

Empfohlene Maßnahme 2017
Ausgezeichnet durch die Gesellschaft für
Prävention e.V.



RELIEF Individual – Stressprävention für Ihre Mitarbeiter

Ein Gewinn für den Einzelnen und das Unternehmen

Die Einsatzbereiche des Sanvartis
Corporate Health Programms:

- Gesundheitsförderung
- Stressprävention
- Betriebliches Gesundheitsmanagement
- Persönlichkeitscoaching
- Führungstraining
- Teamentwicklung
- Leistungserhalt



Resilienz aufbauen

Resilienz aufbauen ist wichtig. Nur wer psychisch widerstandsfähig ist, bewältigt Stress und Belastungen. Aus diesem Grund ist vielen Unternehmen daran gelegen, ihr Betriebsklima so zu gestalten, dass sich Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wohl fühlen. Nur in einer positiven Atmosphäre mit sinnstiftender Arbeit bleiben Menschen gesund, engagiert und tragen mit voller Kraft zum Unternehmenserfolg bei.

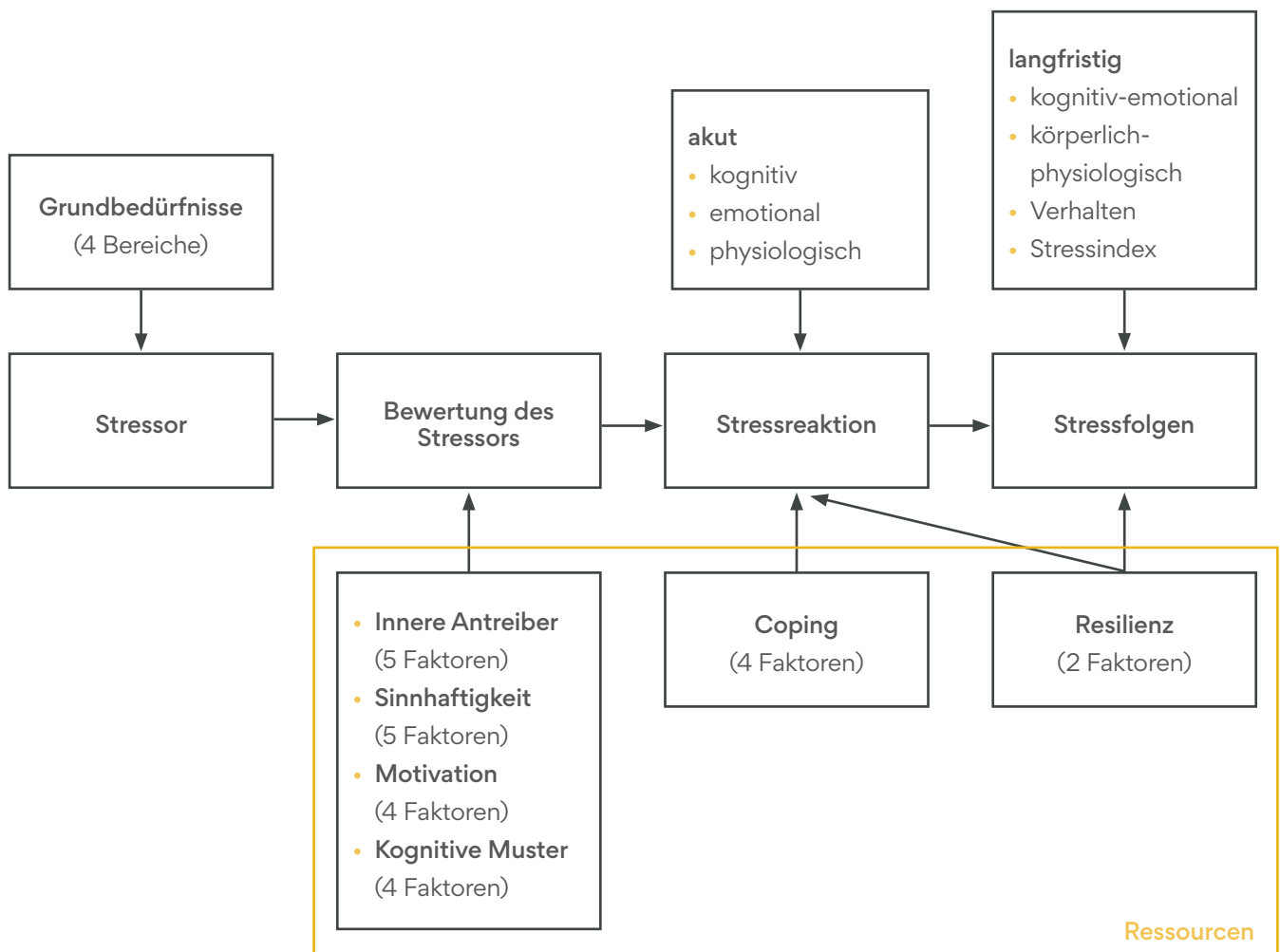
Sanvartis und RELIEF Stressprävention unterstützen Menschen dabei, ihre Leistungskraft und ihre Begeisterung für den Beruf zu erhalten sowie ihre Gesundheitsrisiken präzise zu verorten und diese Erkenntnisse in eine sinnvolle Stressprävention umzusetzen. Unternehmen erhalten anonymisiert ein klares Bild über die subjektiv empfundenen Stressquellen, arbeitsplatzspezifische Belastungen und Gefährdungen sowie wirkungsvolle Maßnahmen, um diesen Herausforderungen zu begegnen.

