

Digitales Mental-Health-Screening

Öko-Score:



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 physische, sondern auch psychische Anspannungen und Folgeerscheinungen erlebt. Mithilfe des Mental-Health-Screenings wird die persönliche Stressbelastung des Teilnehmenden erfasst und hinsichtlich seiner individuellen Ausprägungen bewertet. Innerhalb eines anschließenden Beratungsgesprächs mit unseren Expertinnen bzw. Experten werden Handlungsempfehlungen abgeleitet, welche den Betroffenen dabei helfen, Ihre mentale Gesundheit präventiv und nachhaltig zu fördern.

Nutzen:

- Selbstreflexion zur Erhöhung der Selbstwirksamkeit
- Förderung von Empowerment und Resilienz
- Erarbeiten individueller Strategien zur Verbesserung der mentalen Gesundheit

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: 20 Min.
- Maximale Veranstaltungsdauer pro Tag: 8 Stunden zzgl. Auf-/Abbau und Pause bzw. 24 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, Mikrofon und aktuellem Browser, alt. Telefon

Umsetzung Präsenz

- Platzbedarf: separater Raum mit 2 Stühlen, 1 Tisch und Stromanschluss

Wir machen Entwicklung. Erlebbar.

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