

THE MINI-EMOTION WHEEL / LA MINI-ROUE DES EMOTIONS

Naming an emotion is the first step to understanding it. This simplified wheel, inspired by Robert Plutchik, is helpful to put words on the most unclear feelings.

Identifier une émotion est la première étape pour la comprendre. Cette roue simplifiée, inspirée de celle de Robert Plutchik, aide à mettre un mot sur les ressentis les plus confus.

