniqué
Terrifié
Terrorisé
Horrifié
Pétrifié
Traumatisé

Surprise



Surpris
Étonné
Émerveillé
Stupéfait
Estomaqué
Ahuri
Sidéré