



B2.34 Exprimer des émotions

- ☐ Exprimer et décrire les émotions avec nuance et intensité
- ☐ Discuter des loisirs et des passions personnelles
- ☐ Expliquer de fortes préférences ou aversions liées aux activités de loisirs

L'admiration	<i>(Admiration)</i>	L'enthousiasme (Un)	<i>(Enthusiasm)</i>
La contrariété	<i>(Annoyance)</i>	Aimer	<i>(To love)</i>
La colère	<i>(Anger)</i>	Apprécier	<i>(To appreciate)</i>
L'anxiété (Une)	<i>(Anxiety)</i>	Désirer	<i>(To desire)</i>
La frustration	<i>(Frustration)</i>	Détester	<i>(To hate)</i>
La déception	<i>(Disappointment)</i>	Faire plaisir	<i>(To please)</i>
La nostalgie	<i>(Nostalgia)</i>	Avoir mal au cœur	<i>(To feel sick)</i>
La satisfaction	<i>(Satisfaction)</i>	Se sentir dépassé	<i>(To feel overwhelmed)</i>
Le mécontentement	<i>(Dissatisfaction)</i>	Être touché par	<i>(To be moved by)</i>
La passion	<i>(Passion)</i>		

1. Scan the QR code to watch the video, or read the text. (QR: Audio)

La **nostalgie** est une émotion nuancée, à la fois **joie** et **tristesse**. En repensant à des souvenirs heureux, on ressent parfois un manque, mais ces retours en arrière peuvent aussi être utiles. On peut même se sentir soulagé en se rappelant une période **douloureuse**, parce qu'on voit qu'on l'a **surmontée**. *Du coup*, on fait le point sur sa vie et on renforce sa confiance pour l'avenir.



*Nostalgia is a nuanced emotion, both **joy** and **sadness**. When thinking back on happy memories, we sometimes feel a sense of lack, but these look-backs can also be useful. We can even feel relieved when remembering a **painful** period, because we see that we have **overcome** it. So, we take stock of our life and strengthen our confidence for the future.*

1. Pourquoi certaines personnes peuvent-elles être contentes de se remémorer des moments tristes ou difficiles ?
 - a. Parce que cela leur donne envie de revivre exactement la même situation
 - b. Parce que cela prouve qu'elles n'ont jamais été sensibles
 - c. Parce qu'elles se rendent compte que ce n'était pas si dur ou qu'elles ont surmonté la période
 - d. Parce que cela efface complètement les émotions négatives
2. Comment la nostalgie est-elle décrite ?
 - a. Comme un sentiment sans lien avec le passé
 - b. Comme une réaction physique qui empêche de réfléchir
 - c. Comme une émotion simple, uniquement joyeuse
 - d. Comme une émotion complexe qui mélange joie et tristesse

1-c 2-d



2. Grammar: The consequence (du coup, d'où, voilà pourquoi)

Shows the result of a situation with du coup, d'où, c'est pourquoi, de sorte que or trop... pour que.

Expression (Expression)	Exemple (Example)
Du coup	J'aime courir, du coup je sors souvent. (I like running, so I go out often.)
C'est pourquoi	Je suis frustré, c'est pourquoi je pars. (I'm frustrated; that's why I'm leaving.)
Voilà pourquoi	J'adore ce hobby, voilà pourquoi je continue. (I love this hobby; that's why I keep going.)
D'où / de là	J'étais anxieux, d'où mon silence. (I was anxious, hence my silence.)
De sorte que	Il s'entraîne, de sorte qu' il progresse. (He trains, so that he improves.)
C'est pour cela	Je suis satisfait, c'est pour cela que je reste. (I'm satisfied; that's why I'm staying.)
Comme ça	Je dors tôt comme ça je ne suis pas fatigué. (I go to bed early so that I'm not tired.)
Trop... pour que	Il parle trop vite pour que les débutants puissent le comprendre. (He speaks too fast for beginners to be able to understand him.)
Assez... pour que	L'explication est assez claire pour que tout le monde comprenne. (The explanation is clear enough for everyone to understand.)

