

Gute Unternehmen brauchen gute Mitarbeiter, **die anderen verbrauchen gute Mitarbeiter.**



Wie sinnvoll erleben Mitarbeiter ihre Arbeit?
Wie groß ist ihre berufliche Belastung?
Wie verhalten sich die stress- und konfliktsteigernden
Wahrnehmungs- und Verhaltensmuster des Einzelnen
zu seinen gesundheitsförderlichen Potenzialen?

**MOA Business, Stressprävention by SCHEELEN®,
schützt Unternehmen und ihre wertvollste Ressource.**

Wie sinnvoll erlebe ich meine Arbeit?

Welche Einstellungen bringen mir Erfolg?

Wie stark ist mein Stress Marke „Eigenbau“?

... und vor allem: Was hält mich gesund?

Der Test Meaningful Occupation Assessment* (MOA) beruht auf Erkenntnissen der Arbeitspsychologie und Psychotherapie.

Dabei wurden die epochalen Sichtweisen von Viktor Frankl, dem Begründer der Logotherapie und Existenzanalyse, ebenso berücksichtigt wie die Erkenntnisse der modernen Stressforschung und der Salutogenese, die von A. Antonovsky begründet wurde. Die Salutogenese setzt sich mit der Frage auseinander, was den Menschen gesund erhält.

Der Test geht von einem ganzheitlichen (bio-psycho-sozialen) Menschenbild aus. Im Besonderen gibt der Test Antwort darauf, inwieweit die Motivation durch Sinnfindung im Alltagsleben und am Arbeitsplatz gefördert oder eingeschränkt wird.

Mit Hilfe des Testverfahrens besteht die Möglichkeit, versteckte Ressourcen, Entwicklungspotenziale und auch Quellen der seelischen und sozialen Beanspruchung und Demotivation objektiv sichtbar zu machen.

Die Ergebnisse lassen auch Rückschlüsse darauf zu, wo jemand in der Selbst- und Sozialkompetenz gefördert werden kann. Konfliktfördernde Verhaltensmuster werden leichter erkannt.

Dadurch kann eigenverantwortlich dazu beigetragen werden, dass Ideen oder Vorhaben erfolgreicher umgesetzt und zwischenmenschliche Beziehungen vertieft werden.

Schlussendlich gibt der Test auch Aufschluss darüber, ob bereits somatoforme Störungen vorliegen.

Das sind körperliche Beschwerden, die keine oder keine hinreichende organische Ursache aufweisen.



Was Sie durch den Test erfahren:

Hohe Selbstmotivation und sinnvolle Arbeit sind wichtige Grundlagen für Ihr seelisches (psychosoziales) Wohlbefinden am Arbeitsplatz.

- ▶ Sie bekommen Rückmeldung darüber, wie stark Ihre Selbstmotivation zum seelischen Wohlbefinden am Arbeitsplatz beiträgt. Sie erfahren, wie gut Ihr Bedürfnis nach sinnvoller Arbeit abgedeckt ist: Sinn ist der stärkste innere Motivator und der wichtigste Bestandteil des psychosozialen Wohlbefindens. Der Test zeigt aber auch auf, ob eine Demotivation durch Sinnentfremdung (Sinnidissonanz) vorhanden ist.

Hohe psychosoziale Belastungen wirken sich demotivierend und konfliktfördernd aus.

- ▶ Sie bekommen Rückmeldung darüber, wie stark Ihr Stress durch organisationale oder individuelle Belastungen in Ihrer Arbeit geprägt ist. Sie erfahren, wie stark Ihr subjektives Stressempfinden tatsächlich ist.

Je nach Persönlichkeitstyp sind stressfördernde Einstellungen und Verhaltensmuster (Dynamiken) verschieden stark ausgeprägt.

- ▶ Sie bekommen Rückmeldung darüber, wie viel inneren („individuellen“) Stress Sie durch Ihre Einstellungen und Verhaltensmuster verursachen. Sie erfahren Wichtiges, um Ihre Stress Marke „Eigenbau“ erfolgreich zu reduzieren. Das erhöht Ihre Selbstmotivation und steigert Ihr psychosoziales Wohlbefinden.

Jeder besitzt auch gesundheitsfördernde Potenziale.

- ▶ Sie bekommen Rückmeldung darüber, wie viel Sie von diesen gesundheitsfördernden Möglichkeiten einsetzen. Sie erfahren, wie stark Ihre gesundheitserhaltenden (salutogenen) Potenziale ausgeprägt sind. Damit können Sie Stress nachhaltig verringern.

Sie haben körperliche Beschwerden und der Arzt sagt, dass er nichts finden kann.

- ▶ Der Test lässt Rückschlüsse zu, ob Beschwerden vorliegen, die keine oder keine hinreichende organische Ursache aufweisen. Diese werden mit dem Überbegriff „Somatoforme Störungen“ zusammengefasst.

MOA kann in der betrieblichen Gesundheitsförderung, bei Betriebsklimaerhebungen, im Changemanagement, im Human Resource Management, im Persönlichkeitscoaching oder in einem Assessment-Center-Verfahren eingesetzt werden. Das Testverfahren liefert verlässliches, statistisch abgesichertes Datenmaterial.



