

# Impact Report

2024

---

**Kontakt**

team@openup.com

# Wichtigste Erkenntnisse



- **Auswirkungen auf das Wohlbefinden:** Die Impact Studie zeigt eine signifikante Steigerung des mentalen Wohlbefindens bei Mitarbeitenden, die OpenUp nutzen. Dies umfasst reduzierten Stress, erhöhte Arbeitszufriedenheit und verbessertes persönliches Wohlbefinden.
- **Gesteigerte Produktivität und Leistung:** Es besteht ein deutlicher Zusammenhang zwischen der Nutzung der OpenUp-Dienste und der Steigerung der Produktivität und Leistung am Arbeitsplatz. Mitarbeitende berichten von erhöhtem Fokus, Motivation und einer verbesserten Kapazität, arbeitsbezogene Herausforderungen zu bewältigen.
- **Verringerung von Fehlzeiten und Fluktuation:** Unternehmen, die OpenUp in ihre Wohlbefinden-Strategien integrieren, haben einen sichtbaren Rückgang von Fehlzeiten und Fluktuation verzeichnet, was die Wirksamkeit von OpenUp bei der Kultivierung einer engagierten Belegschaft unterstreicht.
- **Positive Veränderung der Organisationskultur:** Es gibt einen Wandel hin zu einer positiveren Unternehmenskultur mit mehr Offenheit in Bezug auf das mentale Wohlbefinden. OpenUp spielt eine entscheidende Rolle bei der Normalisierung von Gesprächen über mentales Wohlbefinden und beim Abbau der Stigmatisierung am Arbeitsplatz.
- **Kosteneffizienz und ROI:** Die Implementierung von OpenUp zeigt erhebliche finanzielle Vorteile. Die Einsparungen durch geringere Fehlzeiten und Fluktuation in Verbindung mit Produktivitätssteigerungen unterstreichen die finanziellen und menschlichen Vorteile.

## I. Einleitung

Ein frühzeitiges Eingreifen in das mentale Wohlbefinden kann entscheidend sein. In einer Zeit, in der 59% der globalen Arbeitnehmerschaft berichten, dass sie mit mindestens einer Herausforderung des mentalen Wohlbefindens konfrontiert sind (McKinsey Health Institute, 2022), ist der Bedarf an zugänglicher und einfühlsamer Unterstützung wichtiger denn je. Vor diesem Hintergrund hat sich OpenUp als zuverlässige Anlaufstelle für Menschen in diesem Bereich etabliert und bietet schnelle und einfühlsame Unterstützung für mentales Wohlbefinden.

Emma, eine engagierte Mitarbeiterin eines multinationalen Unternehmens, zögerte anfangs, ihre Sorgen um das mentale Wohlbefinden anzusprechen. Sie erinnert sich: "Ich wäre nie auf die Idee gekommen, mit jemandem über mein mentales Wohlbefinden zu sprechen, bis meine Arbeitsstelle es mir nahelegte. Was ich bis jetzt gelernt habe, hat meine Sichtweise verändert. Die OpenUp-Plattform hat nicht nur meine gesundheitlichen Ängste gelindert, sondern auch dafür gesorgt, dass sie sich nicht auf mein Beruf auswirken."

Für viele diente OpenUp als Einführung in die Welt der präventiven Betreuung. Amir, ein erfahrener IT-Berater, hatte mit arbeitsbedingtem Stress und Burnout zu kämpfen. Er wandte sich an OpenUp und fand dort Ressourcen und persönliche Unterstützung: Amir erlernte Bewältigungsstrategien und erlangte ein neues Gefühl von Wohlbefinden. Über seine Erfahrungen sagt Amir: "OpenUp hat mir einen neuen Raum eröffnet, den ich sehr schätze." Anhand der Geschichte von Amir wird deutlich, welche konkreten Vorteile OpenUp bei der Bewältigung von arbeitsbedingtem Stress und der Förderung der persönlichen Entwicklung bietet und wie es letztlich zu einer glücklicheren und produktiveren Belegschaft führt.

