

### Wie wir uns wahrscheinlich fühlen werden, wenn sich unsere **Bedürfnisse erfüllen**

angeregt	fasziniert	motiviert
aufgeregt	freundlich	munter
angenehm	friedlich	mutig
aufgedreht	fröhlich	neugierig
ausgeglichen	froh	optimistisch
befreit	gebannt	ruhig
begeistert	gefasst	satt
behaglich	gefesselt	schwungvoll
belebt	gelassen	selbstsicher
berauscht	gespannt	selbstzufrieden
berührt	gerührt	selig
beruhigt	gesammelt	sicher
beschwingt	geschützt	sich freuen
bewegt	glücklich	spritzig
eifrig	gutgelaunt	still
ekstatisch	heiter	strahlend
energiegeladen	hellwach	überglücklich
energisch	hocherfreut	überrascht
engagiert	hoffnungsvoll	überschwänglich
enthusiastisch	inspiriert	überwältigt
entlastet	jubilend	unbekümmert
entschlossen	kraftvoll	unbeschwert
entspannt	klar	vergnügt
entzückt	lebendig	verliebt
erfreut	leicht	wach
erfrischt	liebevoll	weit
erfüllt	locker	wissbegierig
ergriffen	lustig	zärtlich
erleichtert	Lust haben	zufrieden
erstaunt	mit Liebe erfüllt	zuversichtlich

Wie wir uns wahrscheinlich fühlen werden, wenn sich unsere **Bedürfnisse NICHT** erfüllen

ärgerlich	erschüttert	schüchtern
alarmiert	erstarrt	schockiert
angeekelt	frustriert	schwer
angespannt	furchtsam	sorgenvoll
voller Angst	gehemmt	streitlustig
ärgerlich	geladen	teilnahmslos
apathisch	gelähmt	todtraurig
aufgeregt	gelangweilt	wie tot
ausgelaugt	genervt	überwältigt
bedrückt	hasserfüllt	voller Sorgen
bekommen	hilflos	unglücklich
besorgt	in Panik	unter Druck
bestürzt	irritiert	unbehaglich
betroffen	kalt	ungeduldig
bitter	kribbelig	unruhig
deprimiert	lasch	unwohl
dumpf	leblos	unzufrieden
durcheinander	lethargisch	verärgert
einsam	lustlos	verbittert
elend	miserable	verletzt
empört	müde	verspannt
enttäuscht	mutlos	verstört
entrüstet	nervös	verzweifelt
ermüdet	niedergeschlagen	verwirrt
ernüchtert	perplex	widerwillig
erschlagen	ruhelos	wütend
erschöpft	traurig	zappelig
erschreckt	sauer	zitternd
erschrocken	scheu	zögerlich
	schlapp	zornig