

# La fonction des émotions



## Peur

La peur est une réaction de survie qui alerte face à un danger potentiel. Elle mobilise l'énergie pour fuir ou se défendre, afin de garantir sa sécurité.

---

## Joie

La joie indique que quelque chose de positif ou agréable s'est produit. Elle peut renforcer des comportements qui contribuent au bien-être et à la satisfaction.

---

## Colère

La colère signale une transgression de limites personnelles ou des injustices perçues. Elle peut motiver à agir pour corriger la situation.

---

## Tristesse

La tristesse signale une perte, une déception ou un besoin non satisfait. Elle peut inciter à la réflexion, à l'acceptation et à la recherche de soutien.

---

## Dégoût

Le dégoût indique une répulsion face à quelque chose d'inacceptable ou de nocif. Il encourage à éviter ou à se protéger contre des éléments nuisibles.

---

## Surprise

La surprise prépare l'organisme à réagir à une nouveauté. Elle peut aider à s'adapter rapidement à des changements inattendus.

---

## Déception

La déception signale un écart entre les attentes et la réalité. Elle encourage à réévaluer les attentes et à ajuster les comportements futurs.

---

## Honte

La honte signale une transgression des normes sociales ou personnelles. Elle peut inciter à la correction de comportements jugés inappropriés.

---

## Culpabilité

La culpabilité peut signaler une transgression de valeurs personnelles. Elle peut motiver à réparer des torts et à apprendre de l'expérience.