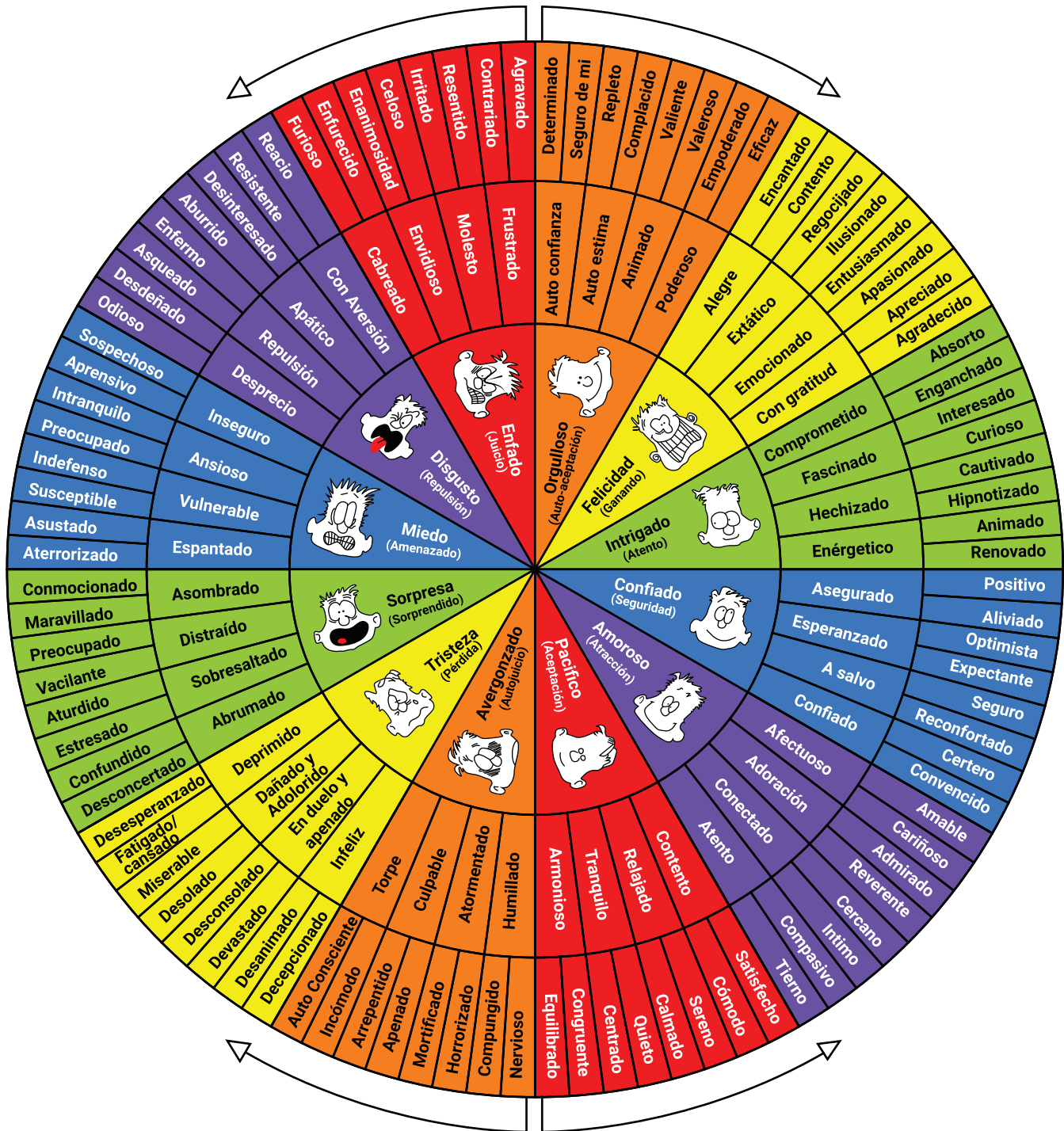


# Rueda de Sentimientos



Basado en Nonviolent Communication de Marshall Rosenberg, Ph.D. Puede ser duplicado para uso personal o para educar sobre la comunicación no violenta. Los gráficos y la organización de la rueda de sentimientos y necesidades original (en inglés) están realizados por Bret Stein. [artisanf@hotmail.com](mailto:artisanf@hotmail.com) Revisado 1/1/11

**Los sentimientos son emociones internas. Son pensamientos en forma de evaluaciones y juicios sobre otros.**

- |             |                |              |              |            |           |            |
|-------------|----------------|--------------|--------------|------------|-----------|------------|
| Abandonado  | Atacado        | Abusado      | Traicionado  | Culpado    | Tiranzado | Timado     |
| Coaccionado | Criticado      | Despendido   | No respetado | Excluido   | Ignorado  | Intimidado |
| Insultado   | Me han fallado | Manipulado   | No entendido | No Cuidado | Pisado    | Rechazado  |
| Despreciado | No amado       | No escuchado | No querido   | Utilizado  | Violado   | Explotado  |

La Rueda de Sentimientos ha sido utilizada con permiso de Bret Stein basado en la Comunicación No Violenta (NVC).