

事例に学ぶ 職場のストレス対処法

大切な人を死なせないために

新訂版

ストレス関連疾患は増加傾向にあり、職場を見ると 40 人に 1 人くらいの割合で精神疾患によって休業したり治療を受けたりしています。この損失は、真実、計り知れません。ストレスによる多大な損失を削減・解消するためにも、自殺者を減らすためにも、一刻も早く効果的なストレス対策を打ち出す必要があります。

メンタルヘルス研究会は、平成 16 年に実施したストレス構造調査をもとに、ストレス対処法の研究に取り組んでまいりました。

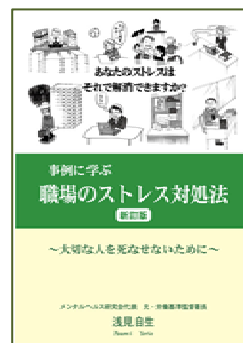
そして、対症療法的ストレス対処法が流行している中であって、ストレス要因そのものを元から削減・解消できるストレス対処法があることを発見し、ここに完成させました。

本書は、ストレスフルな職場で日々精神的に追い込まれていると感じている方、また、そのような方を部下や家族に持って、なんとかその方を救いたいと心を砕いている方々に、是非ともお読みいただきたい 1 冊です。

具体的な事例など詳細は弊社サイトをご覧ください。

同僚からイジメにあったとき...

賃金不払いにあったとき...



税込価格 1,100 円 (1,048 円+税)

B 5 判 モノクロ 全 140 ページ

メンタルヘルス研究会代表、元・労働基準監督署長

浅見 自生 編・著

小林事務所の割引チラシを利用！
(書籍代 1 割引 & 送料サービス)

税込書籍価格	990 円
送料	0 円

労働新聞社

検索

ご注文の際は当お申込書にご記入のうえ、下記宛先まで FAX にてお申込みください。書籍に請求書、振替用紙を同封してお届けします。

書籍名：事例に学ぶ 職場のストレス対処法 ~大切な人を死なせないために~

冊数：

御住所：〒

貴社名：

ご担当者様名：

お電話番号：

お客様の個人情報は弊社の個人情報保護方針(<http://www.rodco.jp/privacy.php>)に基づき厳重に管理いたします。

ご注文 FAX 番号: 03-3956-7173

労働新聞社 東京支社 担当古井 (小林事務所)

〒173-0022 東京都板橋区仲町 29-9 TEL:03-3956-7171 FAX:03-3956-7173