

Plan de ma nouvelle littéraire

Situation initiale

Qui? **Un jeune homme nommé Helori.**

Quoi (ce que fait ton personnage principal à ce moment-ci)? **Il attend assis sur un banc.**

Où? **Il est dans la salle d'attente d'un hôpital.**

Quand? **En après-midi.**

État psychologique du personnage principal à cette étape-ci (L'état psychologique se caractérise par les émotions, les sentiments que vit le personnage. Par exemple, s'il est enthousiaste, apeuré, nerveux, indécis.): **Il est tranquille. Il attend son tour.**

Deux adjectifs différents qui traduisent cet état psychologique :

1^{er} adjectif : **calme** 2^e adjectif : **serein**

Élément perturbateur (ou événement déclencheur)

Une famille arrive alors dans la salle d'attente et s'assoit à côté de lui.

État psychologique du personnage principal à cette étape-ci (L'état psychologique se caractérise par les émotions, les sentiments que vit le personnage. Par exemple, s'il est enthousiaste, apeuré, nerveux, indécis.): **Il est heureux de ne plus attendre seul.**

Deux adjectifs différents qui traduisent cet état psychologique :

1^{er} adjectif : **content** 2^e adjectif : **jovial**

Péripéties

1^{re} péripétie

La mère, surprotectrice, demande à sa fille de changer de place avec elle, de sorte que la fillette ne soit pas assise à côté de l'homme qu'elle juge menaçant. Les parents sont manifestement inconfortables en la présence du jeune homme.

État psychologique du personnage principal à cette étape-ci (L'état psychologique se caractérise par les émotions, les sentiments que vit le personnage. Par exemple, s'il est enthousiaste, apeuré, nerveux, indécis.): Il ne bronche pas, sûrement habitué à ce genre d'attitude ou de comportement déplacé.

Deux adjectifs différents qui traduisent cet état psychologique :

1^{er} adjectif : patient 2^e adjectif : imperturbable

2^e péripétie

La mère se rend compte alors qu'elle n'a plus d'endroit où s'asseoir, car elle juge que la place à côté de l'homme d'une couleur de peau différente de la leur est inappropriée et risquée. Le mari ramène donc sa femme vers lui, loin de l'étranger.

État psychologique du personnage principal à cette étape-ci (L'état psychologique se caractérise par les émotions, les sentiments que vit le personnage. Par exemple, s'il est enthousiaste, apeuré, nerveux, indécis.): Helori garde son sang-froid, mais est déçu du comportement xénophobe des adultes.

Deux adjectifs différents qui traduisent cet état psychologique :

1^{er} adjectif : déçu 2^e adjectif : démoralisé

3^e péripétie (au besoin)

L'infirmière arrive et demande à la famille et à Helori d'entrer dans le bureau du médecin.

État psychologique du personnage principal à cette étape-ci (L'état psychologique se caractérise par les émotions, les sentiments que vit le personnage. Par exemple, s'il est enthousiaste, apeuré, nerveux, indécis.): Helori est soulagé que cette situation achève, mais tout de même chagriné d'avoir eu à la vivre encore une fois.

Deux adjectifs différents qui traduisent cet état psychologique :

1^{er} adjectif : peiné 2^e adjectif : soulagé

Dénouement (résolution heureuse ou malheureuse de votre élément déclencheur)

Le médecin s'enquiert de l'état de la petite fille qui a subi une opération il y a peu de temps. Puis, il leur présente Helori, le donneur de moelle osseuse qui a permis à la petite fille de rester en vie.

État psychologique du personnage principal à cette étape-ci (L'état psychologique se caractérise par les émotions, les sentiments que vit le personnage. Par exemple, s'il est enthousiaste, apeuré, nerveux, indécis.): Helori demeure tout de même heureux de son geste et se rend compte que les parents regrettent leur attitude raciste et sont repentants.

Deux adjectifs différents qui traduisent cet état psychologique :

1^{er} adjectif : satisfait 2^e adjectif : heureux

N.B : Le prénom Helori signifie généreux.

Situation finale (facultative)

État psychologique du personnage principal à cette étape-ci (L'état psychologique se caractérise par les émotions, les sentiments que vit le personnage. Par exemple, s'il est enthousiaste, apeuré, nerveux, indécis.): _____

Deux adjectifs différents qui traduisent cet état psychologique :