- J'étais tellement frustré par l'organisation du club de course que j'ai arrêté d'y aller _____ un mois. (I was so frustrated by the organization of the running club that I stopped going there a month ago.)
a. depuis b. pendant c. il y a d. pour
- La conférence allait _____ pour que les nouveaux arrivants puissent suivre, d'où leur déception. (The lecture was going too fast for the newcomers to be able to follow, hence their disappointment.)
a. très vite b. trop vite c. si vite d. assez vite

1. depuis 2. trop vite

Rewrite the phrases (QR: AI+)



- (Du coup) Je n'ai pas réservé. Il n'y avait plus de places pour le concert.

(I didn't book, as a result there were no more seats for the concert.)
- (C'est pourquoi) Le train a été annulé à la dernière minute. Nous avons dû prévenir le client et décaler la réunion.

(The train was cancelled at the last minute, that's why we had to inform the client and postpone the meeting.)
- (Voilà pourquoi) Les consignes étaient ambiguës. Personne n'a su quoi faire pendant l'exercice.

(The instructions were ambiguous, that's the reason why nobody knew what to do during the exercise.)

1. Je n'ai pas réservé, du coup il n'y avait plus de places pour le concert. **2.** Le train a été annulé à la dernière minute, c'est pourquoi nous avons dû prévenir le client et décaler la réunion. **3.** Les consignes étaient ambiguës, voilà pourquoi personne n'a su quoi faire pendant l'exercice.

Correct the error

1. Il parle trop vite pour que les nouveaux le comprennent pas.

He speaks too fast for the newcomers to understand him.

2. Je suis stressé, d'où je dors mal.

I'm stressed, hence my insomnia.

- 1.** Il parle trop vite pour que les nouveaux le comprennent. **2.** Je suis stressé, d'où mes insomnies.

3. Exercises

1. Match each word with its definition.

- | | |
|--------------------|--|
| a. la frustration | 1. Sentiment d'empêchement, du coup on se sent irrité ou découragé. |
| b. une passion | 2. Ressentir une émotion à la suite d'un geste ou d'un récit, d'où une réaction sincère. |
| c. être touché par | 3. Intérêt très fort pour une activité, c'est pourquoi on y consacre du temps. |

a-1 b-3 c-2



2. Letters to the editor: passion, yes, but not at any price (QR: Audio)

Fill in the gaps: mécontentement, désiraient, Du coup, L'enthousiasme, passion, touchés, frustration, mal au cœur



Dans notre ville, les clubs de loisirs se multiplient et beaucoup y voient une bonne nouvelle. (1) _____ est compréhensible : pour certains, la course à pied ou la photographie est une vraie (2) _____ qui aide à souffler après une semaine de travail. Mais l'intensité peut aussi déraiper : quand un hobby devient une obligation, on passe vite de la satisfaction à la (3) _____, et le (4) _____ finit par toucher l'entourage.

Plusieurs lecteurs décrivent la même spirale : ils (5) _____ « faire quelque chose pour eux », d'où des inscriptions en série et des soirées trop chargées. (6) _____, la contrariété s'installe, puis la déception quand on n'arrive pas à tenir le rythme. Certains disent même avoir (7) _____ en annulant une sortie entre amis. À l'inverse, ceux qui acceptent de ralentir se disent (8) _____ par la nostalgie : repenser à des moments simples les aide à retrouver de l'énergie et à choisir des activités qu'ils apprécient vraiment.

In our town, leisure clubs are multiplying and many see it as good news. The enthusiasm is understandable: for some people, running or photography is a true passion that helps them catch their breath after a week of work. But the intensity can also get out of hand: when a hobby becomes an obligation, you quickly go from satisfaction to frustration, and discontent ends up affecting those around you.

Several readers describe the same spiral: they would like to "do something for themselves," which leads to signing up for one thing after another and to evenings that are too packed. As a result, annoyance sets in, then disappointment when you can't keep up the pace. Some even say they feel heartsick when they cancel an outing with friends. Conversely, those who agree to slow down say they are touched by nostalgia: thinking back to simple moments helps them regain energy and choose activities they truly enjoy.

(1) L'enthousiasme, (2) passion, (3) frustration, (4) mécontentement, (5) désiraient, (6) Du coup, (7) mal au cœur, (8) touchés

1. Quelle stratégie concrète, inspirée du texte, pourrais-tu adopter pour garder tes loisirs agréables sans tomber dans la frustration, et pourquoi ? Utilise au moins une expression de conséquence.

