

Une situation = des sentiments et des émotions

SITUATION #1

Une composition de plus

Frédéric a beaucoup de difficultés en français. Chaque fois qu'il doit composer un texte, il se décourage. Ses notes sont souvent autour de 60 % et il n'aime pas cela. Il doit remettre sa prochaine composition dans deux semaines. Il rédige, corrige et relit sa composition avec beaucoup de soin. Il est fier de son travail. Une semaine plus tard, Frédéric reçoit sa note : 64 %.

- 1. Encerle le ou les mots qui te semblent le mieux décrire ce que Frédéric a ressenti lorsqu'il a reçu sa note.**

déçu	furieux	fatigué	seul	triste	surpris
agacé	excité	coupable	heureux	blessé	choqué
content	gêné	désolé	honteux	fier	déprimé

- 2. Pourquoi crois-tu que Frédéric se sent ainsi? Que se dit-il?**

- 3. Que peut-il se dire et faire pour se sentir mieux?**

SITUATION #2

Camille et Gina sont de bonnes amies. Au début de l'année scolaire, un nouvel élève, Abdula, est arrivé à l'école. Abdula, qui habite près de chez Camille, est vite devenu son ami. Camille aimerait beaucoup qu'Abdula soit son ami de cœur. Un jour, Abdula arrive chez Camille alors que Gina est là. Abdula et Gina apprennent à mieux se connaître. Après le départ de Gina, Abdula confie à Camille que Gina lui plaît beaucoup et qu'il aimerait sortir avec elle.

1. Encerle le ou les mots qui te semblent le mieux décrire ce que Camille ressent à la suite de ce qu'Abdula lui a confié.

surprise	nerveuse	triste	satisfaite	jalouse	ennuyée
frustrée	blessée	déprimée	effrayée	choquée	envieuse
heureuse	anxieuse	ridicule	troublée	fière	

2. Pourquoi crois-tu que Camille se sent ainsi? Que se dit-elle?

3. Que peut-elle se dire et faire pour se sentir mieux?
