

COMMUNICATION

Parler de ses émotions

NIVEAU

Intermédiaire (B1)

NUMÉRO

FR_B1_3121X

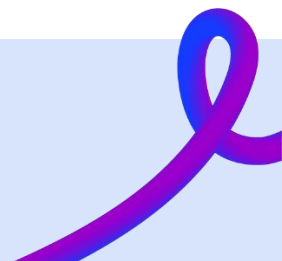
LANGUE

Français



Objectifs

- Je peux exprimer la sympathie et l'antipathie.
- Je peux exprimer le regret et la gratitude.



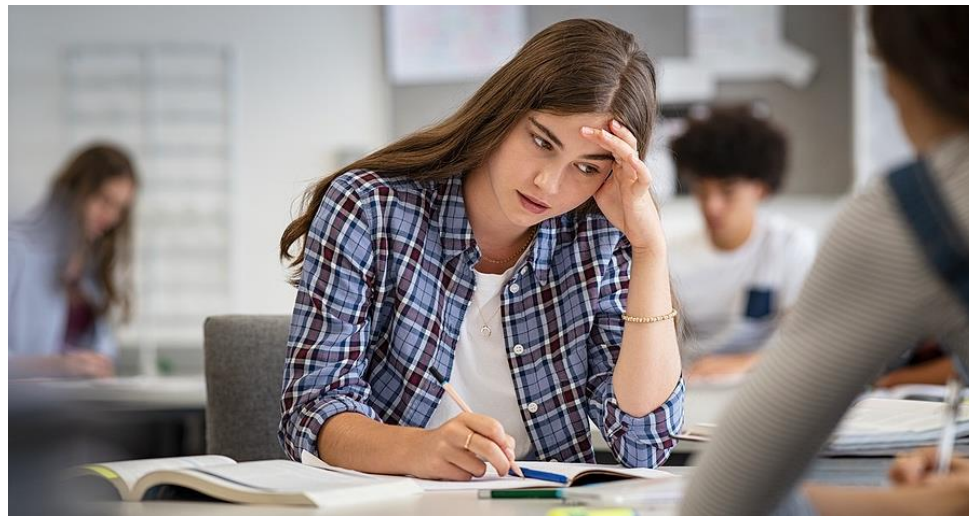


En fonction des **situations**, nous
avons **besoin de différentes**
expressions pour pouvoir **partager**
nos **émotions**.



Introduction

On utilise différentes expressions également pour **démontrer notre soutien** ou **exprimer de l'empathie**.



- Je suis très stressée par mon examen. Je n'arrive pas à bien me concentrer.
- Aïe, **je comprends très bien.**



Les émotions (I)

Connaissez-vous ces expressions ? Quel type d'émotion expriment-elles ?





Les émotions (II)