Auch Arbeitgeber und Führungskräfte profitieren davon, denn Mitarbeitende fühlen mehr Dankbarkeit gegenüber Organisationen, die das mentale Wohlbefinden priorisieren. Sandrien, HR-Leiterin eines E-Learning-Anbieters, berichtet: "Wir erkennen die positiven Auswirkungen von OpenUp auf unterschiedliche Weise, wobei die wichtigste das begeisterte Feedback ist, das wir von unseren Mitarbeitenden erhalten." Sandriens Einschätzung spiegelt nicht nur die sofortigen Vorteile von Initiativen zum mentalen Wohlbefinden wieder, sondern deutet auch auf einen größeren Trend in der Antwort der Geschäftswelt auf die Herausforderungen des mentalen Wohlbefindens.

Wie wichtig es ist, sich um das mentale Wohlbefinden am Arbeitsplatz zu kümmern, zeigen die Daten einer aktuellen Deloitte-Studie. Der Studie zufolge verlassen 28% der Mitarbeitenden ihren derzeitigen Arbeitsplatz aufgrund eines schlechten mentalen Wohlbefindens oder haben vor, ihn zu verlassen. Eine derart hohe Fluktuationsrate gibt nicht nur Anlass zur Sorge um das Wohlbefinden der Mitarbeitenden, sondern stellt auch eine deutliche wirtschaftliche Herausforderung für Unternehmen dar. Dieselbe Studie zeigt auch, dass ein schlechtes mentales Wohlbefinden den Arbeitgebern beträchtliche Kosten verursacht, die sich allein im Vereinigten Königreich auf bis zu 56 Milliarden Pfund (= 64 Milliarden Euro) belaufen (Deloitte, 2022). Diese Ergebnisse unterstreichen die Notwendigkeit effektiver Interventionen zum mentalen Wohlbefinden am Arbeitsplatz und bestätigen den Wert von Plattformen wie OpenUp bei der Bewältigung dieser wichtigen Bedürfnissen.

Im folgenden Report erwarten den Leser\*innen datenbasierte Erkenntnisse, die die entscheidende Rolle des mentalen Wohlbefindens in Arbeitsumgebungen hervorheben. Er wird einen detaillierten Überblick darüber geben, wie OpenUp das mentale Wohlbefinden am Arbeitsplatz beeinflusst, wobei der Schwerpunkt auf den konkreten Vorteilen und Ergebnissen der Initiativen liegt.

## II. Über OpenUp

Der Zusammenhang zwischen dem mentalen Wohlbefinden der Mitarbeitenden und dem Unternehmenserfolg ist offensichtlich. Ein höheres Wohlbefinden der Mitarbeitenden steht in direktem Zusammenhang mit höherer Produktivität und größerer Kundenzufriedenheit, was wiederum zu einer höheren Rentabilität führt. Darüber hinaus gehen beide Umstände mit einer geringeren Personalfuktuation einher, was die Bedeutung des mentalen Wohlbefindens für die Förderung eines produktiven und dynamischen Arbeitsumfelds unterstreicht (Employee wellbeing, productivity and firm performance, 2019).

In diesem Sinne hat OpenUp eine Vorreiterrolle bei der Integration des mentalen Wohlbefindens in die Unternehmenskultur eingenommen. Rückblickend auf die vergangenen Jahre haben die Initiativen von OpenUp einen messbaren, greifbaren Einfluss auf das Wohlbefinden der Mitarbeitenden und den Unternehmenserfolg gehabt.

