

Lichaam

Emoties

hormonen

woede

ontsteking

spierspanning

schaamte

zorgen

trigger points

angst

eenzaamheid

gewrichten

verdriet

fascia

zenuwen

stemming

schuld

acceptatie

PIJN

vermoeidheid

stress

roken

hoop

kreunen

voeding

houding

interpretatie

doemdenken

overbelasten

aandacht

relativeren

ademhaling

klagen

vermijden

piekeren

alcohol

Gedrag

Gedachten