

Sentiments agréables éprouvés quand nos besoins sont satisfaits

A : à l'aise, admiratif, allégé, aimant, amusé, animé, apaisé, attendri, aventureux,
B : bien disposé, bouleversé,
C : calme, captivé, centré, chaleureux, charmé, comblé, compatissant, concentré, concerné, confiant, content, curieux,
D : décontracté, délassé, délivré, détendu, déterminé, dynamisé,
E : ébahi, électrisé, emballé, émerveillé, émoustillé, ému, en effervescence, en expansion, enchanté, encouragé, énergique, enflammé, engagé, enjoué, en harmonie, enthousiaste, épanoui, espiègle, étonné, éveillé, exalté, excité, exubérant,
F : fasciné, fier, fort,
G : gai, galvanisé, gonflé à bloc, grisé,
H : heureux,
I : impliqué, insouciant, inspiré, intéressé, intrigué,
J : joyeux,
L : léger, libre,
M : motivé,
N : nourri,
O : optimiste, ouvert,
P : paisible, partagé, passionné, pétillant, plein d'espoir, proche,
R : radieux, radouci, rafraîchi, rassasié, rasséréné, rassuré, ravi, rayonnant, réceptif, réconforté, reconnaissant, régénéré, réjoui, relaxé, revigoré,
S : satisfait, sécurisé, sensibilisé, sensible, serein, sidéré, soulagé, stimulé, sûr de soi, surpris,
T : touché, tranquille,
V : vivant, vivifié.

Sentiments désagréables éprouvés quand nos besoins sont insatisfaits

A : à bout, abattu, accablé, affamé, affolé, agacé, agité, alarmé, amer, angoissé, anxieux, apeuré, assoiffé,
B : blessé, bloqué, bouleversé,
C : chagriné, choqué, en colère, concerné, confus, consterné, contrarié, crispé,
D : débordé, déchiré, déconcerté, décontenancé, découragé, (sur la) défensive, dégoûté, démonté, démoralisé, démuni, dépassé, dépité, déprimé, dérangé, dérouté, désabusé, désappointé, désemparé, désespéré, désolé, désorienté, déstabilisé, détaché, distant,
E : ébahi, ébranlé, effondré, effrayé, embarrassé, embrouillé, ému, endormi, énervé, ennuyé, enragé, éprouvé, épuisé, essoufflé, étonné, exaspéré, excédé, exténué,
F : fâché, fatigué, fragile, frustré, furieux,
G : gêné, glacé, grognon,
H : hésitant, honteux, horrifié, hors de soi,
I : impatient, impuissant, incertain, incommodé, incrédule, indécis, indifférent, inquiet, insatisfait, insensible, intrigué, irrité,
L : las, lourd,
M : mal, mal à l'aise, malheureux, mécontent, méfiant, mélancolique, morose,
N : nerveux,
P : partagé, peiné, perdu, perplexe, perturbé, pessimiste, préoccupé,
R : réservé, résigné, réticent,
S : sans élan, saturé, sceptique, secoué, seul, sombre, soucieux, stressé, stupéfait, submergé, surmené, surpris,
T : tendu, terrifié, terrorisé, tiraillé, tourmenté, triste, troublé,
V : vexé, vidé, vulnérable.