

Frage: Wie reagierst Du, was passiert, wenn du diesen Gedanken glaubst ?

verärgert	Deprimiert	verwirrt	Hilflos	Gleichgültig
wütend	enttäuscht	zweifelnd	unfähig	unsensibel
feindselig	entmutigt	unentschlossen	allein	abgestumpft
beleidigend	beschämt	verlegen	gelähmt	reserviert
aufgebracht	kraftlos	zögernd	ermüdet	lustlos
angreifend	herabgewürdigt	schüchtern	nutzlos	gelangweilt
aggressiv	schuldig	verloren	minderwertig	geistig
verbittert	unzufrieden	unsicher	verletzlich	abwesend
frustriert	fühlend	ruhelos	leer	kalt
nachtragend	schmollend	gestresst	inkompetent	leiblos
kritisch	selbstverachtend	vergleichend	unfähig	uninteressiert
rachsüchtig	verzweifelt	überlegen	kein gefühl	unempänglich
gemein	pessimistisch	verächtlich	gefangen	müde
gehässig	selbstkritisch	manipulativ	schwach	mechanisch
feindlich	bedrückt	wertend	krank	langsam
zurückgewiesen	mürrisch	herablassend	zappelig	träge
laut	mutlos	streitlustig	Voll Verlangen	
streitsüchtig	trübselig	fordernd	hungrig	
giftig	feststeckend	herablassend	sich windend	
zornig	angespannt	abgelenkt	nervös	
rebellisch	blockiert	rasend	zwanghaft	
entnervt	hoffnungslos	errötend		
verurteilend	launisch			
höhnisch	Widerstand			
sarkastisch	leistend			
sarkastisch	verschlossen			
eifersüchtig	energielos			
zurechtweisend	zitternd			
neidisch	empfindlich			
	unentschieden			
	schmerzerfüllt			

Ängstlich	verletzt	Traurig	Beurteilend
argwöhnisch	schikaniert	weinerlich	todernst
besorgt	benachteiligt	sorgenvoll	strikt
erschrocken	schmerzerfüllt	Schmerzgeplagt	stirnrunzelnd
bedroht	gequält	unglücklich	zurückgestossen
feige	verletzt	einsam	angewidert
misstrauisch	beleidigt	begtrübt	unfair
verklemmt	leidend	traurig	verletzend
sich sorgend	Opferrolle	Überempfindlich	steif
abwehrend	gebrochenes Herz	selbst strafend	vernachlässigend
vorsichtig	gemartert	zerbrechlich	hinhaltend
beunruhigt	entsetzt	getrennt	hart
mit sich beschäftigt	ungerecht behandelt	jammernd	künstlich
intolerant	gedemütigt		falsch
ingeschüchtert	zurückgezogen		oberflächlich
ausweichend	empört		besitzergreifend
abstossend	leidend		klagend
versteinert	distanziert		
unbeugsam	angegriffen		
gehemmt	gekränkt		
klammernd	unterdrückt		
platzangst	herabgesetzt		

Frage: Wer wärst du ohne den Gedanken ?

offen	liebepoll	Glücklich	Interessiert	Lebendig
Verständnisvoll souverän locker verbunden frei mitfühlend zufrieden empänglich akzeptierend harmonisch einfühlsam tolerant freundlich zugänglich kontaktfreudig fliessend flexibel zuhörend einladend umarmend	rücksichtsvoll herzlich gefühlvoll zärtlich ergeben angezogen leidenschaftlich bewundernd warmherzig berührt nah geliebt süß sanft fürsorglich zulassend nicht urteilend wertschätzend respektvoll gütig geduldig anerkennend ausgedehnt wohlgesinnt dankbar	glücklich freudig entzückt übergücklich fröhlich gesellig ekstatisch froh heiter sonnig freudig erregt jubilierend lebenslustig unbeschwert gelassen unbekümmert strahlend unschuldig kindlich zufrieden euphorisch Im Himmel	fasziniert vertieft wissbegierig neugierig erstaunt beteiligt aufmerksam beobachtend amüsiert nachdenklich zuvorkommend eifrig konzentriert	Verspielt couragiert energetisch befreit optimistisch ausgelassen lebhaft schwungvoll begeistert wunderbar lustig grossartig teilend Intelligent erhebend gleichgestellt aufgeregt geniessend kommunikativ mutig jugendlich kräftig

Positiv	Friedlich	Stark	Entspannt
aufgeweckt	ruhig	verlässlich	Begeistert
aufrichtig	ungezwungen	zuverlässig	glänzend
inspiriert	behaglich	einzigartig	geerdet
enthusiastisch	erfreut	dynamisch	ohne Eile
kühn	ermutigt	beharrlich	aufgeschlossen
wagemutig	überrascht	sorgenfrei	effizient
hoffnungsvoll	ruhig	stabil	nicht kontrollierend
wunderschön	sicher	ehrllich	anspruchslos
Kreativ	entspannt	selbst bestätigend	vertrauend
konstruktiv	überzeugt	wahrhaft	Im Fluss
hilfsbereit	Klar	beitragend	leicht
einfallsreich	ausgeglichen	exzellent	spontan
motiviert	vollwertig	verantwortungs-	gesund
kooperativ	erfüllt	bewusst	still
produktiv	echt	-----	Meditativ
ansprechbar	authentisch	spielen	ausgeruht
gewissenhaft	erhoben	gesehen u gehört	anmutig
zustimmend	versöhnlich	magisch	natürlich
geehrt	aufrichtig	zauber	beständig
privilegiert	unbelastet	babyenergie	
anpassungsfähig	empfänglich	fülle	
	selbstsicher	reichlich	
	unabhängig	Wohlstand	
		spirit	
		glitzer	