

Tout d'abord bien identifier l'émotion que l'on veut évoquer

Savoir y poser le bon mot

Voici 6 émotions principales (dites « simples ») avec leur vocabulaire ou leur déclinaison...

PEUR

crainte, appréhension, inquiétude anxiété effroi
alarme frayeur épouvante émoi phobie trac frousse...

JOIE

gaîté emballement jubilation excitation ravissement
enchantement extase bonheur félicité régal bien-être
extase paradis euphorie...

COLÈRE

irritation exaspération emportement passion fureur
rage frénésie nervosité irritabilité impatience
indignation courroux rancune rancœur hostilité
amertume dépit aigreur hargne grogne crise
tempête...

TRISTESSE

chagrin peine angoisse inquiétude accablement
consternation désolation deuil morosité spleen
nostalgie souffrance...

SURPRISE

ébahissement étonnement stupéfaction ahurissement
effarement émerveillement fascination saisissement
émoi trouble désarroi bouleversement affolement
confusion embarras...

DÉGOÛT

répugnance répulsion aversion écœurement
antipathie haine phobie horreur détestation mépris
dédain...

...et des émotions dites complexes ou réfléchies

MÉPRIS

dédain morgue mésestime arrogance dépréciation
haine détestation...

CONFIANCE

foi croyance assurance ouverture abandon
insouciance...

AMOUR

affection penchant inclination estime goût amitié
attachement chaleur prédilection tendresse passion
vénération pitié ferveur adoration élan communion
dévotion désir penchant béguin enchantement flirt
culte extase révérence idolâtrie engouement...

HAINE

aversion répugnance rivalité opposition concurrence
détestation hostilité animosité rancune rancœur
aversion malveillance grief bouderie brouille...

CULPABILITÉ

faute délit péché forfait infraction crime méfait
trahison bévue gaffe ânerie bêtise irrégularité
erreur...

...

NB : pour plus de précisions, on peut aller sur le
site : <https://www.strategiesdesantementale.com/ressources/accroitre-son-vocabulaire-emotionnel>

Un petit truc

et si on ne se contentait pas du VATOG
(mise en action de nos 5 sens :
Vue / Audition / Touché / Odorat / Goût)

mais qu'on pousse au VATOGE
qui évoquera aussi
les Émotions des personnages...

« La couleur des sentiments »

Pourquoi pas associer une couleur aux émotions ?

Une couleur chaude pour les émotions fortes, violentes

Une couleur pâle pour celles qui sont cachées, timides

Une couleur froide pour les émotions qui nous glacent, nous pétrifient

Une couleur terne pour une émotion morose etc ...

Couleur qui nous permettra d'évoquer notre émotion autrement
(qu'on la mentionne ensuite ou pas dans notre racontée)

Couleurs Chaudes

ROUGE sombre éclatant velouté vermeil écarlate
vermillon cramoisi cerise bordeaux brique...

ROSE pâle vif saumon lilas pêche églantine fushia
magenta...

ORANGE roux feu carotte corail...

JAUNE ocre doré blond mordoré cuivré citron ambré...

Couleurs Froides

VERT foncé clair olive jade tilleul kaki pomme
émeraude

BLEU lavande pervenche pétrole turquoise marine
indigo glacier nuit pastel électrique cobalt ciel
saphir...

VIOLET mauve pourpre parme aubergine prune...

Couleurs Neutres

BRUN marron chamois terreux boueux châtain tabac
chocolat...

NOIR corbeau charbon d'encre de jais de suie...

GRIS beige cendré argenté...

BLANC craie opale neige blême

AUTRES blême translucide transparent...

Consulter aussi :

<https://images.app.goo.gl/1mtCC95gpNhDhv5V9>

Des expressions colorées

tirées de :

<https://descriptionparfaite.com/expressions-avec-des-couleurs>

Vert de rage, vert de peur, en voir des vertes et des
pas mûres, je suis vert-e, recevoir une volée de bois
vert, se mettre au vert

Rouge de honte, voir rouge, tirer à boulets rouge,
rouge comme une tomate, lanterne rouge, franchir la
ligne rouge, agiter le chiffon rouge, alerte rouge

Rire **jaune**, un foie jaune,

Peur **bleue**, n'y voir que du bleu, des bleus au cœur,
fleur bleue

Voir la vie en **rose** (ou des éléphants roses)

Broyer du **noir**, colère noire, être la bête noire

Etre **gris** (= ivre), faire grise mine

Blanc comme un linge, blanc comme neige, la voix
blanche, faire chou blanc, nuit blanche, marquer d'une
pierre blanche, manger son pain blanc

Etre **marron** (ou marron chocolat)

Exemples

Sa voix est douce comme un pétale d'églantine rose...

