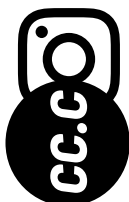


# Sentimentos associados a necessidades atendidas

**“Toda ação é uma estratégia para satisfazer uma necessidade.”**

(Marshall Rosenberg, criador da Comunicação Não-Violenta)

/comunicacao.com.consciencia  
Juliano Rigatti, facilitador



**AFETO**  
afável  
amorosa  
calorosa  
carinhosa  
compassiva  
cordial

**FASCINAÇÃO**  
aberta  
absorta  
apaixonada  
atraída  
cativada  
curiosa  
deslumbrada  
encantada  
entretida  
envolvida  
estimulada  
extasiada  
interessada  
intrigada  
ligada

**ANIMAÇÃO**  
admirada  
arrebatada  
deslumbrada  
empolgada  
energizada  
entusiasmada  
excitada  
deslumbrada  
energizada  
revitalizada  
empolgada  
exuberante  
maravilhada  
motivada

revigorada  
revitalizada  
surpresa  
vibrante  
viva

**ALEGRIA**  
acesa  
eletrizada  
esfuziante  
eufórica  
exultante  
radiante

**GRATIDÃO**  
agradecida  
contente  
emocionada  
tocada

**FELICIDADE**  
alegre  
arrebatada  
brincalhona  
deleitada  
divertida  
engraçada  
extasiada  
exultante  
faceira  
jovial  
jubilante  
realizada  
risonha  
satisfeita  
transbordante

**ESPERANÇA**  
animada  
confiante

despreocupada  
otimista  
para cima  
positiva  
tranquila

**INSPIRAÇÃO**  
admirada  
agitada  
ansiosa  
emocionada  
empolgada  
entusiasmada  
estimulada  
maravilhada  
motivada

**PAZ**  
aberta  
aliviada  
calma  
centrada  
confortável  
contente  
descontraída  
equilibrada  
plena  
quieta  
relaxada  
satisfeita  
serena  
tranquila

**VIGOR**  
descansada  
desperta  
recarregada  
rejuvenescida  
renovada  
restaurada

*Agradecimento especial ao Curso da Compaixão de Thom Bond, traduzido para o português pela Leticia Penteado e revisado por Diana de Hollanda e Igor Savitsky, e também à obra Comunicação Não Violenta no Trabalho, de Ike Lasaster e Julie Stiles, os quais muito recomendo e com base nos quais esta lista foi construída.*