

NICHT-GEFÜHLE

UNECHTE GEFÜHLS-FORMULIERUNGEN ÜBERSETZEN

” *Ich fühle mich...*
(Pseudo-Gefühl)

” *Ich spüre...*
(echtes Gefühl)

angegriffen,
bedroht, bedrängt, belästigt,
eingeschüchtert, eingesperrt,
unter Druck gesetzt, dominiert,
provoziert, unterdrückt

ANGST
WUT/ÄRGER
OHNMACHT
SCHAM
SCHULD

ausgenutzt,
betrogen, belogen, benutzt,
hintergangen, manipuliert,
missbraucht, verraten

ANGST
WUT/ÄRGER
OHNMACHT
SCHAM
SCHULD
TRAUER

unerwünscht,
abgelehnt, nicht gewollt,
nicht geliebt, nicht akzeptiert,
abgewiesen, abgelehnt

ANGST **EINSAMKEIT**
WUT/ÄRGER **OHNMACHT**
SCHAM **TRAUER**
SCHULD

nicht gesehen,
nicht gehört, nicht verstanden,
nicht ernst genommen, ignoriert,
missachtet, übergangen, im Stich
gelassen, verlassen,
nicht wichtig, vernachlässigt

EINSAMKEIT
WUT/ÄRGER
OHNMACHT
SCHAM
SCHULD