

JOURNÉE DE LA SANTÉ MENTALE AU COLLÉGIAL | 11 NOVEMBRE 2021

Ressentir, c'est recevoir un message

TABLEAU DES ÉMOTIONS

 Joie	 Colère	 Sérénité	 Peur	 Tristesse
Excité.e	Furieux/furieuse	Serein.e	Effrayé.e	Déçu.e
Enivré.e	Mécontent.e	Centré.e	Mal à l'aise	Navré.e
Fier/fière	Jaloux/jalouse	Calme	Apeuré.e	Peiné.e
Content.e	Exaspéré.e	Détendu.e	Embarrassé.e	Chagriné.e
Réjoui.e	Désabusé.e	Leger/légère	Troublé.e	Mélancolique
Émerveillé.e	Dégoûté.e	Tranquille	Confus.e	Nostalgique
Joyeux/Joyeuse	Frustré.e	À l'aise	Agité.e	Las.se
Ravi.e	Écoeuré.e	Relaxe	Hésitant.e	Malheureux/ malheureuse
Enthousiaste	Envieux/envieuse	Neutre	Surpris.e	Indifférent.e
Heureux/heureuse	Irrité.e	Décontracté.e	Terrorisé.e	Triste
Gai.e	Énervé.e	Apaisé.e	Nerveux/nerveuse	Ennuyé.e
Attendrie	Agacé.e	Paisible	Gêné.e	Fatigué.e
Comblé.e	Contrarié.e	Pacifique	En détresse	Sombre
Motivé.e	Tendu.e	Flegmatique	Débordé.e	Perdu.e
Plein.e de gratitude	Amer/amère	Patient.e	Perplexe	Découragé.e
Inspiré.e	Conterné.e	Reposé.e	Submergé.e	Seul.e
Ébloui.e	Plein.e de ressentiments		Paniqué.e	Désespéré.e
De bonne humeur	Tanné.e		Méfiant.e	Épuisé.e
Intéressé.e	Rempli.e de haine		Apeuré.e	Démuni.e
Captivé.e	D'humeur noire		Craintif/craintive	Démoralisé.e
Alerte	Soucieux/soucieuse		Anxieux/anxieuse	Déprimé.e
Amusé.e	Impatient.e		Angoissé.e	Saturé.e
Concentré.e	Vexé.e		Inquiet/inquiète	Impuissant.e
Plein.e d'espoir	Indigné.e		Dépassé.e	Vide

JOURNÉE DE LA SANTÉ MENTALE AU COLLÉGIAL | NOVEMBER 11 2021

Feel the moment, get the message

TABLE OF EMOTIONS

 Joy	 Anger	 Serenity	 Fear	 Sadness
Excited	Furious	Serene	Scared	Disappointed
Proud	Unhappy	Calm	Uncomfortable	Sorry
Happy	Jealous	Relaxed	Embarrassed	Distressed
Overjoyed	Exasperated	Comfortable	Disturbed	Melancholic
Amazed	Disillusioned	Soothed	Confused	Nostalgic
Joyful	Disgusted	Peaceful	Restless	Tired
Delighted	Frustrated	Patient	Terrorized	Sad
Motivated	Envious	Neutral	Nervous	Bored
Inspired	Tense	Quiet	Ill-at-ease	Discouraged
Amused	Impatient	Undisturbed	Mistrustful	Depressed
Captivated	Annoyed	Untroubled	Anxious	Powerless