



*Alle
reden
über
Stress.*

*Wir
messen
Stress.*

Meaningful Occupation Assessment – MOA Ressourcen- und Motivationstest

*Wie Sie die wissenschaftlichen Erkenntnisse
der Salutogenese und Logotherapie/Existenzanalyse
nutzen können*



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 erweitert oder aber auch 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 Menschen in der Selbst- und Sozialkompetenz gefördert werden können. Konfliktfördernde Verhaltensmuster werden leichter erkannt.

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

Schlussendlich gibt der Test auch Aufschluss darüber, ob somatoforme Störungen vorliegen. Das sind Beschwerden, die keine oder keine hinreichende organische Ursache haben.

*„Meaningful“ bedeutet so viel wie „sinnzentriert“. „Occupation“ heißt Beschäftigung. Ein „Assessment“ ist ein mehrdimensionales Testverfahren.

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.

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.*

- ▶ Hohe psychosoziale Belastungen wirken sich demotivierend und konfliktfördernd aus.

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

- ▶ Je nach Persönlichkeitstyp sind stressfördernde Einstellungswerte 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 Ihren 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 reduzieren.

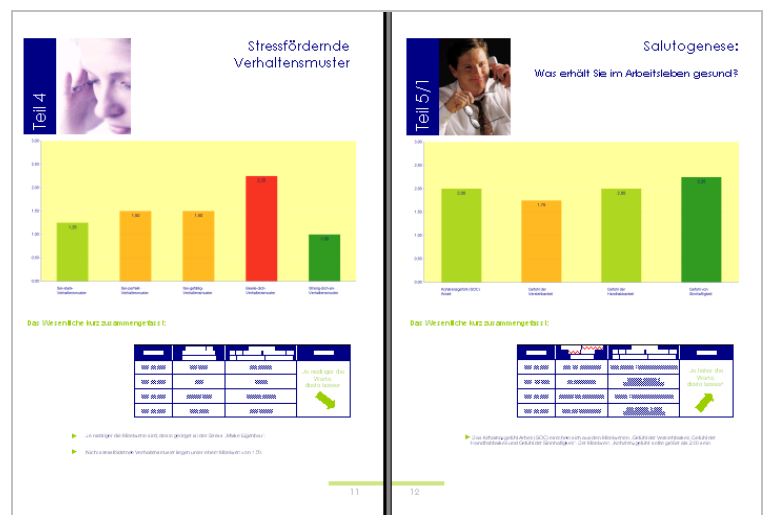
- ▶ Ich habe körperliche Beschwerden und der Arzt sagt mir, dass er nichts finden kann.

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



So einfach erkennen Sie Ihre Stressverstärker

1. Sie verfügen über einen Internetzugang.
2. Sie erhalten Ihren persönlichen PIN- und TAN-Code. Damit wird sichergestellt, dass Ihre Daten geschützt sind.
3. Mittels Internet können Sie nun den Test durchführen. Sie benötigen dazu zwischen 20 und 30 Minuten. Wenn Sie wollen, können Sie den Test jederzeit unterbrechen. Sie wählen sich einfach neu ein und kommen automatisch zur nächsten Frage.
4. Wenn Sie alle Fragen beantwortet haben, werten wir den Test aus.
5. Sie erhalten eine schriftliche Auswertung mit persönlicher Erklärung.



In der schriftlichen Auswertung werden durch übersichtliche Grafiken Ihre psycho-sozialen Ressourcen, Ihre Motivation, aber auch die Stressverstärker leicht verständlich dargestellt.

Intuition allein ist zu wenig.
 Führungspersonen brauchen seriöse Analysen und Fakten.
 Wir liefern sie. Verständlich. Übersichtlich.