1^{er} adjectif _____ 2^e adjectif _____

Liste des sentiments

JOIE	émerveillé/e	paisible	chagriné/e	renfermé/e	sidéré/e
à l'aise	ému/e	passionné/e	avoir le cœur brisé	résigné/e	souçonneux/se
plein/e d'affection	enchanté/e	pétillant/e	crevé/e	seul/e	sur le qui-vive
allégé/e	plein/e d'énergie	proche	déchiré/e	sombre	surpris/e
amoureux/se	enflammé/e	radieux/se	découragé/e	soucieux/se	tendu/e
apaisé/e	enjoué/e	ragailardi/e	déçu/e	souffrant/e	terrifié/e
plein/e d'ardeur	enthousiaste	rassuré/e	défait/e	tiraillé/e	vulnérable
attendri/e	plein/e d'entrain	rayonnant/e	démonté/e	tourmenté/e	
attentif/ve	épanoui/e	réceptif/ve	démoralisé/e	vidé/e	COLÈRE
au septième ciel	espégle	réconforté/e	démotivé/e		agité/e
aux anges	plein/e d'espoir	reconnaissant/e	démuni/e	PEUR	aigri/e
aventureux/se	étonné/e	régénéré/e	dépassé/e	affolé/e	amer/e
beau/belle	éveillé/e	réjoui/e	déprimé/e	alarmé/e	plein/e d'animosité
de bonne humeur	exalté/e	remonté/e	dérouté/e	angoissé/e	plein/e d'aversion
calme	excité/e	rempli/e d'espoir	désappointé/e	anxieux/se	consterné/e
captivé/e	expansif/ve	revigoré/e	désarmé/e	apeuré/e	déconcentré/e
centré/e	en extase	satisfait/e	désenchanté/e	plein/e d'appréhension	contrarié/e
plein/e de chaleur	exubérant/e	sécurisé/e	désespéré/e	bloqué/e	crispé/e
chaud/e	fasciné/e	sensibilisé/e	désorienté/e	choqué/e	déconcerté/e
coloré/e	fier/e	serein/e	dans le doute	confus/e	dégoûté/e
comblé/e	fou/folle de joie	soulagé/e	effondré/e	craintif/ve	écoeuré/e
concentré/e	gai/e	stimulé/e	sans élan	sur la défensive	embêté/e
concerné/e	gonflé/e à bloc	sûr/e de soi	épuisé/e	détaché/e	énervé/e
confiant/e	plein/e de gratitude	surexcité/e	las/se	déstabilisé/e	enragé/e
confortable	grisé/e	touché/e	léthargique	en désarroi	envieux/se
content/e de soi	en harmonie	tranquille	lourd/e	désespéré/e	exaspéré/e
plein/e de courage	heureux/se	vibrant/e	mal	distant/e	excédé/e
curieux/se	hilaré	plein/e de vie	mal à l'aise	en détresse	fâché/e
décontracté/e	impatient/e	vivant/e	malheureux/se	effrayé/e	fou/folle de rage
délivré/e	insouciant/e	vivifié/e	en avoir marre	sur ses gardes	frustré/e
détaché/e	inspiré/e		maussade	glacé/e	furieux/se
détendu/e	intéressé/e	TRISTESSE	mécontent/e	honteux/se	grognon/ne
déterminé/e	intrigué/e	à bout	mélancolique	horrifié/e	haineux/se
disposé/e	débordant/e de joie	abattu/e	molasse	inquiet/e	hors de soi
drôle	joyeux/se	accablé/e	ne pas avoir le moral	insécure	irrité/e
ébahi/e	léger/e	affligé/e	morose	méfiant/e	jaloux/se
ébloui/e	libre	l'âme en peine	navré/e	mortifié/e	sur les nerfs
en effervescence	lumineux/se	anéanti/e	nonchalant/e	paniqué/e	nerveux/se
égayé/e	nourri/e	apathique	oisif/ve	perplexe	plein/e de rancœur
électrisé/e	optimiste	blessé/e	peiné/e	préoccupé/e	plein/e de ressentiment
emballé/e	ouvert/e	cafardeux/se	ramolli/e	sceptique	...



La joie	content, heureux, enchanté, réjoui, radieux, gai, joyeux, jovial
La peine, la tristesse	triste, peiné, malheureux, désespéré, attristé, abattu- découragé, malheureux, chagriné, inconsolable, éploré, nostalgique, maussade, anéanti
L'affection	épris, attaché, amoureux, passionné, tendre
La peur	anxieux, angoissé, terrorisé, effrayé, paniqué, apeuré, peureux, effrayé, effroyable, terrifiant, inquiet, alarmé, tourmenté- préoccupé, soucieux - pessimiste, craintif, épouvanté
L'étonnement, la surprise	stupéfait, surpris, inouï, surprenant, bizarre, étrange, abasourdi, ahuri, interloqué, ébahi, déstabilisé, impressionné, émerveillé, déconcerté, troublé, médusé, fasciné
La colère	furieux, dépité, indigné, courroucé, énervé, agacé, choqué, révolté, offensé, offusqué, froissé, heurté, exaspéré, irrité
L'hostilité	fâché, rancunier, haineux, malveillant, méprisant, odieux, violent, vindicatif, hostile
L'amour	passionné, épris, amoureux, ardent
L'espoir	confiant, optimiste, assuré, ouvert,
La honte	gêné, embarrassé, honteux