

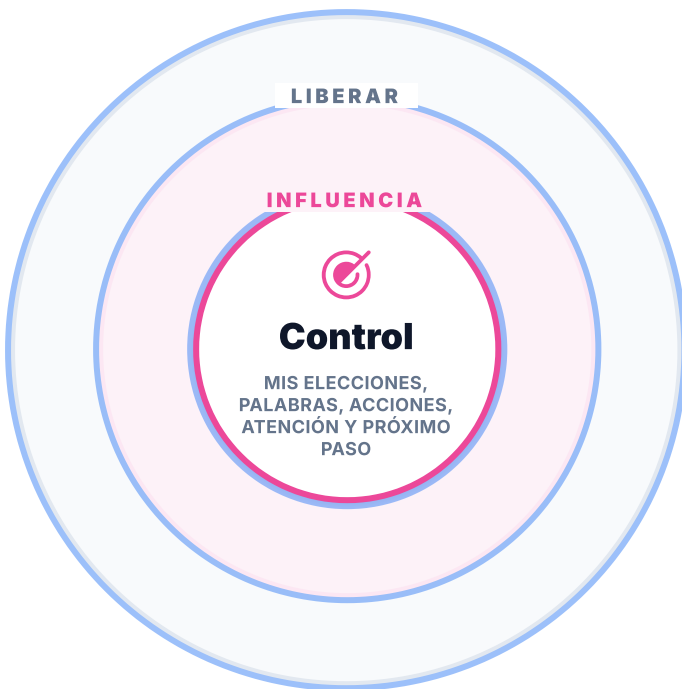
# Círculo de Control


Clasifica las preocupaciones en lo que controlas, influyes y liberas


 LA PREOCUPACIÓN QUE LLEVO:


---

---



 **CONTROL**  
Mis elecciones, palabras, acciones, atención y próximo paso

 **INFLUENCIA**  
Personas a quienes puedo preguntar, planes que puedo preparar, apoyo que puedo solicitar

 **LIBERAR**  
Reacciones de otros, el pasado, la incertidumbre y los resultados

UNA PEQUEÑA ACCIÓN DENTRO DE MI CONTROL:

---

---

---

UNA FRASE QUE PUEDO REPETIR CUANDO MI MENTE VUELVA AL CÍRCULO EXTERIOR:

---

---

---