

### Vraag 3: Hoe reageer je, wat gebeurt er, wanneer je die gedachte gelooft?

KWAAD		GEDEPRIMEERD		VERWARD	HULPELOOS	ONVERSCHILLIG	ANGSTIG	GETROFFEN	BEDROEFD	OORDELEND
geïrriteerd	luidruchtig	teleurgesteld	masochistisch	twijfelend	onbekwaam	ongevoelig	vrezend	verpletterd	door tranen-	gevoelloos
woest	reactief	ontmoedigd	vastzittend	onzeker	alleen	sloom	doodsbang	gekwd	verstikt	serieus
vijandig	vloekend	beschaamd	samengetrokken	besluiteloos	verlamd	gereserveerd	wantrouwig	achtergesteld	desolaat	fronsend
beledigend	abrupt	krachteloos	gespannen	perplex	vermoeid	lusteloos	bezorgd	gefolterd	ongelukkig	dreigend
geërgerd	ruziënd	gekleineerd	geblokkeerd	aarzelend	inferieur	verveeld	gealarmeerd	gewond	eenzaam	aangevallen
overstuur	venijnig	schuldig	hopeloos	verlegen	kwetsbaar	gepreoccupeerd	paniekerig	beledigd	verdrietig	tactloos
hatelijk	ziedend	onvoldaan	knorrig	gedesillusioneerd	leeg	kil	geschrokken	geteisterd	rouwend	kwetsend
onaardig	driftig	miserabel	humeurig	wantrouwend	pathetisch	levenloos	ongerust	pijn lijdend	ontsteld	bazig
offensief	koppig	verachtelijk	prikkelbaar	verloren	radeloos	onverschillig	bang	geslachtofferd	neerslachtig	hoogdravend
agressief	opstandig	zelf-denigrerend	vingerwijzend	gestrest	verdoemd	ongeïnteresseerd	timide	gebroken	overgevoelig	stug
verbitterd	kwaad	zelf-hatend	weerstand -	ongemakkelijk	overweldigd	niet reagerend	rusteloos	worstelend	laag	meedogenloos
gefrustreerd	ongeduldig	mokkend	bediend	vergelijkend	incompetent	moe	bedreigd	ontzet	berouwwol	strijdbaar
dominant	weerbarstig	terneergeslagen	bestraffend	oneerlijk	onbeholpen	mechanisch	laf	verongelikt	zuur	dwingend
haatdragend	veroordelend	afschuwelijk	chagrijnig	superieur	machteloos	traag	achterdochtig	vernederd	zelfkastijdend	negerend
heetgebakerd	smalend	waardeloos	mopperend	minachtend	lamgeslagen		beducht	van streek	onwaardig	tegendraads
kwaadaardig	sarcastisch	wanhopig	nors	manipulatief	afgesneden		aanvallend	teruggetrokken	breekbaar	brutaal
woedend	aanmatigend	vervreemd	belast	oordelend	gevangen		defensief	op de tenen -	afgesloten	tierend
kritisch	scherp	slecht	negatief	vooringenomen	zwak		verschrikkelijk	getrapt	uit het lood -	scheldend
vals	giftig	pessimistisch	gesloten	kibbelend	ziek		op je hoede	lijdend	geslagen	schel
gewelddadig	respectloos	afgewezen	oncomfortabel	autoritair	misselijk		verontrust	afstandelijk	verblind	hard
straffend	jaloers	rottig	futloos	neerbuigend	onrustig		zelfingenomen	overrompeld	huilend	niet echt
sadistisch	boos	zelf-kritisch	in de hel	veeisend	trillerig		rigide	gepest	kermend	nep
gemeen	slaand	zelf-ontwaardend	beverig	verward	hunkerend		fobisch	naar beneden -	jammerend	oppervlakkig
furieus	schreeuwend	somber	lichtgeraakt	verbijsterd	hongerend		intolerant	gehaald		territoriaal
geagiteerd	gillend	sip	verwilderd	gedesoriënteerd	naar		verstoord	verstikt		klagend
antagonistisch	wraakzuchtig	down	afgetobd	uit balans	zich in -		verscheurd			obsessief
walgend	wraaklustig	moedeloos	ingestort	waaninnig	bochten -		geïntimideerd			lomp
razend	berispelend	troosteloos	slap voelend	blozend	wringend		ontwijkend			
dwars	afgunstig	rot	gepijnigd	opgelaten	nerveus		afwerend			
verontwaardigd					wazig		onbuigzaam			
					spiertrekkend		paranoïde			
					dwangmatig		geremd			
							verstijfd			
							vastgeklonken			
							bevooroordeeld			
							agorafobisch			
							in zichzelf gekeerd			

