



**work
@ble**

Preparación laboral digital para personas desfavorecidas



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



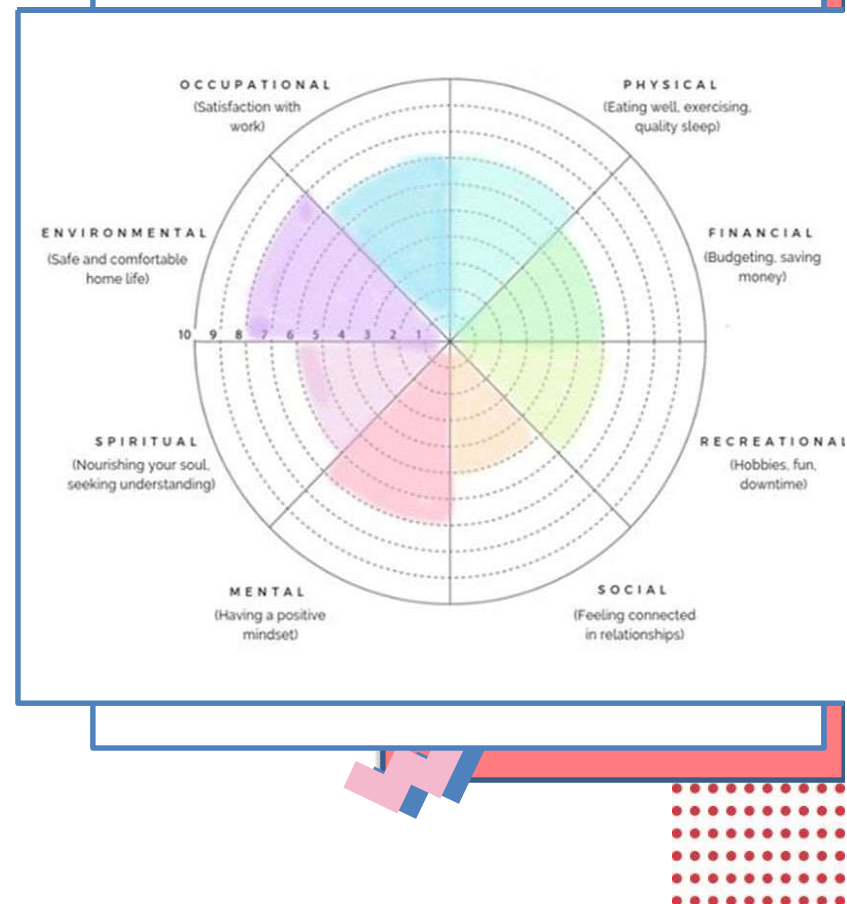
La rueda de la vida

Objetivo: El objetivo de la rueda de la vida es asegurarse de que esa rueda (nuestra vida) está equilibrada.

Descripción

Esta rueda de la vida es algo que Astangu utiliza regularmente en las técnicas de nuestro modelo de empleo con apoyo. La rueda no solo ayuda a los clientes a evaluar rápidamente los niveles de equilibrio en su vida en ese momento, sino que también puede utilizarse para aclarar las prioridades a la hora de fijar objetivos

Hemos adaptado esto de la metodología cARE. El cliente evaluará cada parte de su vida y elegirá un número del 1 al 10 para describir el estado en el que está esa parte de su vida en el momento. Pondrán el número en la rueda. Se mostrará un ejemplo para ilustrar cómo quedará una vez terminada. Esto puede ilustrar las carencias en la calidad de vida y dar pie a una conversación sobre el tema más en profundidad.



También se puede ir más allá y evaluar la situación actual y compararla con las ambiciones y deseos para ayudar a comprender cómo se puede evolucionar a mejor en cada categoría de la vida.

<u>Situación actual</u>	<u>Ambiciones y deseos en esta categoría</u>
Ambiente físico	
Carrera/trabajo	
Seguridad financiera/dinero	
Salud/bienestar	
Familia/amigos	
Relaciones/romance	
Crecimiento persona	
Diversión/recreation	



Preparación laboral digital para personas desfavorecidas