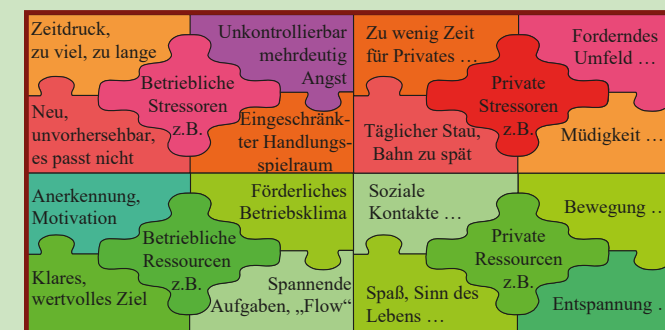


Swantje Kallenbach

## Stress-Toleranz-Management



### Der Faktor Mensch im Spannungsfeld zwischen Produktivität und Kosten

In unserem Bookshop können Sie das Buch „Stress-Toleranz-Management“ nicht nur portofrei bestellen, sondern haben auch die Möglichkeit zu einer ausführlichen Leseprobe.

Besuchen Sie uns unter [www.shaker-media.de](http://www.shaker-media.de)

362 Seiten  
28,80 €  
21 farbige Abbildungen  
**ISBN 978-3-86858-033-4**

Shaker Media GmbH  
Am Langen Graben 15a  
52353 Düren

[www.shaker-media.de](http://www.shaker-media.de)  
[info@shaker-media.de](mailto:info@shaker-media.de)

Tel.: 02407 / 9901140  
Fax: 02407 / 9901149

**SHAKER™**  
media

**SHAKER™**  
**media**  
Shaker Media GmbH  
Am Langen Graben 15a  
52353 Düren

Nutzen Sie auch unser  
Online-Angebot



® Onlinekatalog  
® Buchbestellungen  
® Bücher zum Download  
® Informationen zu Publikationen

[www.shaker-media.de](http://www.shaker-media.de)  
[info@shaker-media.de](mailto:info@shaker-media.de)

Swantje Kallenbach

## Stress-Toleranz-Management

Der Faktor Mensch im Spannungsfeld zwischen Produktivität und Kosten

Stress ist eine Wohlstands- und Wohlfühlbremse für Menschen, die arbeiten oder arbeiten lassen.

Basierend auf der über 20-jährigen Erfahrung der Autorin (Dipl.-Betriebswirtin, Heilpraktikerin, Individualcoach) bietet das Buch eine fachübergreifend-ganzheitliche, aufrüttelnd-lösungsorientierte Darstellung mit einer Fülle praktischer Tipps.

Stress und seine Auswirkungen sorgen für einen Verlust an Arbeitsproduktivität in der Wirtschaft. Schlimmer, sie bedrohen Gesundheit, Arbeits- und Lebensfreude und damit unsere Zukunft. Nach der Lektüre dieses Buches werden Sie Stress und seine umfassenden Auswirkungen mit anderen Augen erkennen, analysieren und verstehen. Sie werden wirksame Bewältigungsstrategien der kleinen und großen Schritte für das eigene Unternehmen, den eigenen Arbeitsplatz und das eigene Leben entwickeln und umsetzen können.

Stress ist keineswegs ein persönliches oder Zeitgeistproblem, sondern eine der größten Bedrohungen der individuellen, betrieblichen und volkswirtschaftlichen Ressourcen Arbeitskraft und Gesundheit. Insbesondere bei psychosozialen Stress ist die fatale Ursache-Wirkungskette über die körperlich-seelische Stressreaktion bis hin zur tatsächlichen körperlichen Krankheit mit all ihren Kosten und Produktivitätsverlusten bislang nicht genügend in Unternehmen und der Öffentlichkeit bekannt.

Etliche wissenschaftliche und populäre Quellen unterstreichen die dargestellten Zusammenhänge.

Dieses Buch handelt von wirtschaftlichen Aspekten menschlichen Zusammenlebens und von der menschlichen Dimension wirtschaftlichen Handelns gleichermaßen. Sie finden hier keine sozialromantische, sondern eine schonungslose ganzheitliche Betrachtung aller am Thema Stress beteiligten Bedingungen, Akteure und deren Handelns. Es kann doch nicht sein, dass wir uns selbst Werte gesetzt haben, die ein Leben in Gesundheit zunehmend verunmöglichen.

### Inhaltsverzeichnis:

1. Stress – eine Frage der Existenz
2. Stresskosten und deren Hintergründe
3. Jeder ist im Stress – na und?
4. Stress: Definition – Entstehung – Nutzen
5. Produktivitätsbremse Stress – die Kosten der entgangenen Gelegenheit
6. Stressoren, Metastressoren, Komplexität betrieblicher Stressoren
7. Zusammenfassung des ersten Teils
8. Stress-Toleranz-Management
9. Stress in der Organisation finden und darstellen
10. Vorgehensweise bei der betrieblichen Stressbewältigung
11. Module des betrieblichen Stress-Toleranz-Management
12. Module des persönlichen Stress-Toleranz-Management
13. Ende in Sicht?

## BESTELLUNG

Wir bestellen hiermit folgende Titel von Shaker Media,  
Am Langen Graben 15a, D52353 Düren Tel.: 02421 / 9901140,  
Fax: 02421 / 9901149 gegen Rechnung:

Expl.	ISBN	Autorin
	978-3-86858-033-4	Swantje Kallenbach

Name / Vorname

(Zusatz)

Straße

PLZ / Ort

Datum

Unterschrift

