

LISTA DE SENTIMENTOS

Quando **NÃO TENHO** minhas
necessidades atendidas me sinto...

Quando **TENHO** minhas
necessidades atendidas me sinto...

Com fome Com sede Com frio Cansado(a) Com medo Com inveja	SOBREVIVÊNCIA	Saciado(a) Satisfeito(a) Aquecido(a) Descansado(a) Seren(a) Contemplado(a)
Assustado(a) Nervoso(a) Com raiva Com medo	PROTEÇÃO	Relaxado(a) Em paz Seguro(a)
Envergonhado(a) Culpado(a) Entediado(a) Apático(a)	SIGNIFICADO	Orgulhoso(a) Otimista Esperançoso(a) Admirado(a) Inspirado(a)
Sozinho(a) Com desprezo Constrangido(a)	INTERDEPENDÊNCIA	Aberto(a) Pertencente Com amor
Sem esperança Desamparado(a) Frustrado(a) Com raiva	AUTONOMIA	Esperançoso(a) Confiante Aberto(a)
Desconectado(a) Sozinho(a) Aagitado(a)	EMPATIA	Conectado(a) Aliviado(a) Em paz
Tímido(a) Apreensivo(a) Com medo	HONESTIDADE	Confiante Seguro(a) Comprometido(a)
Com dor Entediado(a) Enjoado(a)	BEM-ESTAR	Saudável Bem Interessado(a)
Desapontado(a) Triste Apático(a)	REGENERAÇÃO	Grato(a) Energizado(a) Feliz Divertido(a)
Enlutado(a) Depressivo(a) Apático(a)	TRANSCENDÊNCIA	Aliviado(a) Alegre Inspirado(a)