

## A1.25 Émotions et sentiments

<https://app.colanguage.com/fr/francais/plan-de-cours/a1/25>



**Content**

**Bien**

**Mal**

**Heureux**

**Malheureux**

**Triste**

**Amoureux**

**Fatigué**

**Nerveux**

**Énervé**

**Effrayé**

**J'aime ...**

**J'adore ...**

**Je déteste ...**

**Se sentir**

**Ressentir**

**Penser**

### 1. Dialogue: La présentation pour Monsieur Martin

**Jules:** La présentation sur l'entreprise que Monsieur Martin t'a demandée pour aujourd'hui est prête ?

**Charlotte:** Non... Je suis effrayée par lui ! Il m'a dit que si je ne lui présente pas ce soir, je suis virée.

**Jules:** Je comprends. En ce moment, il est très énervé, je ne sais pas pourquoi...

**Charlotte:** Il y a des jours où il est content et souriant, et d'autres où il ne fait que crier.

**Jules:** Oui, c'est vrai. En plus, il nous donne des délais trop courts. Je suis très fatigué, je ne dors plus.

**Charlotte:** J'en parle souvent avec Anaïs et elle aussi est nerveuse dès qu'elle le voit.

**Jules:** Peut-être qu'on peut lui dire ce qu'on ressent ?

**Charlotte:** J'ai beaucoup trop peur de lui pour ça. Il peut vraiment s'énerver si ce n'est pas le bon jour.

**Jules:** Oui, mais on ne peut plus continuer comme ça. Ce n'est pas normal d'être malheureux au travail !

**Charlotte:** C'est vrai... Surtout que j'adore ce métier, je n'ai pas envie de changer.

**Jules:** Je préviens quelques collègues et on va lui parler.

**Charlotte:** Oui, c'est peut-être une bonne solution. J'espère qu'il ne va pas mal le prendre.

#### 1. Instruction

- Lis le dialogue puis choisis la bonne réponse pour chaque question.

1-a

### 2. Grammaire: Le conditionnel type zéro

Le conditionnel type zéro est utilisé pour parler d'une vérité universelle.



Formule	Exemples
Si + présent de l'indicatif + présent de l'indicatif	Si tu <b>sors</b> sous la pluie, tu <b>te mouilles</b> . ( <i>Si tu sors sous la pluie, tu te mouilles.</i> )
Si + présent de l'indicatif + présent de l'indicatif	Si tu <b>étudies</b> le français, tu <b>apprends</b> de nouveaux mots. ( <i>Si tu étudies le français, tu apprends de nouveaux mots.</i> )
Si + présent de l'indicatif + présent de l'indicatif	Si tu <b>additionnes</b> deux plus deux, tu <b>as</b> quatre. ( <i>Si tu additionnes deux plus deux, tu as quatre.</i> )

- Si je dors mal, je \_\_\_\_\_ très fatigué au travail.  
a. me sentir      b. me sens      c. me sent      d. me sens
- Si je parle avec mon meilleur ami, je \_\_\_\_\_ plus heureux.  
a. me sentirai      b. me suis senti      c. me sens      d. me sentis
- Si je bois trop de café, je \_\_\_\_\_ très nerveux en réunion.  
a. étais      b. suis      c. serai      d. ai été
- S' \_\_\_\_\_ pleut tout le week-end, je suis triste parce que je reste à la maison.  
a. elle      b. ils      c. il      d. on

1. me sens 2. me sens 3. suis 4. il

### 3. Grammaire: Le présent de l'indicatif : verbes régulier (3ème groupe)

Le présent de l'indicatif est utilisé pour parler d'une action qui se déroule au moment présent.



