

形容情緒的詞彙

(1) 形容愛、親摯、關懷的詞彙

羨慕、深愛、親愛、喜悅、友善、仁慈、和藹、親如手足、好心、關懷、慈愛、安慰、盡責、體諒、體貼、愉快適意、合作、坦率、樂觀、忍耐、安祥、有禮、誠懇、有幽默感、客氣、忠實、隨和、同情、公平、忠誠、寬恕、心地好的、大方、誠實、讓步、好的、有益、靈敏、同感、可靠的、溫和、坦白、好客、公正、仁慈、可愛、鍾情、可敬的、溫柔、和睦、優美、真實、熱情、熱心、講理、有責任感、關切、容忍、甜蜜的、榮譽、有人道的、有興趣、寬宏大量、成熟、老練、有道德心、了解、大公無私、善意的、聰明的、開朗、理智的、意氣相投、熱心為懷

(2) 形容快樂、高興的詞彙

好笑、輕鬆、美滿、寧靜、快樂、滿足、高興、狂喜、愉快、喜悅、熱心、優秀、激動、好的、歡心、美好、榮耀、偉大、欣慰、鼓舞、激勵、開心、安祥、興奮、詼諧、奇妙、令人敬佩、幽默的、激勵人心的

(3) 形容能力、效能的詞彙

能幹、自信、權威、勇敢、持久、精幹、有效、無畏、高度、活力、大膽、稱職、信任、決心、強壯、堅定、有力、英勇、殷勤、健康、重大、聰明、穩定、安全感、足夠適合、精力充沛、深度、強烈、大丈夫氣概、有能力、能吃苦耐勞、有影響力、有經驗、有技巧、活潑、活躍、雄糾糾

(4) 形容沮喪的詞彙

疏遠、離間、不和、單獨、摧毀、可怕、打擊、不足、孤零、遺棄、背棄、愁悶、憎恨、激烈、恥辱、貶損、挫敗、墮落、悲傷、沮喪、毀壞、淒慘、厭惡、可憐、不幸、虐待、毀滅、憂愁、氣餒、悲哀、鬱悶、崩潰、傷心、負心、悲哀、放棄、排斥、拒絕、可惜、後悔、拋棄、灰黯、陰沉、無情、冷酷、自損聲譽、孤單、寂寞、失望、絕望、消沉、不喜歡、受壓迫、蹂躪、排擠、排除、申斥、懲戒、束手無策、棘手、一無所用、情緒不定、失面子、蒙羞、屈辱、心情受創傷、忽略、忽視、遺忘、遺漏、指責、非難、無人關懷

(5) 形容痛苦的詞彙

難過、疑亂、“該死”、笨拙、勉強、不悅、不滿、懷疑、絕望、損害、冒犯、痛苦、困惑、荒謬、暴怒、不可靠、煩惱、苦悶、困難、該受責備、討厭、厭惡、焦慮不安、無智慧、不足輕重、憂傷、悲傷、不順利、進退兩難、啞口無言、應接不暇、被人玩弄、被人操縱、聲名狼藉

(6) 形容恐懼、憂慮的詞彙

恐怕、驚慌、憂慮、恐怖、害怕、發抖、害羞、恐懼、懼怕、嫉妒、受驚、膽小、“拚老命”、猶疑不決、煩躁不安、擾亂、煩亂、擔心、焦慮、沒安全感、威迫、恐嚇、坐立不安、如坐針氈、害羞、羞怯、跼促不安、神經過敏、緊張而激動、神經緊張

(7) 形容看輕、批評的詞彙

詆毀、看輕、責備、“出氣”、嘲笑、藐視、蒙羞、丟臉、低估、愚弄、辱罵、打擊、破壞名譽、吹毛求疵、批評、非難、毀謗、中傷、特意反對、貶損、輕視、玷辱名譽、忽視、忽略、嘲笑、譏笑、造謠中傷、輕待、輕蔑、不放在眼裡、評價太低

(8) 形容沒有能力的詞彙

膽小、衰弱、無辜、無望、不夠、欠缺、低能、敗壞、無力、柔弱、虛弱、自卑、平凡、淺薄、沒有活力、破碎、破裂、損傷、殘廢、薄弱、脆弱、不適合、無能為力、不滿意、發呆無助、微小、幼小、蒼白（多病）、美中不足、無大丈夫氣概、筋疲力竭、不稱職、沒抗拒力、沒效率、無效力、不得時、低級、次等、意志薄弱、沒安全感、不合格、無關重要

(9) 形容憤怒、仇視、殘忍的詞彙

煽動、發怒、專橫、苛刻、敵意、殘忍、冷酷、下流、倔強、壓制、煩擾、反抗、惡毒、獨裁、凶狠、野蠻、嚴厲、懷恨、狂怒、討厭的、應心腸、攻擊、較勁、敵對、對立、傲慢自大、粗魯、毛骨悚然、醜惡可怕、良心麻木、脾氣不好、頑固、固執、尖酸刻薄、毫不客氣、恃強凌弱、冷淡、無情、存有偏見、好戰的、古怪任性、吹毛求疵、大發雷霆

如何了解？是可以透過評量表，例如：

- (10) 今天我覺得很-----。
- (11) 當-----的時候，我不快樂。
- (12) 當-----的時候，我覺得很好。
- (13) 我喜歡-----。（什麼樣的感覺？）
- (14) 我希望老闆、牧師、小組長、丈夫/妻子、孩子對我-----。
- (15) 我的朋友、同工、丈夫/妻子、孩子認為我是一個-----的人。
- (16) 我家裡、工作單位的氣氛是-----。

How Do You Feel 你感覺如何?

