

Dato: 15-03-2012

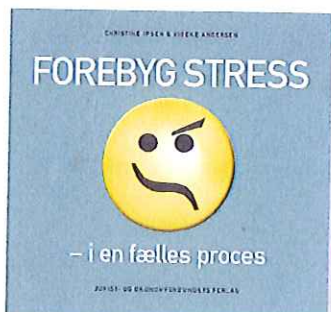
Kildetype:

Oplagstal: 8553

Region:

Læsertal: 8553

7961



Titel: Forebyg stress - en fælles proces

Forfatter: Christine Ipsen & Vibeke Andersen

Forlag: Jurist- og Økonomiforbundets Forlag 2011

Sider: 96

Pris: 220 kr.

Forebyg stress

Det, der begejstrer vidensarbejdere, er også ofte det, der belaster deres arbejdsmiljø. Så fjerner man disse opgaver, sænker man ganske vist kravene, men man reducerer også arbejdsglæden både kollektivt og for den enkelte.

Individuel stresshåndtering er ikke vejen frem. Skal der forebygges, skal opmærksomheden rettes mod de elementer i arbejdsprocesserne, der belaster og/eller begejstrer og mod organiseringen af arbejdet. Den forebyggende stresshåndtering kræver en fælles organisering og bevidsthed om det ledelsesmæssige ansvar. Der skal opbygges en organisation og en kultur, hvor universalsvaret ikke bare er, at det må du selv prioritere, eller det finder du nok ud af.

Forfatterne øser blandt andet af den viden, som de fik i forbindelse med et ph.d.-projekt og et forskningsprojekt om vidensarbejde og stress. I bogen tages det praktiske udgangspunkt i seks forskellige arbejdspladser, som har arbejdet med at håndtere stress.

I en stor del af bogen gennemgår forfatterne et syvtrins procesværktøj, der fokuserer på forebyggelse med udgangspunkt i netop det, der begejstrer og belaster på den enkelte virksomhed.