# LA CARTE DES ÉMOTIONS

par Art-mella - extrait du livre « Émotions, enquête et mode d'emploi »

MOUVEMENTS AMPLES
VERS L'EXTÉRIEUR

ULCÉRÉ
ENRAGÉ
FURIEUX
JALOUX
J'EN AI MARRE
EN COLÈRE
EXASPÉRÉ
DÉSABUSÉ
DÉGOÛTÉ
ÉCŒURÉ
FRUSTRÉ
ENVIEUX
ÉNERVÉ
**COLÈRE**
PLEIN DE HAINE
AGACÉ
MÉCONTENT
D'HUMEUR NOIRE
CONTRARIÉ
RONCHON
PLEIN DE RESSENTIMENTS
TENDU
IRRITÉ
AMER
CONSTERNÉ
SEREIN

EN EFFERVESCENCE
SUREXCITÉ
EN EXTASE
EXCITÉ
TRANSPORTÉ DE JOIE
PÉTILLANT
FIER
EN EXPANSION
ENIVRÉ
PLEIN D'ÉNERGIE
ENTHOUSIASTE
RÉGÉNÉRÉ
RECONNAISSANT
PLEIN DE GRATITUDE
RÉJOUI
RAVI
GAI
MOTIVÉ
COMBLÉ
PLEIN D'ESPOIR
AMUSÉ
**PLAISIR**
HEUREUX
INSPIRÉ
JOYEUX
ÉMERVEILLÉ
LIBRE
CONTENT
VIVIFIÉ
DE BONNE HUMEUR
ÉBLOUI
PLEIN D'AMOUR
EN FORME
PLEIN DE TENDRESSE
INTRIGUÉ
CAPTIVÉ
TOUCHÉ
ATTENDRI
ALERTE
CONCENTRÉ
PLEIN D'AFFECTION
CENTRÉ
INTÉRESSÉ

FERMETURE
FERMETÉ
SACCADES

OUVERTURE
SOUPLESSE

CALME
**SÉRÉNITÉ**
PAISIBLE
LÉGER
NAVRÉ
EMBÊTÉ
MAL À L'AISE
TRANQUILLE
A L'AISE
EMBARRASSÉ
PARTAGÉ
DÉTENDU
NEUTRE
DÉÇU
PEINÉ
CHAGRINÉ
EN DEUIL
EFFRAYÉ
TROUBLÉ
CONFUS
J'AI LE TRAC
LAS
DÉPITÉ
ENNUI
MÉLANCOLIQUE
AGITÉ
HÉSITANT
SURPRIS
TERRORISÉ
INDIFFÉRENT
NERVEUX
GÊNÉ
MALHEUREUX
FATIGUÉ
**PEUR**
**TRISTESSE**
EN DÉTRESSE
DÉBORDÉ
PERPLEXE
TRISTE
SATURÉ
SOMBRE
SUBMERGÉ
SUR LA RÉSERVE
CAFARDEUX
PERDU
PANIQUÉ
ÉPUISÉ
DÉCOURAGÉ
SEUL
DÉSESPÉRÉ
SUR MES GARDES
APEURÉ
VIDE
CRAINTIF
BLOQUÉ
ABATTU
DÉMORALISÉ
ALARMÉ
ANGOISSÉ
INQUIET
DÉMUNI
ROMPU
DÉPRIMÉ
ÉPOUVANTÉ
ANXIEUX
DÉPASSÉ
SANS ÉLAN
GLACÉ DE PEUR
PROSTRÉ
IMPUISSANT

MOUVEMENTS FAIBLES
VERS L'INTÉRIEUR

Art-mella

Pourpenser éditions
www.pourpenser.fr