Verbe en -oir <b>Voir</b>	(Verbe en -oir)	Verbe en -re <b>Prendre</b>	(Verbe en -re)	Verbes en -ir <b>Sortir</b>	(Verbes en -ir)
Je <b>vois</b>		Je <b>prends</b>		Je <b>sors</b>	
Tu <b>vois</b>		Tu <b>prends</b>		Tu <b>sors</b>	
Il/ Elle/ On <b>voit</b>		Il/ Elle/ On <b>prend</b>		Il/ Elle/ On <b>sort</b>	
Nous <b>voyons</b>		Nous <b>prenons</b>		Nous <b>sortons</b>	
Vous <b>voyez</b>		Vous <b>prenez</b>		Vous <b>sortez</b>	
Ils <b>voient</b>		Ils <b>prennent</b>		Ils <b>sortent</b>	

- Aujourd'hui je suis content, je \_\_\_\_\_ que l'équipe est très calme.  
a. voit      b. voi      c. voyons      d. vois
- Avant la réunion, tu \_\_\_\_\_ toujours un café parce que tu es nerveux.  
a. prenez      b. prenns      c. prends      d. prend
- Le soir, nous \_\_\_\_\_ un peu parce que nous sommes très stressés au travail.  
a. sortons      b. sortez      c. sort      d. sors

4. Vous \_\_\_\_\_ qu'Émilie est fatiguée et un peu triste aujourd'hui.  
a. voyez      b. voyons      c. voient      d. vois

1. vois 2. prends 3. sortons 4. voyez

4. Grammaire: Résumé du présent de l'indicatif

Le présent de l'indicatif est utilisé pour parler d'une action qui se déroule dans le moment présent.



1er groupe - Manger	2ème groupe - Finir	3ème groupe - Voir	3ème groupe - Vendre	3ème groupe - Lire
Je mange	Je finis	Je vois	Je vends	Je lis
Tu manges	Tu finis	Tu vois	Tu vends	Tu lis
Il mange	Il finit	Il voit	Il vend	Il lit
Nous mangeons	Nous finissons	Nous voyons	Nous vendons	Nous lisons
Vous mangez	Vous finissez	Vous voyez	Vous vendez	Vous lisez
Ils mangent	Ils finissent	Ils voient	Ils vendent	Ils lisent

1. Aujourd'hui, je suis content parce que je \_\_\_\_\_ avec mes collègues à la cantine.  
a. manger      b. manges      c. mangent      d. mange
2. Tu \_\_\_\_\_ souvent ta journée de travail très fatigué.  
a. finissez      b. fini      c. finis      d. finit
3. Nous \_\_\_\_\_ que tu es stressé avant la réunion.  
a. voit      b. voyons      c. voyez      d. vois
4. Vous \_\_\_\_\_ mon message et vous pensez que je suis nerveux, mais en réalité je suis très calme.  
a. lit      b. lis      c. lisent      d. lisez

1. mange 2. finis 3. voyons 4. lisez

## 5. Exercices

### 1. Sondage en entreprise : comment allez-vous ? (Audio disponible dans l'application)



**Mots à utiliser:** nerveux, content, malheureux, triste, mal, fatiguées, bien, adore

Dans notre entreprise, les employés reçoivent un petit sondage par e-mail chaque lundi matin. Ils choisissent une couleur pour dire leur émotion : vert pour « je suis \_\_\_\_\_ », jaune pour « je suis \_\_\_\_\_ », rouge pour « je vais \_\_\_\_\_ ». Le directeur lit les réponses et pense : « Si un employé va mal, je téléphone pour parler avec lui. Si plusieurs personnes sont \_\_\_\_\_, j'organise une réunion. »

Aujourd'hui, beaucoup de collègues sont jaunes ou rouges. Ana dit qu'elle est très nerveuse avant les réunions et fatiguée le soir. Paul écrit qu'il est \_\_\_\_\_, il \_\_\_\_\_ son équipe. Le directeur se sent un peu \_\_\_\_\_. Il pense : « Si mes employés sont \_\_\_\_\_, je dois changer quelque chose au travail. »

1. Pourquoi le directeur lit-il les réponses du sondage chaque lundi ?

\_\_\_\_\_

2. Comment se sentent Ana et Paul au travail aujourd'hui ?

\_\_\_\_\_

### 2. Associez chaque début avec sa fin correcte.

- |  |  |
|--|--|
| 1. Aujourd'hui, au travail, je me sens | a. très fatigué et un peu triste.      |
| 2. Avant la réunion avec le chef,      | b. je suis très nerveux.               |
| 3. Je suis vraiment content,           | c. je me sens tout de suite mieux.     |
| 4. Si je parle avec ma coach,          | d. je travaille avec une super équipe. |

**1-a:** Aujourd'hui, au travail, je me sens très fatigué et un peu triste. **2-b:** Avant la réunion avec le chef, je suis très nerveux. **3-c:** Je suis vraiment content, je me sens tout de suite mieux. **4-d:** Si je parle avec ma coach, je travaille avec une super équipe.

