

## Stress på arbejdspladsen

Når der er for megen stress på arbejdspladsen falder effektiviteten og antallet af sygedage stiger. Det kan hverken arbejdsgiver eller medarbejder være tjent med.

Arbejdspladsen har en interesse i at forebygge stress og udbrændthed hos medarbejderne. Stress og udbrændthed tæller tungt på bundlinien. Volvo i Sverige har regnet sig frem til at en udbrændt leder kostede virksomheden 4 mill.kr., og en udbrændt medarbejder kostede 1 mill.kr.

Medarbejderen betaler en høj pris for langvarig stress. Medarbejderen kan risikere at blive sygemeldt og miste sit selvværd, og medarbejderen får måske økonomiske problemer og problemer i sit personlige netværk

Alt for mange der bliver sygemeldt af stress, kommer ikke tilbage til arbejdslivet. Det er tab for den enkelte medarbejder, for arbejdspladsen og for samfundet.

I en tid med stigende mangel på arbejdskraft gør arbejdspladsen klogt i at sørge for at fastholde medarbejderne og fremme trivselen og arbejdsglæden. Det er vigtigt at arbejdspladsen formulerer en stress strategi som forebygger og håndterer stress hos medarbejdere og ikke mindst hos ledelsen, så stress ikke bliver et tabuemne, men tværtimod noget alle er bevidst om at forebygge og tale om.

Er lederne stresset smitter det af på medarbejderne.

Som stresscoach og mangeårig leder i erhvervslivet og private institutioner tilbyder jeg coaching til ledere og medarbejdere, der er ramt af stress. Ring eller skriv til mig og få en uforpligtende samtale.

Karen Shoshan  
Grønnegården 341  
2670 Greve

Telefon 4390 0461  
Mobil 5057 5970

Email: [info@karenshoshan.dk](mailto:info@karenshoshan.dk)