

Stress – ved forandring på jobbet

Undgå uvished på arbejdspladsen – så forebygger I stress i virksomheden

Målsætning	At virksomhedens ledelse og personale lærer: <ul style="list-style-type: none">▪ At blive bedre rustet til nye udfordringer og undgå stress ved uforudsete forandringer (omstrukturering, fusion eller opkøb)▪ At skabe større trivsel i virksomheden, mindre fravær og bane vejen for, at I kan nå jeres mål på en bedre måde
Indhold	Emnerne omhandler: <ul style="list-style-type: none">▪ Hvordan personalet tænker og handler ved større forandringer i virksomheden så som omstrukturering, fusion og opkøb▪ Lederens ansvar til at klæde personalet rigtigt på, så de kan håndtere uvisheden uden bekymring og stress▪ Medarbejdere får værktøjer til at opnå større forståelse for, hvordan forandringer påvirker den enkelte, og hvordan medarbejderne indbyrdes ser hinanden i forandringsprocessen▪ Medarbejdere lærer at arbejde proaktivt og håndtere den snigende negative stress og dermed vende den "frygtelige" forandring til "forandring fryder"▪ Øget bevidsthed om stressniveau▪ Indsigt i, hvordan stress påvirker dagligdagen▪ Øget fokus på opnåelse af balance▪ Indsigt i menneskets reaktion på forandringer▪ Værktøjer til at fokusere på balance i stedet for stress▪ Praktiske øvelser, der tackler forandringer▪ Konkret handlingsplan▪ Mulighed for Individuel coaching (ikke inkluderet)
Deltagere	Virksomhedens ledelse og medarbejdere
Forudsætninger	Ingen
Varighed	3 dage fordelt over 3 uger
Sted	Hos jer eller i lejede lokaler
Pris	Se prislister