3. Listen to the audio fragment and choose the correct answer. (QR: Audio)

True False

1. Au départ, elle était anxieuse à l'idée de présenter ses photos et elle avait des difficultés techniques. ☐ ☐
2. Elle aime participer aux concours car ils la motivent et la rassurent. ☐ ☐
3. Après un commentaire positif du formateur, elle a ressenti de la satisfaction malgré ses erreurs. ☐ ☐



1-V 2-X 3-V

4. Choose the correct solution

1. Je _____ les salles de sport bondées, du coup *(I hate crowded gyms, so I prefer to run in the park early in the morning.)*
 a. détestons b. détestais c. déteste d. détestes
2. Tu _____ vraiment te mettre au piano, c'est *(You really want to take up the piano, which is why you took evening classes.)*
 pourquoi tu as pris des cours du soir.
 a. désiron b. désirez c. désirais d. désires
3. Elle _____ qu'on se moque de sa passion *(She hates it when people make fun of her passion for hiking, hence her annoyance during the discussion.)*
 pour la randonnée, d'où sa contrariété pendant la discussion.
 a. déteste b. détestait c. détestent d. détestez

1. déteste 2. désires 3. déteste

5. Roleplay - dialogues (QR: Audio)



Débrief après exposition photo

Camille (cheffe de projet): *Franchement, j'ai un enthousiasme fou pour cette expo — certaines photos m'ont vraiment touchée, surtout la série sur Marseille.*
(Honestly, I'm insanely enthusiastic about this exhibition — some photos really moved me, especially the series about Marseille.)

Thomas (collègue): *Moi aussi, j'admire la technique, mais j'avoue une petite contrariété : c'était bondé, et au bout d'un moment je me suis senti dépassé.*
(Me too, I admire the technique, but I'll admit a slight irritation: it was packed, and after a while I felt overwhelmed.)

Camille (cheffe de projet): *Je comprends, et la dernière partie m'a plutôt déçue, je m'attendais à quelque chose de plus marquant.*
(I understand, and the last part rather disappointed me; I was expecting something more striking.)

Thomas (collègue): *Oui, ça m'a même un peu frustré — par contre, le portrait de la vieille dame m'a presque donné mal au cœur, c'était très intense.*
(Yes, it even frustrated me a bit — on the other hand, the portrait of the old lady almost made me feel sick to my stomach; it was very intense.)

Camille (cheffe de projet): *On y retourne un midi, quand il y a moins de monde ? Ça me ferait plaisir de la revoir, et on pourra proposer l'expo à l'équipe si on est vraiment satisfaits.*
(Shall we go back one lunchtime, when there are fewer people? I'd be happy to see it again, and we can suggest the exhibition to the team if we're really satisfied.)

1. Qu'est-ce qui provoque l'admiration de Camille, et qu'est-ce qui la contrarie dans l'exposition ?
-

6. Speaking: translate and respond (QR: AI+)

Ce qui m'a surtout marqué, c'est... / Du coup, je me suis senti(e)... / Voilà pourquoi j'apprécie... / Voilà pourquoi je déteste...



1. Parlez d'un loisir ou d'une activité qui vous passionne en ce moment – qu'est-ce que cela vous apporte et pourquoi ?
 2. Décrivez une expérience récente (un événement, un film, une exposition) qui vous a procuré une émotion forte – quelle émotion avez-vous ressentie et d'où venait-elle ?
-

7. Writing: Email (QR: AI+)

Salut,

Je voulais te prévenir pour samedi. J'avais très envie de venir à la sortie photo, mais je suis un peu **anxieuse** : la dernière fois, j'ai eu l'impression d'être à la traîne et ça m'a vraiment **frustrée**. Du coup, je me demande si je ne ferais pas mieux de passer mon tour... En même temps, quand je repense à nos balades de l'an dernier, j'ai une petite **nostalgie** et ça me fait du bien.

Tu y vas ? Si oui, tu pourrais me dire comment ça va se passer (niveau, rythme, etc.) ?

À bientôt,

Camille



Write an appropriate response: *Je comprends tout à fait ce que tu ressens, d'où ton hésitation. / De mon côté, ce qui me plaît dans ces sorties, c'est... / Voilà pourquoi je te propose que...*

Important verbs

je/j'
tu
il/elle/on
nous
vous
ils/elles

Détester *(to hate)*

Present
déteste
détestes
déteste
détestons
détestez
détestent

Désirer *(to desire)*

Present
désire
désires
désire
désirons
désirez
désirent