

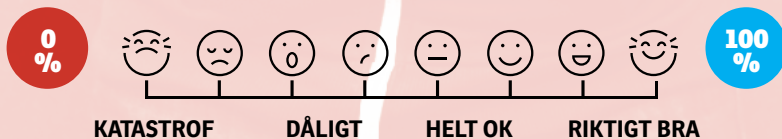


## OVERLOAD

När blir det för mycket?

### Vad tycker du om stress?

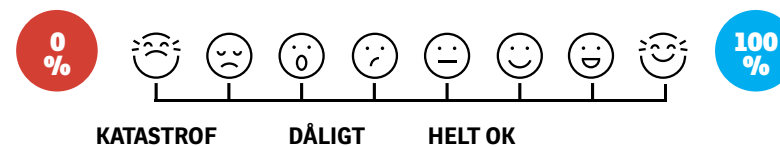
Sätt ett kryss på linjen där du tycker att det stämmer bäst



## I vilka situationer blir du stressad?

### Hur bra är du på att hantera stress?

Sätt ett kryss på linjen där du tycker att det stämmer bäst



### Vad gör du när du blir stressad?

Om du skulle be någon om hjälp, vem skulle du fråga och om vad?