

THE CONSCIOUS COLLECTIVE

Ik voel me ...

blij	enthousiast	nieuwsgierig
boos	moe	gespannen
bang	moedeloos	ontspannen
verdrietig	onverschillig	alert / op m'n
trots	apathisch	hoede
teleurgesteld	opgelaten	walging
geïrriteerd	ontroerd	machteloos
onzeker	verrast	alleen /
verbaasd	ongemakkelijk	eenzaam
geschrokken	bezorgd	dankbaar
verbijsterd	gefrustreerd	hoopvol
opgelucht	verward	opgewonden
verlangend	wanhopig	zelfverzekerd
geïnspireerd	onrustig	

Quasi-gevoelens, verborgen oordelen:

Ik "voel" me ...

niet serieus genomen

genegeerd

in de steek gelaten

niet gehoord

onbelangrijk

onbegrepen

onmisbaar

bijzonder

belazerd

maria@mariafernandezalvarez.com

06 41 58 74 88

THE CONSCIOUS COLLECTIVE

Omdat voor mij ... belangrijk is/zijn:

eerlijkheid	structuur	uitdaging
rechtvaardigheid	controle	avontuur
verantwoordelijkh	resultaat	groei
eid	helderheid	creativiteit
vrijheid	duidelijkheid	vieren
autonomie	voortgang	rouwen
ruimte	afronding	steun
begrip	(financiële)	vertrouwen
gehoord worden	zekerheid	inspiratie
gezien worden	veiligheid	gemak
erkenning	(fysieke)	flow
acceptatie	integriteit	rust
respect	zorg	voeding
plezier	empathie	beweging
lichtheid	consideratie	schoonheid
humor	verbinding	harmonie
betekenis	samenwerking	aanraking
bijdrage	gemeenschapszin	liefde
nut	vriendelijkheid	
effectiviteit	ontwikkeling	

maria@mariafernandezalvarez.com
06 41 58 74 88