

Sentiments et sensations.

Les événements que nous vivons suscitent des émotions qui nous touchent : ce sont les sentiments (sentiment de honte, de pitié, de bonheur, de ridicule...)

Il ne faut pas les confondre avec les sensations, impressions produites sur les cinq sens : la vue, l'odorat, l'ouïe, le goût, le toucher (sensation de froid, de chair de poule, de vertige, d'amertume...).

Une sensation est le résultat de notre perception du monde par l'un de nos cinq sens. Un sentiment est le résultat d'une émotion (parfois provoquée par une sensation). Le sentiment est plus fort, plus intense et plus persistant.

1- Les sentiments

Quelques sentiments :

Il existe de nombreux sentiments et de nombreuses nuances !



La peur : l'épouvante – l'anxiété – la crainte – la frayeur – l'inquiétude – la panique – la terreur –

La colère : l'agacement – l'irritation – la fureur – l'indignation – la frustration – l'énervement

La haine : le mépris – l'aversion – l'animosité – la rancune – le mépris

La gêne : l'embarras – la honte – le ridicule

Le repentir : le remords

L'inquiétude : le tourment – l'angoisse

La tristesse : la déception – le dépit – le chagrin – la mélancolie – le regret – la pitié

La joie : le bonheur – l'émerveillement – l'enthousiasme – le ravissement – l'euphorie – l'envie – le désir

L'amour : la tendresse – l'affection – la passion

Le respect : la reconnaissance – l'estime – la confiance

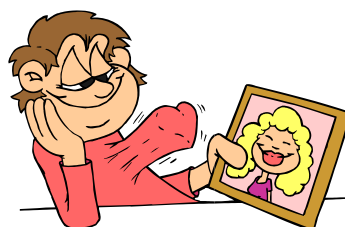
La surprise : l'effarement – la stupéfaction – la perplexité

La fierté : la confiance en soi – l'assurance – la satisfaction.

...

Dire les sentiments :

- adorer, chérir quelqu'un, **éprouver/ ressentir de l'amour pour quelqu'un.**
- appréhender, craindre, redouter **quelqu'un ou quelque chose : avoir peur de ...**
- approuver **quelque chose ou quelqu'un**, apporter son soutien à ...
- détester, haïr : **ressentir de la haine**
- faire preuve de **patience, d'initiative, d'audace : montrer que l'on a ...**
- manifester de l'ironie, de la bonne humeur : **être ironique, de bonne humeur.**
- manquer de ressource, de vitalité : **être sans ressources, ne pas avoir d'énergie...**
- se montrer, se révéler **courageux, patient, audacieux...**
- nourrir un espoir : **espérer.**
- rencontrer une difficulté : **avoir du mal à ...**
- ressentir **de la pitié pour, de l'affection, de la colère, de la joie...**
- témoigner de la sympathie pour : **montrer que l'on a de la sympathie pour...**
- feindre un sentiment : **simuler, faire semblant d'éprouver ou ressentir de...**



- lever les bras au ciel : **expression qui marque la surprise, l'étonnement**
- se frotter les mains : **être satisfait de quelque chose**
- marcher de long en large : **s'impatisser, manifester son agacement.**

2- Les sensations

Quelques sensations :

La vue Sensation visuelle	L'ouïe Sensation auditive	L'odorat Sensation olfactive	Le toucher Sensation tactile	Le goût Sensation gustative
Les vertiges La vue brouillée Le voile blanc Une lumière blafarde, tamisée Des couleurs criardes	Les acouphènes Les vibrations Craindre le vacarme...	Percevoir une odeur fétide. Exhaler un nouveau parfum.	Sensation de froid, de chaud... Avoir la chair de poule. Avoir les poils hérissés.	Sensation d'amertume. Avoir les papilles en émoi. Apprécier le sucré-salé.

Dire les sensations : des mots pour dire une sensation liée à ...

- ♦ La vue : Contempler, épier, guetter, lorgner, scruter, dévisager, examiner, observer...
- ♦ L'ouïe : entendre, assourdir, un bruissement, une cacophonie, un fracas, un chuchotement, tinter, vrombir, un cliquetis...
- ♦ L'odorat : un arôme, un bouquet, capiteux, des effluves, une émanation, embaumer, empester, exhaler, fétide, un fumet, nauséabond, un parfum, humer, un relent, flairer...
- ♦ Le toucher : une aspérité, effleurer, érafler, flasque, granuleux, modeler, moelleux, moite, onctueux, palper, pétrir, râpeux, doux, velouté, visqueux, rêche, rigide, tâter, caresser, poisseux...
- ♦ Le goût : déguster, âcre, aigre, amer, corsé, exquis, fade, friand, un gourmet, insipide, rance, se régaler, relevé, siroter, un gourmand, saliver, dévorer...

- éprouver... : avoir une impression...
- éprouver un malaise : se trouver mal
- souffrir de : avoir mal de façon permanente
- ressentir : avoir en soi, percevoir, discerner
- claquer des dents : réaction due au froid ou à la peur
- étouffer, transpirer : avoir trop chaud...
- frissonner : avoir des frissons
- grelotter, trembler de froid : avoir très froid
- avoir les cheveux dressés sur la tête.
- rougir de honte : avoir honte
- blêmir, pâlir : de peur, d'inquiétude...
- mourir de faim, de froid, de soif : avoir très faim, froid ou soif
- avoir la langue pâteuse
- ne plus avoir de salive : quand on a peur...

