

Sentimientos Cuando necesidades
Están satisfechas

Sentimientos cuando necesidades
NO esán satisfechas

Necesidades

Feliz

Contenta
Gozoso
Alegre

Relajada

Tranquila
Calmada
CÓmodo
Aliviado
Plácida

Agradecido

Expansiva
Encantada
Asombrado
Conmovido

Afectuosa

Amorosa
Amable

Emocionada

Entusiasmada
Motivada
Inspirada
Juguetón
Pasionante

Animada
Optimista
Con ánimos
Vivo
Despejada
Dispuesto

Satisfecho

Libre
Realizado

Interesado

Enfocada
Curiosa
Despierta
Fascinada
Intrigada
Confiada
Segura
Orgullosa
Esperanzado

Bienestar

Fuerte
Saludable

Miedoso

Preocupada
Panico
Asustado
Atemorizado

Nerviosa

Incómoda
Ansioso
Inquieta

Desilusionado

Desalentada
Desesperado
Desamparado
Insatisfecho

Estresada

Sobrecargado
Abrumado

Dolido

Acongojado
Sóla
Agustiada
Herido

Enjado

Enfurizada
Frustrado
Agotada
Impaciente
Hostil
Harto
Resentida

Deprimido

Desconectada
Desesperado
Aburrida

Cansada

Alterado

Malhumorada

Triste

Desanimado

Confudido

Indeciso
Ofuscada
Perpleja

Celosa

Desconfiada
Insegura
Sospechoso

Avergonzada

Apenada
Culpable
Tímida
Vulnerable

Ser Intima

Empatía
Conexión
Cariño
Afecta
Amor
Ser entendido
Aceptación
Compasión
Comunion
Unidad
Expresión sexual
Aprecio

Autonomía

Elección
Libertad
Independencia
Poder en mi mundo

Seguridad

Estabilidad
Confianza
Predicibilidad
Consuelo

Mutualidad

Cooperación
Amistad
Compañía
Apoyo
Colaboración
Consideración
Ser escuchado
Ser visto

Comunidad

Pertenencia
Armonía
Solidaridad
Respeto
Honor

Propósito

Sentido
Contribución
Eficacia
Crecimiento
Aprendizaje
Reta
Descubrimiento
Aventura

Orden

Estructura
Claridad
Atención
Información
Compensación

Celebración

Duelo
Luto
Humor
Diversión
Belleza
Juego
Joya
Inspiración

Expresión

Comunicación
Honestidad
Integridad
Creatividad
Autenticidad

Igualdad

Paz

Tranquilidad
Comodidad

Alimento

Agua
Descanso
Seguridad
Salud