

Lista de sentimentos

181 palavras em onze famílias. Ao lado de cada uma, o mais próximo dos 49 sentimentos da grade de emoções do Mental.

Alegria	
alegria	Feliz da vida
felicidade	Com o coração quentinho
gratidão	Muito bem
satisfação	Me sentindo bem
contentamento	Uma alegria tranquila
esperança	Com o coração quentinho
orgulho	Na maior empolgação
otimismo	Muito bem
confiança	Com disposição
bom humor	Leve, de bom humor
alto-astral	Na maior empolgação
euforia	Feliz da vida
radiante	Radiante, pulando de alegria
êxtase	Radiante, pulando de alegria
leveza	Muito bem
liberdade	Muito bem
diversão	Na maior empolgação
encantamento	Com o coração quentinho
inspiração	Na maior empolgação
realização	Me sentindo bem
plenitude	Uma alegria tranquila
triumfo	Feliz da vida

Tranquilidade

calma	Na maior calma
tranquilidade	Na maior calma
paz	Paz e sossego
alívio	Me sentindo bem
serenidade	Paz e sossego
sossego	Paz e sossego
segurança	De bem com a vida
equilíbrio	Em equilíbrio
bem-estar	Paz e sossego
à vontade	À vontade, sem tensão
descontração	À vontade, sem tensão
aconchego	À vontade, sem tensão
paciência	Na maior calma

harmonia	Em equilíbrio
recolhimento	No meu canto, em silêncio

Amor

amor	Com o coração quentinho
carinho	Com o coração quentinho
afeto	Com o coração quentinho
paixão	Com o coração quentinho
ternura	Com o coração quentinho
admiração	Muito bem
compaixão	Sem pressa nenhuma
empatia	Sem pressa nenhuma
acolhimento	Na maior calma
valorização	De bem com a vida
pertencimento	Na maior calma
simpatia	Muito bem
apego	Me sentindo bem

Entusiasmo

empolgação	Na maior empolgação
animação	Na maior empolgação
entusiasmo	Vibrando com tudo
expectativa	Com todo o gás
frio na barriga	Adrenalina alta
motivação	Com disposição
ânimo	Com disposição
disposição	Com disposição
curiosidade	De antena ligada
interesse	De antena ligada
fascínio	De antena ligada
foco	Foco total
determinação	Foco total
coragem	Com todo o gás
ousadia	Com todo o gás
vitalidade	Vibrando com tudo
adrenalina	Adrenalina alta
agitação	A mil por hora

Surpresa

surpresa	De antena ligada
susto	Com os nervos à flor da pele
espanto	De antena ligada

choque	Com os nervos à flor da pele
confusão	Não tão bem assim
deslumbramento	Vibrando com tudo
perplexidade	Não tão bem assim
sem palavras	Não tão bem assim
atordoamento	Não tão bem assim
desorientação	Não tão bem assim

Tristeza

tristeza	Triste e sem ânimo
desânimo	Um pouco para baixo
decepção	Triste e sem ânimo
saudade	Um pouco para baixo
solidão	Triste e sem ânimo
mágoa	Triste e sem ânimo
para baixo	Um pouco para baixo
melancolia	Um pouco para baixo
vontade de chorar	Um pouco para baixo
coração partido	Com o coração pesado
coração pesado	Com o coração pesado
luto	Com o coração pesado
desilusão	Triste e sem ânimo
arrependimento	Um pouco para baixo
rejeição	Triste e sem ânimo
exclusão	Triste e sem ânimo
abandono	Um pouco para baixo
carência	Triste e sem ânimo
desamparo	Triste e sem ânimo
desesperança	Com o coração pesado
sofrimento	Com o coração pesado
abatimento	Com o coração pesado
vazio	Tudo me cansa
isolamento	Sem muito pique
nostalgia	Sem muito pique
infelicidade	Triste e sem ânimo
desolação	Sem muito pique

baixo-astral Um pouco para baixo

Medo

medo Numa aflição só

ansiedade Numa aflição só

preocupação Numa aflição só

nervosismo Com bicho-carpinteiro

angústia Numa aflição só

aflição Numa aflição só

tensão Numa aflição só

estresse Mil coisas na cabeça

insegurança Sem conseguir relaxar

pânico Numa aflição só

desespero Numa aflição só

pavor Numa aflição só

apreensão Sem conseguir relaxar

receio Sem conseguir relaxar

incerteza Sem conseguir relaxar

dúvida Sem conseguir relaxar

hesitação Sem conseguir relaxar

sobrecarga No meu limite

pressão Mil coisas na cabeça

sufoco No meu limite

agonia Com os nervos à flor da pele

inquietação Com os nervos à flor da pele

vulnerabilidade Sem conseguir relaxar

fragilidade Sem conseguir relaxar

desconfiança Sem conseguir relaxar

timidez Não tão bem assim

Raiva

raiva Com o sangue fervendo

irritação Com o pavio curto

frustração Com o sangue fervendo

chateação Algo me incomoda

ódio Explodindo de raiva

fúria Explodindo de raiva

impaciência Com o pavio curto

mau humor Com o pavio curto

de saco cheio De saco cheio

aborrecimento Com o pavio curto

ciúme Com o sangue fervendo

inveja Algo me incomoda

ressentimento De saco cheio

rancor De saco cheio

amargura De saco cheio

indignação Com o sangue fervendo

revolta Com o sangue fervendo

incômodo Algo me incomoda

na defensiva Algo me incomoda

despeito Com o sangue fervendo

Nojo

nojo Com o pavio curto

repulsa Com o pavio curto

aversão Com o pavio curto

desprezo Com o pavio curto

horror Com o sangue fervendo

enjoo Não tão bem assim

Vergonha

vergonha Um pouco para baixo

culpa Um pouco para baixo

constrangimento Sem conseguir relaxar

vergonha alheia Sem conseguir relaxar

sem jeito Sem conseguir relaxar

remorso Com o coração pesado

humilhação Triste e sem ânimo

desconforto Sem conseguir relaxar

inadequação Um pouco para baixo

inferioridade Um pouco para baixo

inutilidade Triste e sem ânimo

Cansaço

cansaço Rodando na reserva

exaustão Caindo de cansaço

sono Bocejando, em câmera lenta

preguiça Me arrastando

tédio Sem muito pique

sem energia Sem energia para nada

desgaste Tudo me cansa

moleza Me arrastando

apatia Sem muito pique

desinteresse Sem muito pique

indiferença Normal, sem novidades

marasmo Sem muito pique

O lugar de cada palavra na grade: getmental.app/pt/lista-de-sentimentos/. As palavras descrevem um momento; isto não é um teste nem um diagnóstico. CC BY 4.0, Mental.