

# openup

Mental health for all



=exact

Erasmus  
ERASMUS  
UNIVERSITEIT  
ROTTERDAM

DECATHLON

asics

PIC  
NIC

VANMOOF

RIT  
UALS  
...

pwc



# Onboarding

1. Das erwartet euch
2. Das wollen wir wissen
3. Der Kommunikationsplan
4. Der monatliche Report
5. Nächste Schritte

# 1. Das erwartet euch



# OpenUp bezieht die gesamte Organisation in das Thema mentale Gesundheit ein...

[Auszug aus verfügbaren Sprachen](#)



## ✓ Bewusstsein für mentale Gesundheit

**40 – 80%**  
der Mitarbeiter\*innen

OpenUp fördert das Bewusstsein der Mitarbeiter\*innen für mentale Gesundheit durch Newsletter, Gesundheits-Checks und Blog-Beiträge, und damit die persönliche Weiterentwicklung der Mitarbeiter\*innen.

## ✓ Direkt selbst loslegen

**20 – 50%**  
der Mitarbeiter\*innen

OpenUp bietet den Mitarbeiter\*innen Methoden und Tools – z.B. Kurse, Masterclasses, Selbsthilfe-Programme und Interviews, mit deren Hilfe tägliche mentale Herausforderungen gemeistert werden können.

## ✓ Beratung bei Psycholog\*innen

**8 – 15%**  
der Mitarbeiter\*innen

OpenUp bietet die Möglichkeit eines persönlichen Gesprächs mit einer/einem Psychologen oder Psychologin per Chat, Telefon oder Video-Call.



# Förderung der mentalen Gesundheit unter Führungskräften und Mitarbeiter\*innen

Wenn **Führungskräfte** mit OpenUp nicht vertraut sind, werden sie es Kollegen nicht aktiv weiterempfehlen.



Für eine gute Nutzung durch **Mitarbeiter\*innen** ist eine monatliche Kommunikation unerlässlich.



# Die 3 häufigsten Mythen rund um das Thema mentale Gesundheit im Betrieb

- 1.** Mitarbeiter\*innen haben Angst, dass der Inhalt des Gesprächs bei ihren Vorgesetzten oder der Personalabteilung landet.
- 2.** Der Eindruck, dass etwas mit einem "nicht stimmt", wenn man sich psychologische Unterstützung holt oder an der mentalen Gesundheit arbeitet.
- 3.** Die Vorstellung, dass man nur dann eine Beratung in Anspruch nehmen kann, wenn man "ernsthafte" Beschwerden hat.

# Die 5 Versprechen von OpenUp



## Kundenorientiert

Jeder Kontakt mit unseren Psycholog\*innen sollte einen Mehrwert bieten. Bei Bedarf unterstützen wir auch dabei, eine passende Therapie zu finden.



## Los geht's

Mentale Herausforderungen sollten nicht auf die lange Bank geschoben werden. Mit den Selbsthilfe-Materialien kann jeder sofort online beginnen. Während der Sprechzeiten wird deine Frage innerhalb von 5 Minuten beantwortet und man kann sofort eine Beratung buchen.



## Datenschutz ist entscheidend

Die Daten unserer Kunden sind bei unseren Psycholog\*innen sicher. Wir sind nach ISO 27001 und NEN 7510 zertifiziert und geben niemals Informationen weiter, die mit einer bestimmten Person in Verbindung gebracht werden können.



## Ein gutes Paar

Eine gute Beziehung zwischen dem/der betreffenden Person und dem/der Psycholog\*in bestimmt maßgeblich den Erfolg. Der/die Psycholog\*in kann daher jederzeit gewechselt werden.



## Für alle

Arbeit ist wichtig für die Gesundheit. Deshalb sind wir für alle Mitarbeiter\*innen da. Egal ob kleine Veränderungen oder eine große Herausforderung, etwas Privates oder etwas Berufliches, wir sind für euch da.

## 2. Das wollen wir wissen



# Wir erstellen für eure Organisation einen maßgeschneiderten Plan

Wir nehmen den zuvor ausgefüllten Fragebogen als Ausgangspunkt und schauen dann auf:

## ✓ Organisation

- **Gesundheitliche Dienstleistungen**  
Welche Dienstleistungen im Bereich der (mental) Gesundheit bietet die Firma bereits an?
- **Unternehmenskultur**  
Was sind die Merkmale der Firmenkultur?

