



De lijst Overzicht Gevoelens bestaat uit 2 delen: gevoelens die je kunt hebben wanneer je gevoelens wel of niet vervuld zijn.

Gevoelens wanneer je behoeften **NIET** vervuld zijn:

Bang angstig, in paniek, ongerust, ontsteld, op mijn hoede, verschrikt, versteend, verontrust, wantrouwend	Afkeer haatdragend, minachtend, vol afschuw, vijandig, walging	Opgelaten onbehaaglijk, ongemakkelijk, beschaamd, schuldig, verward	Vermoeid futloos, leeg, lusteloos, slaperig, uitgeblust, uitgeput, verslagen	Pijn alleen, berouwvol, gebroken, gekweld, gekwetst, miserabel, ontredderd
Onrust alert, geagiteerd, gealarmeerd, geschrokken, nerveus, ongemakkelijk, ontdaan, onthutst, ontmoedigd, ontsteld, verbaasd, verbouwereerd, verschrikt	Verward ambivalent, aarzelend, onthutst, onzeker, perplex, verbijsterd, verloren	Geërgerd boos, gefrustreerd, geïrriteerd, ongeduldig, ontevreden, ontstemd	Machteloos hopeloos, hulpeloos, moedeloos	Treurig bedroefd, melancholiek, ontmoedigd, ongelukkig, terneergeslagen, teleurgesteld, verdrietig, wanhopig, triest
Afwezig afstandelijk, apathisch, gelaten, koel, ongeïnteresseerd, onverschillig, teruggetrokken, verveeld, vervreemd	Kwaad furieus, razend, verontwaardigd, woedend, wraakzuchtig	Gespannen chagrijnig, geïrriteerd, overweldigd, rusteloos, zenuwachtig	Kwetsbaar gevoelig, hulpeloos, onzeker, wiebelig	Verlangend afgunstig, hunkerend, jaloers, nostalgisch, smachtend