

LISTE DE SENTIMENTS

On exprime un sentiment en disant: « Je me sens ... »

JOIE	TRISTESSE	PEUR	COLERE	A UTILISER AVEC PRECAUTION
A l'aise	Abattu	Affolé	A vif	Abandonné
Affection (plein d')	Accablé	Alarmé	Agacé	Abusé
Allégresse (plein d')	Affligé	Angoissé	Animosité (plein)	Acculé
Amoureux	Ame en peine (l')	Anxieux	A version (plein d')	Accusé
Ardeur (plein d')	affamé	Apeuré	Amer	Attaqué
Alerte	Anéanti	Appréhension (plein d')	Choqué	Contrarié
Attentif	Atterré	Bloqué	Colère (en)	Blâmé
Aux anges	Bouleversé	Craintif	Courroucé	Dérangé
Boulversé	Cafardeux	Danger (en)	Ecœuré	Déconsidéré
Calme	Chagriné	Déboussolé	En rogne	Délaissé
Charmé	Consterné	Déconcerté	Enervé	Détesté
Comblé	Découragé	Défensive (sur la)	Envieux	Exaspéré
Compatissant	Déçu	Désemparé	Excédé	Diminué
concentré	Dégoûté	Désorienté	Fâché	Excité
Confiant	Démoralisé	Effaré	Furibond	Dupé
Confortable	Dépité	Effrayé	Furieux	Ecarté
Content de moi	Déprimé	Embarrassé	Grognon	Ecrasé
Courageux	Désabusé	Ennuyé	Hérissé	Etouffé
De bonne humeur	Désarmé	Epouvanté	Horripilé	Floué
Détaché	Désenchanté	Gêné	Hors de moi	Harcelé
Détendu	Désespéré	Horriifié	Indigné	Humilié
Dynamisé	Désolé	Inquiet	Insatisfait	Ignoré
Emballé	Ecoeuré	Méfiant	Irrité	Incompétent
Emerveillé	Effondré	Paniqué	Jaloux	Indigne
Emu	Embarrassé	Préoccupé	Mécontent	Insulté
En extase	Ennuyé	Soucieux	Rancœur (plein de)	Intimidé
En harmonie	Eploré	Surpris	Révolté	Invisible
Enchanté	Las	Tendu	Suffoqué	Isolé
Etonné	Mal à l'aise	Terrifié	Ulcéré	Jugé
Epanoui	Malheureux	Terrorisé	Vexé	intéressé
Enthousiaste	Maussade	Tourmenté		Laissé pour compte
Espoir (plein d')	Mélancolique	Tracassé		Largué
Expansif	Misérable			Manipulé
Fier	Morose			Materné
Fou de joie	Navré			Minable
Gai	Peiné			Menacé
Heureux	Renfermé			Méprisé
Gonflé à bloc	Sombre			Mis sous pression
Impatient	Triste			Négligé
Gratitude (plein de)	Vide			Nié
Insouciant				Nul
Joyeux	AUTRES-			Pas accepté, pas aimé
Inspiré	...			Pas cru, pas entendu
Léger	submergé			Pas important
Libéré	Moral (ne pas avoir le)			Piégé
Paisible	insensible			paresseux
Passionné	instable			Rabaissé
Radieux	indifférent			Rejeté!
Radouci	indécis			Ridiculisé
Rassuré	Démuni			Sali
Ravi	insensible			Sans valeur
Réconforté	Apathique			Stupide
Reconnaissant	Détaché			Trahi
Satisfait	Elan (sans)			Trompé
Sécurisé	Endormi			Utilisé
Serein	Epuisé			
Soulagé	Fatigué			
Tendre	fragile			
Touché	Frustré			
Vivifié				

Je me .sens abandonné/e sous-entend tu m'abandonnes.

Mon sentiment profond n'est-il pas : je me sens démoralisé/e, préoccupé/e, angoissé/e ? J'ai besoin de pouvoir compter sur toi.

Je me sens rejeté/e sous-entend lu me rejettes.

Mon sentiment profond n'est-il pas : je me sens paniqué/e triste désarmé/e ? J'ai besoin de ta compréhension.