

ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΑΚΟ ΜΑΘΗΜΑ
ΓΡΑΠΤΟΣ ΛΟΓΟΣ 1

Διδάσκουσα: Π. Καλογεροπούλου

Session 12^e 12.1.2026

TEXTE

À chaque jour suffit son bonheur

Être heureux, c'est ici et maintenant!

Si le bonheur dépend, évidemment, du monde dans lequel nous vivons, des soucis plus ou moins terribles qui 3 nous tombent dessus... il n'en dépend pas absolument! Ouf !

Le bonheur, c'est d'abord un combat au jour le jour « contre ce qui nous en éloigne : l'angoisse, la colère, la haine, la nostalgie » pointe le philosophe André Comte-Sponville ;

Et c'est surtout une possibilité toujours à portée de main pour qui sera capable de l'activer : « Le bonheur, ce n'est pas une joie permanente, ça c'est ce que j'appelle la félicité, qui n'existe pas, mais une joie constamment possible » poursuit le philosophe.

Un possible auquel il faut faire de la place dans nos vies de tous les jours, souvent parasitées par une avalanche d'activités- obligatoires ou plaisantes, peu importe- qui ne nous laissent aucun répit. Le bonheur, c'est la prise de conscience de ce qu'il y a de beau et de bon dans nos vies. Cela implique une présence mentale que l'on peut développer par des exercices de psychologie positive. Chez soi, le soir, on fera, par exemple, l'effort de se rappeler tous ces petits événements qui nous ont rendus heureux dans la journée : un sourire, une découverte. »

Pas besoin donc d'attendre de décrocher la lune pour commencer à être heureux...

1. QUESTIONS DE COMPRÉHENSION

- Quel est le sujet du texte ?
- Selon le texte, faut-il attendre un événement extraordinaire pour être heureux ?
- Le bonheur dépend-il entièrement des événements extérieurs ?
- Peut-on développer le bonheur grâce à des exercices de psychologie positive ?
- Pourquoi le philosophe dit-il que le bonheur est un combat quotidien ?
- Que peut-on faire le soir pour développer une attitude positive ?

2. EXERCICES de REFORMULATION

Dites autrement :

Être **heureux**, c'est ici et maintenant.

Le bonheur est une possibilité toujours **à portée de main**.

Qui ne nous **laissent** aucun répit.

Nos journées sont souvent **parasitées** par une avalanche d'activités.

Nos journées sont **souvent** parasitées par une avalanche d'activités.

Le bonheur **implique** une présence mentale.

3. EXERCICES de VOCABULAIRE

Donnez l'**antonyme (le contraire)** des mots suivants:

angoisse → ...

colère → ...

haine → ...

nostalgie → ...

obligatoires → ...

présence→

bonheur→

Donnez un mot de la famille morphologique

dépend

bonheur

évidemment

combat

angoisse

nostalgie

possibilité

présence

découverte

Expliquez le titre du texte proposé « À chaque jour suffit son bonheur » en proposant un autre titre :

.....
.....

Relevez dans le texte :

un nom signifiant problèmes :

un nom signifiant lutte :

un adjectif signifiant agréable :

Situation de communication

1. Dites à qui s'adresse ce texte :

.....
.....

2. Registres de langue.

De quelle façon l'auteur aurait-il formulé les phrases suivantes du registre familier au registre standard ? (faites les modifications ou ajouts nécessaires)

a. des soucis plus ou moins terribles [...] nous tombent dessus (l. 3) (registre familier)
..... (registre standard) b. Le bonheur, ce n'est pas une joie permanente (l. 7) (registre familier)
..... (registre standard)

c. Pas besoin donc d'attendre de décrocher la lune pour commencer à être heureux (l. 16)
(registre familier)

..... (registre standard)