

## Nicht-Gefühle

„Nicht-Gefühle“ oder Gefühle gemischt mit Bewertungen und/oder Interpretationen, oder Prozesse, die in uns ablaufen, weil uns scheinbar jemand etwas antut; wo wir nicht bereit sind, Verantwortung für unsere Gefühle zu übernehmen.

Man erkennt sie daran, dass man beim Anderen ist, dessen Verhalten interpretiert, anstatt im eigenen Bauch zu prüfen, wie man sich fühlt, wenn man denkt, der Andere tut dies oder das (z.B. mich unterdrücken).

abgelehnt	feige	ungehört
angegriffen	gedrängt	unbedeutend
angeschuldigt	gefangen	unerwünscht
attackiert	gestört	unsichtbar
ausgelassen	gedemütigt	unterdrückt
bedrängt	getadelt	übergangen
bedroht	hereingelegt	unverstanden
beherrscht	hintergangen	missverstanden
belästigt	ignoriert	unwichtig
beleidigt	isoliert	unwürdig
belogen	manipuliert	unzulänglich
beschuldigt	schlecht behandelt	verarscht
betrogen	missachtet	vergewaltigt
bevormundet	schuldig	verlassen
beschämt	überlistet	vernachlässigt
dominiert	überrannt	verletzt
dumm	überwältigt	verraten
erniedrigt	ungeliebt	vertrauensunwürdig
eingeschüchtert		wertlos
fehl am Platz		