



"Digital job coaching for disadvantaged people"

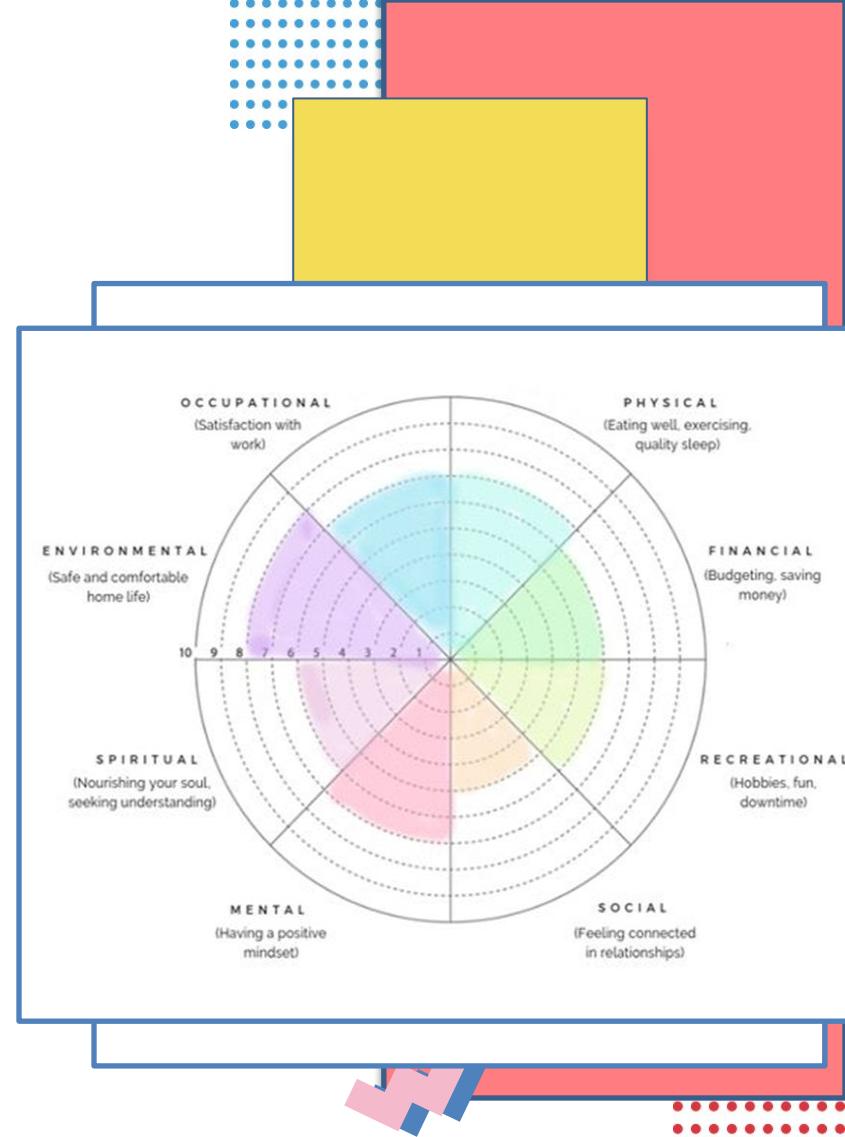
## The Wheel of Life

**Zielsetzung:** Das Ziel des Lebensrades ist es, dafür zu sorgen, dass das Rad (unser Leben) im Gleichgewicht ist.

### Beschreibung

Das Rad des Lebens wird von Astangu regelmäßig im Rahmen ihrer unterstützten Beschäftigungsmodelle eingesetzt. Das Rad hilft den Klienten nicht nur dabei, ihr aktuelles Lebensgleichgewicht schnell einzuschätzen, sondern kann auch dazu verwendet werden, Prioritäten für die Zielsetzung zu klären.

Wir haben es von der cARE-Methode übernommen. Der Kunde bewertet jeden Bereich seines Lebens und wählt eine Zahl von 1-10, um zu beschreiben, wie gut dieser Bereich seines Lebens derzeit ist. Sie tragen die Zahl in das Rad ein. Wir zeigen Ihnen ein Beispiel, um zu veranschaulichen, wie es nach der Fertigstellung aussehen wird. Dies kann wirklich veranschaulichen, woran es in der Lebensqualität mangelt, und ein tieferes Gespräch zu diesem Thema eröffnen.



"The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."



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

Sie können auch noch weiter gehen und die aktuelle Situation bewerten und sie mit Ihren Ambitionen und Wünschen vergleichen, um zu verstehen, wie jede Lebenskategorie zum Besseren entwickelt werden kann.

<u>Aktuelle Situation</u>	<u>Ambitionen und Wünsche für dieses Feld</u>
Physische Umwelt	
Arbeit und Karriere	
Finanzielle Sicherheit	
Gesundheit	
Familie und Freunde	
Beziehung	
Persönliches Wachstum	
Spaß und Freizeit	



"Digital job coaching for disadvantaged people"