## ✓ Kommunikation

- **Kanäle**  
Über welche Kanäle werden die Mitarbeiter am besten erreicht?
- **Zielgruppen**  
Gibt es bestimmte Mitarbeitergruppen, die möglicherweise einen differenzierten Ansatz benötigen?

## ✓ Erfolg

- **Ziel**  
Was erhofft ihr euch von der Zusammenarbeit mit OpenUp?
- **Messbarkeit**  
Woran können wir den Erfolg messen?

# Woran wir Erfolg messen?

## Direkte Leistungskennzahlen

Diese KPIs können direkt mit dem OpenUp-Service gemessen werden



Anzahl der  
Beratungsgespräche



Kundenzufriedenheit  
von Gesprächen



Beteiligung der  
Mitarbeiter\*innen

## Indirekte Leistungskennzahlen

Diese KPIs können nur über einen längeren Zeitraum gemessen werden und hängen von mehr als nur dem OpenUp-Service ab.



Verringerung der  
Langzeit-Fehlzeiten



Steigerung  
der Produktivität



Mitarbeiter-  
zufriedenheit



# 3. Der Kommunikationsplan



# Wie bleibt OpenUp im Rampenlicht?

## 1. Ein guter Launch

- Einführung von OpenUp mit dem Ziel, **Barrieren abzubauen**: Erklärung Datenschutz, Funktionsweise, Beispiele von Gesprächsthemen
- **Mittragen durch Führungskräfte**: vermitteln, dass mentale Gesundheit wichtig ist: LinkedIn-Post oder unternehmensweite Mitteilung durch die Geschäftsleitung

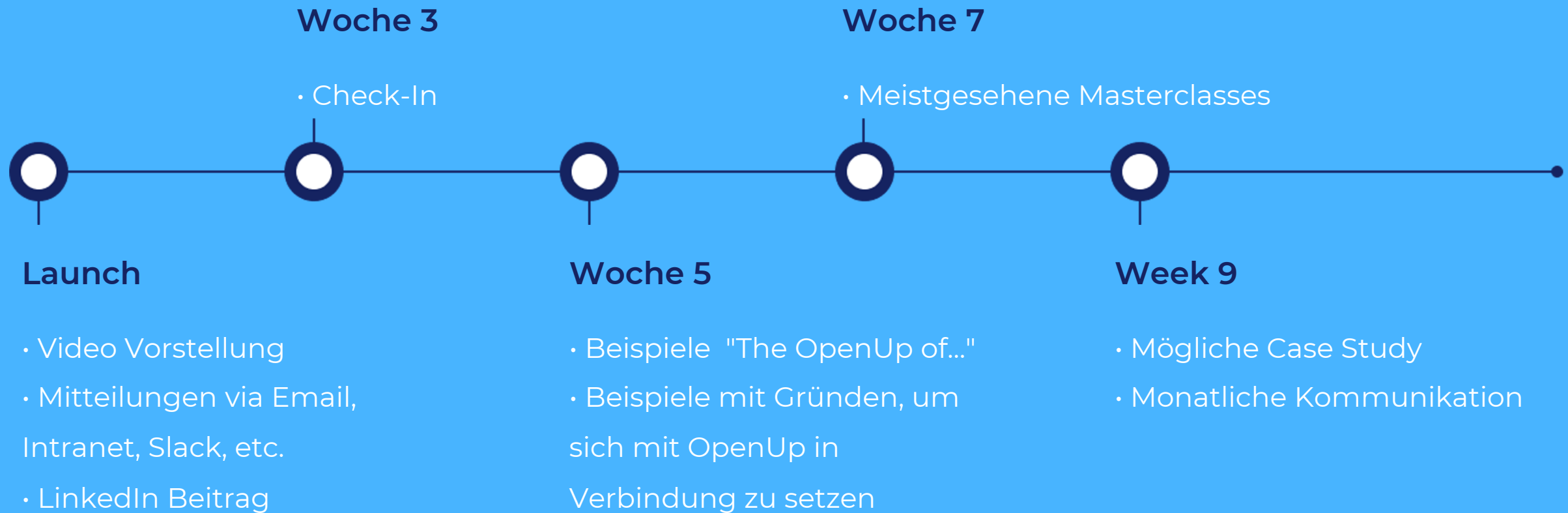
## 2. Mentale Gesundheit normalisieren

- Mit unserem **Check-in** messen die Mitarbeiter\*innen, wie sie sich fühlen und erhalten personalisierte Inhalte
- Wir teilen **inspirierende Interviews**, in denen andere über mentale Gesundheit sprechen
- Wir veranstalten **Masterclasses** zu relevanten Themen

