



"Digital job coaching for disadvantaged people"

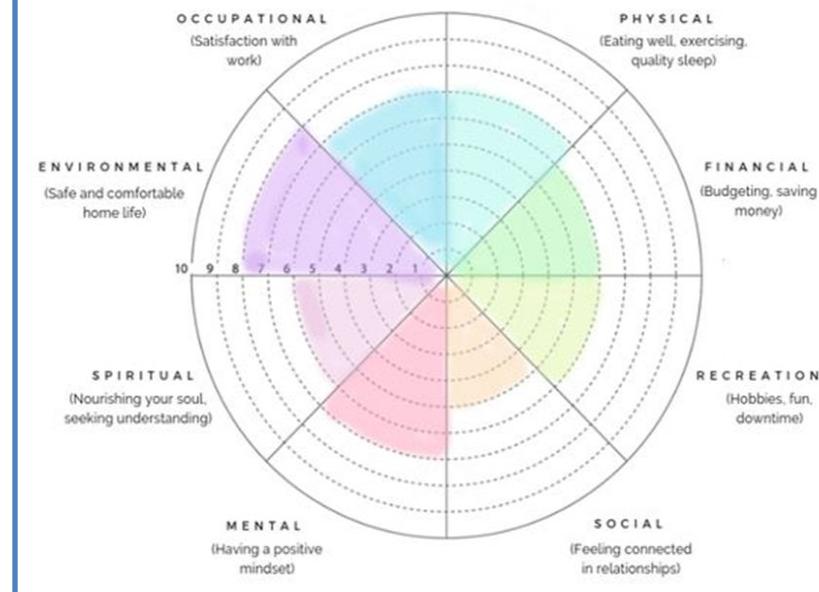
## La Ruota della Vita

**Obiettivo:** L'obiettivo della ruota della vita è fare in modo che la ruota (la nostra vita) sia equilibrata..

### Descrizione

La Ruota della vita è qualcosa che Astangu utilizza regolarmente nelle tecniche del nostro modello di inserimento lavorativo assistito. La ruota non solo aiuta gli utenti a valutare rapidamente il loro attuale livello di equilibrio di vita, ma può anche essere utilizzata per chiarire le priorità per la definizione degli obiettivi.

L'abbiamo adattata dalla metodologia CARE. L'utente valuta ogni aspetto della sua vita e sceglie un numero da 1 a 10 per descrivere quanto è buona quella parte della sua vita. Metterà il numero sulla ruota. Vi mostreremo un esempio per illustrarvi come apparirà una volta completato. Questo può davvero illustrare cosa manca alla qualità della vita e aprire una conversazione più profonda sull'argomento.



"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

**sepie**  
SERVICIO ESPAÑOL PARA LA  
INTERNACIONALIZACIÓN DE LA EDUCACIÓN

Si può anche andare oltre e valutare la situazione attuale e confrontarla con le ambizioni e i desideri per capire come ogni categoria di vita possa essere evoluta in meglio.

<u>Situazione Attuale</u>	<u>Ambizioni e Desideri in questa categoria</u>
<b>Ambiente Fisico</b>	
<b>Carriera/Lavoro</b>	
<b>Sicurezza económica/Denaro</b>	
<b>Salute/Benessere</b>	
<b>Famiglia/Amici</b>	
<b>Relazioni amorose</b>	
<b>Crescita Personale</b>	
<b>Divertimento</b>	



"Digital job coaching for disadvantaged people"