

On peut classer les émotions selon certaines catégories. Le tableau 5 présente des exemples d'émotions dans chacune des catégories et les raisons de leur manifestation.

**TABLEAU 5** | Des exemples d'émotions et les raisons de leur manifestation

Catégories	Émotions	Raisons de leur manifestation
Émotions primaires	Colère	Se manifeste quand : <ul style="list-style-type: none"> <li>• un obstacle nous empêche d'obtenir un résultat ;</li> </ul>
	Peur	<ul style="list-style-type: none"> <li>• on se sent impuissant ou incapable de faire face à une situation ;</li> </ul>
	Tristesse	<ul style="list-style-type: none"> <li>• on perd une chose ou une personne importante ;</li> </ul>
	Joie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• on atteint un but valorisant.</li> </ul>
Émotions liées aux stimulations sensorielles	Dégoût	Se manifeste quand : <ul style="list-style-type: none"> <li>• on éprouve de la répulsion face à un objet ou à une personne (écœurement) ;</li> </ul>
	Plaisir	<ul style="list-style-type: none"> <li>• on éprouve une sensation agréable et heureuse ;</li> </ul>
	Déplaisir	<ul style="list-style-type: none"> <li>• on éprouve un sentiment pénible ou désagréable causé par quelque chose ou quelqu'un.</li> </ul>
Émotions liées à l'estime de soi	Honte	Se manifeste quand : <ul style="list-style-type: none"> <li>• on éprouve un sentiment d'humiliation ou de gêne ;</li> </ul>
	Fierté	<ul style="list-style-type: none"> <li>• on a du succès ou on réussit quelque chose ;</li> </ul>
	Culpabilité	<ul style="list-style-type: none"> <li>• on a une responsabilité dans une situation ou un évènement regrettable.</li> </ul>
Émotions liées aux relations interpersonnelles	Amour	Se manifeste quand : <ul style="list-style-type: none"> <li>• on a un sentiment d'affection et d'attachement envers une personne ;</li> </ul>
	Haine	<ul style="list-style-type: none"> <li>• on a de l'hostilité ou de l'aversion envers quelqu'un ;</li> </ul>
	Douleur (morale)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• on se sent blessé ou trahi par quelqu'un.</li> </ul>
Émotions liées à l'environnement	Émerveillement	Se manifeste quand : <ul style="list-style-type: none"> <li>• on éprouve de l'étonnement et de l'admiration devant quelque chose d'extraordinaire ;</li> </ul>
	Fascination	<ul style="list-style-type: none"> <li>• on est attiré et charmé par une chose ou une personne ;</li> </ul>
	Insécurité	<ul style="list-style-type: none"> <li>• on se sent menacé ou exposé à des dangers dans un environnement.</li> </ul>

Il existe de nombreuses émotions agréables ou désagréables. Les émotions primaires sont les premières émotions qu'on ressent devant un évènement. Par la suite, plusieurs émotions secondaires peuvent apparaître. Par exemple, à l'occasion d'une erreur de médication, l'infirmière auxiliaire ressent comme émotion primaire de la peur (que l'erreur puisse affecter le client). Par la suite, elle ressentira de la honte (d'avoir fait une erreur) comme émotion secondaire. L'annexe (voir la page 102) présente une liste d'émotions agréables ou désagréables.