



Rueda de la vida

COACHING-PLAY®

Herramientas didácticas y sistémicas

RUEDA DE LA VIDA

Con fines de intervención personal y/o entrevista

Ejercicio cuyo objetivo es identificar las áreas que requieren de un mayor equilibrio o desarrollo en la vida de una persona. Su enfoque visual permite observar el sistema de un individuo a partir de un contexto creativo y conversacional, que le permite reconocer sus fortalezas y áreas de oportunidad ya sea con fines de entrevista laboral y/o de intervención o desarrollo personal.

INSTRUCCIONES

1. Disponga de los recursos necesarios en la mesa de su cliente antes de iniciar; recuerde que las tarjetas van hacia abajo con el fin de que el factor sorpresa y curiosidad sea fuente de aprendizaje y fluidez para su cliente.
2. Realice un ejercicio de apertura para conocer mucho más a su cliente.
3. Invite a su cliente a conversar sobre diferentes áreas de su vida.
4. Invítelo a destapar uno de los factores (dejarlo destapado) y a conversar sobre ello, a través de un juego de dados y preguntas, la cual se encuentra predeterminada en la planilla adjunta.
5. Formule la pregunta asignada en relación al factor destapado e indague a profundidad las respuestas de su cliente.
6. Recuerde que su misión es identificar la realidad de cada factor (*qué funciona, qué no funciona, que desea cambiar en dicho área, cómo se siente frente a ella; entre otras*). Para profundizar en la realidad de cada tema, utilice preguntas cumbre, críticas o focalizadas.
7. No pase a otro factor hasta que le quede claro la realidad de cada uno de ellos y cada vez que pase a otro aspecto, el cliente ha de lanzar los dados nuevamente. No importa si se repite el mismo número, ya que la respuesta estará enfocada desde otro factor; sin embargo, si se repite continuamente, usted podrá formular otras preguntas de su interés.
8. No haga ninguna valoración o calificación de los factores, hasta que todas los factores de la rueda queden destapados.
9. Culminada la etapa anterior; invite al cliente a identificar **qué tanto necesita fortalecer o desarrollar cada una de los temas planteado su la rueda; todo ello en una escala de 1 a 5; donde 1 ES MUY POCO y 5 BASTANTE**
10. Entrégueles las fichas de parqués al cliente para que señale su puntuación.
11. Recuerde que la valoración de Coaching-Play es desde el reconocimiento; 1 muy poco y 5 bastante.

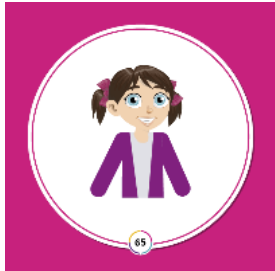
- Así que entre más cerrada es la rueda, más equilibrada estará la vida del cliente.
- Entre más abierta sea la puntuación; más necesidades de mejora existen.
- Terminada la etapa anterior, invite a su cliente a revisar su sistema y a identificar las áreas que representan fortalezas y aquellas que sugieren oportunidades potenciales de crecimiento y desarrollo para su vida
- Permítale identificar lo que necesita mejorar; qué estará dispuesto hacer frente a ello; qué depende de el y qué acciones puede comenzar a implementar desde ya.
- Aprecie a su cliente con un regalo de fortalezas, e invítelo a escoger una; aquella que le permitiría avanzar en los compromisos y acciones planteadas.
- Cierre el ejercicio conectando al cliente con las tres declaraciones SOY , ACEPTO Y MEREZCO.
- Invítelo a identificar el aprendizaje que se lleva con este tipo de conversación.



Plantilla "La Rueda"



10 Factores de la vida



Observador Hombre - Mujer

No. Del dado	Pregunta
1	Qué representa esta área de su vida para usted?
2	Qué funciona y que no funciona en esta área de su vida?
3	Qué aprendizaje le han dejado algunas experiencias críticas en esta área de su vida?
4	Qué situaciones han marcado su vida en esta área?
5	Qué logros importantes tiene su vida en este aspecto?
6	Qué le aportaría un mayor equilibrio o desarrollo en esta área a su vida?

Planilla de 12 preguntas

RECURSOS NECESARIOS



Kit de 72 Fortalezas



Kit de 3 declaraciones



MESA DEL CLIENTE



El cliente elige el factor por el cual desea iniciar

No pase al siguiente hasta no haber explorado a profundidad el anterior.



No. Del dado	Pregunta
1	Qué representa esta área de su vida para usted?
2	Qué funciona y que no funciona en esta área de su vida?
3	Qué aprendizaje le han dejado algunas experiencias críticas en esta área de su vida?
4	Qué situaciones han marcado su vida en esta área?
5	Qué logros importantes tiene su vida en este aspecto?
6	Qué le aportaría un mayor equilibrio o desarrollo en esta área a su vida?



Final de la exploración.



Qué tanto necesita fortalecer o desarrollar cada una de las áreas de su vida en una escala de 1 a 5; donde 1 es muy POCO - 5 BASTANTE



Apreciar con un regalo de fortalezas



Reconocer lo que necesita para avanzar en los compromisos pactados



Conectar con el merecimiento.



PLANILLA DE PREGUNTAS RUEDA DE LA VIDA

Preguntas sugeridas con base en el juego de dados



No. Del dado	Pregunta
1	Qué representa esta área de su vida para usted?
2	Qué funciona y que no funciona en esta área de su vida?
3	Qué aprendizaje le han dejado algunas experiencias críticas en esta área de su vida?
4	Qué momentos de mayor éxito o logro ha tenido en esta área de su vida?
5	Qué logros importantes tiene su vida en este aspecto?
6	Qué le aportaría un mayor equilibrio o desarrollo en esta área a su vida?

No. Del dato	Pregunta
7	Cómo era su vida en este aspecto cinco(5) años atrás?
8	Cómo visualiza su vida en este aspecto de aquí a 10 años?
9	Que le gustaría transformar o mejorar de esta parte de su vida?
10	Qué fortalezas tiene su vida en este aspecto?
11	Qué oportunidades de mejora tiene esta área de su vida para usted?
12	Qué tan satisfecho se siente en la actualidad en esta área?



CONCLUSIONES LA RUEDA DE LA VIDA.

AREAS DE FORTALEZAS	AREAS DE OPORTUNIDAD.	ACCIONES	CÓMO SABER QUE ESTÁ CRECIENDO O FORTALECIENDO DICHA ÁREA?
