

## Hoe benoem ik mijn gevoelens?

(alfabetisch)

|                   |                     |                     |                 |                   |
|-------------------|---------------------|---------------------|-----------------|-------------------|
| aandachtig        | competent           | klemgezet           | onverstoorbaar  | vergenoegd        |
| aarzelend         | creatief            | knorrig             | onverzorgd      | verguld           |
| afgebrand         | cynisch             | koud / kil          | onzeker         | verheerlijkt      |
| afgemat           | dankbaar            | kwaad               | oorlogszuchtig  | verlamd           |
| afgesloten van    | defensief           | kwetsbaar           | op afstand      | verlangend        |
| afgezeven         | depressief          | lacherig            | op een eiland   | verlaten          |
| afgezaagd         | dichtbij            | laf                 | op m'n gemak    | verlegen          |
| afgedankt         | doodsbang           | leeg                | op m'n qui-vive | verleid           |
| afgunstig         | droevig             | lethargisch         | op m'n hoede    | verleidelijk      |
| afhankelijk       | echt (mezelf)       | leugenachtig        | open            | verliefd          |
| afkeer            | eensgezind          | licht               | opgejaagd       | verloren          |
| afschuw           | eenzaam             | lichtvoetig         | opgelucht       | vermoed           |
| afstand houdend   | elegant             | liefdevol           | opgeroepen      | vernederd         |
| afwachtend        | energiek            | luchtig             | opgesloten      | verongelijkt      |
| afwerend          | enthousiast         | lusteloos           | opgewonden      | verontrust        |
| agressief         | euforisch           | macho               | opschepperig    | verontwaardigd    |
| alert             | extatisch           | machteloos          | oubollig        | verraden          |
| alleen            | fier                | machtig             | overactief      | verrast           |
| alleen gelaten    | gebruikt            | mannelijk           | overheerst      | verslagen         |
| als in de mist    | gedesillusioneerd   | medelijdend         | paniekerig      | verstikt          |
| als in een vacuüm | gedomineerd         | meevoelend          | pijn in de ziel | verstoord         |
| ambivalent        | geduldig            | melancholisch       | pissig          | vertroost         |
| angstig           | gedwongen           | met afschuw vervuld | platgewalst     | vertrouwd         |
| antipathiek       | gefrustreerd        | miezerig            | plezierig       | vertrouwend       |
| apathisch         | gehaat              | minachtend          | populair        | verveeld          |
| argwanend         | geïnteresseerd      | minderwaardig       | praatziek       | vervreemd         |
| arm               | geïrriteerd         | miskend             | razend          | verward           |
| avontuurlijk      | geïsoleerd          | misnoegd            | rebels          | verwelkomd        |
| balend van        | gejaagd             | misselijk           | richtingloos    | verwend           |
| bang              | gekend              | mistig              | rijk            | verwond           |
| bedreigd          | gekleineerd         | moe                 | rozig           | vies              |
| bedroefd          | gekoesterd          | moedeloos           | rustig          | vijandig          |
| bedrogen          | gekweld             | moedig              | sceptisch       | vol genot         |
| bedrukt           | gekwetst            | mooi                | schaamtevol     | vol vertrouwen    |
| begeerd           | gelukkig            | naargeestig         | scherp          | vol welbehagen    |
| begrepen          | gemelijk            | neergedrukt         | schoon          | voldaan           |
| begrijpend        | genadig             | neerslachtig        | schuchter       | vredig            |
| behaaglijk        | genietend           | nerveus             | schuldig        | vreesachtig       |
| beklemd           | gerustgesteld       | neutraal            | seksueel        | vreugdevol        |
| belachelijk       | gesaboteerd         | niet geteld         | aantrekkelijk   | vriendelijk       |
| belangrijk        | geschokt            | niet op m'n gemak   | sensueel        | vrij              |
| belast            | gesloten            | nostalgisch         | slachtoffer     | vrij van zorgen   |
| belasterd         | gespannen           | nutteloos           | slaperig        | vrijgevochten     |
| beledigd          | gespleten           | onaantastbaar       | speels          | vrijmoedig        |
| bemind            | gestresst           | onafhankelijk       | spraakzaam      | vrolijk           |
| benauwd           | geveid              | onbeduidend         | stuurloos       | vrouwelijk        |
| beroofd           | gewaardeerd         | onbegrepen          | sympathiek      | waardevol         |
| berouwvol         | gewenst             | onbeheerst          | teleurgesteld   | waardig           |
| beschaamd         | gewild              | onbezorgd           | terechtgewezen  | waardeloos        |
| beschermd         | gezegend            | onderschat          | terneergeslagen | walging / walgend |
| bestolen          | goed                | ongecontroleerd     | tevreden        | wanhopig          |
| betekenisvol      | goedmoedig          | ongeduldig          | timide          | wantrouwig        |
| betrokken bij     | 'grijs'             | ongeliefd           | treurig         | warm              |
| betutteld         | grof                | ongelukkig          | triest          | 'wattig'          |
| bevangen          | hard                | ongevoelig          | trillerig       | weeig             |
| bevestigd         | heerlijk            | ongewaardeerd       | troosteloos     | weemoedig         |
| bevoogd           | herrezen            | ongewenst           | trots           | weezin            |
| bewogen           | hoopvol             | onervaren           | tweederangs     | wit heet          |
| bezorgd           | hopeloos            | onrechtvaardig      | tweeslachtig    | woedend           |
| bitter            | huilerig            | behandeld           | uitgelaten      | wraakzuchtig      |
| blanco            | humeurig            | onteerd             | uitgeput        | wrokkig           |
| blij              | incompetent         | ontevreden          | vaardig         | zacht gestemd     |
| blijmoedig        | in de steek gelaten | ontmoedigd          | vastbesloten    | zeker             |
| bloot             | in de wolken        | ontoereikend        | vastgezet       | zelfbewust        |
| boos              | in de zevende hemel | ontspannen          | veerkrachtig    | zelfstandig       |
| buiten spel gezet | in een rol gedrukt  | ontwikkend          | veilig          | zelfverzekerd     |
| buitengesloten    | in paniek           | onveilig            | venijnig        | zenuwachtig       |
| charmant          | in vervoering       | onverbonden         | verbonden       | ziek van ...      |
| chaotisch         | jaloers             | onvergevingsgezind  | verdrietig      | zielsbedroefd     |
| comfortabel       | klein               | onverschillig       | vereerd         | zonnig            |
|                   |                     |                     |                 | zwartgallig       |