

CCL Label – Gesund miteinander!

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.

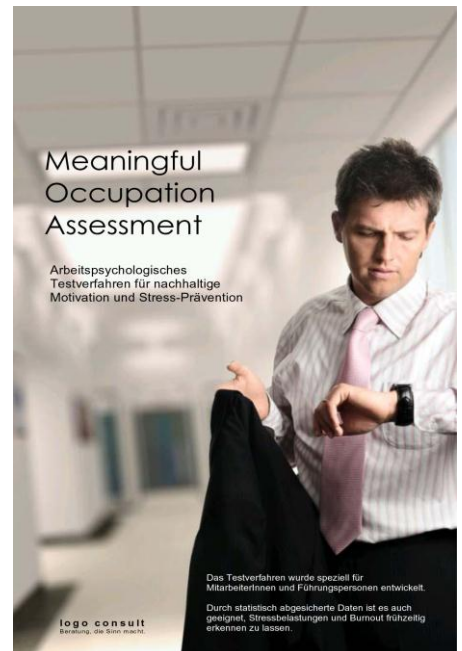
Der Test geht von einem ganzheitlichen (bio-psycho-sozialen) Menschenbild aus. Im Besonderen gibt der Test Antwort darauf, inwieweit die Motivation durch Sinnfindung im Alltagsleben und am Arbeitsplatz erweitert oder eingeschränkt wird.

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 somatoforme Störungen vorliegen. Das sind Beschwerden, die keine oder keine hinreichende organische Ursache aufweisen.

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



Was Sie durch die Analyse 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 (Sinndissonanz) vorhanden ist.

- ▶ 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 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 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 verringern.

- ▶ 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 aufweisen. Diese werden mit dem Überbegriff „Somatoforme Störungen“ zusammengefasst.