

## Gefühlswortschatz

### Gefühle, wenn Bedürfnisse erfüllt sind

angeregt	entschlossen	gefesselt	liebepoll	spritzig
aufgedreht	entspannt	gelassen	locker	still
ausgeglichen	entzückt	gespannt	lustig	strahlend
befreit	erfreut	gerührt	motiviert	überglücklich
begeistert	erfrischt	glücklich	munter	überrascht
bebaglich	erfüllt	gut gelaunt	mutig	überwältigt
belebt	ergriffen	heiter	neugierig	vergnügt
berührt	erleichtert	hoherfreut	optimistisch	verliebt
beruhigt	erstaunt	hoffnungsvoll	ruhig	wach
beschwingt	fasziniert	inspiriert	satt	wissbegierig
bewegt	freudig	interessiert	schwungvoll	zufrieden
dankbar	friedlich	kraftvoll	selbstsicher	zuversichtlich
eifrig	fröhlich	klar	selbstzufrieden	
engagiert	froh	lebendig	selig	
entlastet	gefasst	leicht	sicher	

### Gefühle, wenn Bedürfnisse nicht erfüllt sind

aggressiv	deprimiert	genervt	ruhelos	unruhig
alarmiert	durcheinander	gereizt	resigniert	unsicher
angeekelt	einsam	gestresst	sauer	unter Druck
angespannt	elend	hasserfüllt	scheu	unzufrieden
ängstlich	empört	hilflos	schlapp	verbittert
apathisch	entmutigt	hin- und hergerissen	schockiert	verspannt
ärgerlich	entsetzt	hoffnungslos	schüchtern	verwirrt
aufgeregt	ernüchert	in Panik	skeptisch	verzweifelt
ausgebrannt	erschlagen	irritiert	sorgenvoll	widerwillig
ausgelaugt	erschöpft	leolos	sprachlos	wütend
bedrückt	erschreckt	lustlos	teilnahmslos	zappelig
besorgt	erschüttert	müde	traurig	zitterig
bestürzt	frustriert	mutlos	unbebaglich	zögerlich
betroffen	gehemmt	nervös	überlastet	zornig
beunruhigt	geladen	niedergeschlagen	unbefriedigt	zurückhaltend
blockiert	gelähmt	ohnmächtig	ungeduldig	
demotiviert	gelangweilt	perplex	unglücklich	

## Gefühlswortschatz

### Gedanken / Pseudo-Gefühle

abgelehnt	beschuldigt	gelangweilt	missverstanden	unsichtbar
angegriffen	betrogen	gemaßregelt	nicht ernst genommen	unterdrückt
angeschuldigt	bevormundet	gestört	schikaniert	unverstanden
attackiert	deplatziert	getadelt	schlecht behandelt	unwichtig
ausgenutzt	dominiert	gezwungen	überfordert	unwürdig
bedrängt	eingeengt	hereingelegt	übergangen	verlassen
bedroht	eingeschüchtert	hintergangen	überlistet	verletzt
beherrscht	erniedrigt	ignoriert	überrannt	vernachlässigt
belästigt	fehl am Platz	isoliert	unbedeutend	verraten
beleidigt	feige	klein gemacht	unerwünscht	wertlos
belogen	gedrängt	manipuliert	ungehört	
beschämt	gefangen	missbraucht	ungeliebt	