

Stress-Risiko-Screening

Öko-Score
dieses Screenings:



Sie wollen mehr über unsere Nachhaltigkeits-Scores erfahren?
Auf unserer Website finden Sie die Erläuterungen.

Die Welt und ihre Anforderungen verändern sich derzeit täglich. Die VUCA-Welt hat zur Folge, dass die Bevölkerung nicht nur psychische, sondern auch physische Anspannungen und Folgeerscheinungen erlebt. Mithilfe des Stress-Risiko-Screenings wird die persönliche Stressbelastung des Teilnehmenden erfasst und hinsichtlich seiner individuellen Ausprägungen bewertet. Innerhalb eines anschließenden Beratungsgesprächs mit unserem Experten werden Handlungsempfehlungen abgeleitet.

Nutzen:

- Selbstreflexion zur Erhöhung der Selbstwirksamkeit
- Empowerment und Resilienz werden gefördert
- Individuelle Stressbewältigungsstrategien in der Beratung erarbeiten

Ablauf:

- Kurzanamnese und Erklärung des Screenings
- Screening: Teilnehmende füllen Fragebogen gemeinsam mit der Fachkraft digital aus
- Auswertung der Ergebnisse und Beratungsgespräch

Umsetzung

- Mess- und Beratungszeit pro Teilnehmenden: 15 - 20 Min.
- Maximale Veranstaltungsdauer pro Tag: 8 Stunden zzgl. Auf-/Abbau und Pause bzw. 30 TN
- Personalbedarf: Expertin oder Experte von Aktivital ist inklusive

Umsetzung digital

- Webinar über Microsoft Teams; alternativ: Ihre eigene Software für digitale Workshops
- Voraussetzungen: PC mit Tonausgabe und aktuellem Browser, alt. Telefon

Umsetzung Präsenz

- Platzbedarf: 2 Stühle, 1 Tisch, Stromanschluss

Wir machen Entwicklung. Erlebbar.

Erfahren Sie mehr. Schreiben Sie uns. info@aktivital.org