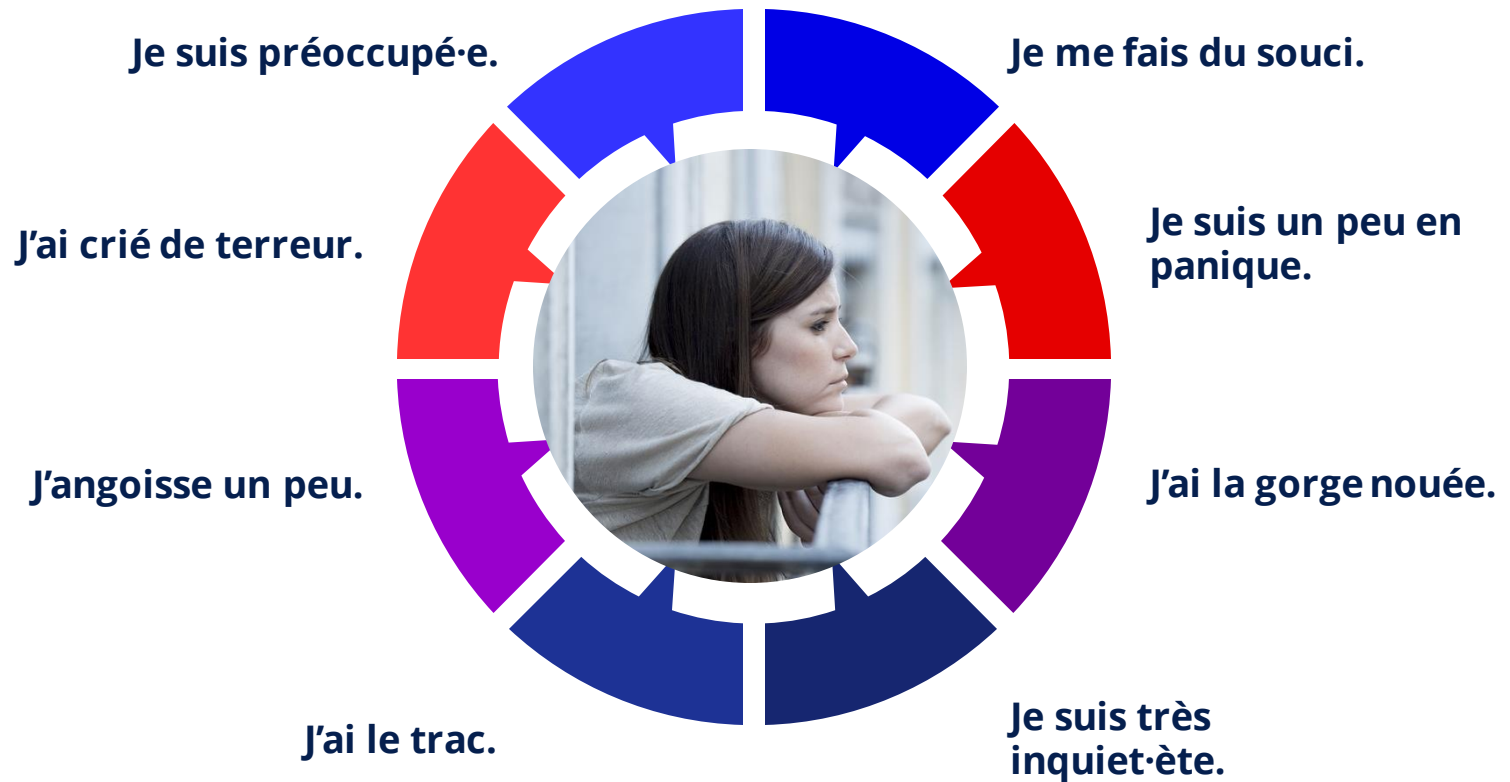
Et les expressions suivantes : quelle émotion servent-elles à exprimer ?





Les émotions (III)

Et celles-ci ?





Les émotions

En **classe entière** ou en **breakout rooms** :

D'après le psychologue Paul Ekman, il y a six émotions de base. Nous avons vu du vocabulaire pour 3 des 6 émotions. **Trouvez** pour les autres émotions au moins une expression.

la joie

la colère

la peur

la tristesse

la surprise

le dégoût



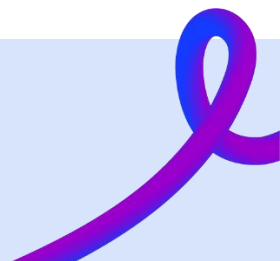
Avant d'entrer dans la **breakout room**, prenez une **photo** de l'exercice.



Quelques expressions

Associez ces expressions familières à la bonne émotion.

1	ne pas en revenir	a	la joie
2	Beurk !	b	la tristesse
3	avoir le sourire jusqu'aux oreilles	c	la peur
4	avoir les jetons	d	la colère
5	voir rouge	e	le dégoût
6	avoir le cafard	f	la surprise





Exprimer sa sympathie

**Je m'entends bien
avec lui/elle.**

Comment tu trouves notre nouveau collègue ?
- Très sympa ! **Je m'entends bien avec lui.**

Il/elle est sympa.

- Comment tu trouves notre nouveau voisin ?
- **Il est sympa.**

Je l'aime bien.

- Comment tu trouves mon frère ?
- **Je l'aime bien.** Il est sympa et rigolo.

Il/elle est génial·e !

- Comment tu trouves ce livre ?
- **Il est génial !**



Exprimer son antipathie

Je ne m'entends pas bien avec lui/elle.

- Comment tu trouves notre nouveau collègue ?
- Honnêtement, **je ne m'entends pas très bien avec lui.**

Ce n'est pas mon cas.

- J'adore le rap !
- Hm ... **Ce n'est pas mon cas.**

Je n'aime pas ça.

- J'ai adoré le nouveau film d'horreur de Jean Luc.
- Les films d'horreur, **je n'aime pas trop ça !**

Ce n'est pas de mon goût.

- Tu aimes ce tableau ?
- - Un tableau tout blanc... **Ce n'est pas de mon goût.**



Et vous ?

Posez la question à vos camarades.

“**J’aime les gens qui donnent leur
opinion de manière sincère et
honnête.
C’est très sympa.**”

Quel type de personne trouvez-
vous sympathique?

Quel type de personne trouvez-
vous antipathique?





Exprimer le regret

Je suis désolé·e.

- *Je suis très triste.*
- *Qu'est-ce qu'il s'est passé ?*
- *J'ai raté mon examen.*
- *Oh non. **Je suis désolé.***

Je suis vraiment désolé·e.

