

KNOW YOUR TRIGGERS

Z E Y G O X K D A H G P G X H Y E S S E R T S T
B S T T L V W R F B R Y Z J Z J F V G N W X N Z
W B E G M P E J Z E B X N E L M H J K Y M E G J
T O I O N E V R R Q Q L L H C C K G F M M P E I
S M X J D Q F A C L C G G E C O D X K N U E L P
G I N P L E P X P O P R Y U Y O E H O K L U T A
N E A O I Q M F L Y N P H O N G J R J K D T O E
V Y P L C R Q A C I U F I Y C V I K Q M W G D A
H W D T T M T I H W Z Y I J G V P C H I J Q Z W
U E J Z V B L O Z S A K A D N P N Y J R J E Y F
R S R E E P D N Y K H S F E E P G X D J V Q U M
R J H J I S O L A T I O N Y G N I H E J X O K P
E Q C D P Q U Z D D E A T H Q T C F T U A N C S
L T T O Q Z D R L Z B J N V I D C E V Z Z R S T
A J J U Q N E Y Y F Y B V S S O L B O J K E Z S
T H P G H C P Y G V M S T V A E Y N K E N K V C
I P O A N H R G I K V F I O Z Y M O L L I Q E Q
O J F E I K E A Z W V E I Y T G V D L L W T W M
N W Y X C N S N A D F C S N B T P I B Y K D C A
S A P P S M S M V A L V P H A I F J O K C T J D
H Q X J R V I M C Q Z T X P A N S P X Q L N L T
I P C Q F O O A R E B Y S M A U C J I F E M O T
P V T P R M N Z S E I R O M E M G E T I O N Y D
S W A B X N A M T K D J C P O G Z L S L B Q U N

OVERCONFIDENCE

DEPRESSION

JOB LOSS

ILLNESS

PEERS

RELATIONSHIPS

ISOLATION

MEMORIES

STRESS

SHAME

ENVIRONMENT

FINANCES

ANXIETY

DEATH

PAIN