## 3. Kontinuierliche Kommunikation

- Wir liefern jeden Monat **Inhalte**, zur internen Weiterleitung, um das Bewusstsein in Bezug auf mentale Gesundheit zu stärken
- Wir beobachten die **Themen**, zu denen OpenUp kontaktiert wird, und erstellen darauf aufbauend Inhalte

# Onboarding timeline



# LinkedIn Beitrag

Erhöht die Nutzung in den ersten 2 Monaten um bis zu 200 %

## The Student Hotel



**The Student Hotel**

22.595 folgers

1 mnd • Bewertet •

+ Folgen ...

We are launching an online service, which provides access to certified mental health professionals and other resources. It's a move that adds to the long-standing care and well-being we as TSH provide to our resident community and staff.

The **OpenUp** app will be available at no cost and unlimited access within the TSH community at all of its 15 European locations.

[#tshlife](#) [#openup](#) [#mentalwellbeing](#) [#mentalhealthawarenessweek](#)

[Vertaling weergeven](#)



## Hunkemöller



**Philip Mountford** • 2de

CEO Hunkemöller B.V.

2 mnd •

- Open Up & Hunkemöller | Mental Support for all -

At Hunkemöller we care deeply about the Health, Safety and Mental well-being of our employees. Last year was tough and we all had our own challenges.

The transition to working with restrictions and changed conditions in our stores and DC has brought challenges, as did working from home. A lot of us experienced a lack of social interactions and a blurred line between work and home life and its balance. Our mental well-being has a huge impact on the way we think, feel and behave. It affects how we act, how we relate to one another and how we make decisions.

We are now doing a pilot in Holland for our Dutch Hunkemöller employees who have direct access to any mental health support they may require. We are proud to announce a new collaboration as of today with Open Up!



# LinkedIn Beiträge

Wird häufig als  
Employer Branding  
Tool verwendet

**BeFrank**  
2,657 followers  
2h • Edited •


Bij BeFrank stimuleren we deelnemers met ons BeFit-platform om fysiek en financieel fit te worden én te blijven. Dit willen we natuurlijk ook voor onze medewerkers. Naast samen sporten, fruit op het werk, vitaliteitsworkshop challenges en tal van andere activiteiten met de BeFrankers, vinden we mentaliteit net zo belangrijk. In de week van de werkstress staan we hier graag bij stil.

BeFrank heeft een cultuur waarin we naar elkaar omkijken, waar alles besproken kan worden en waar mensen zichzelf kunnen zijn. Ook als het even wat minder gaat of als je ergens mee zit, in werk of privé. Om naast hulp op fysiek vlak mentaliteit vlak BeFrankers te ondersteunen zijn we dit jaar een samenwerking aangegaan met **OpenUp**. OpenUp is een e-health platform dat medewerkers een toegankelijke manier direct toegang geeft tot webinars, zelfhulpprogramma's, gezondheidschecks, professionele psychologen en meer. Je kunt er terecht voor onderwerpen zoals relatieproblemen, slecht slapen, piekeren, zenuwen voor presentatie, het kan van alles zijn. Want ook als je privé ergens mee zit kan een weerslag hebben op je werkgevoel.

Sebastiaan van den Dries, directeur BeFrank: "BeFrankers zijn gedreven mensen die graag de schouders eronder zetten. Dat is natuurlijk fijn, maar we vinden gezondheid van onze mensen ook erg belangrijk en we zijn zuinig op ze. Het betekent ook dat mensen soms even gas terug moeten nemen of hun haren moeten kunnen luchten. OpenUp biedt nuttige informatie en tooling. Daar kunnen medewerkers op een laagdrempelige manier contact opnemen. Ze kunnen hier anoniem hun verhaal kwijt en indien nodig hulp krijgen."

