

Zerostress si avvale delle più innovative tecnologie attualmente esistenti sul mercato, e di strumenti di valutazione e metodologie d'intervento [scientificamente validati](#) col supporto teorico-scientifico di una delle più importanti scuole di psicoterapia italiane: la [S.E.F.](#)

## Strumenti progettati e validati in Italia

Gli strumenti *Misurazione Integrata Stress* (M.I.S.) e *Rilevazione Funzionale Aziende* sono (tra i pochi) nati in Italia, da studi e ricerche effettuate in Italia e testati sulla popolazione italiana. Sono inoltre strumenti che uniscono la valutazione oggettiva a quella soggettiva.

Zerostress non vende soluzioni usa e getta (come tanti software attualmente in circolazione) ma un vero e proprio metodo che poggia sulla solidità teorico-scientifica del [Funzionalismo Moderno](#) ed è supportato da risultati concreti e verificabili.

### Strumenti Diagnostici per la misurazione Stress-Benessere



- MIS Misurazione Integrata di Stress-Benessere tramite l'apparecchiatura [ZED X2](#). Questo metodo innovativo tiene conto di tutte le componenti dello Stress: psicologiche, mediche, fisiologiche.

MBI per la misurazione del Burn Out (eventuale)  
Questionari di valutazione dei Funzionamenti di fondo psico-fisiologici ([Esperienze di Base del Sé](#)). Questa metodologia permette di valutare componenti più specificamente relazionali della condizione di fondo del lavoratore.  
Colloqui valutativi sulle *Capacità di Base* e sulla propria percezione in Azienda  
Test sullo stato di salute

## Strumenti Diagnostici per la valutazione dei Funzionamenti aziendali



- Questionario di [Rilevazione Funzionale Aziende](#)
- Colloqui valutativi
- Osservazione diretta

## Strumenti di Intervento

- Seminari Informativi
- Moduli di formazione
- Progetti di riorganizzazione dell'organismo Azienda
- [Intervento antistress individuale](#) specificamente calibrato
- Colloqui clinici e counseling di psicologia Funzionale (eventuali)