

Sentimentos

<p>Alegria e Contentamento</p> <p>Aventureiro Vivo Divertido Calmo Em êxtase Encantado Animado Inspirado Vertiginoso Feliz Esperançoso Alegre Amoroso Satisfeito Relaxado Satisfeito Surpreso Tranquilo</p> <p>Afectuoso Espantado Surpreso Curioso Contente Encorajado Fascinado Amigável Optimista Grato Intrigado Revigorado Em paz Orgulhoso Aliviado Estimulado Emocionado Confiante</p>	<p>Medo e Ansiedade</p> <p>Amedrontado Assustado Alarmado Chocado Ansioso Apavorado Apreensivo Desnortado Cauteloso Preocupado Confuso Desconcertado Perturbado Duvidoso Envergonhado Impaciente Nervoso Oprimido Em pânico Perplexo Relutante Inquieto</p>	<p>Raiva e Frustração</p> <p>Agitado Irritado Chocado Enjoado Exasperado Frustrado Furioso Impaciente Indignado Chateado Ressentido Raiva Frustração</p>	<p>Tristeza e Dor</p> <p>Aborrecido Deprimido Desanimado Consternado Desesperado Esgotado Desamparado Sem esperança Solitário Melancólico Triste Cansado Perturbado Dor</p>	<p>Falso Sentimento</p> <p>Abandonado Atacado Intimidado Ignorado Desiludido Mal entendido Rejeitado Não reconhecido Abusado Traído Enganado Invisível Manipulado Negligenciado Pressionado Usado</p> <p>Sensações físicas</p> <p>Nervoso/Tenso/Com falta de ar Pesado/Leve Trêmulo Comichão Tontura Difuso Calmo/Relaxado Nó no estômago/garganta Bloqueado</p>
--	--	---	--	--

Necessidades

<p>Sustento</p> <p>Abrigo Saúde Água Nutrição</p>	<p>Proteção</p> <p>Segurança física Segurança emocional Estabilidade Ordem</p>	<p>Repouso</p> <p>Paz mental Integração Harmonia Espaço Fluidez</p>
<p>Entendimento</p> <p>Aceitação Inclusão Empatia Presença Apoio / Clareza</p>	<p>Interdependência</p> <p>Comunidade Pertença Reciprocidade Diversidade Confiança</p>	<p>Compaixão</p> <p>Consideração Calor Respeito Amor</p>
<p>Diversão</p> <p>Expressão sexual Inspiração Criatividade Aprendizagem Iniciativa / Humor</p>	<p>Autonomia</p> <p>Autenticidade Liberdade Integridade Escolha</p>	<p>Sentido</p> <p>Expressão espiritual Contribuição Apreciação Celebração Luto / Beleza</p>