

Akzeptanz

Eigenverantwortung

Änderungswünsche

Einteilung der
Ressourcen

Arbeitsumgebung

Entspannung

Distress

Ergebnis

Effizienz

Eustress

Eigene, selbst zu tragende Verantwortung.

Bereitschaft, etwas zu akzeptieren.

Verfügbare Ressourcen verteilen und zuteilen.

Wunsch einer nicht eingeplanten Änderung.

Gegenteil von Anspannung

Kann gesund, sicher und produktiv gestaltet werden.

Unter Berücksichtigung der Erwartungen vereinbarten Resultate.

Negativer Stress, kann zu gesundheitlicher Belastung führen.

Positiver Stress, fördert das gesundheitliche Wohlbefinden.

Ergebnis schnell und mit möglichst wenig Aufwand bereitstellen.

Governance

Stressoren

Projekterfolg

Überforderung

Projektmarketing

Widerstandskraft

Stress

Stressmanagement

<p>Innere und äussere Reize, die physischen, sozialen oder psychischen Stress verursachen.</p>	<p>Ordnungsrahmen für die Leitung und Überwachung von Unternehmen.</p>
<p>Die Leistungsfähigkeit einer Person oder einer Organisation oder eines Systems reicht nicht aus.</p>	<p>Mass, inwieweit Projektergebnis mit dem erwarteten Ergebnis aus der Sicht der jeweiligen Parteien übereinstimmt.</p>
<p>Synonym für Resilienz</p>	<p>Massnahmen mit dem Ziel, die Akzeptanz und somit die erfolgreiche Abwicklung des Projekts zu fördern.</p>
	<p>Erhöhte körperliche oder seelische Anspannung, Belastung, die bestimmte Reaktionen hervorruft und zu Schädigungen der Gesundheit führen kann.</p>
	<p>Stressmanagement ist ein Sammelbegriff für Methoden und Bewältigungsstrategien, um psychisch und physisch belastenden Stress zu verringern oder ganz abzubauen.</p>