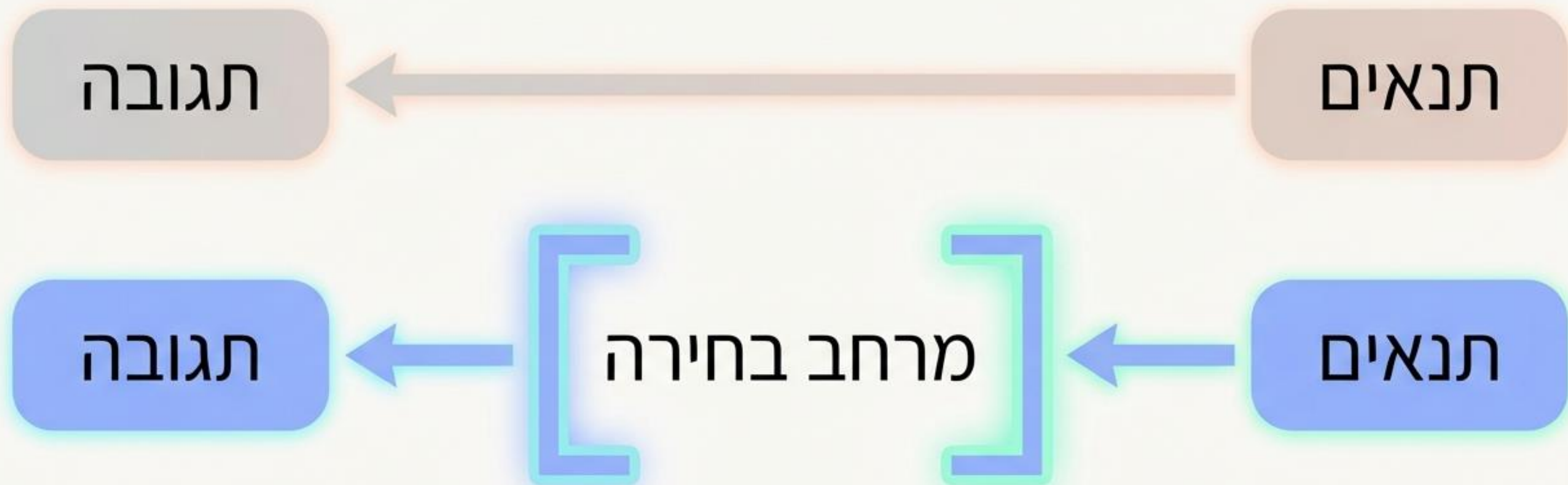




מעגל ההשפעה ומעגל הדאגה

ממעבר מתגובתיות לפרואקטיביות | מבוסס על שיטתו של ד"ר סטיבן קובי



אנו אחראים לחיינו.

התנהגותנו היא פועל יוצא של
החלטותינו ולא של התנאים
בהם אנו נתונים.

התנהגותנו היא פרי בחירה
מודעת המתבססת על ערכים,
ואיננה תוצר שיסודו ברגשות.

