

ESTRÉS®

“Estrés®” evalúa los factores que nos permiten comprender y combatir mejor los elementos del estrés profesional .



LOS PUNTOS FUERTES DE ESTA PRUEBA

- ✓ Reclutamiento confiable incluso para puestos de alta presión
- | ☀️ Prevención eficaz de riesgos psicosociales
- | 🔍 Identificación de talentos resilientes y de alto rendimiento
- | 🔄 Reducción del absentismo y la rotación relacionada con el estrés
- | 🌈 Integración optimizada gracias a la coincidencia de personalidad
- | ⚡ Se garantiza el cumplimiento de las obligaciones legales de prevención



BENEFICIOS

Estrés® es la solución esencial para **los responsables de RRHH , consultores y directivos** que deseen **prevenir el estrés en el trabajo , mejorar la calidad de vida en el trabajo y asegurar su contratación .**

Gracias a una **evaluación científica y completa** , se identifican **factores de estrés, fuentes de tensión y palancas de compromiso** de cada empleado o candidato.

Invertir en **Estrés®** significa elegir una **prueba innovadora de RR. HH .** , diseñada para afrontar los retos estratégicos de **prevención del estrés , fidelización , rendimiento sostenible y bienestar laboral** . Además, garantiza **decisiones informadas** , un **entorno laboral saludable** y una **organización más atractiva, resiliente y competitiva** .



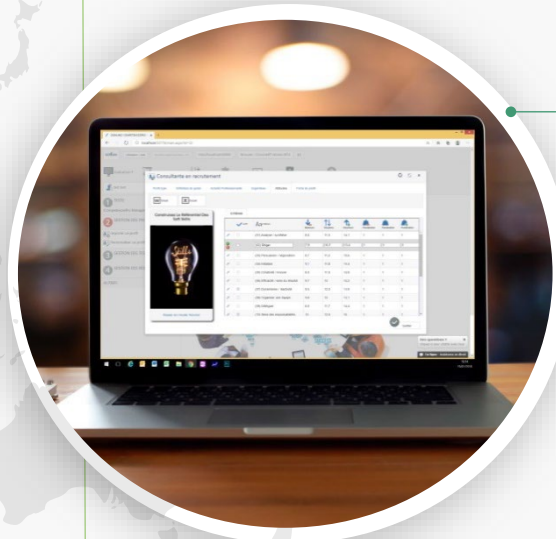
PSICOMETRÍA

Construcción de prueba:

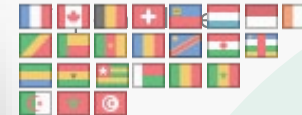
Paquete: Recursos Humanos
Tipo de cuestionario: Normativo
Número de preguntas: 300
Tiempo para completar: 40 minutos

Validación de pruebas:

Doble validación externa
Validación interna, consistencia
Lealtad
Fiabilidad



Prueba





CRITERIOS EVALUADOS

FACTORES ORGANIZACIONALES

- **Carga de trabajo percibida** como generadora de presión o sobrecarga mental
- **Claridad de misiones y objetivos** para evitar la incertidumbre, fuente de estrés
- **Autonomía y margen de maniobra** percibidos como factor de control y seguridad psicológica

RELACIONES PROFESIONALES

- **Calidad de las relaciones jerárquicas** en la gestión de tensiones y el apoyo percibido
- **Las relaciones con los compañeros** como recurso o fuente de estrés relacional
- **Gestión de conflictos y apoyo social** para prevenir tensiones crónicas

FACTORES INDIVIDUALES

- **Gestión emocional** ante limitaciones e imprevistos
- **Resistencia a la presión** y estabilidad emocional en un contexto tenso
- **Capacidad de poner las cosas en perspectiva** para limitar reacciones de estrés desproporcionadas

RECURSOS PERSONALES

- **La autoestima** como factor de resiliencia ante el juicio y el fracaso
- **Confianza en las propias capacidades** para afrontar las demandas sin ansiedad indebida
- **Capacidad de pedir ayuda** para evitar el aislamiento y el agotamiento silencioso

DIMENSIÓN TÉCNICA

Conocimiento y saber hacer de la profesión

RIESGOS PSICOSOCIALES

- **Riesgo de agotamiento profesional** (burn-out) vinculado a la acumulación de estrés crónico
- **Sentimiento de aislamiento** percibido como un factor agravante del estrés
- **Percepción de injusticia o inseguridad** que aumenta la tensión y desconfianza organizacional

MOTIVACIÓN Y COMPROMISO

- **Implicación laboral equilibrada**, para evitar la sobrecarga emocional
- **La satisfacción profesional** percibida como una palanca de protección mental
- **Proyección hacia el futuro** que permite una visión positiva y menos ansiosa del trabajo

