

Fiche d'aide à l'écriture pour exprimer un sentiment

LA TRISTESSE

Ce qui peut nous rendre triste :

Quand quelqu'un ne vous aime pas ou plus, quand quelqu'un est décédé et avant on s'aimait. Quand on aime quelqu'un qui est avec un autre.

Ce que nous pouvons ressentir dans notre cœur et dans notre corps

On ressent la solitude

On est tout mou

On pleure

On est pâle

Les cheveux raides

Les muscles ne ressentent plus rien

Expressions sur la tristesse ou avec le mot tristesse :

Pleurer comme une madeleine

Avoir la gorge serrée

Avoir le cafard

Triste comme un bonnet de nuit

Avoir le bourdon (familier)

Moins fort que la tristesse : le chagrin **Plus fort que la tristesse :** mélancolie, désespoir, déprime

Expressions littéraires qu'on peut prélever dans nos lectures :

Mais je sais qu'il n'y retrouvera pas d'autre Ornella, et cela me rend triste

Je traînais ma tristesse pendant des semaines.

Un soir il ne rentra pas et j'avais le cœur serré de voir la chaise de celui qui était devenu mon ami. (Les maldives – Pierre-Marie Beaude)

LA DESESPOIR

Ce qui peut nous rendre désespéré :

- Perdre l'amour
- S'être battu jusqu'au bout et perdre
- Quand les parents se séparent

Ce que nous pouvons ressentir dans notre cœur et dans notre corps :

- être pâle
- être marqué

Expressions sur la désespoir ou avec le mot désespoir :

- Se rendre malade
- Somber dans le désespoir
- Etre au bord du gouffre
- Toucher le fond

Moins fort que le désespoir : mélancolie, tristesse

plus fort que la désespoir : rien

Expressions littéraires qu'on peut prélever dans nos lectures :
(à venir)

Fiche d'aide à l'écriture

pour exprimer un sentiment



tuniTests.tn

LE CHAGRIN

نجاحك يهمنى

Ce qui peut nous rendre triste :

La mort d'un animal
Perdre quelque chose.

Ce que nous pouvons ressentir dans notre cœur et dans notre corps

On renifle du nez
On sanglotte
On a le visage déformé

Expressions sur la tristesse ou avec le mot tristesse :

Etre chagriner
Un chagrin d'amour
Avoir le cœur gros

Moins fort que le chagrin :
tristesse, mélancolie, désespoir

Plus fort que le chagrin :

Expressions littéraires qu'on peut prélever dans nos lectures :

C'était idiot, mais je me suis mis à pleurer, sans pouvoir m'arrêter.
Mon père mourut tout simplement. On nous prévint qu'il venait de s'éteindre vers la fin du jour. Au retour de l'enterrement, ma mère me dit : « ton père nous a donné le courage de vivre ». (Les oushebti – Pierre-Marie Beaudé)

Il y avait un petit mot pour moi dans lequel Georges m'annonçait la mort de Vanessa. « Je l'ai enterrée dans la mer. Elle y dormira pour toujours » (Les maldives – Pierre-Marie Beaudé)



tuniTests.tn

Fiche d'aide à l'écriture

pour exprimer un sentiment

نجاحك يهمنا

L'AMOUR

Ce qui nous fait ressentir de l'amour :

La beauté, la gentillesse, l'intelligence, la voix

Ce que nous pouvons ressentir dans notre cœur et dans notre corps :

Le cœur qui bat très fort

Rougir

Les yeux fixes

Dans la lune

Réveur

On est figé

Yeux qui brillent

Expressions sur l'amour ou avec le mot amour :

Elle est canon

Etre aux anges

Belle à croquer

Etre fou d'elle

De toute beauté

Belle comme une fleur

Moins fort que l'amour : l'Amitié

Plus fort que l'amour : La passion

Expressions littéraires qu'on peut prélever dans nos lectures :

Très vite je sus que j'aimerais Georges par dessus tout.

Cette grande barbe qui lui mangeait le visage me fascinait (Les maldives –

Pierre-Marie Beaude)



tuniTests.tn

نجاحك يهمنا

Fiche d'aide à l'écriture pour exprimer un sentiment

LA JOIE

Ce qui peut nous rendre joyeux :

- La gentillesse
- L'amour
- Quand quelqu'un te donne un cadeau
- Noël, Pâques, l'anniversaire

Ce que nous pouvons ressentir dans notre cœur et dans notre corps :

- Le sourire
- Le rire
- On pleure de joie
- On rougit
- Etre excité
- Sauter de joie

Expressions sur la joie ou avec le mot joie :

- Je saute de joie
- Sourire jusqu'aux oreilles
- Déborder de joie
- Etre aux anges
- Etre gai comme un pinson
- Je suis à fond les ballons (familier)

Moins fort que la joie : content, gai

Plus fort que la joie : être ravi

Expressions littéraires qu'on peut prélever dans nos lectures :

Il se sentit enveloppé de silence (Tailleur de pierre – Marie-Pierre Beaudé)



نجاحك يهمننا

Fiche d'aide à l'écriture pour exprimer un sentiment

LA PEUR

Ce qui peut nous faire peur :

- Des histoires terrifiantes
- Etre perdu
- Avoir peur du noir
- Etre tout seul dans une grande maison
- Avoir peur de quelqu'un
- Quand quelqu'un nous surprend
- Des animaux, des insectes

Ce que nous pouvons ressentir dans notre cœur et dans notre corps :

- Il bat à toute allure (cœur)
- Claquer les dents
- Il tremble, il a des frissons (corps)
- Avoir les cheveux dressés

Expressions sur la peur ou avec le mot peur :

- Avoir froid dans le dos
- On se fait tout petit
- Battre à tout rompre
- Avoir peur comme un chat qui est poursuivi par un chien
- Avoir une peur bleue
- Etre plus mort que vif

Moins fort que la peur : la crainte

Plus fort que la peur : la terreur

Expressions littéraires qu'on peut prélever dans nos lectures :

(a venir)

Fiche d'aide à l'écriture pour exprimer un sentiment



نجاحك بهمنا

L'ENNUI

Ce qui peut nous peut nous ennuyer :

Le travail qu'on n'aime pas

Certaines musiques, certaines émissions de télé que l'on n'aime pas

Ce que nous pouvons ressentir dans notre cœur et dans notre corps

On se sent tout mou

Croiser les bras

On est engourdi

On baille

Les yeux se ferment

Expressions sur l'ennui ou avec le mot ennui :

Avoir le cafard

On n'est pas sorti de l'auberge

Les difficultés, les ennuis ne sont pas terminés

Faire les cent pas

S'ennuyer à mourir

Trouver le temps long

S'ennuyer comme un rat mort (familier)

Expressions littéraires qu'on peut prélever dans nos lectures :

(à venir)

Fiche d'aide à l'écriture pour exprimer un sentiment

LA MELANCOLIE

Ce qui peut nous rendre mélancolique :

Si on aime quelqu'un mais qu'il ne nous aime pas (avec plusieurs étapes) on est mélancolique. Quand on rompt avec quelqu'un.

Ce que nous pouvons ressentir dans notre cœur et dans notre corps :

Tristesse
envie de se suicider
une tristesse infinie

Expressions sur la mélancolie :

Pleurer comme une madeleine
Errer comme une âme en peine

Moins fort que la mélancolie : tristesse **plus fort que la mélancolie : désespoir**

Expressions littéraires qu'on peut prélever dans de nos lectures :
(à venir)