自分の気持ちを表す 気持ち言葉集

自分のいかりのサインに気づいて、いかりをばくはつさせずに、おちついて自分の気持ちを相手に伝えるためには、自分の気持ちをわかることが大切です。その気持ちを上手に表現するために、自分の気持ちを表す「気持ち言葉」をたくさん知っておくとよいでしょう。なお、ここで紹介したもの以外の「気持ち」や「気持ち言葉」もたくさんあります。

いかり

頭にくる
頭に血がのぼる
いかりがこみあげる
いかりがばくはつする
いきどおる
イライラする
うざい
おこる
カチンとくる
カッとなる
カンカンになる
かんしゃくをおこす
気むずかしい
ぎゃくじょうする
キレる
くやしい
げきどする
はらが立つ
はらだたしい
はらわたが煮えくりかえる
ブチギレる
不満がある
マジギレ
むかつく
ムカムカする
目くじらを立てる
むしゃくしゃする
ムッとする
モヤモヤする
立腹する

悲しみ

おちこむ
がっかりする
傷つく
苦しい
さみしい
ショック
しょんぼり
せつない
つらい
泣きたくなる
なげく
ふしあわせ
ブルーになる
へこむ
みじめ
むなしい
むねがいたい
やるせない

おどろき

あぜんとする
頭が真っ白になる
あっけにとられる
あわてる
息が止まる
かたまる
ぎょっとする
こしをぬかす
ショック
たまげる
ドキッとする
びっくりする

よろこび

ウキウキ
うれしい
面白い
かんげき
最高
しあわせ
だいすき
楽しい
ドキドキ
まい上がる
満足
夢中になる
胸がいっぱい
胸がおどる
ゆかい
よかった
ラッキー
ワクワク

ふあん

おそれ
おちつかない
オロオロ
気がかり
気が重い
気になる
きんちょうする
心もとない
心細い
こわい
ドキドキ
自信がない
心配
なやむ
ハラハラ
ビクビク
ヒヤヒヤ
ものおじする