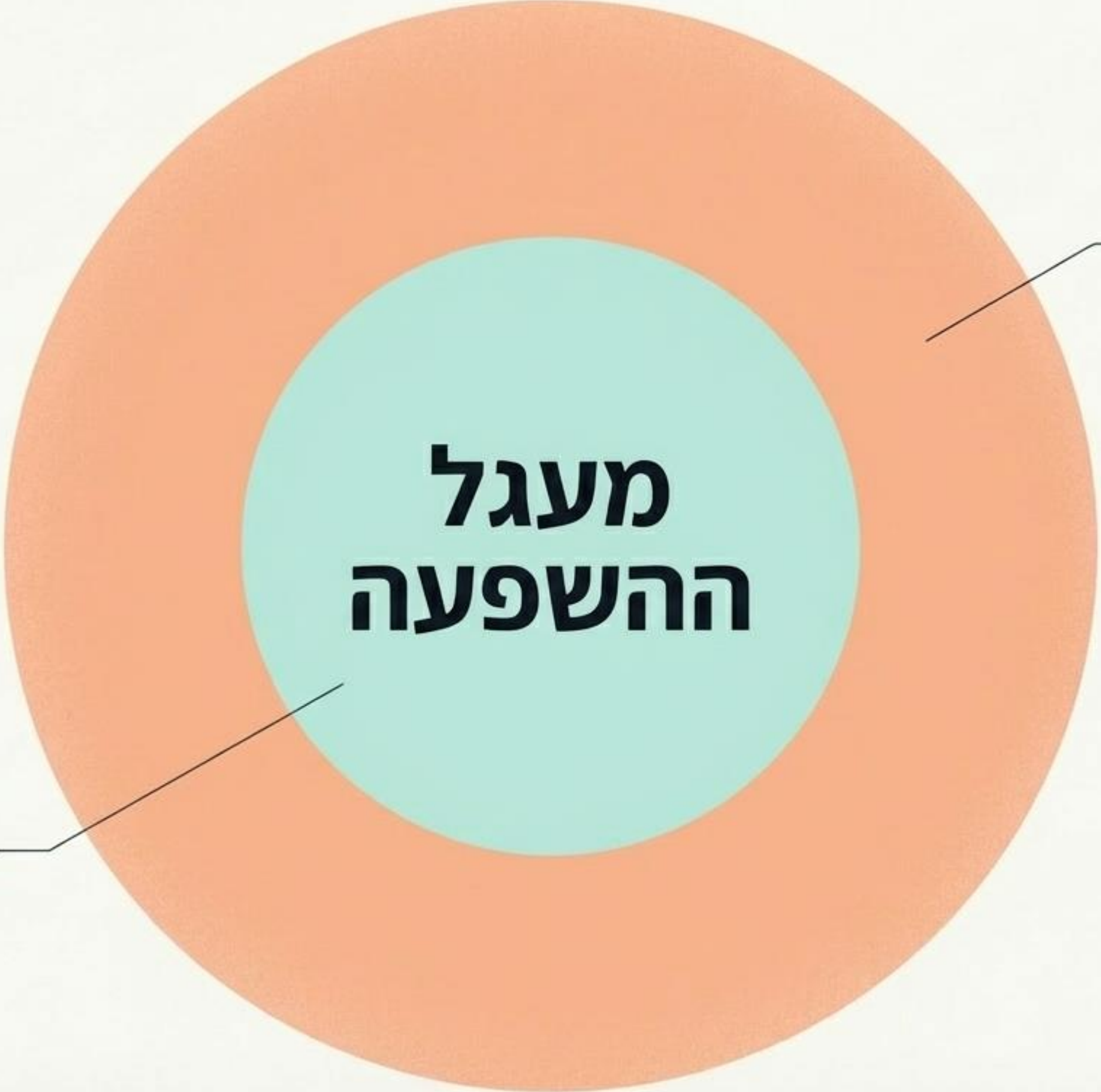


"היוזמה והאחריות לגרום לדברים שיתרחשו – בידנו."

מעגל הדאגה

מכיל את כל הדברים שמטרידים אותנו
ביומיום, אך אין לנו שליטה ישירה עליהם.

היכן אנו ממקדים את הזמן וואנרגיה שלנו?

