

## GEVOELENS

Er zijn andere indelingen mogelijk en de lijst kan nooit volledig zijn. Speel ermee en vul het aan! De emoticons geven de koppeling aan tussen gevoelens en behoeften zoals dat vaak voorkomt. Het is geen weet maar een zoekrichting



### BEZIELD

dankbaar, verwonderd, nieuwsgierig, verwachtingsvol, gelukkig, enthousiast, compassie, geïnspireerd, trots, energie, vastberaden, vurig, betrokken, mededogend, betrokken, verbaasd



### BLIJ

tevreden, vredig, voldaan, open, warm, kalm, opgelucht, verrast, vertrouwd, vrolijk, geamuseerd, opgetogen, rustig, ontroerd, teder, veilig, levendig, onbezorgd, opgewekt, optimistisch



### BEDROEFD

teleurstelling, treurig, verdrietig, kwetsbaar, hulpeloos, moedeloos, alleen, eenzaam, somber, verbitterd, ontredderd, wanhopig, verslagen



### BOOS

kribbig, ongeduldig, geïrriteerd, gefrustreerd, machteloos, kwaad, afkerig, razend, furieus, vijandig, koud, onverschillig



### BANG

gestrest, verward, benauwd, verbijsterd, in paniek, doodsbang, schaamte, schuldig



### BEZORGD

geschrokken, gespannen, ongerust, ongemakkelijk, onzeker, nerveus, onrustig, jaloers



### BASIS

honger, dorst, verzadigd, moe, uitgeput, fysieke pijn, vitaal, ontspannen, uitgerust, lusteloos