***Je suis vraiment désolé** que tu aies échoué à l'examen.*

Je suis désolé·e d'entendre ça.

- ***Je suis désolé d'entendre ça !***
- *J'ai tellement étudié...*

Je ne sais pas quoi dire.

Je ne sais pas quoi dire.
Quand j'ai raté mon dernier examen, je suis restée triste un petit moment.



Être reconnaissant·e

J'en suis très reconnaissant·e.

*Merci de ton aide ! **J'en suis très reconnaissant.***

J'aimerais te remercier pour...

***J'aimerais te remercier pour** ton aide.*

J'aimerais vous dire merci pour...

***J'aimerais vous dire merci pour** votre soutien.*

Merci pour...

***Merci pour** tout ce que vous avez fait pour moi.*



Discutons

Quelles sont les situations où vous êtes reconnaissant·e ?



Dans quelles situations avez-vous des regrets ?



Racontez des anecdotes

1

“ Je suis reconnaissante que mes amis m’aient aidée pendant mon déménagement.

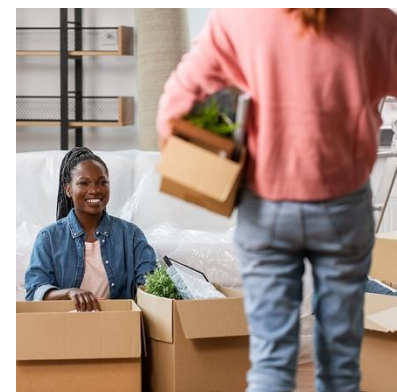
2

“ Je regrette beaucoup d’avoir arrêté mes études.

Pensez à deux situations que vous avez vécues.

Une où vous avez été reconnaissant·e...

... et l’autre pour laquelle vous avez eu des regrets.





Exprimer ses émotions

Classez les expressions.

Je n'aime pas du tout ça.

J'ai complètement confiance en toi !

Je suis préoccupée.

Je crois tout ce que tu me dis.

Ce n'est pas mon cas !

Je suis très inquiet.

C'est génial !

Je te suis les yeux fermés.

Je m'entends bien avec lui.

Quel ennui !

Je suis désolée.

Je ne m'entends pas bien avec lui.

positive

neutre

négative





Exprimez-vous

Réagissez à ces phrases !

J'ai attrapé
froid.

Je n'ai pas eu
de nouvelles
de lui depuis
longtemps.

C'est mon
cadeau pour
toi !

Tu le trouves
comment ?

Comment tu
trouves cette
robe ?

Tu aimes ce
livre ?



Imaginez

Que peuvent dire ces personnes ?





Réagissez

Comment **réagiriez-vous** à ces situations ?

Un de vos amis a perdu son téléphone et ne le retrouve plus.

Votre meilleure amie s'est achetée un appartement à Paris.

Vous avez un voisin qui écoute la musique très fort le soir.

Votre enfant veut partir voyager à l'étranger.





