



Psykoteraapeut & Stresscoach
Charlotte Wittendorff

Fakta om stress:

- Op mod hver 4. sygemelding skyldes stress
- Hver dag er 35.000 danskere sygemeldt med stress
- En stresssygemeldt medarbejder/leder kan koste op mod 1 mio. kr.
- 29% af de voksne danskere har en høj score på stress-skalaen
- 250.000 - 300.000 danskere lider af alvorlig stress
- 500.000 danskere føler sig udrændte på jobbet på grund af stress
- Omkring hver 10. Arbejdsdygtige dansker oplever stress som et mere eller mindre grundvilkår i deres tilværelse
- Et dårligt psykisk arbejdsmiljø koster årligt Danmark 63,3 milliarder. Alligevel har man i Danmark ikke en national handlingsplan.
- Ubehandlet stress forårsager over halvdelen af alle depressioner og angstlidelser

Kilder: Stressforeningen, Fagbevægelsens Hovedorganisation (FH), Statens Institut for Folkesundhed, Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø, Psykiatrifonden og LO)