

Stressforebyggende ledelse i flere retninger

- Leder

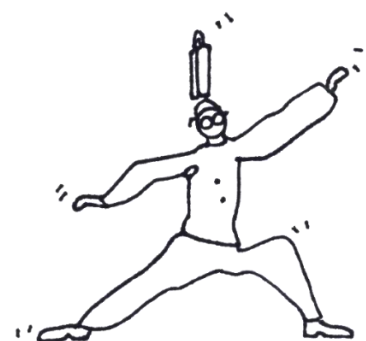
Målgruppe: **Ledere**

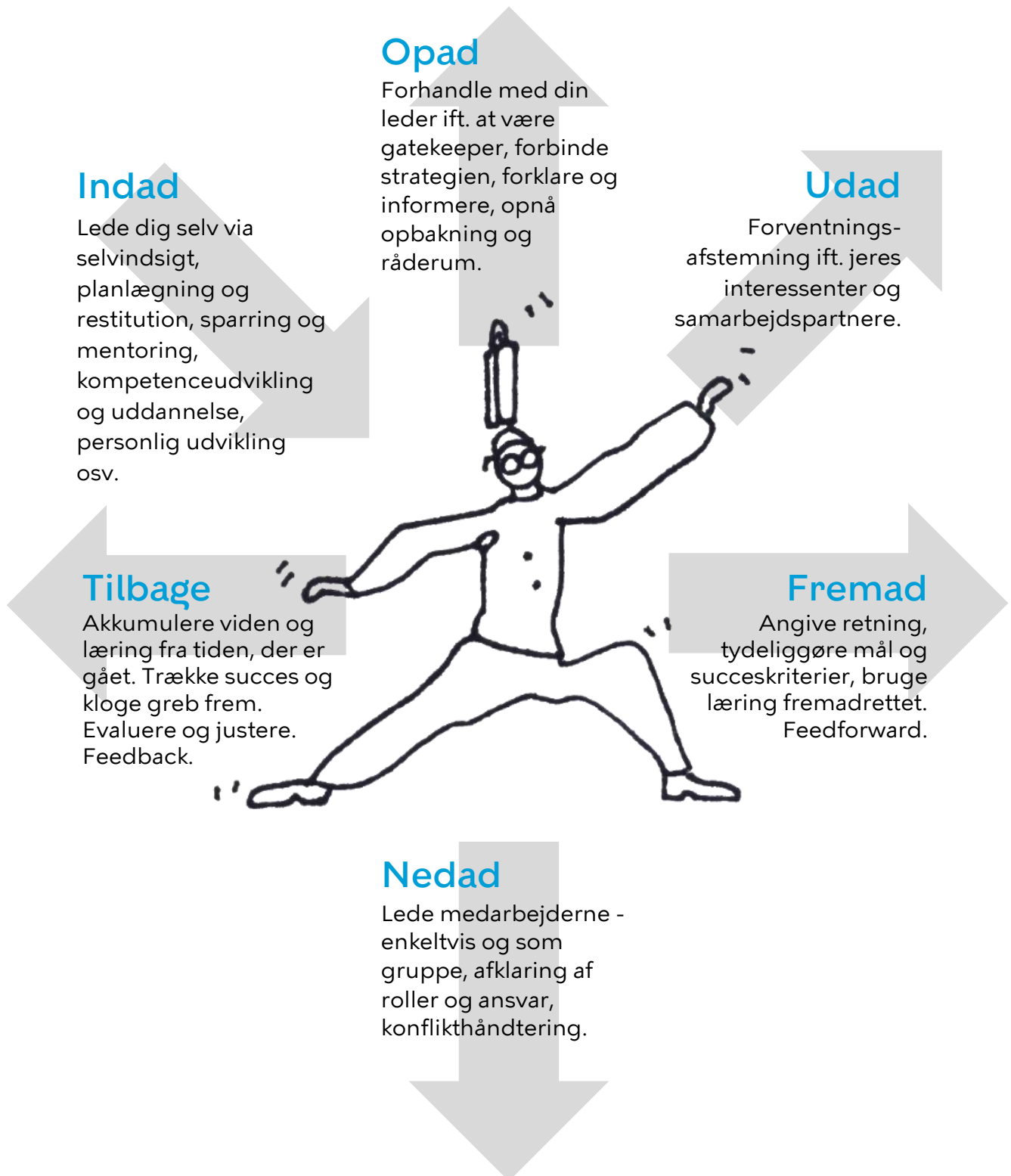
Hvis man som leder skal lykkes med at forebygge psykisk overbelastning og stress i organisationen, skal stressforebyggelse være tænkt ind som en integreret del af hele ens ledelsesopgave. Det gælder både:

- Når man leder *nedad* i forhold til medarbejderne
- Når man leder *opad* i ledelsesstrengen
- Når man leder *udad* til samarbejdspartnere og interessenter eller
- Når man leder *indad* i forhold til sig selv

Det er desuden vigtigt at lede *fremad* i forhold til at være tydelig på, hvor man er på vej hen, og *tilbage* i forhold til løbende at uddrage og anvende nyttig læring.

Dette redskab hjælper dig som leder til at reflektere hele vejen rundt i din ledelse med henblik på at sikre, at stressforebyggelse er tænkt tilstrækkeligt ind der, hvor det er relevant.





Inspireret af Briner, Hastings og Geddes (1996)

Vejledning

Kig på figuren med de 6 'retninger', man kan lede i.

Overvej:

1. Hvor bevæger du dig mest som leder? Hvad gør du som er særligt nyttigt?
2. Hvor bevæger du dig sjældent? Hvad ville være nyttigt at gøre lidt mere af?
3. Hvad skal der til for, at det lykkes?