Folglich hat sich OpenUp zum Ziel gesetzt, die Unterstützung für mentales Wohlbefinden für Mitarbeitende leicht zugänglich zu machen und Barrieren wie komplizierte Einführung, HR-Genehmigungen oder lange Wartezeiten zu beseitigen. Die personalisierte Unterstützung und die gemeinsamen Erfahrungen sollen die Mitarbeitenden zu dauerhaften positiven Veränderungen befähigen. Dies steigert nicht nur die Arbeitszufriedenheit und die Freude an der Arbeit, sondern erhöht auch die Produktivität und reduziert Fehlzeiten. Indem OpenUp das mentale Wohlbefinden am Arbeitsplatz mit relevanten Inhalten priorisiert, erfüllt es die Vision, Unternehmen durch eine gesunde, unterstützte Belegschaft zu verbessern.

### OpenUps Erfolg spiegelt sich im starken NPS-Wert wider

Ein Beweis für die Wirksamkeit und Zufriedenheit des OpenUp-Ansatzes ist der aktuelle Net Promoter Score (NPS), eine universell anerkannte Kennzahl zur Bewertung der Kundenzufriedenheit und -loyalität. OpenUp hat einen durchschnittlichen NPS von 8,8 von 10 erreicht, ein Beweis für die hohe Zufriedenheit und den positiven Einfluss, den die Dienste von OpenUp auf Mitarbeitende und Unternehmen hat.

### Der OpenUp Unterschied

OpenUp verfolgt einen umfassenden 360°-Ansatz für das Wohlbefinden am Arbeitsplatz und bietet eine Plattform, die Unternehmen dabei unterstützt, ihre Teams - Mitarbeitende, HR und Arbeitgeber - bei der Aufrechterhaltung des emotionalen, körperlichen und sozialen Wohlbefindens zu unterstützen. Die Plattform vereinfacht es, sich mit lizenzierten Psycholog\*innen und Lifestyleexpert\*innen in 1:1-Sitzungen in mehr als 25 Sprachen zu treffen, bietet interaktive Masterclasses an und ermöglicht eine breite Auswahl an Selbstlern-Materialien zu wichtigen Themen wie Stress- und Angstabbau, hormonelle Gesundheit und Achtsamkeit.

Mit OpenUp können Mitarbeitende ein benutzerfreundliches System nutzen, das ihnen jederzeit Mittel zur persönlichen Weiterentwicklung zur Verfügung stellt, und HR-Teams erhalten Unterstützung bei der Aktivierung, Updates zu den Fortschritten und spezifische Ressourcen zur Entwicklung von Führungskompetenzen. OpenUp verbindet persönliches Wohlbefinden mit beruflicher Entwicklung und verbessert sowohl das Wohlbefinden des Individuums als auch die Gesundheit der Unternehmenskultur.

Darüber hinaus ist OpenUp insofern einzigartig, als dass das interne Team aus sorgfältig ausgewählten, qualifizierten und geschulten Psycholog\*innen und Lifestyle-Expert\*innen eine strenge Verpflichtung zur Qualitätskontrolle aufrechterhält. Das Engagement von OpenUp stellt sicher, dass jeder Aspekt der Plattform sorgfältig evaluiert und auf höchstem Niveau gehalten wird. Von der Entwicklung evidenzbasierter Verfahren bis hin zur personalisierten Unterstützung arbeiten die Expert\*innen von OpenUp kontinuierlich daran, den Nutzer\*innen das bestmögliche Niveau an Unterstützung zu bieten.

“

Bei OpenUp setzen wir uns dafür ein, Gespräche über mentales Wohlbefinden zu **normalisieren**, und wir stellen uns eine Zukunft vor, in der Unterstützung **für alle zugänglich** ist. Unser Ansatz ist einfach, direkt und erschwinglich: Bei OpenUp gibt es keine schwierigen Fragen im Voraus; unsere Plattform ist **anonym** und unkompliziert. Unser übergeordnetes Ziel ist es, umfassende Unterstützung anzubieten, die **alle Aspekte des mentalen Wohlbefindens** abdeckt.

