

*Verbindende Communicatie*

# BEHOEFTE & GEVOELEN

---

EXPERT ACADEMY



[www.expertacademy.be](http://www.expertacademy.be)

# BEHOEFTE

---

- verbinding
- nabijheid
- acceptatie
- gezelschap
- waardering
- vertrouwen
- vriendschap
- genegenheid
- samenwerking
- communicatie
- gelijkwaardigheid
- stabiliteit
- begrip
- liefde
- respect
- intimiteit
- empathie
- koestering
- mededogen
- eerlijkheid
- respect
- integriteit
- helderheid
- consistentie
- authenticiteit
- vreugde
- welzijn
- orde
- harmonie
- gelijkheid
- schoonheid
- autonomie
- ruimte
- keuze
- vrijheid
- flexibiliteit
- zelfstandigheid
- gelijkwaardigheid
- creativiteit
- avontuur
- inspiratie
- uitdaging
- spontaniteit
- bescherming
- veiligheid
- zekerheid
- rechtvaardigheid
- mededogen
- respect
- steun

# GEVOELENS

---

Bij **vervulde** behoeften

- dankbaar
- erkentelijk
- waardierend
- tevreden
- liefdevol
- openhartig
- mededogen
- toegenegen
- vriendelijk
- zelfverzekerd
- trots
- open
- zeker
- bewust
- krachtig
- vastberaden
- vrolijk
- blij
- gelukkig
- ontroerd
- energiek
- opgetogen
- vreugdevol
- hoopvol
- tevreden
- opgelucht
- vertrouwend
- betrokken
- geboeid
- gestimuleerd
- geamuseerd
- geïnteresseerd
- nieuwsgierig
- verbonden
- optimistisch
- enthousiast
- positief
- opgewekt
- enthousiast
- gepassioneerd
- opgewonden
- bezield
- uitgelaten
- opgebeurd
- geestdriftig
- gelukkig

# GEVOELENS

---

Bij **niet vervulde** behoeften

- woedend
- verontwaardigd
- razend
- kwaad
- boos
- verward
- schuldig
- beschaamd
- ongemakkelijk
- geërgerd
- ontstemd
- geïrriteerd
- ontevreden
- ongeduldig
- gefrustreerd
- verontwaardigd
- gespannen
- gestrest
- overweldigd
- nerveus
- ongerust
- zenuwachtig
- jaloers
- kwetsbaar
- onveilig
- hulpeloos
- machteloos
- moedeloos
- onzeker
- onverschillig
- vervreemd
- bang
- achterdochtig
- wantrouwig
- verschrikt
- versteend
- ongerust
- bezorgd
- angstig
- onrustig
- ongemakkelijk
- geschrokken
- verontrust
- verstoord
- overstuurd
- geschokt

- eenzaam
- gekwetst
- bedroefd
- verschrikkelijk
- beroerd
- treurig
- triest
- wanhopig
- ongelukkig
- teleurgesteld
- terneergeslagen
- verbitterd
- verachting
- walging
- afschuw
- ontzet
- haat
- hopeloos
- verdrietig
- depressief
- ongelukkig
- ontmoedigd
- teleurgesteld
- terneergeslagen
- vermoeid
- afgemat
- uitgeput
- futloos
- leeg

- verbaasd
- onthutst
- verloren
- verward

## Verbindende Communicatie

Scan deze QR code



Of kijk op  
[www.expertacademy.be](http://www.expertacademy.be)