Der Test im Überblick:

Motivation und Sinn in der Arbeit

Sinn im Leben und in der Arbeit ist der stärkste Motivator. Sinn erhält gesund. Sinn macht gesund. Sinn baut psychischen Stress ab. Der Test untersucht auf drei Ebenen, wie stark das Bedürfnis nach Sinn erfüllt werden kann, bzw. zeigt auf, ob eine Demotivation durch Sinnentfremdung (Sinndissonanz) vorhanden ist.

Eine Sinndissonanz tritt ein, wenn jemand eine Arbeit als sinnvoll erachtet, sinnvolle Ziele vor Augen hat, aber gleichzeitig bei der Zielerfüllung behindert wird.

Bio-psycho-soziale Belastung

Psychosoziale Belastungen wirken sich im Arbeitsleben auf das seelische (psychische) Wohlbefinden und auf das soziale Miteinander aus. Der Test untersucht auf vier Ebenen das subjektive Belastungsgefühl:

(1) Physische Belastung. (2) Psycho-soziale Belastung. (3) Organisationale Belastung. (4) Individuelle Belastung.

Stressfördernde Einstellungen

Stressfördernde Einstellungen beschreiben innere Grundpositionen oder Denkhaltungen, die Viktor E. Frankl auch als kollektive Neurosen oder als „Pathologie des Zeitgeistes“ bezeichnet hat. Dabei handelt es sich um ein unreflektiertes Übernehmen von Denkweisen und Haltungen, die vom Zeitgeist (Trend) beeinflusst werden. Dieses Denken wirkt sich stressfördernd aus.

Stressfördernde Verhaltensmuster

Stressfördernde Verhaltensmuster sind verinnerlichte Haltungen, Denkweisen und Dynamiken. Diese Verhaltensmuster wirken wie Antreiber, die deswegen stressvermehrend sind, weil sie „immer“ ausgelebt werden müssen - auch in Situationen, in denen dies gar nicht gefordert und erwartet wird. In der Regel stellen sie eine psycho-soziale Überforderung bei der Bewältigung von Herausforderungen in der Arbeitswelt und im Leben dar. Der Test untersucht, wie stark jemand durch die Antreiber (Dynamiken) Starksein, Perfektsein, Gefälligsein, Sich-Beeilen-Müssen und Sich-Anstrengen-Müssen, Stress Marke „Eigenbau“ auslöst.

Salutogenese: Was erhält im Arbeits- und Privatleben gesund?

Jahrhunderte lang ist man in der Medizin der Frage nachgegangen, was eigentlich krank macht (pathologischer Ansatz). Dieser Ansatz ist durch A. Antonovsky ergänzt und erweitert worden. Die Konzentration gilt nun jenen Faktoren, Bewältigungsstrategien oder Ressourcen, die sich gesundheitsfördernd und gesundheitsertreuend auswirken (salutogener Ansatz). Der Test gibt Auskunft darüber, wie stark diese generalisierten Widerstandsressourcen sowohl im Berufsalltag als auch im Privatleben ausgeprägt sind. Somit steht der ganze Mensch mit seiner Biographie im Mittelpunkt und nicht nur seine Erkrankung mit ihren Symptomen.

Somatoforme Störungen

Wenn jemand dauernd körperliche Beschwerden hat und trotz vieler Arztwechsel die Ursache nicht gefunden wird, liegt der Verdacht nahe, dass eine somatoforme Störung vorliegt. Denken und Handeln kreisen dann ständig um die körperlichen Missempfindungen. Die dauernde Selbstbeobachtung und die daraus entstehende Unruhe führen dann bei den meisten zu einem Teufelskreis. Obwohl die Symptome hauptsächlich körperlich sind, muss davon ausgegangen werden, dass zumindest eine psychische Irritation vorhanden ist. Der Test gibt Auskunft darüber, ob eine solche Störung eventuell vorliegt. Ein wichtiger Meilenstein für eine adäquate Betreuung ist gelegt.

Urheberrecht logo consult GmbH - Exklusiver Lizenzpartner Deutschland, Schweiz, Österreich: SCHEELLEN® AG

Deutschland:
SCHEELLEN® AG
Klettgaustrasse 21 | D-79761 WT-Tiengen
TEL +49 (0) 7741 9694 -0
FAX +49 (0) 7741 9694 -20
info@scheelen-institut.de
www.scheelen-institut.de

Schweiz:
SCHEELLEN AG | Schweiz
Zeltweg 44 | CH-8032 Zürich
TEL +41 (0) 43 34399 -61
FAX +41 (0) 43 34399 -63
info@scheelen-institut.ch
www.scheelen-institut.ch

Österreich:
SCHEELLEN GmbH | Österreich
Harrachgasse 22/1 | A-8010 Graz
TEL +43 316 269748 -0
FAX +43 316 269748 -11
info@scheelen-institut.at
www.scheelen-institut.at