- ✓ Leistungserhalt sicherstellen
- ✓ Individuelle Stressmuster erkennen
- ✓ Personalfuktuation und Fehltage senken
- ✓ Psychische Gefährdung ermitteln und beurteilen

RELIEF Individual im Überblick

Es werden berufsrelevante Stressquellen erhoben, deren kurz- und langfristigen Auswirkungen, innere Stressverstärker, Sinnhaftigkeit, Motivation und Engagement sowie Ressourcen und Resilienzfaktoren, die der Betroffene dem Stressgeschehen entgegenhalten kann.

Die Unterscheidung in kurz- und langfristige Stressreaktionen erweist sich gerade im Hinblick auf die Vorhersage von sich entwickelnden Burnoutprozessen als sinnvoll. Mit Sanvartis und **RELIEF Individual** liegt ein praktisches Diagnostikverfahren vor, welches ein individualisiertes Stresserlebensmuster der Beschäftigten erhebt und damit individualisierte Interventionen ermöglicht. Grundlage dafür bieten die Erkenntnisse der modernen Stressforschung sowie der Arbeitspsychologie. Auf Verhaltensebene kann **RELIEF Individual** damit eine wertvolle Ergänzung zur psychischen Gefährdungsbeurteilung leisten und den Mitarbeiter auf dem Weg in seine Selbstverantwortung und in den Leistungserhalt stützen. Diesen Weg begleitet Sanvartis durch erfahrene **RELIEF Coaches**, welche die Teilnehmer in persönlicher 1:1 Betreuung begleiten und über systemisches Coaching Perspektiven eröffnen.





Work-Life-Line

Die Work-Life-Line fungiert als unmittelbare Verbindung zu einem Coach und erfüllt so die Funktion eines jederzeit erreichbaren Notfalltelefons.

Mitarbeiter werden auf diesem Wege in die Lage versetzt, sich mit akuten Anliegen aller Art ohne Wartezeit mit einem Coach zu verbinden, damit kleine Probleme nicht zu großen werden. Diese Funktion verhindert die Manifestation von Schwierigkeiten und stützt einen unkomplizierten Betriebsablauf sowie die Mitarbeiterentwicklung hin zur Eigenverantwortung.

Mit jeder erfolgreich und frühzeitig bewältigten Herausforderung wächst das Selbstvertrauen und die Resilienz des einzelnen Mitarbeiters. Falls im Vorfeld **RELIEF Individual** stattgefunden hat, kann der Mitarbeiter sogar seinen aus dem persönlichen Coaching vertrauten Coach erreichen und mit diesem gemeinsam seine aktuelle Problemstellung erörtern. Zudem bietet die Work-Life-Line die Möglichkeit, zeitnahe Facharzttermine in sämtlichen Fachrichtungen zu vermitteln und wirkt auf diese Weise zusätzlich entlastend.