**Gijs Coppens**

Gründer & CEO von OpenUp



## Die OpenUp Wirksamkeitsstudie

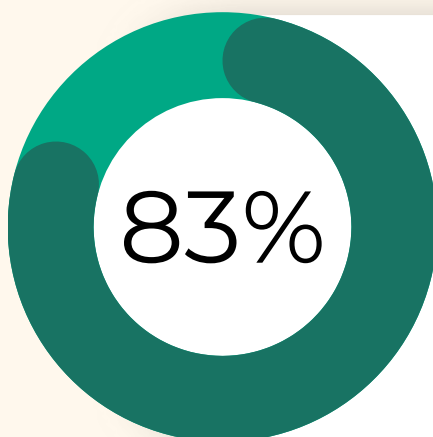
Der Zweck dieses spezifischen Reports ist es jedoch, die Ergebnisse der Impact-Studie von OpenUp zu teilen, welche positive Veränderungen im Wohlbefinden der Mitarbeitenden und der Unternehmensleistung anhand von Dateneinblicken zeigt.

Methodisch wurde direktes Feedback von einer signifikanten Stichprobengröße gesammelt: 871 Nutzer\*innen, die sowohl Mitarbeitende von OpenUp-Kundenunternehmen als auch die Kund\*innen selbst umfassten. Eine umfangreiche Umfrage untersuchte die Auswirkungen der OpenUp-Dienste auf Schlüsselparameter wie das mentale Wohlbefinden, die Resilienz und die Produktivität der Nutzer\*innen.

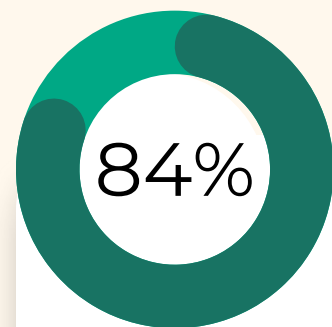
Die OpenUp-Impact-Studie soll aufzeigen, wie die gezielten Bemühungen von OpenUp die Integration des mentalen Wohlbefindens in das organisatorische Arbeitsumfeld deutlich vorantreiben.

## III. Wirksamkeit in Zahlen

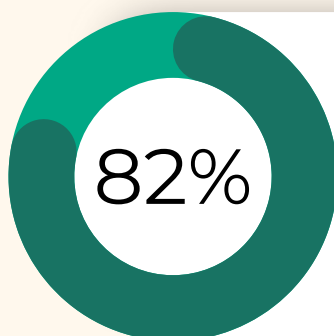
Die Dienste von OpenUp sind umfangreich und auf die Bedürfnisse von Unternehmen zugeschnitten, dennoch ist allgemein bekannt, dass im Unternehmensbereich die Daten oft lauter sprechen. Um den Einfluss von OpenUp transparent zu machen, wurde eine umfassende Studie durchgeführt, bei der insgesamt 871 Nutzer\*innen befragt wurden, um die Auswirkungen von OpenUp zu quantifizieren. Das sagen die Nutzer\*innen über OpenUp:



der Mitarbeitenden fühlten sich durch die Dienste von OpenUp erholt oder zumindest in ihrem **Wohlbefinden gestärkt**, was ihre Arbeitseffizienz und allgemeine Zufriedenheit erhöht hat. Dies ist für die HR-Abteilung und das Management von entscheidender Bedeutung, da ein verbessertes Wohlbefinden direkt zu **weniger krankheitsbedingten Fehlzeiten** und einer höheren Arbeitsqualität führt.

