

LA PEUR

VOCABULAIRE

Je suis victime			Je suis responsable	
adjectif	nom	verbe	verbe	adjectif
peureux peureuse	La peur	avoir peur	apeurer faire peur	apeurant
craintif craintive	La crainte	craindre	Ça craint (fam)	craignos (fam)
inquiet inquiète	L'inquiétude	s'inquiéter	inquiéter	inquiétant inquiétante
	L'appréhension	appréhender		
anxieux anxieuse	L'anxiété			anxiogène
angoissé angoissée	L'angoisse	s'angoisser angoisser	angoisser	angoissant angoissante
effrayé effrayée	La frayeur L'effroi	s'effrayer	effrayer	effrayant effrayante effroyable
terrorisé terrifié terrorisée terrifiée	La terreur		terroriser terrifier	terrifiant-e terrorisant-e terrible
horrifié horrifiée	L'horreur	s'horrifier de	horrifier	horrifiant-e horrible
épouvanté épouvantée	L'épouvante		épouvanter	épouvantable
paniqué paniquée	La panique	paniquer	faire paniquer	paniquant-e

LANGAGE FAMILIER

Je suis victime			Je suis responsable	
adjectif	nom	verbe	verbe	origine
Trouillard trouillarde	La trouille	avoir la trouille	Foutre/ficher la trouille	(15 ^e diarrhée)
Froussard Froussarde	La frousse	Avoir la frousse	Foutre/ficher la frousse	(19 ^e luxus > fluide, diarrhée)
Pétochard Pétocharde	La pétoche	Avoir la pétoche Avoir les pétoches	Foutre/ficher les pétoches	(19 ^e péter)
	Les chocottes	Avoir les chocottes	Foutre/ficher les chocottes	(19 ^e dents)
	Les jetons	Avoir les jetons	Foutre/ficher les jetons	(guerre 14-18 : jeter > évacuer les selles)

- **Attention on dit : « tu m'as fichu la trouille » et pas « fiché » car c'est un calque de « tu m'as foutu la trouille ».**

DISCUSSION

1. Qu'est-ce qui vous fait le plus peur ?
2. Comment combattre/surmonter ses peurs ? Stratégies.
3. Qu'est-ce qu'une **phobie**, avez-vous des phobies ? Comment traiter les phobies ?
4. Racontez un évènement où vous avez eu très peur.

ANNEXES

DEFINITIONS

La crainte : Peur à la pensée de ce qui peut arriver.

L'inquiétude : Agitation causée par la crainte, l'incertitude, l'appréhension.

L'anxiété : Grande inquiétude due à l'attente, à l'incertitude.

L'angoisse : Très grande inquiétude qui serre la gorge, créant un malaise physique.

L'épouvante : Peur très violente qui fait perdre la tête.

La frayeur : Peur violente causée par le sentiment d'une menace toute proche.

La terreur : Peur extrême qui paralyse

La panique : Peur subite et violente qui entraîne un groupe à fuir en désordre.