



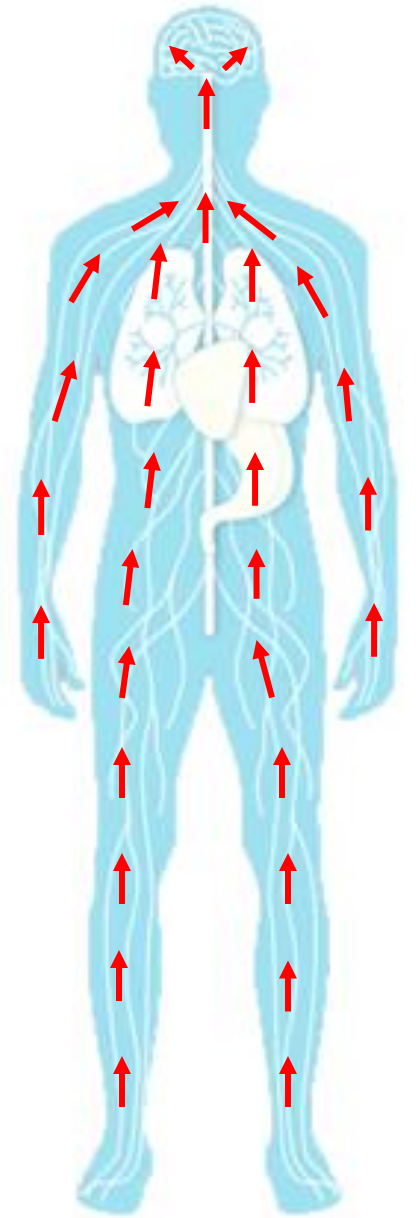
## Adaptatie

*Psychomotorische Therapie*

# Homeostase

- Overleving
- Actie
- Aandacht

Ervaren



# Lichaamssignalen

- Fysiek
- Cognitief
- Emotioneel

# Take home message

## Luister

naar het fluisteren  
van je lichaam  
zodat het niet hoeft  
te schreeuwen