Modulare Stressprävention im Unternehmen

in Kooperation mit  sanvartis

RELIEF Psychische Gefährdungsbeurteilung

auf **Unternehmensebene**

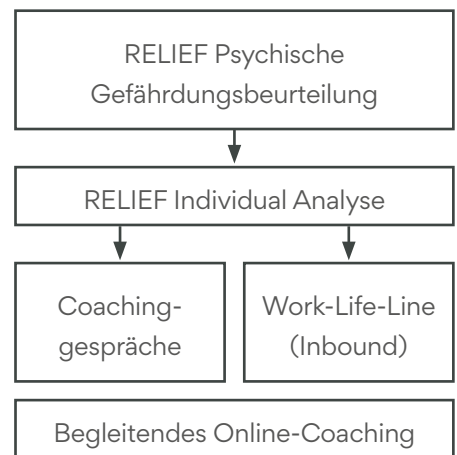
Detaillierter Report (Unternehmensebene)

Vertiefende **RELIEF Individual Stresspräventions-analyse**

Detaillierte Analyse im Gespräch

Langfristiger Erfolg durch **individuelles Coaching**

Persönliche Betreuung



Die **RELIEF Individual** zeigt dem Mitarbeiter seine ganz persönlichen Stressherde und vorrangigen Handlungsfelder auf und mündet in einem finalen Stressindex. In Abhängigkeit von diesem Stressindex erfährt der Mitarbeiter nun eine bestimmte Anzahl an Coachinggesprächen mit seinem persönlichen **RELIEF Coach**, der zuvor schon gemeinsam mit ihm die Analyse interpretiert hat. Diese 1:1-Betreuung garantiert individuelle und vertrauensvolle Unterstützung aus einer Hand. Falls zwischen den Coachingterminen akuter Redebedarf oder eine neue Problemstellung entstehen sollten, steht die Work-Life-Line zur Verfügung, über die der Mitarbeiter jederzeit einen **RELIEF Coach** erreichen kann. Dieser unterstützt dann unmittelbar dabei, Lösungen zu finden, damit kleine Herausforderungen sich nicht zu größeren Problemen manifestieren.

Wissenschaftlicher Hintergrund und Ziele

Demnach erfüllt das Ende 2015 erstmals vorgestellte Testverfahren zur Stressanalyse den Anspruch nach nachweisbarer Wirkung, zuverlässiger Messbarkeit, einem guten Kosten-Nutzen-Verhältnis sowie nach Ganzheitlichkeit und Nachhaltigkeit, um nur einige der geprüften Qualitätskriterien zu nennen. Die **RELIEF Analyse** basiert auf einer sehr guten theoretischen Vorarbeit. Der Konstruktionsvorgang ist belegbar nach Regeln des sorgfältigen wissenschaftlichen Arbeitens vorgenommen worden“, so der Gutachter Prof. Dr. Georg Rudinger, Leiter der Abteilung Methodenlehre, Diagnostik und Evaluation am Institut für Psychologie der Universität Bonn a. D. und heute wissenschaftlicher Berater der Gesellschaft für Prävention e.V.

Sanvartis als erfahrener und führender Partner im Bereich Telehealth realisiert seit vielen Jahren erfolgreiche Coachingprojekte für unterschiedlichste Partner und stützt sich dabei neben reichhaltiger Erfahrung vor allem auf das engagierte Team aus zertifizierten **RELIEF Coaches**. Die fortlaufende Weiterentwicklung des Coachingteams garantiert methodische Sicherheit und messbaren Coachingerfolg.

Ihr persönlicher Berater

SCHEELEN® AG

Klettgastr. 21
79761 Waldshut-Tiengen

Telefon +49 7741 9694 0
E-Mail info@scheelen-institut.de

Sanvartis GmbH

Dr.-Alfred-Herrhausen-Allee 9-11
47228 Duisburg

Telefon +49 2065 256 3102
E-Mail info@sanvartis.de