

PARENT & CHILD

# 親子で高める！ 感情表現の言葉選び

表現力・分析力が一気に上がる！

受験（中学・高校・大学）対応の語彙力ガイド



# なぜ「感情の言葉」が大切？

## 表現力と分析力の向上

- ✓ 物語文の読解や自由作文で、感情を正確に言葉にできると、得点力が大きくアップします。
- ✓ 「すごい」「やばい」などの単純な言葉から卒業し、状況に合った適切な言葉を選べるようになります。
- ✓ このスライドでは、シンプルで使いやすい語彙から、受験で差がつく**高度な語彙**まで、カテゴリー別に整理しました。



# ① 喜び・安心・満足

ニュアンス	具体語（中学受験）	高度語彙（高校・大学受験）
喜び	うれしい／歓喜する／にっこりする	有頂天になる／心が躍る／欣喜（きんき）
安心	ほっとする／胸をなで下ろす	安堵（あんど）する／胸のつかえが取れる
満足	満ち足りる／達成感がある	充足感／自尊心が満たされる
感謝	ありがたい／助かった	深謝する／恩義を感じる

## ② 悲しみ・失望・不安

ニュアンス	具体語（中学受験）	高度語彙（高校・大学受験）
悲しみ	悲しい／涙が出る	悲嘆にくれる／胸が締めつけられる
苦しみ	つらい／しんどい	葛藤する／自責の念にかられる
失望	がっかりする／落ち込む	失意に沈む／落胆する
不安	こわい／心配／もやもやする	不穏さを覚える／怯懦（きょうだ）

### ③ 怒り・反発・不満

ニュアンス	具体語（中学受験）	高度語彙（高校・大学受験）
怒り	怒る／腹が立つ／ムッとする	激昂（げきこう）する／憤慨する
不満	イライラする／納得いかない	不服を唱える／反発心が芽生える
嫌悪	いやだ／嫌気がさす	嫌悪感／拒否反応
悔しさ	くやしい／歯がゆい	無念／忸怩（じくじ）たる思い

# ④ 驚き・戸惑い・混乱

ニュアンス	具体語（中学受験）	高度語彙（高校・大学受験）
驚き	びっくりする／あぜんとする	愕然（がくぜん）／驚愕
戸惑い	どうしたらいいか分からぬ	動搖する／狼狽（ろうばい）する
混乱	混乱する／頭が真っ白になる	判断が揺らぐ／平静を失う

# ⑤ 好意・尊敬・憧れ

ニュアンス	具体語（中学受験）	高度語彙（高校・大学受験）
好意	好き／親しみを感じる	好意的に受け止める
尊敬	すごいと思う／見習いたい	敬意を抱く／尊崇（そんすう）
憧れ	あこがれる／理想に感じる	心酔する／羨望（せんぼう）
信頼	信じられる／頼れる	信頼関係が醸成される

# ⑥ 恐れ・緊張・プレッシャー

ニュアンス	具体語（中学受験）	高度語彙（高校・大学受験）
恐れ	こわい／おびえる	恐怖心に支配される／戦慄
緊張	緊張する／ドキドキする	張りつめた空気／緊迫感
プレッシャー	負けたくない／焦る	重圧を感じる／重責に押しつぶされそう

# ⑦ 意欲・決意・向上心

ニュアンス	具体語（中学受験）	高度語彙（高校・大学受験）
意欲	やる気が出る／がんばりたい	奮起する／意気込む
決意	決めた／やり抜く	覚悟を固める／決意を新たにする
向上心	もっと上を目指す	精進する／研鑽（けんさん）を積む

# ⑧ 迷い・葛藤・自己否定

ニュアンス	具体語（中学受験）	高度語彙（高校・大学受験）
迷い	迷う／揺れる	心が定まらない／逡巡（しゅんじゅん）する
葛藤	どちらも選べない	相反する思いに揺れる
自己否定	自分を責める／自信がない	自己嫌悪／劣等感にさいなまれる

# ⑨ 安らぎ・幸福・平穏

ニュアンス	具体語（中学受験）	高度語彙（高校・大学受験）
安らぎ	落ち着く／ほっとする	心が洗われる／安寧（あんねい）
幸福	幸せ／満たされる	至福／幸福感が広がる
平穏	静かに過ごす	穏やかな時間／心が鎮まる

# 家庭での活用アイデア



## 日常会話で使う

「嬉しかった？」と聞く代わりに、「どんな気持ち？心が躍った？」と少し難しい言葉も交えて聞いてみましょう。



## 本や映画の感想で

登場人物の気持ちを推測するとき、「この時、主人公は『葛藤』していたんだね」と言語化を手伝ってあげましょう。



## 日記や作文で

「楽しかった」禁止ゲーム！別の言葉で表現する練習をすると、語彙力が楽しみながら身につきます。

