



Ledelse og forebyggelse af stress

Er din organisation klædt ordentligt på?

Et virksomhedsinternt kursus, der kan gennemføres som enkeltstående aktivitet eller integreres med øvrige interne lederudviklingsaktiviteter.

Med brug af MyStress app



Hvorfor er der brug for mere ledelse af stress?

Fordi det er for dyrt at lade være... Det kan koste op mod kr. 1 mio. at have en langtidssygemeldt medarbejder, og ifølge en rapport fra Ledernes Hovedorganisation, 2016, føler 15% af den danske arbejdsstyrke sig stressede i deres arbejde.

Det betaler sig derfor at styrke ledelsesindsatsen over for stress – både af hensyn til den stressramte, dennes kollegaer og organisationens økonomi.

Indhold

Der er 2 muligheder for sammensætning af forløbets indhold; forløbet kan skræddersys til din specifikke virksomhed, eller du kan vælge den faste pakke, der indeholder 2 workshops på i alt 1½ dag:

1 lederworkshop á 1 dag for hele ledergruppen:

- Forstå stress, og identificer stress-triggere og symptomer hos medarbejderne – og dig selv
- Lederens rolle i et helhedsperspektiv som organisator og sparringspartner i relation til den stressramte/-truede
- Konkrete metoder (herunder MyStress app) til en rettidig ledelsesindsats i forhold til stress

Leder-
workshop
(fx 8 ledere)



1 medarbejderworkshop á ½ dag for hver leder og dennes medarbejdere:

- Facts om stress og hjælp til at kunne identificere egen stress
- Dialog mellem leder og medarbejdere om stress og gode coping-strategier
- Dialog om lederens og kollegaers rolle og indsats over for en stressramt kollega
- Konkrete metoder (herunder MyStress app) til konstruktiv håndtering af stress

Medarb.-
workshops
(fx 8 ledere)



MyStress app

Som noget unikt inkluderer forløbet oplæring i samt anvendelse af MyStress app, der tilbyder en enkel ramme for registrering og håndtering af egen stress, samt for opfølgning med egen leder.

Målgruppe og formål

Målgruppen er alle ledere i organisationen. Forløbet har 2 formål:

- At klæde lederne på til at håndtere og forebygge stress blandt medarbejderne – herunder at håndtere/forebygge egen stress
- At styrke lederen i at håndtere stress i et helhedsperspektiv, dvs. i sammenhæng med struktur, rammer og opgavefordeling

Udbytte

- Hver leder får et beredskab i forhold til effektivt og rettidigt at identificere, håndtere og forebygge stress
- En styrket åbenhed og dialog mellem kollegaer, lederen og den enkelte medarbejder i forhold til stress
- En styrket ledelseskultur med bundlinjeeffekt, der forener fokus på effektivitet og trivsel i jobbet

Tilgang

Ud over ledelsesfaglige indlæg er forløbet baseret på deltageres egne erfaringer og cases. For at sikre høj læringseffekt lægges vægt på åbenhed og aktiv deltagelse. Selvfølgelig i fuldt fortroligt miljø.

Vi arbejder "hands on", fra ord til handling med fokus på konkrete værktøjer, løsninger og resultater for at sikre størst mulig implementering i dagligdagen.

Pris

- Lederworkshop (op til 8 ledere): kr. 20.000,-
- Medarbejderworkshops (op til 15 deltagere): kr. 10.000,- pr. workshop
- Virksomhedsspecifikke forløb: pris efter nærmere aftale

Priser er ekskl. moms og MyStress-afgift.

Hvem er Summit Consulting?

Summit Consulting er et erhvervspsykologisk konsulenthus med mere end 15 års erfaring med ledelses- og organisationsudvikling, herunder mange års erfaring med udvikling af ledelse og samarbejde.

Summit Consulting er kendt for at skabe integrerede og robuste løsninger på organisationens udfordringer, og er stærke på at forankre strategiske og kulturelle forandringer i en ændret ledelsesadfærd.

Vi er kendetegnet ved:

- Grundig strategisk forretningsforståelse
- Stort psykologisk og ledelsesfagligt metodeapparat
- Erfarne konsulenter i forhold til undervisning og sparring
- Evne til at balancere støtte og udfordring i vores interaktion med kunden

Kontakt

Hvis du er interesseret i at høre mere om, hvordan vi kan være behjælpelig med ledelse og forebyggelse af stress, kan du kontakte Steffen Tange, partner i Summit Consulting:



E-mail: st@summitconsulting.dk

Mobil: 26 73 66 76

Du kan læse mere om
Summit Consulting på
www.summitconsulting.dk