#BeFrank #BeFit #OpenUp #Weekvandewerkstress #Burnout #stress #mentalegezondheid #mentalhealth #mentalsupport #gezondheid

See translation




**Alide-Marie Hovenkamp** • 2nd  
Hiring unicorns @ BUX  
1mo • Edited •

2021 was again a rough year for everyone - physically, emotionally, and psychologically. The pressure of working from home for more than 1.5 years and now slowly transition to going back to the office. It's easy to lose your balance!

I'm happy to share that **BUX** has partnered with **OpenUp** to provide our employees with anonymous and unlimited access to mental well-being support that people may need to deal with everyday challenges in both their personal and professional life.

To me personally, this is a very important matter. I'm proud to work for a company that supports mental health for its employees!

#mentalhealth #people #work #happinesstaskwork



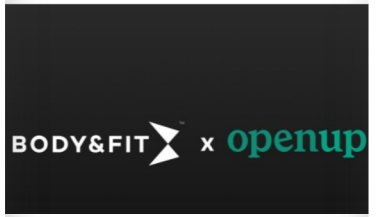
**Body&Fit**  
6,650volgers  
2mnd •

Body&Fit we are all about a fit and healthy lifestyle. Yesterday, we take a moment to celebrate our 1 year anniversary in our collaboration with **OpenUp**. As an employer, we want to support our people wherever possible - both physically and mentally.

OpenUp we offer our employees confidential and easy access to professional support via chat, phone or video consultations whenever they need. We're very proud to be able to offer this to all of our employees from day 1 in our new office.

#healthawareness #wellbeingatwork #FindABetterWay

See translation



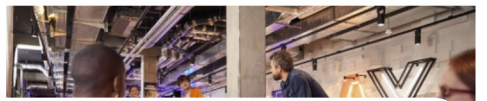
**The Student Hotel**  
22,595volgers  
1mnd • Bewerkt •

We are launching an online service, which provides access to certified mental health professionals and other resources. It's a move that adds to the long-standing care and well-being we as TSH provide to our resident community and staff.

The **OpenUp** app will be available at no cost and unlimited access within the TSH community at all of its 15 European locations.

#tshlife #openup #mentalwellbeing #mentalhealthawarenessweek

Vertaling weergeven



**Office App - by HqO**  
2,585volgers  
2mnd •


"Even though I feel I'm in a safe environment at Office App to talk about how I feel and about my concerns, it's great to have the possibility to talk to a psychologist and get professional support from the OpenUp team," says **Jill Slijkhuis**, HR and Recruitment Manager at Office App.

We're striving to create a company and culture that promotes positive wellbeing. One of the ways we're trying to do that is by partnering with **OpenUp**! You can read all about the partnership via **Work in Mind** below:

<https://lnkd.in/d.j39Mu9>

#wellbeing #mentalhealth #companyculture

Vertaling weergeven




**Désirée Smael** • 2nd  
HR Director | Kennedy Van der Laan  
8m •

Bij **Kennedy Van der Laan** vinden we het belangrijk dat onze medewerkers goed in hun vel zitten. Als dat niet het geval is, kijken we of er hulp nodig is. Ons mentaal welzijn is essentieel voor hoe we denken, voelen en handelen. Het beïnvloedt hoe we met stress omgaan, hoe we ons tot anderen verhouden en hoe we beslissingen nemen. Om te zorgen dat onze collega's de juiste ondersteuning krijgen, wanneer ze dat nodig hebben, zijn we een samenwerking aangegaan met **OpenUp**. OpenUp is gespecialiseerd in laagdrempelige hulp en toegankelijke persoonlijke begeleiding voor werknemers. Wij kijken uit naar deze samenwerking!

#HR #Advocaat

See translation




**Philip Mountford** • 2de  
CEO Hunkemöller B.V.  
2mnd •

- Open Up & Hunkemöller | Mental Support for all -

At Hunkemöller we care deeply about the Health, Safety and Mental well-being of our employees. Last year was tough and we all had our own challenges.

The transition to working with restrictions and changed conditions in our stores and DC has brought challenges, as did working from home. A lot of us experienced a lack of social interactions and a blurred line between work and home life and its balance. Our mental well-being has a huge impact on the way we think, feel and behave. It affects how we act, how we relate to one another and how we make decisions.

