

¿QUÉ PUEDO CONTROLAR?

Escribe dentro de los círculos aquello que **sí** puedes controlar y lo que **no** (si necesitas más espacio, dibuja los círculos en una hoja aparte):

Descarta de tus soluciones aquellas cosas que no puedes controlar y céntrate en las que sí. ¿Qué puedes hacer para solucionar o mejorar el problema con las herramientas que tienes?

