

## Le tableau des émotions

Valence	7 familles	Intensité						
		Très faible	Faible	Assez faible	Moyenne	Forte	Très forte	Extrêmement forte
+	<b>JOIE</b>	Confiant	Satisfait	Content	Joyeux	Heureux	Émerveillé	En extase
+	<b>AMOUR</b>	Doux	Tendre	Affectueux	Amoureux En amour	Passionné	En adoration	En vénération
-	<b>PEUR</b>	Préoccupé	Inquiet	Anxieux	Apeuré	Paniqué	Terrifié	Horriifié
-	<b>COLÈRE</b>	Contrarié	Irrité	Énervé	En colère	Exaspéré	Furieux	Enragé
-	<b>TRISTESSE</b>	Affecté	Chagriné	Peiné	Triste	Déprimé	Accablé	Anéanti
-	<b>DÉGOUT</b>	Dérangé	Incommodé	Amer	Dégoûté	Écœuré	Répugné	Horripilé
- ou +	<b>SURPRISE</b>	En alerte	Étonné	Déconcerté	Surpris	Frappé	Stupéfait	Ébahi

Document adapté de Lamboy, B., Shankland, R. et Williamson, M.-O. (2021). *Les compétences psychosociales. Manuel de développement*. DeBoeck Supérieur.