

## Pseudo-Gefühle

Gedanken oder „unechte“ Gefühle beschreiben, was eine Person denkt. Sie sind daran zu erkennen, dass bei deren Beschreibung häufig die Formulierung „Ich fühle mich ...“ genutzt wird. Problem: Mit Gedanken gehen Aktiv – Passiv – Konstruktionen einher. Man schmälert den eigenen Handlungsradius. Deshalb sind Gefühle für selbstverantwortliches Handeln hilfreicher.

abgelehnt  
 abgewiesen  
 anerkannt  
 angeschwärzt  
 ausgelacht  
 beachtet  
 bedrängt  
 begünstigt  
 verhasst  
 benutzt  
 beschwindelt  
 bestraft  
 betrogen  
 dumm  
 eingesperrt  
 erniedrigt  
 ertappt  
 geächtet  
 geduldet  
 geprellt  
 getadelt  
 wertlos  
 hinters Licht geführt  
 in die Falle gelockt  
 ins Abseits gestellt  
 isoliert  
 links liegen gelassen  
 missachtet  
 nicht akzeptiert  
 nicht gewollt  
 nutzlos  
 verurteilt  
 terrorisiert  
 überfahren  
 übervorteilt  
 unpassend  
 unterbewertet  
 unwichtig  
 verabscheut  
 verantwortlich gemacht

abgestoßen  
 abgewimmelt  
 angegriffen  
 armselig  
 ausgesondert  
 beansprucht  
 bedroht  
 beherrscht  
 verunglimpft  
 beschuldigt  
 besiegt  
 verschmäht  
 bewacht  
 eingeschränkt  
 eingezwängt  
 erpresst  
 erwischt  
 gebrandmarkt  
 gefördert  
 geringgeschätzt  
 getäuscht  
 herausgerissen  
 ignoriert  
 verraten  
 irreführt  
 lächerlich gemacht  
 manipuliert  
 vernachlässigt  
 nicht gehört  
 nicht zuständig  
 reingelegt  
 schuldig gesprochen  
 überarbeitet  
 übers Ohr gehauen  
 unbeachtet  
 untauglich  
 unterschätzt  
 unwürdig  
 verachtet  
 zum Gespött gemacht

abgewertet  
 an der Nase herumgeführt  
 angeklagt  
 auf den Arm genommen  
 ausgesperrt  
 verleugnet  
 beeinträchtigt  
 behütet  
 benachteiligt  
 beschützt  
 bestohlen  
 verleumdet  
 dominiert  
 eingeschüchtert  
 entehrt  
 verlassen  
 fallengelassen  
 gebraucht  
 verspottet  
 gerügt  
 herabgesetzt  
 runtergemacht  
 in die Enge getrieben  
 inkompetent  
 irreführt  
 lästig  
 minderwertig  
 mit den Füßen getreten  
 nicht geliebt  
 niedergetreten  
 schlecht gemacht  
 sitzen gelassen  
 überbeansprucht  
 übersehen  
 ungeeignet  
 unter Druck gesetzt  
 unverstanden  
 unzuständig  
 verächtlich gemacht  
 zum Narren gehalten