

## CIRCULO DE LAS PREOCUPACIONES

### OBJETIVO:

Dirigir a la persona hacia aquellos aspectos sobre los que puede actuar. Tiene capacidad de acción.

Lo demás es auto sabotear sus propios objetivos. No asumir la responsabilidad de sus propios actos.



### EJERCICIO:

El cliente debe escribir en un papel sus preocupaciones al respecto del objetivo fijado.

Rodear con un círculo aquellos aspectos sobre los que tiene capacidad de maniobra.

Quedarán fuera aquellos aspectos sobre los cuales no se tiene control.

Lo que escapa a tu control debe quedar fuera del círculo, de lo contrario se adopta el rol de víctima.

Establecer un plan B para estos aspectos.

Una vez hecho esto, el cliente puede dejar de preocuparse de dichos aspectos. Tiene un plan alternativo.

