

Les MOTS de la PEUR

La liste ci-dessous contient divers noms de la PEUR.

Je vous propose de les envisager selon les registres suivants :

Intensité				
Vague	Faible	Moyenne	Forte	Insoutenable

Objet		
Concret / Présent	Certain / A venir	Potentiel

On dit que seul 5% des peurs portent sur des objets concrets. La majorité porte sur des idées de futurs potentiels.

Perception de la peur		
Positif	Neutre	Négatif

Emotion ou Comportement / manifestation	
Emotion	Comportement / manifestation

Peur	Crainte	Sidération
Inquiétude	Frayeur	L'adrénaline
Terreur	Phobie	Frousse
Angoisse	La trouille	Conscience du danger
La boule au ventre	Se faire du souci	Lâcheté
Anxiété	Effroi	Manquer de courage
Affolement	Stupéfaction	Trembler
Epouvante	Timidité	Pâlis
Frisson	Trac	Claquer des dents
Stress	Panique	Avoir la chair de poule
Tension	Avoir les chocottes	La nervosité
Appréhension	Pusillanimité	Avoir les jambes en coton
Pétoche	Panique	Le saisissement