



Natuurlijke Gevoelens	Functie	Misvormingen
Angst	Waarschuwen Vlucht- en vechimpuls	stoerheid, machogedrag, paniek, fobieën angst voor de toekomst
Boosheid, woede	helpt ons onze grenzen te leren kennen. 'NEE'. Dit wil ik niet. Dit voelt niet goed voor mij. Zelfbescherming	verhalen je tekort gedaan voelen agressie passiviteit, stilte, negeren pesten, cynisme, mopperen weglachen
Verdriet	in het reine komen met verlies. helen, wond genezen tranen louteren, 'spoelen schoon' klagen, spijt	schuld (zelfverwijt, het gevoel dat je onwaardig bent ) martelaarschap, zelfmedelijden zeuren, schaamte verbitterdheid
Jaloerie	groeimotivatie het net zo willen 'zijn' als diegene op wie je jaloers bent (heeft met 'zijn' te maken niet met 'hebben') behoefte jezelf te verbeteren	competitiegedrag bezitterig gedrag onzekerheid, overdreven neiging tot vergelijken kritiek en (ver)oordelen over de ander heen walsen afgunst, nijd, roddelen
Liefde	bestaansrecht geven en ontvangen	braaf gedrag alles voor de ander willen doen niet kunnen ontvangen eisend, dwingend gedrag perfectionisme voorwaardelijke liefde – 'ik hou van je als...' – 'ik hou van mezelf als...' hoge verwachtingen van de ander wantrouwen gevoel voor schoonheid verdwijnt verslaving