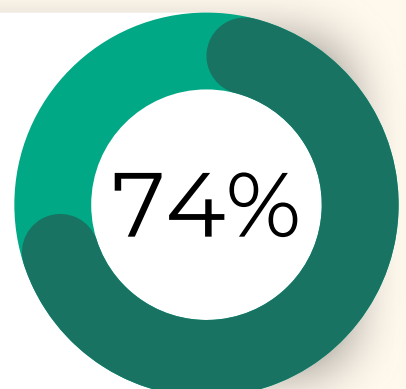


der Teilnehmenden fühlten sich nach der Nutzung von OpenUp **besser gerüstet**, um zukünftige Herausforderungen des mentalen Wohlbefindens zu bewältigen, was eine **nachhaltige Produktivität** und **Resilienz** angesichts von Herausforderungen gewährleistet.



fanden, dass die OpenUp-Dienste ihnen geholfen haben, sich **schneller zu erholen** und so sicherzustellen, dass Mitarbeitende schnell wieder in das Unternehmen **zurückkehren** und ihren **Beitrag leisten** können.

stimmen zu, dass sich ihre **Produktivität** bei der Arbeit durch die Dienste von OpenUp **verbessert** hat. Es ist deutlich, dass sich das mentale Wohlbefinden direkt auf die **Arbeitsleistung** auswirkt.



Doch was unterstreicht die Bedeutung des mentalen Wohlbefindens und der präventiven Betreuung am Arbeitsplatz? Die Antwort liegt in den tiefgreifenden Auswirkungen, die diese Faktoren sowohl auf die einzelnen Mitarbeitenden als auch auf die gesamte Unternehmenskultur hat. Mentales Wohlbefinden ist nicht "nur eine persönliche Sache", sondern eine zentrale unternehmerische Erwägung. Monique, ehemalige VP of People bei einer bekannten Brillenmarke, betont dies deutlich: "Jemanden zu haben, mit dem man einfach reden kann, ist eine gute Art für Arbeitgeber, ihre Teams gesund zu halten, und ein klares Signal für Mitarbeitende, dass ein Unternehmen die Herausforderungen versteht und sich wirklich kümmert."

Im folgenden Kapitel untersuchen wir, warum die Priorisierung des mentalen Wohlbefindens nicht nur vorteilhaft, sondern essentiell für einen erfolgreichen Arbeitsplatz ist, und erkunden die greifbaren Vorteile und transformativen Effekte von OpenUps Ansatz.

## IV. Wohlbefinden am Arbeitsplatz

In der heutigen Arbeitswelt ist das mentale Wohlbefinden eine entscheidende Komponente des Unternehmenserfolgs. Das heißt, dass die Bedeutung des mentalen Wohlbefindens am Arbeitsplatz über das individuelle Wohlbefinden hinausgeht und sich auf alles auswirkt, von der Produktivität und dem Engagement bis hin zur allgemeinen wirtschaftlichen Gesundheit eines Unternehmens.

Im Mittelpunkt dieser Erkenntnis steht die Einsicht, dass die Mitarbeitenden der Treibstoff eines jeden Unternehmens sind. Ihr mentales Wohlbefinden wirkt sich direkt auf ihr Engagement, ihre Innovationskraft und ihren Einsatz aus. Wird das mentale Wohlbefinden hingegen vernachlässigt, kann dies zu erhöhten Fehlzeiten, geringerer Produktivität und hoher Fluktuation führen, was sich alles negativ auf die Unternehmenskultur auswirkt.

Folglich ist die Schaffung eines Umfelds, das das mentale Wohlbefinden in den Vordergrund stellt, nicht nur eine ethische Entscheidung, sondern auch eine strategische Geschäftsentscheidung.

Aus wirtschaftlicher Sicht sind die Argumente für Investitionen in das mentale Wohlbefinden überzeugend. Jeder Euro, der für die Behandlung häufiger Erkrankungen der mentalen Gesundheit ausgegeben wird, bringt das Fünffache (5:1) an verbessertem Wohlbefinden und Produktivität zurück (Deloitte, 2021). Diese Statistik unterstreicht den konkreten Nutzen, den Initiativen zum mentalen Wohlbefinden für eine Organisation haben können.