Fin de la leçon

Expression

Avoir le blues

Sens : être un peu mélancolique ou triste

Exemple : *J'ai un peu le blues aujourd'hui. Normal, c'est lundi.*

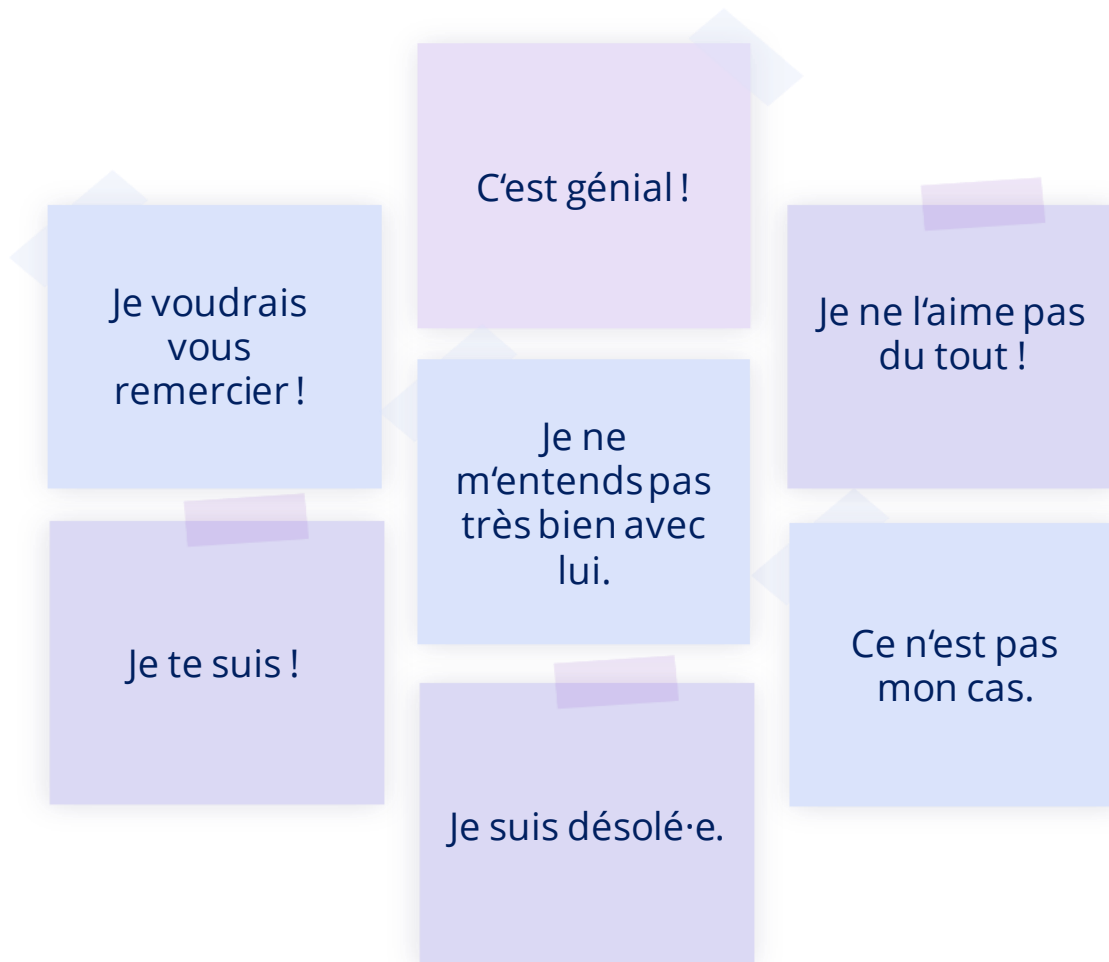


Pratique additionnelle



Décrivez une situation

Choisissez deux phrases et **imaginez** dans quelle situation on pourrait les dire.



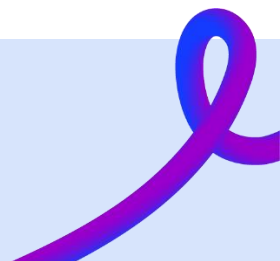


À votre avis

Qu'est-ce que l'appréciation ?



Que signifie le rejet ?





Et vous ?

Vous vous inquiétez à propos de quoi ?

À qui faites-vous confiance ?

Qu'est-ce qui vous rend heureux ?

Qu'est-ce qui vous fait peur ?





Vous vous souvenez ?



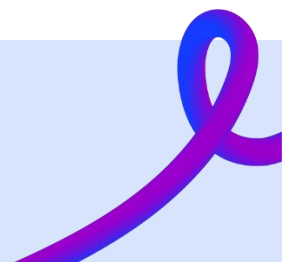
Faites une liste d'expressions pour chaque catégorie. Écrivez autant d'expressions que possible.

reconnaissance

regret

antipathie

sympathie





Corrigés

P. 5 : la joie

P. 6 : la colère

P. 7 : la peur

P. 9 : 1. f ; 2. e ; 3. a ; 4. c ; 5. d ; 6. b



Résumé

Parler de ses émotions positives

- la joie : ***Je suis heureux·se de l'entendre. ; C'est très gentil de ta part.***
- la sympathie : *Le nouveau collègue est très sympa !* ***Je m'entends bien avec lui.***
- la gratitude : *Merci de ton aide !* ***J'en suis très reconnaissant.***

Parler de ses émotions négatives

- la colère : ***Ça me tape sur les nerfs. ; Je ne supporte pas ça.***
- la peur : ***Je me fais du souci. ; J'ai la gorge nouée.***
- l'antipathie : ***Ce n'est pas de mon goût.***

Exprimer le regret

- ***Je regrette beaucoup d'avoir arrêté mes études.***
- ***Je suis désolé·e d'entendre ça.***



Vocabulaire

la joie

la peur

la surprise

la colère

la tristesse

le dégoût

C'est très gentil de ta part.

Je suis heureux·se de l'entendre.

Ça me tape sur les nerfs.

J'ai la gorge nouée.

Je me fais du souci.

angoisser

être en panique

bien s'entendre avec quelqu'un

Ce n'est pas de mon goût.

reconnaissant, reconnaissante

la sympathie

l'antipathie

le regret

