

Nome \_\_\_\_\_ / /



**GRADE DE PREOCUPAÇÕES:** Faça uma lista com suas pré-ocupações, independente da ordem:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

PREOCUPAÇÃO	PROBLEMAS



Daniela Franco - Companheira de Mudanças



EmocionalMente Desde 2006



15 99705.3385



/coachdanielafranco



www.danielafrancorh.com

Nome \_\_\_\_\_ / /



Distribua os elementos de sua lista na grade abaixo:

A - Solução sobre meu controle	B - Solução fora de meu controle	C- Sem solução

Sabendo que somente poderá fazer algo pelas pré-ocupações que estão sobre seu controle (Quadrante A), como vai lidar a partir de agora com os elementos dos quadrantes B e C?

---

---

---

---

---

Sabendo que somente poderá fazer algo pelas pré-ocupações que estão sobre seu controle (Quadrante A), o que vai fazer?

---

---

---

---

---

Como vai fazer? Quando vai fazer?

---

---

---

---

---



 Daniela Franco - Companheira de Mudanças

 EmocionalMente Desde 2006  SELO SOCIAL 

 15 99705.3385  /coachdanielafranco  www.danielafrancorh.com