

CHECKLISTE GEFÜHLE

Gefühle, wenn Bedürfnisse erfüllt sind

abenteuerlustig	ehrfürchtig	gespannt	lebendig	strahlend
angeregt	elektrisiert	gerührt	leicht	teilnahmsvoll
aufgeblüht	energiegeladen	getröstet	leidenschaftlich	überglücklich
aufgedreht	energisch	glücklich	liebepoll	unbekümmert
aufgemuntert	enthusiastisch	gutgelaunt	locker	unbeschwert
aufgeschlossen	entlastet	harmonisch	lustig	unbesorgt
aufgeweckt	entschlossen	heiter	mitfühlend	tatkräftig
aufmerksam	entspannt	hellwach	motiviert	verblüfft
ausgeglichen	entzückt	herzlich	munter	vergnügt
ausgeruht	empfindend	hilfsbereit	mutig	verliebt
befreit	erfreut	hingerissen	nah	versichert
befriedigt	erfrischt	hocherfreut	neugierig	vertrauensvoll
bebaglich	erfüllt	hoffnungsvoll	nüchtern	verzaubert
belebt	ergriffen	inspiriert	optimistisch	voller
belustigt	erleichtert	interessiert	ruhig	Bewunderung
berauscht	ermutigt	jubelnd	sanft	Lebenslust
bereichert	erquickt	klar	satt	Wertschätzung
berührt	erregt	kraftvoll	selbstsicher	warmherzig
beruhigt	erstaunt	konzentriert	selig	wachsam
besänftigt	erwartungsvoll	kreativ	sicher	wohlgemut
beschaulich	fasziniert	konzentriert	sich freuen	wohlig
beschwingt	frei		souverän	wohlwollend
beteiligt	freundlich		spritzig	zart
bewegt	friedlich		stark	zärtlich
bezaubert	fröhlich		stauend	zufrieden
dankbar	froh		still	zuneigend
demütig	gefasst		stimuliert	zutraulich
eifrig	gelassen		stolz	zuversichtlich

CHECKLISTE GEFÜHLE

Gefühle, wenn Bedürfnisse nicht erfüllt sind

abgeneigt	betroffen	fassungslos	lasch	schockiert
abgeschlagen	betrübt	faul	leiblos	schockiert
abgespannt	bitter	finster	lethargisch	schüchtern
alarmiert	blockiert	frustriert	lustlos	schwach
allein	depressiv	furchtsam	kummervoll	schwankend
angeödet	deprimiert	gefühllos	leiderfüllt	schwer
angewidert	durcheinander	gehemmt	lethargisch	schwerfällig
ängstlich	dürstend	gekränkt	melancholisch	seelenwund
ärgerlich	eifersüchtig	geladen	miserabel	sehnsüchtig
alarmiert	einsam	gelähmt	misstrauisch	skeptisch
angeekelt	elend	gelangweilt	mittellos	sorgenvoll
angespannt	empört	genervt	müde	sprachlos
apathisch	enttäuscht	gequält	mürrisch	starr
argwöhnisch	energielos	gerädert	mutlos	still
aufgeregt	entmutigt	gereizt	nervös	streitlustig
aufgewühlt	entsetzt	gestresst	ohnmächtig	stutzig
aus der Fassung	entrüstet	getrennt	panisch	teilnahmslos
ausgehungert	enttäuscht	gleichgültig	passiv	unwohl
ausgelaugt	entwaffnet	grollend	peinlich berührt	unzufrieden
außer mir	erbst	hasserfüllt	perplex	träge
bedrückt	ermüdet	hilflos	pessimistisch	traurig
bekommen	ernüchtert	hin- und	rachsüchtig	überdrüssig
bekümmert	erregt	hergerissen	ruhelos	unglücklich
beleidigt	erschlagen	in Panik	sauer	unruhig
berührt	erschöpft	irritiert	scheu	unsicher
beschämt	erschreckt	kalt	schläfrig	unter Druck
besorgt	erschütterter	kaputt	schlapp	überlastet
bestürzt	erstarrt	kribbelig	schmerzhaft	überrascht

CHECKLISTE GEFÜHLE

Gefühle, wenn Bedürfnisse nicht erfüllt sind

übersättigt
überwältigt
unentschlossen
ungeduldig
ungläubig
verängstigt
verärgert
verbittert
verdrießlich
verdrossen
veraltet
verlegen
verletzlich
verletzt
verloren
verschlossen
verschwiegen
verspannt
verstimmt
verstört
verunsichert
verwirrt
verzweifelt
widerwillig
wütend
zaghaft
zappelig
zerbrechlich

zerschlagen
zerrissen
zittrig
zögerlich
zornig
zwiespältig

Wörter für unechte Gefühle

abgelehnt
abgestoßen
abgewertet
abgewiesen
angegriffen
angeklagt
armselig
ausgenutzt
bedrängt
bedroht
beherrscht
belästigt
beleidigt
belogen
bemuttert
benutzt
beschuldigt
beschwindelt
besiegt
bestohlen
bestürmt
betrogen
dominiert
dumm
fallengelassen
eingeengt
eingeschüchtert
eingesperrt
eingezwängt
geringgeschätzt
getäuscht
gezwungen
herabgesetzt
hintergangen
ignoriert
ignoriert
inkompetent
irreführt
isoliert
manipuliert
missachtet
missbraucht
missverstanden
nicht akzeptiert
nicht unterstützt
niedergemacht
provoziert
reingelegt
überarbeitet
überfahren
übergangen
überwältigt
unbeachtet
unbedeutend
unerwünscht
ungehört
ungeliebt
ungesehen
ungewollt
unpassend
unter Druck gesetzt
unterdrückt
unverstanden
unwichtig
unwürdig
verabscheut
verarscht
vergewaltigt
verhasst
verlassen
verleugnet
vernachlässigt
fallengelassen