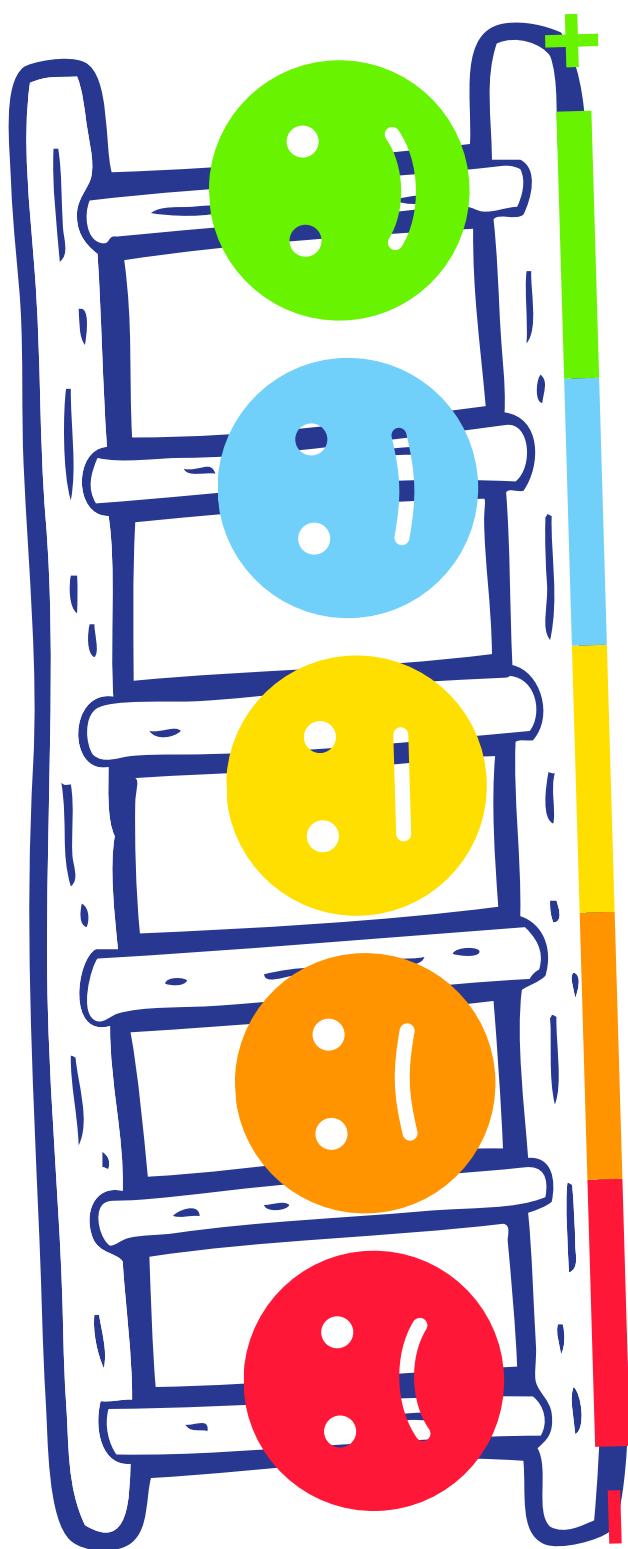




EMOTIONELE LADDER

Je emoties bepalen je energie



1. Vreugde/blij, kennis/wijsheid/inzicht, kracht/zelfvertrouwen, vrijheid, liefde, zelfwaardering/dankbaarheid
2. Passie
3. Enthousiasme, graag willen/opgewonden, geluk
4. Positieve verwachting, geloven/vertrouwen
5. Optimistisch
6. Hoop
7. **CONTENT ZIJN (OMSLAGPUNT)**
8. Verveling
9. Pessimistisch
10. Frustratie, irritatie, ongeduldig
11. Overweldigd, overspoeld, bedolven
12. Teleurstelling
13. Twijfel
14. Zorgen
15. Verwijt, jezelf iets aanrekenen
16. Ontmoedigd
17. Boos
18. Wraak
19. Haat, woede/razernij
20. Jaloezie
21. Onveiligheid, schuld, je onwaardig voelen
22. Angst/beklemming, verdriet/leed, depressief, wanhopig/radeloos/verslagenheid/hopeloos, krachteloos/machteloos, slachtoffer