Elle repart d'un pas léger, et sa rouge gaîté danse sur
le chemin.

Il se réveille d'une humeur... noir corbeau !

L'émotion est montée, rouge cramoisi, puis elle a viré à
l'aubergine.

L'enfant sur ses genoux, comme une boule de chaleur
orangée.

D'abord une peur bleue et puis une décharge
d'adrénaline violette.

Et encore : pourquoi pas mimer ?

→ Mimer pour bien observer

→ Bien observer pour bien décrire

*Comment se manifeste... l'aversion,
la répugnance chez ce personnage ?*

A quoi voit-on que cette femme est accablée ?

Que celui-ci est insouciant ?

Que celle-là réfléchit ?

Que cette autre se réjouit ?

*Comment rendre l'atmosphère sereine de ce lieu ou la
tension qui imprègne ce moment ?*

C'est cela qu'il faut travailler.

Sans accumuler les adjectifs, trouver celui
qui va TOUT dire.

L'expression, l'image qui parlera à l'auditeur.

Penser VATOG...

Voir aussi :

 Fiche 14 - De nouvelles comparaisons, de nouveaux
c'est comme...

Des exemples

* La colère dévore Caïn le taiseux, et c'est un monstre
à l'intérieur de lui

* Caïn, le visage défait, détricoté, déstructuré (ses
faces tombent, traduit Chouraqui)

* Rachel va d'une tente à l'autre comme lion en cage,
ses bracelets tintent... nerveusement à ses poignets,
ses gestes brusques font fuir les petits enfants

* Les roucoulements d'extase des servantes devant le
beau bébé Moïse

* Ruth, force tranquille, présence calme, gestes sûrs

* Esther, sans voix dans son palais, visage figé, blême
à sa fenêtre

* La colère de David ? Un barrage prêt à craquer

* Hérode se sent menacé, son sang bouillonne.

Pourtant comme il a froid dans ses fourrures !

Pourtant ses paroles restent onctueuses et trop
sucrées.

* Ils se sont quittés un beau matin tranquille, le cœur
tout rempli de ciel !

* Il a entendu un homme à la voix éraillée qui parlait
de choses tellement belles qu'il ne peut les répéter :
elles sont coincées dans sa gorge.

* Cortège de vie, joyeux, coloré, bruyant dans le soleil
couchant. Dansant sur les rochers dorés...

* Lent cortège de mort aux clameurs déchirantes. La
veuve vacillante, automate voilée qui pousse des cris
de bête

* Marthe, son visage cramoisi, les mèches de cheveux
s'échappent de sa coiffure, elle les repousse d'un
bras. Sa jupe vole, son pas claque sur les dalles,
sa voix est pleine d'étincelles : ce midi, elle a 20
personnes à faire manger.

* La bossue ! A-t-elle seulement encore figure
humaine ? La voici guérie et droite comme une flèche,
solide comme une colonne !

* La mère : pauvre chose en retrait, le visage humide
de larmes, la robe chiffonnée

* Les disciples, une troupe de « bras cassés » aux voix
bourruées

* Elle tient entre ses mains serrées, contre son cœur
qui bat, le parfum précieux

* Pierre effondré dans l'angle de mur le plus sombre,
comme un tas de chiffons

* Femmes aux genoux tremblants, apeurées, appuyées
les unes aux autres

* Le petit teigneux se retourne brusquement, la
bouche pleine de mots...

* C'était trop compliqué, son cerveau s'embrouillait
pire qu'une pelote de ficelle

* On le scrute de haut en bas, l'œil charbonneux, les
sourcils en virgule...

Mimer la joie, la peur, la tristesse, la colère « 4 pays » pour décrire les sentiments

☐ Marche en petit groupe (6/7) à travers
des « pays » délimités au sol par une grande croix
qui le partage en 4.

☐ Dans chaque pays, la physionomie change,
la démarche aussi. Besoin de spectateurs pour
observer ... et mieux décrire plus tard.

Voir aussi :

 Fiche 13 - Mimer pourquoi pas ?