

STRESS®

« Stress® » évalue les facteurs qui permettent de mieux comprendre et lutter contre les éléments de stress professionnel.

LES POINTS FORTS DE CE TEST

- ✓ Recrutements fiables même sur postes à forte pression
- ☀️ Prévention efficace des risques psychosociaux
- 🔍 Identification des talents résilients et performants
- 📉 Réduction de l'absentéisme et du turnover lié au stress
- 📊 Intégration optimisée grâce au matching de personnalité
- ⚡ Conformité assurée aux obligations légales de prévention

AVANTAGES

Stress® est la solution incontournable pour les **responsables RH, consultants et managers** souhaitant **prévenir le stress au travail, améliorer la qualité de vie au travail et sécuriser leurs recrutements.**

Grâce à une **évaluation scientifique et complète**, vous identifiez les **facteurs de stress, sources de tension et leviers d'engagement** pour chaque collaborateur ou candidat.

Investir dans **Stress®**, c'est choisir un **test RH innovant**, conçu pour répondre aux défis stratégiques de la **prévention du stress**, de la **fidélisation**, de la **performance durable** et du **bien-être au travail**. C'est aussi garantir des **décisions éclairées**, un **environnement de travail sain** et une **organisation plus attractive, résiliente et compétitive.**

PSYCHOMÉTRIE

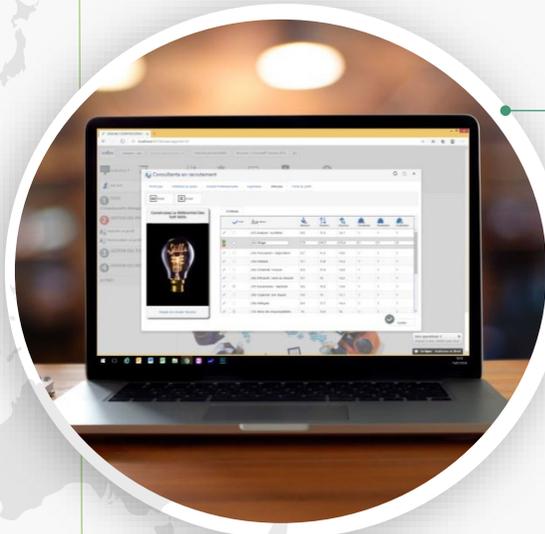
Construction du test :

Pack : Ressources Humaines
Type de questionnaire : Normatif
Nombre de questions : 300
Temps de passation : 40 minutes

Validation du test :

Double validation externe
Validation interne, consistance
Fidélité
Fiabilité

Test disponible





CRITÈRES ÉVALUÉS

FACTEURS ORGANISATIONNELS

- **Charge de travail** perçue comme générateur de pression ou de surcharge mentale
- **Clarté des missions et objectifs** pour éviter l'incertitude, source de stress
- **Autonomie et marges de manœuvre** perçues comme facteur de contrôle et de sécurité psychologique

RELATIONS PROFESSIONNELLES

- **Qualité des relations hiérarchiques** dans la gestion des tensions et du soutien perçu
- **Relations avec les collègues** comme ressource ou source de stress relationnel
- **Gestion des conflits et soutien social** pour prévenir les tensions chroniques

FACTEURS INDIVIDUELS

- **Gestion émotionnelle** face aux contraintes et aux imprévus
- **Résistance à la pression** et stabilité émotionnelle en contexte tendu
- **Capacité à relativiser** pour limiter les réactions de stress disproportionnées

RESSOURCES PERSONNELLES

- **Estime de soi** comme facteur de résilience face au jugement et aux échecs
- **Confiance en ses compétences** pour faire face aux exigences sans anxiété excessive
- **Capacité à demander de l'aide** pour éviter l'isolement et l'épuisement silencieux

RISQUES PSYCHOSOCIAUX

- **Risque d'épuisement professionnel** (burn-out) lié à l'accumulation de stress chronique
- **Sentiment d'isolement** perçu comme facteur aggravant du stress
- **Perception d'injustice ou d'insécurité** qui augmente la tension et la défiance organisationnelle

MOTIVATION ET ENGAGEMENT

- **Implication dans le travail** équilibrée, pour éviter la surcharge émotionnelle
- **Satisfaction professionnelle** perçue comme levier de protection mentale
- **Projection dans l'avenir** permettant une vision positive et moins anxiogène du travail

DIMENSION TECHNIQUE

Connaissances et savoir faire du métier

