

MESTRINGSPLAN

Hvad kan gøre det svært for mig? (udløsende årsager/triggere)	Hvad er mine advarselstegn til mig selv og andre? (Advarselstegn)	Hvad kan jeg gøre for at hjælpe mig selv? (Strategier)		
		<table border="1"><thead><tr><th data-bbox="1503 940 2094 1026">Hvad kan andre gøre for at hjælpe mig? (Strategier)</th></tr></thead><tbody><tr><td data-bbox="1503 1026 2094 1439"></td></tr></tbody></table>	Hvad kan andre gøre for at hjælpe mig? (Strategier)	
Hvad kan andre gøre for at hjælpe mig? (Strategier)				