

CẢM GIÁC – CẢM XÚC

Thoải mái

ÊM ĐỀM

Thư giãn
Thoải mái
Dễ chịu
Thanh thản
Nhẹ nhõm
Bình an
Tin cậy

Tĩnh lặng
Định tĩnh
Quân bình
Thỏa mãn
Hài lòng
Chín chắn

SỐNG ĐỘNG

Tinh táo
Phấn khởi
Nhiệt tình
Hăng hái
Hoạt bát
Đầy năng lượng
Đam mê
Ngạc nhiên
Kính ngạc

Sững sờ
Rung động
Tưng bừng
Ngây ngất
Hớn hờ
Rộn ràng
Thú vị
Phấn khích

BỐI RỐI

Ngại
Nghỉ ngơi/ đa nghi
Lạc lối
Chần chừ
Lúng túng
Khó hiểu
Hoang mang
Giằng xé
Mất tự tin

CẢM GIÁC CƠ THỂ

Rần rần
Quặng ở bụng
Nghẹn họng
Như bị bóp cổ
Căng cơ
Không thở được
Run rẩy
Run bần bật

Bịnh
Yếu
Co người lại
Trống trải
Chóng mặt
Mụ mị
Lạnh
Nóng ran

Không thoải mái

LO LẮNG

Căng thẳng
Bồn chồn
Không yên
Bần khoản

BỤC BỘI

Cáu kỉnh/ khó chịu
Bất nhẫn
Nản lòng
Cáu tiết

GIẬN

Thất vọng
Điên tiết/ Tức tối
Nổi điên
Bực dọc
Nóng/ Gay gắt

GHÉT

Không ưa
Ác cảm
Hiềm khích
Thù địch/ thù hận
Cay đắng
Ghê tởm
Miệt thị

CHÁN NẢN

Thờ ơ/ lãnh đạm
Bị đơ/ chán ngán
Xa cách
Dửng dưng
Đứt kết nối
Rút lui/ bất mãn
Không gắn kết
Thần thờ/ trì trệ

HẠNH PHÚC

Vui vẻ/sướng
Vui mừng
Hân hoan
Hài hước

Thích thú
Sống động
Hài lòng

TRẮC ẨN

Địu dàng
Ấm áp
Cởi mở
Yêu thương

Xúc động
Triu mến
Tình cảm
Thân thiện

SỢ HÃI

E sợ/ Bất an
Căng thẳng
Khiếp đảm
Hoang mang
Tê liệt
Kinh hãi
Ám sợ/ hốt hoảng

NGÁN NGẪM

Choáng ngợp
Kiệt sức
Mệt
Buồn ngủ

TỒN THƯƠNG

Bất an
Mong manh
Nhạy cảm
Nghỉ ngơi

GÃNH TỰ

Ghen tuông

BUỒN

Lòng nặng nề
Nhớ nhà
Buồn vắng vợ
U sầu/ ám
Thất vọng
Bi quan

Thiếu động lực
Bất lực
Vô/ tuyệt vọng
Phiền muộn
Trầm cảm
Khao khát

ĐAU THƯƠNG

Tội lỗi/ có lỗi
Tổn thương
Cô đơn/ trợ trợ
Đau lòng
Mất mát

Đau đớn tâm can
Khốn khổ
Đau khổ
Hối tiếc
Hối hận

KÍCH ĐỘNG

Không chắc chắn
Phiền phức
Phiền toái
Không ổn định
Cáu kỉnh
Không yên

Không thoải mái
Bồn chồn
Choáng
Khó chịu
Đề phòng

XẤU HỔ

Mắc cỡ
Bối rối

TÒ MÒ

Hứng thú
Quyến rũ
Phấn khởi
Cảm hứng
Tuyệt vời
Gắn kết
Thích phiêu lưu

TƯƠI MỚI

Nghỉ ngơi
Sống động
Phục hồi
Tinh táo
Cởi mở
Hoạt bát
Đồi dào sinh lực

BIẾT ƠN

Trân trọng
Được động viên
Mở lòng
Cám ơn
Phúc lành

TỰ TIN

Mạnh mẽ
Can đảm
Tự hào
Hy vọng
Lạc quan
Tiếp sức mạnh

Giao tiếp trắc ẩn

Nguồn: Tổng Hợp
Người thực hiện: Nguyễn Trương Bảo Khuyên