Proaktive Maßnahmen zur Förderung  
des mentalen Wohlbefindens der  
Arbeitskräfte bringen einen ROI von etwa

5:1\*

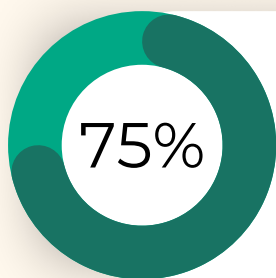
## Zugängliche & Präventive Betreuung mit OpenUp

Der Fokus auf präventive Betreuung ist besonders wichtig. Ein proaktiver Ansatz gewährleistet die frühzeitige Erkennung und Bewältigung von Belangen des mentalen Wohlbefindens und kultiviert eine Arbeitskultur, die die Mitarbeitenden wertschätzt und unterstützt.

Im Bereich des mentalen Wohlbefindens am Arbeitsplatz ist das Zusammenspiel zwischen (externen) Angeboten zum Wohlbefinden und interner Mitarbeiterführung ein entscheidender Faktor: OpenUp trägt wesentlich zu dieser Dynamik bei, indem es zugängliche Unterstützung für mentales Wohlbefinden anbietet und eine Schlüsselrolle bei

der Normalisierung von Diskussionen über mentales Wohlbefinden am Arbeitsplatz spielt.

Indem solche Dienste zur Verfügung stehen, werden Barrieren für die Inanspruchnahme von Hilfe abgebaut und ein offeneres Umfeld geschaffen, in dem mentales Wohlbefinden ein Thema für aktives Engagement und Unterstützung ist. Dieser kollaborative Ansatz fördert das Gemeinschaftsgefühl und die Solidarität unter den Mitarbeitenden, was letztlich zu einer besseren Arbeitsmoral und Produktivität führt.



stimmten zu, dass OpenUp ihnen geholfen hat, **offener** über die **Herausforderungen** des mentalen Wohlbefindens am Arbeitsplatz zu **sprechen**.

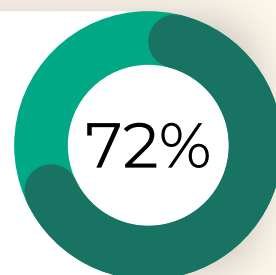
Der Ansatz, Lösungen für das mentale Wohlbefinden in den Arbeitsplatz zu integrieren, kann ein Schlüsselfaktor für die Umgestaltung der Organisationskultur sein und dazu führen, dass das mentale Wohlbefinden zu einem Bestandteil der regelmäßigen Gespräche im Unternehmen wird.

Ebenso wichtig ist die Rolle der Führung in diesem Zusammenhang. Das Engagement der Führungskräfte bei Initiativen zum mentalen Wohlbefinden ist ein starker Indikator für das Engagement einer Organisation für das Wohlbefinden der Mitarbeitenden. Dieses Engagement trägt dazu bei, einen Arbeitsplatz zu schaffen, der integrativ und unterstützend wirkt und die Botschaft verstärkt, dass das Wohlbefinden der Mitarbeitenden Priorität hat. Die Kombination aus externen Daten für mentales

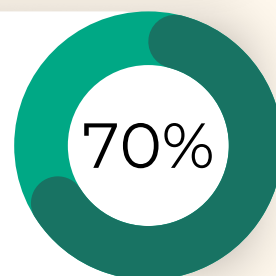
Wohlbefinden und unterstützender Mitarbeiterführung kann wesentlich zur Förderung eines gesunden Arbeitsumfelds beitragen, in dem das mentale Wohlbefinden als fester Bestandteil der Gesundheit des Unternehmens und der Produktivität der Mitarbeitenden anerkannt wird.

Mit Blick auf die Zukunft wird die Nachfrage nach effektiven Angeboten für das mentale Wohlbefinden zunehmen, da sich die Arbeitswelt dahingehend verändert, dass es mehr Remote- und Hybrid-Arbeitsverhältnisse gibt. Neue Arbeitsmodelle bringen einzigartige Herausforderungen mit sich, die zugängliche Unterstützung für das mentale Wohlbefinden nicht nur vorteilhaft, sondern unerlässlich machen. Und OpenUps Kunden stimmen dem zu:

bestätigten, dass es für sie wichtig ist, dass ihr aktueller oder zukünftiger **Arbeitgeber OpenUp als Service** für die Mitarbeitenden **anbietet**.



stimmten zu, dass sie aufgrund ihrer Erfahrungen mit OpenUp **eher** bei ihrem derzeitigen Arbeitgeber **bleiben** werden.





