

# 2a

## Personligt overbliksskema

Dato:

Initialer:

Overblik i forhold til

Fakta

Udfordringer

Styrende opfattelse/  
selvforståelse

Mestringsstrategier  
(både kortsigtede og langtidsholdbare)

Ressourcer



Skema 2a: Personligt overbliksskema. Maria Metner, Peter Bilgrav, Lene Metner. KLAR Værktøjskassen (2026).