

Blockaden lösen leicht gemacht

	A	B
1	Beschuldigung Scheu Schrecken Nicht unterstützt Kraftlosigkeit	Konflikt Kreative Unsicherheit Angst Entsetzen Verärgerung
2	Versagen Hilflosigkeit Empörung Nervosität Sorge	Wut Bitterkeit Schuldgefühl Hass Groll
3	Verwirrung Verteidigungshaltung Ablehnung Traurigkeit Bedauern	Weinen Entmutigung Trauer Selbstmisshandlung Sturheit
4	Beunruhigung Verzweiflung Hoffnungslosigkeit Kontrollverlust Geringe Selbstachtung	Stolz Scham Sehnsucht Lust Überforderung
5	Verlassenheit Betrogen Unsicherheit Übermaß an Freude Verletzlichkeit	Vergebliche Mühe Herzschmerz Aussichtslosigkeit Verlorenheit Nicht empfangene Liebe
6	Niedergeschlagenheit Frustration Unentschlossenheit Panik Selbstverständlich genommen	Demütigung Eifersucht Schock Minderwertigkeit Wertlosigkeit Machlosigkeit