# V. Herausforderungen am Arbeitsplatz

Nach der Diskussion über die Notwendigkeit des mentalen Wohlbefindens und der präventiven Betreuung ist es klar, dass die heutige Arbeitsumgebung einzigartige Herausforderungen mit sich bringt, die das mentale Wohlbefinden der Mitarbeitenden erheblich beeinflussen. Indem wir von der Erkenntnis der Dringlichkeit zur Einführung zugänglicher Lösungen übergehen, erweist sich OpenUp als wichtiger Partner bei der Überbrückung der Lücke zwischen geschäftlichen Ansprüchen und mentalem Wohlbefinden.



## Themen die von OpenUp's Diensten für Mentales Wohlbefinden adressiert werden:

- **Selbstvertrauen am Arbeitsplatz:** Das berufliche Selbstwertgefühl schwankt häufig, wobei fast **80%** der Frauen oft mit einem geringen Selbstwertgefühl zu kämpfen haben, was sich auf ihre Selbstbehauptung am Arbeitsplatz auswirkt (National Bureau of Economic Research, 2021). OpenUp hilft Individuen dabei, ihr Selbstvertrauen zu stärken, das für die Bewältigung von Herausforderungen am Arbeitsplatz und persönlichen Zweifeln unerlässlich ist.
- **Umgang mit arbeitsbedingtem Stress und Ängsten:** Angesichts der Tatsache, dass **44%** der Mitarbeitenden über häufigen Stress berichten (Gallup, 2022), ist ein effektiver Umgang mit diesem Aspekt des Arbeits- und Privatlebens unerlässlich. OpenUp bietet Strategien zur Unterscheidung und Bewältigung verschiedener Arten von Stress, die für den Umgang mit Arbeitsdruck und Herausforderungen im Privatleben hilfreich sind.
- **Verbesserung der Arbeitsleistung durch persönliche Entwicklung:** Die Zufriedenheit am Arbeitsplatz hat eine große Auswirkung auf das allgemeine Wohlbefinden und führt zu einem Anstieg der aktuellen Lebenszufriedenheit um **14%** (National Library of Medicine, 2021). Der Ansatz von OpenUp integriert persönliche Werte und berufliche Bestrebungen, was zu einer verbesserten Arbeitszufriedenheit und persönlichen Erfüllung führt.
- **Steigerung der Rentabilität durch Teamengagement:** Untersuchungen zeigen, dass hoch engagierte Teams **23%** profitabler sind, vor allem weil sie **81%** weniger Fehlzeiten, **14%** mehr Produktivität und **43%** weniger Fluktuation haben (Gallup, 2022). Die Angebote von OpenUp zielen darauf ab, das Engagement zu steigern, was zu höherer Produktivität, besserer Bindung der Mitarbeitenden und geringeren Fehlzeiten führt. Dieser Ansatz hilft den Unternehmen, durch eine engagierte und zufriedene Belegschaft eine höhere Rentabilität zu erzielen.
- **Förderung der Resilienz durch einen gesunden Lebensstil:** Mit **61%** der Mitarbeiter\*innen, die unter Burnout leiden (CareerBuilder, 2017) und einem ähnlichen Prozentsatz, der von einer gesünderen Lebensweise aufgrund von Wellness-Programmen des Unternehmens berichtet (Aflac, 2017), ist die Verbindung zwischen einem gesunden Lebensstil und einer verbesserten Arbeitseffizienz eindeutig. OpenUp befürwortet die Einbindung gesunder Gewohnheiten in den Alltag, was sowohl die Arbeitsleistung als auch das persönliche Wohlbefinden deutlich verbessern kann.

