



## ANNEXE 2

# QUESTIONS DE RÉFLEXION

Chacun réfléchit individuellement aux questions liées à chaque émotion :

### Joie

- Pour moi, être heureuse, cela veut dire...
- Quand je suis heureuse, je...
- Donnez un exemple de ce qui vous rend heureuse.

### Colère

- Pour moi, la colère signifie...
- Quand je suis en colère, je...
- Donnez un exemple de ce qui vous met en colère.

### Tristesse

- Pour moi, être triste, cela veut dire...
- Quand je suis triste, je le montre en....
- Donnez un exemple de ce qui vous rend triste.

### Peur

- Pour moi, avoir peur, cela veut dire...
- Quand j'ai peur, je...
- Donnez un exemple de ce qui vous fait peur.

### Surprise

- Pour moi, être surprise, cela veut dire...
- On peut voir que je suis surprise lorsque...
- Donnez un exemple de ce qui vous surprend.

### Dégoût

- Pour moi, regarder quelque chose avec dégoût signifie...
- Quand je ressens le dégoût, je...
- Donnez un exemple de ce qui vous dégoûte.