

Stress im Arbeitskontext
Ursachen, Bewältigung und Prävention

Barthold, L. & Schütz, A.; Beltz Verlag

ISBN 10: 36212763602

ISBN 13: 978 - 3621276603

Jeder vierte Arbeitnehmer steht ständig unter Stress.

Sind Arbeit und Stress untrennbar miteinander verbunden?

Die Autorinnen klären zunächst die Frage: Was ist Stress überhaupt? Danach werden Auslöser von Stress im Arbeitsleben aufgezeigt und die Folgen skizziert. Der Schwerpunkt des Buches widmet sich der Bewältigung von Stress.

Beschäftigte und Personalverantwortliche erfahren, wo Prävention und Abhilfe möglich sind – nicht nur individuell, sondern auch auf organisationaler und struktureller Ebene.