# VI. Schlussfolgerungen

Zum Abschluss dieses Berichts unterstreichen die vorgelegten Daten eindeutig den Wert und die Wirksamkeit von OpenUp bei der Förderung des mentalen Wohlbefindens am Arbeitsplatz. Die gesammelten Daten verdeutlichen nicht nur die Relevanz von Dienstleistungen für das mentale Wohlbefinden in der heutigen Arbeitswelt, sondern positionieren OpenUp auch als eine zentrale Lösung in diesem Bereich.

Der Weg mit OpenUp, der durch die Erfahrungen von Einzelpersonen wie Emma, Amir und Elena erzählt wird, zeigt zusammen mit der umfassenden Ausstellung von

Daten die entscheidende Rolle von OpenUp bei der Verbesserung des mentalen Wohlbefindens am heutigen Arbeitsplatz.

Dieser Bericht hofft zu vermitteln, dass OpenUp nicht nur als wertvolles Instrument zur Vorbeugung oder Linderung von Problemen des mentalen Wohlbefindens innerhalb eines organisatorischen Umfelds erscheint, sondern auch als integraler Bestandteil einer umfassenden Unternehmensstrategie, die eine gesündere, widerstandsfähigere Belegschaft fördert.

# Quellenangaben

---

Aflac. (2017). *8 Benefits trends to watch in 2017*. In Aflac. Abgerufen am 13. Februar 2024, über [https://www.aflac.com/docs/awr/pdf/2016-articles/art.trends\\_2017.ic.pdf](https://www.aflac.com/docs/awr/pdf/2016-articles/art.trends_2017.ic.pdf)

CareerBuilder Hiring Solutions. (2017, May 23). *Do American workers need a vacation? New CareerBuilder data shows majority are burned out at work, while some are highly stressed or both*. Press Room | Career Builder. <https://press.careerbuilder.com/2017-05-23-Do-American-Workers-Need-a-Vacation-New-CareerBuilder-Data-Shows-Majority-Are-Burned-Out-at-Work-While-Some-Are-Highly-Stressed-or-Both>

Deloitte, Hampson, E. H., & Jacob, A. J. (2021). *Mental health and employers: Refreshing the case for investment*. In Deloitte. Abgerufen am 13. Februar 2024, über <https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/uk/Documents/consultancy/deloitte-uk-mental-health-and-employers.pdf>

Gallup, Inc. (2024). *State of the Global Workplace Report - Gallup*. In Gallup.com. <https://www.gallup.com/workplace/349484/state-of-the-global-workplace.aspx#ite-506900>

Harter, B. J. (2022, August 13). *Employee Engagement vs. Employee Satisfaction and Organizational Culture*. Gallup.com. <https://www.gallup.com/workplace/236366/right-culture-not-employee-satisfaction.aspx>

L. Exley, C. L. E., & B. Kessler, J. B. K. (2021). *The gender gap in self-promotion*. In National Bureau of Economic Research. National Bureau of Economic Research. Abgerufen am 13. Februar 2024, über [https://www.nber.org/system/files/working\\_papers/w26345/w26345.pdf](https://www.nber.org/system/files/working_papers/w26345/w26345.pdf)

*Poor mental health costs UK employers up to £56 billion a year*. (n.d.). Deloitte United Kingdom. <https://www2.deloitte.com/uk/en/pages/press-releases/articles/poor-mental-health-costs-uk-employers-up-to-pound-56-billion-a-year.html>

*Present company included: Prioritizing mental health and well-being for all*. (2022, October 10). McKinsey & Company. <https://www.mckinsey.com/mhi/our-insights/present-company-included-prioritizing-mental-health-and-well-being-for-all>

Ray, T. (2021). *Work related well-being is associated with individual subjective well-being*. *Industrial Health*, 60(3), 242–252. <https://doi.org/10.2486/indhealth.2021-0122>