

FORORD

Stress på arbejdspladsen er de seneste år blevet et massivt problem, og flere og flere mennesker mistrives eller sygemeldes. Tidligere blev mange medarbejdere slidt op fysisk, men i dag påvirker et øget tempo i erhvervslivet i højere grad medarbejderne psykisk.

WHO vurderer, at stress og depression i 2020 vil udgøre et af de mest omkostningskrævende sygdomsområder for samfundet. For både den enkelte og for samfundet er denne tendens forbundet med dystre konsekvenser. Et skøn er, at stress og stressrelaterede sygdomme årligt koster det danske samfund omkring 10 milliarder kroner. Flere og flere får fx en depression som følge af lang tids stresspåvirkning.

Mange virksomheder gør en relevant indsats mod stress på arbejdspladsen, og virksomhederne spiller en afgørende rolle i forhold til håndtering og forebyggelse af stress.

Bogen henvender sig til offentlige og private virksomheder og andre interesserede, som ønsker indsigt i, hvad stress er, hvilke konsekvenser stress har for både den enkelte og for virksomhederne, og hvordan virksomhederne kan være med til at forbedre medarbejdernes vilkår ved at skabe et godt arbejdsmiljø.

Bogen er skrevet af en tværfaglig gruppe bestående af førende eksperter på området. Som supplement til denne bog udgiver PsykiatriFonden håndbogen ”Stresshåndtering i praksis”, der indeholder konkrete vejledninger til, hvordan man forbygger og håndterer stress.

Mette Lohse, afdelingsleder
PsykiatriFondens Erhvervsrådgivning