### 3. Choisissez la bonne solution

1. Quand je parle avec mon coach, je \_\_\_\_\_ que le sport m'aide beaucoup.  
a. ressentons      b. ressens      c. ressenti      d. ressent
2. Si je suis très fatigué, je \_\_\_\_\_ triste au travail.  
a. me sent      b. me sensons      c. me sentir      d. me sens
3. Quand tu \_\_\_\_\_ à ta famille, tu es plus calme.  
a. penser      b. pensent      c. penses      d. pens

4. Si nous \_\_\_\_\_ trop de stress, nous parlons avec un collègue de confiance.

a. ressentons      b. ressentent      c. ressent      d. ressenti

1. ressens 2. me sens 3. penses 4. ressentons

#### 4. Complétez les dialogues

##### a. Dire comment on se sent au travail

**Claire, collègue:** Salut Jean, ça va ? Tu te sens bien aujourd'hui ?

**Jean, collègue:** 1. \_\_\_\_\_

**Claire, collègue:** Moi je suis contente, j'aime beaucoup ce projet et je me sens bien.

**Jean, collègue:** 2. \_\_\_\_\_

##### b. Parler de ses émotions après une mauvaise nouvelle

**Lucie, partenaire:** Martin, je suis très triste, le voyage à Nice est annulé.

**Martin, partenaire:** 3. \_\_\_\_\_

**Lucie, partenaire:** Je me sens mal, j'avais très envie de partir avec toi.

**Martin, partenaire:** 4. \_\_\_\_\_

1. Bof, je suis très fatigué et un peu nerveux, j'ai une réunion importante. 2. Super, j'adore travailler avec toi, ça me rassure un peu. 3. Oh non, je suis malheureux aussi, je déteste cette situation. 4. Moi aussi, mais j'aime être avec toi, je pense que ce week-end peut être bien quand même.

#### 5. Exercez-vous par deux ou avec votre enseignant.

1. Un collègue à Paris te demande par téléphone : « Ça va ? Tu es content au travail aujourd'hui ? ». Réponds et dis comment tu te sens au travail. (Utilise : se sentir, content/heureux, au travail)

Aujourd'hui, je me \_\_\_\_\_

2. Tu écris un petit message à un ami français. Tu veux dire que tu es très fatigué après une longue journée de travail. (Utilise : fatigué, très, je suis)

Ce soir, je suis \_\_\_\_\_

3. Avant une présentation importante, ton manager te demande : « Tu es nerveux ? ». Réponds et explique un peu. (Utilise : nerveux/nerveuse, un peu, la présentation)

Oui, je suis \_\_\_\_\_

4. Un ami en France te demande : « Tu aimes ton nouveau travail ? ». Dis clairement si tu l'aimes beaucoup, un peu, ou pas. (Utilise : j'aime, j'adore, je déteste)

En général, j'aime \_\_\_\_\_

6. Écris 4 ou 5 phrases pour décrire comment tu te sens pendant une journée de travail ou d'études (matin, après midi, soir) et pourquoi.

*Je me sens bien / mal / fatigué(e) / nerveux(-se). / Le matin, je suis..., parce que... / Au travail / À l'université, j'adore... / je déteste... / Si je suis stressé(e), je...*

---

---

---

6. Verbes importants

	Ressentir	Penser	Se sentir
je/j'	ressens	pense	me sens
tu	ressens	penses	te sens
il/elle/on	ressent	pense	se sent
nous	ressentons	pensons	nous sentons
vous	ressentez	pensez	vous sentez
ils/elles	ressentent	pensent	se sentent