

# Maîtriser ses émotions



Colère, peur, joie, surprise, chagrin, tristesse, espoir... Au quotidien, nous ressentons une variété d'émotions. Il est souvent difficile de trouver les mots pour les exprimer.

## La finale de la coupe du Monde 2006.

Zinedine Zidane a eu une longue et brillante carrière de footballeur. En juillet 2006, il est capitaine de l'équipe de France. Son dernier match se joue à Berlin, pour la finale contre l'Italie. Alors que les 2 équipes sont à égalité (1 à 1), il donne un violent coup de tête dans le thorax de Marco Materazzi, qui l'a injurié. Cette faute est sanctionnée par une expulsion. La France, qui joue à 10, perd la finale. Cet événement montre que l'homme peut être victime de ses émotions, en l'occurrence, la colère.



Cette sculpture a suscité une polémique dans le monde du sport et de l'art, car elle semble valoriser l'acte du footballeur. Le sculpteur, Abel Adesmed, a commenté son œuvre :

« J'ai fait le portrait d'un homme vaincu ».

> Comment comprends-tu le commentaire de l'artiste sur son œuvre ? Penses-tu qu'il a voulu donner une image positive de l'évènement ?

---

---

---

---

LEXIQUE

**Emotion** : état affectif intense, caractérisé par des troubles divers. (paleur, accélération du pouls, tremblements...)

**Sentiment** : Etat affectif complexe, assez stable et durable



ALORS. OÙ EN ES-TU ?