## Vraag 4: Wie zou je zijn zonder die gedachte?

OPEN	LIEFDEVOL	GELUKKIG	GEÏNTERESSEERD	LEVENDIG	POSITIEF	VREDIG	STERK	ONTSPANNEN
begripvol	attent	gezegend	gefascineerd	speels	hevig verlangend	goed	betrouwbaar	glimmend
zelfverzekerd	liefhebbend	vreugdevol	geïntrigeerd	moedig	vurig	op je gemak	overtuigd	schitterend
kalm	gevoelig	opgetogen	in beslag genomen	energiek	gemeend	comfortabel	uniek	stralend
verbonden	teder	in de wolken	onderzoekend	bevrijd	geïnspireerd	aangemoedigd	dynamisch	reflectief
vrij	toegewijd	opgewekt	totaal verdiept in	optimistisch	stoutmoedig	verrast	vasthoudend	glimlachend
meevoelend	geboeid	feestelijk	nieuwsgierig	beziel	dapper	tevreden	sterk	gegrond
voldaan	hartstochtelijk	extatisch	verwonderd	begeesterd	hoopvol	stil	veilig	onthaast
ontvankelijk	bewonderend	blij	betrokken	enthousiast	mooi	zeker	stabiel	met open geest
aanvaardend	warm	vrolijk	opmerkzaam	fantastisch	creatief	sereen	eerlijk	efficiënt
aardig	geraakt	zonnig	geamuseerd	grappig	constructief	licht	beheerst	niet-controlerend
harmonieus	hecht	verrukt	zorgzaam	geweldig	behulpzaam	gesteund	zelf-bevestigend	nergens van uit – gaand
invoelend	geliefd	jubelend	beleefd	gevend	vindingrijk	helder	ondersteunend	gaand
tolerant	lief	joviaal	aandachtig	delend	gemotiveerd	in balans	uitmuntend	vertrouwend
vriendelijk	medelevend	vol plezier	gefocust	intelligent	coöperatief	fijn	verantwoordelijk	spontaan
benaderbaar	toegeeflijk	luchthartig		rechtvaardig	productief	okay	opgeladen	bewust
hartelijk	niet oordelend	makkelijk		opgewonden	geestdriftig	adequaat	verstandig	gezond
vloeiend	appreciërend	zachtmoedig		genietend	opgenomen	vervuld	compleet	in gedachten – verzonken
flexibel	respectvol	zorgeloos		communicatief	zorgvuldig	echt	volwassen	uitgerust
aanwezig	nederig	luisterrijk		actief	goedkeurend	authentiek	solide	wachtend
luisterend	hoffelijk	onschuldig		pittig	gehonoreerd	vergevingsgezind		lachend
verwelkomend	geduldig	kinderlijk		jeugdig	bevoorrecht	oprecht		lachend
omarmend	eer bewijzend	behaagd		aangenaam	buigzaam	verheven		gracieuw
	(zich) ontplooiend	euforisch		geprikkeld		onbelast		natureel
	dankbaar	goed humeur – hebbend				zelfvoorzienend		evenwichtig
		hemels						gecentreerd
		extreem – gelukkig						

Voor meer informatie over hoe The Work te doen, bezoek [www.thework.com/nederlands](http://www.thework.com/nederlands)