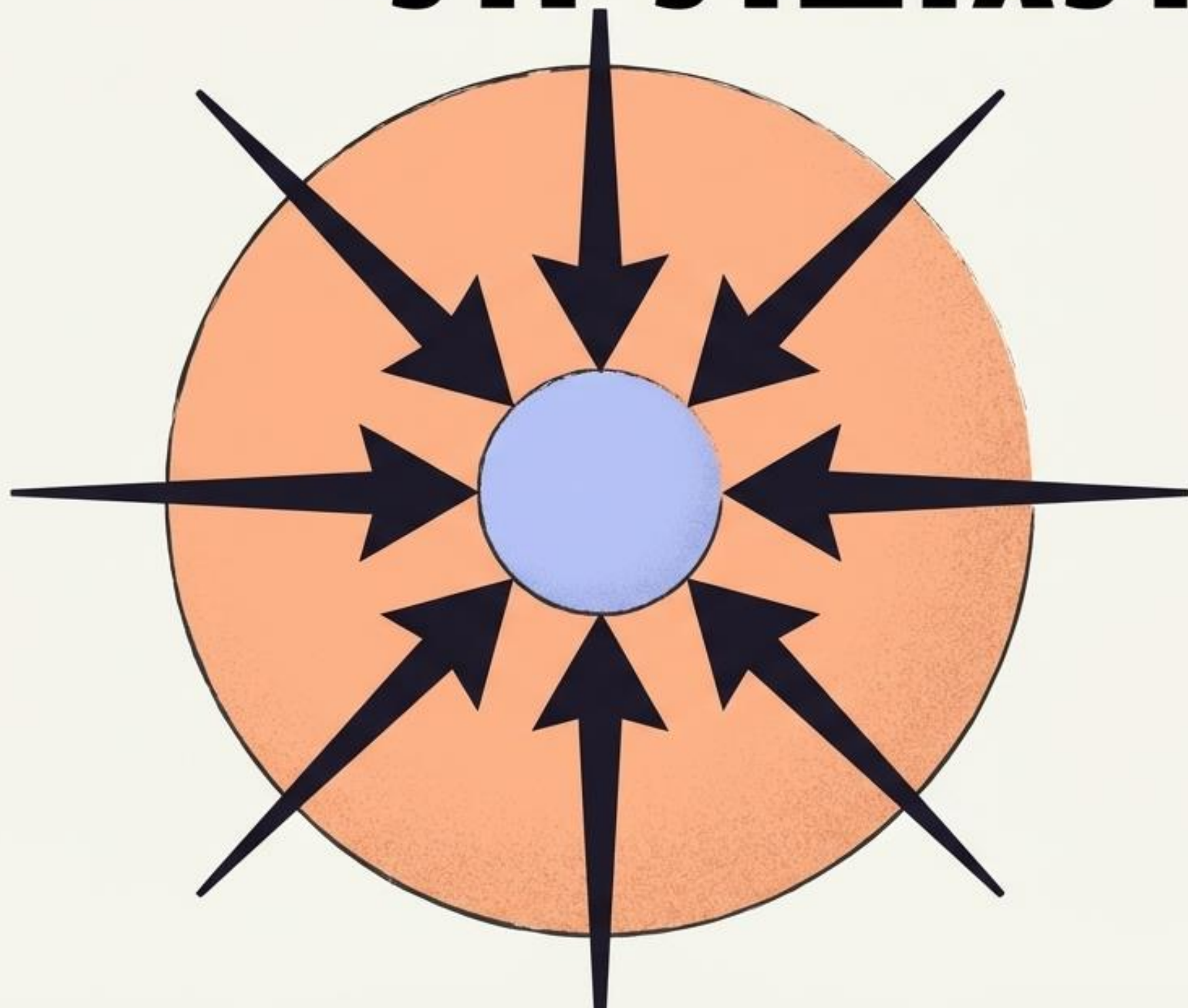


מעגל ההשפעה

דברים שמחוץ
לשליטתנו

דברים שלגביהם
שוחגביהם אנו
יכולים לעשות
דבר מה

מלכודת התגובתיות



כאשר אנו ממקדים את
האנרגיה והזמן שלנו
במעגל הדאגה, תחושת
הקורבנות גוברת.
האנרגיה השלילית גורמת
למעגל ההשפעה שלנו
להתכווץ.

אדוות של השפעה



אנשים פרואקטיביים ממקדים את מאמציהם במעגל ההשפעה. האנרגיה שלהם גדלה ומתחזקת ומרחיבה את מעגל ההשפעה.

איך אנחנו נשמעים?

הדרך המהירה ביותר לזהות באיזה מעגל אנו
נמצאים היא להקשיב לשפה שלנו.

שפת המנהיג (פרואקטיבית)

אני שולט ברגשותיי

אני בוחר

אני יכול לבחון גישה אחרת/
בוא ונבחן חלופות

אני אעשה...

שפת הקורבן (ריאקטיבית)

הוא מרגיז אותי

אני לא יכול / אני כזה

לא יכול לעשות דבר

לורק...

ניסוח מחדש של הדאגה

מה אני יכול לעשות בקשר לזה?

התחלת תוכנית פעולה יישומית.

מפת הדרכים האופרטיבית





היכולת לבחור בתגובה – בידנו.

הפסיקו להשקיע אנרגיה במים הסוערים
שמעבר לשליטתכם.
היו הטיפה שיוצרת את האדוות.