We are now doing a pilot in Holland for our Dutch Hunkemöller employees who have direct access to any mental health support they may require. We are proud to announce a new collaboration as of today with Open Up!



**FeedbackFruits**  
22m •


The health and wellbeing of our employees is really important to us. This is why FeedbackFruits has partnered with **OpenUp**.

We are really excited for our team who now have unlimited, confidential and easy access to a team of passionate psychologists who will support us:

- to maintain good mental health
- to thrive at work
- and ultimately, to reach our full potential

We look forward to this exciting adventure together. Thanks **OpenUp**!

#mentalhealth #wellbeing #people





# The openup of...

In der Interview-Serie "The OpenUp of ..." sprechen inspirierende Menschen offen über ihr Leben. Es geht um Themen wie Sinn, Bewusstsein, Zweifel und Einsichten. Und: Welche Rolle spielen mentale Gesundheit und Psychologie im Allgemeinen in ihrem Leben?



**Michiel Muller**  
Gründer Picnic

<https://www.openup.care/post/de-openup-van-michiel-muller>



**Chris Byrne**  
Head of e-comm Bestseller

<https://www.youtube.com/watch?v=NUNDZxIOo24&list=PLLIdec20g4SWWh64O8flq8lhiL--hWzyM&index=4>



# openup

## Masterclasses



Die Themen der [Masterclasses](#) sind im Einklang mit unseren 8 Themenschwerpunkten zum Thema mentales Wohlbefinden



# Check-In

Mit unserem Check-In erhalten die Mitarbeiter\*innen Einblick in ihren aktuellen mentalen Gesundheitszustand.

mein **openup**

☰

↑ Back

**Ich fühle mich glücklich und entspannt \***

Selten

Manchmal

Oft

Sehr oft

**Ich fühle mich aktiv**

11 of 77 answered

^

v

mein **openup**

☰

↑ Back

**Ich bin energiegeladen \***

Selten

Manchmal

Oft

Sehr oft

**Ich kann bewusst und intensiv die schönen**

69 of 77 answered

^

v

# Newsletter

Monatliche Kommunikation mit Updates zu:  
Masterclasses, Blogs, Interviews, Studien und Videos



## 4. Der monatliche Report



# Monatliche Einblicke

## OpenUp Report: October 2021

openup

Monthly report of OpenUp usage

Summary of user information last 12 months			Growth vs. last month	Projected yearly usage* %	Benchmark usage %**
Number of employees	800				
Number of employees using consultation(s) at OpenUp	53	↑	7	20%	12%
Number of employees with a myOpenUp account (performed a health check-in)	61	↑	4	23%	20%
Number of employees that attend the OpenUp webinars	0		0	0%	20%
Average number of consults per user	2.4	↑	0.2		
Number of consultations	127	↑	28		
Psychological consultations	115		21		
Mindfulness consultations	12		7		

Themes discussed in 1-on-1 conversations (of the organization) **		
Theme	Last 3 months	Last 12 months
% stress and anxiety	41%	42%
% workperformance	8%	8%
% self confidence	16%	15%
% relationships	10%	11%
% sleep	2%	2%
% finding purpose	12%	11%
% lifestyle	6%	6%
% mindfulness	6%	6%
% other	0%	0%

last 4 quarters	Q1 2021	Q2 2021	Q3 2021	Q4 2021
Number of new employees using consultation(s) at OpenUp	0	1	45	7
Number of consultations	0	1	98	28
% employees using consultation(s) at OpenUp (on an annual basis *)	0%	1%	23%	4%

\* The % of employees with consultations at OpenUp on an annual basis, is shown by extrapolating the current usage as if OpenUp was offered by the employer for a whole year, in the first months this % can fluctuate strongly

\*\* Average usage of OpenUp customers with > 50 employees

\*\*\* Count of employees that have subscribed to the live broadcast of the webinar. On demand views are not included

\*\*\*\* Due to privacy, this information is only shown if there are more than 10 users in the specified period

Top 3 themes for all organizations using OpenUp			
Last 3 months		Last 12 months	
Stress and anxiety	36%	Stress and anxiety	30%
Relationships	15%	Work performance	19%
Self-confidence	14%	Self-confidence	17%

## 5. Nächste Schritte

- ✓ Launch Termin
- ✓ Willkommenspaket
- ✓ Nächster Check-In





**Let's openup**