

Stop stress PDF

Malene Friis Andersen



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



Forfatter: Malene Friis Andersen

ISBN-10: 9788771297683

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 3145 KB

BESKRIVELSE

Stress hos medarbejdere er en udfordring, ledere i dag er nødt til at forholde sig til. Stress er omkostningstungt både personligt og økonomisk, for stresssymptomer kan føre til nedsat performance og langvarigt sygefravær. Kvalificeret og målrettet ledelse er afgørende for at skabe trivsel og nedbringe sygefravær blandt medarbejderne – og herigennem styrke de gode resultater. Denne bog er til ledere, som ønsker effektiv hjælp til at forebygge og håndtere stress samt få stresssygemeldte medarbejdere tilbage til arbejdet. Bogen er fyldt med redskaber og konkret viden om arbejdsrelateret stress samt klare anvisninger til, hvad lederen kan gøre i de forskellige faser fra trivsel til stress, som medarbejderne kan befinde sig i. I bogen vil vi også sætte fokus på stress hos lederen selv. Lederen skal være i balance og fastholde det nødvendige overblik for at kunne hjælpe sine medarbejdere ud af stress og tilbage til de gode resultater. Med bogen i hånden er lederen klædt på til at gribe det vigtige ledelsesansvar og arbejde med at forebygge og håndtere stress blandt medarbejderne og hos lederen selv. Bogen henvender sig til ledere på alle niveauer. Også konsulenter, HR og undervisere kan finde stor inspiration i bogen.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Husted, Mia ; Tofteng, Ditte Maria Børglum ; Nybo Breum, Hilde. / Stop Stress - et forebyggelsesprojekt om arbejde, stress og trivsel : 53 medarbejderprojekter.

På SAXO.com har vi ufatteligt mange gode bøger at vælge imellem. Hos os kan du finde Stop stress og en masse andre bøger til en god pris.

STOP! - Et redskab mod stress; Tag kontrollen over dine e-mails; ... hvordan du kan hjælpe stressede mennesker med både at forebygge og afhjælpe stress.

STOP STRESS

[Læs mere ...](#)