

# Emoties en overtuigingen

- 1) Schaamte
- 2) Woede
- 3) Verdriet/ bedroefd
- 4) Depressie
- 5) Angst
- 6) Bang
- 7) Schuld
- 8) Pijn
- 9) Afwijzing
- 10) Niks en/of weinig waard voelen
- 11) (veel) Bezighouden met wat andere mensen van me denken
- 12) Ik moet alles perfect en/of goed doen
- 13) Niet goed genoeg voelen
- 14) Beoordeeld voelen
- 15) Geen zelfvertrouwen
- 16) Overweldigd voelen
- 17) Geen geduld/ ongeduldig
- 18) Jaloers/ Benijden
- 19) Walging
- 20) Niet gehoord voelen
- 21) Issues omtrent geld
- 22) Bang om gezien te worden
- 23) Verraden voelen
- 24) Spijt
- 25) Frustratie
- 26) Twijfel / Sceptisch
- 27) Zelfhaat / Walging
- 28) Bang om te falen
- 29) Bang voor succes
- 30) Zelftwijfel
- 31) Verlaten voelen
- 32) Eenzaamheid
- 33) Niet geliefd voelen
- 34) Rouw/ Verlies
- 35) Haat
- 36) Wrok
- 37) Nutteloos / Ontoereikend voelen
- 38) Alles willen controleren/ moeite met verlies van controle
- 39) Mislukking/ gefaald voelen
- 40) Wantrouwen
- 41) Teleurgesteld
- 42) Bedrog
- 43) Niet gewaardeerd voelen
- 44) Zit vast
- 45) Gebruikt / Misbruik van gemaakt
- 46) Niet gesteund voelen
- 47) Stom / Dom
- 48) Vermoeid / Uitgeput
- 49) Genegeerd voelen
- 50) Machteloos
- 51) Geplet voelen