

Gevoelens als mijn behoeftes zijn vervuld

Lichamelijke gevoelens

ontspannen
comfortabel
energiek
gecentreerd
in balans
groot
zacht
sterk
bruisend
in flow
vol
vrij

Uitgerust

verfrist
hersteld
opgeladen
wakker
alert

Vredig

kalm
rustig
stil
helder
zen
op mijn gemak
opgelucht
gelijkmoedig
zorgeloos
onbekommerd

Tevreden

vervuld
voldaan

Vrolijk

blij
geamuseerd
vreugdevol
opgewekt
verrukt
gelukkig
extatisch
opgetogen
jolig
melig

Enthousiast

opgewonden
speels
levendig
gretig
gepassioneerd
vurig
stralend

Liefdevol

teder
warm
hartelijk
vol mededogen
vriendelijk
compassie
zachtmoedig

Dankbaar

vol waardering
dankbaar
bewogen
geraakt
ontroerd

Verbaasd

verbluft
verrast
verbijsterd

Hoopvol

bemoedigd
verwachtingsvol
verlangend
optimistisch

Nieuwsgierig

gefascineerd
geïnteresseerd
betrokken
geboeid
geïnspireerd
geprikkeld

Zelfverzekerd

vol vertrouwen
krachtig
open
trots
veilig

Gevoelens als mijn behoeftes niet zijn vervuld

Lichamelijke gevoelens

pijn
slap
leeg
klein
verstikt
benauwd
gespannen
belabberd
ziek

Verdrietig

bedroefd
teleurgesteld
ontmoedigd
weemoedig
depressief
somber
triest
verlangend
wanhopig
nostalgisch

Spijt

schuldig
berouw

Ongerust

gespannen
nervus
angstig
bezorgd

Pijn

gekwetst
eenzaam
ellendig
rouwend

Kwetsbaar

fragiel
onzeker
gevoelig

Vermoeid

verslagen
opgebrand
uitgeput
slaperig

Teruggetrokken

verveeld
afstandelijk
geïsoleerd
vervreemd
apathisch
koud
verdoofd
ongeduldig

Jaloers

afgunstig

Wanhopig

hulpeloos
hopeloos
machteloos
onzeker

Twijfelend

verscheurd
verloren
verbijsterd
perplex
verward

Bang

angstig
achterdochtig
in paniek
verlamd
geschrokken
ongerust

Oncomfortabel

verontrust
nervus
rusteloos
onzeker
onrustig
ongemakkelijk

Geschokt

geschrokken
overstuur
verrast
verbaasd
verstoord
alert
paniek
overweldigd

Gefrusteerd

geïrriteerd
geërgerd
ongeduldig
verbitterd
prikkelbaar

Woede

boos
verontwaardigd
furieus
razend
wraakzuchtig

Haat

vijandig
afkeer
bitter
walging
verachting

