



Überzeuge dein Management **von Mental Health Benefits**

Ein Leitfaden

Du bist bereit,
mentale Gesundheit
zur Priorität zu
machen.

Deine Vorgesetzten
nicht. Wir sind für
dich da!

Die mentale Gesundheit von Mitarbeitenden zu unterstützen hat positive Auswirkungen auf dein Unternehmen und die Menschen darin.

Leider sehen das nicht alle so! Manchmal kann es schwer sein, Führungskräfte zu überzeugen und die richtigen Argumente für mentale Unterstützung zu finden. Aber wir stehen dir zur Seite!

In diesem Leitfaden haben wir die häufigsten Argumente gegen mentale Unterstützung am Arbeitsplatz aufgeführt und zeigen dir, wie du auf sie reagieren kannst. Mithilfe der einschlägigen Statistiken kannst du deine Argumente mit Zahlen untermauern und bist so nie wieder um eine Antwort verlegen.



Einwand

“Mentale Unterstützung ist nur eine finanzielle Belastung.”

Fakten

Wenn die größte Sorge deiner Vorgesetzten finanzieller Art sind, haben wir gute Nachrichten: Tatsächlich sorgt mentale Unterstützung für Angestellte für mehr ROI. Denn mentale Unterstützung für Angestellte führt zu weniger Fluktuation (und damit zu geringeren Kosten), mehr Produktivität und weniger Fehltagen. Darüber hinaus wird dein Unternehmen attraktiver für neue Talente, und es entstehen weniger Kosten bei Neueinstellungen. Am Ende spart dein Unternehmen durch mentale Unterstützung bares Geld.



So kannst du dein Management-Team überzeugen:

- Mentale Unterstützung zahlt sich **im Schnitt 5-fach aus**.¹
- Aufgrund mentaler Gesundheitsprobleme entstehen pro Jahr für Unternehmen **Kosten von durchschnittlich 2000 € pro Person**.²
- Präsentismus verringert die Produktivität in Unternehmen **um 35%**.
- **17 Millionen aller jährlichen Fehltage** sind Stress, Depressionen oder Angstzuständen zuzuschreiben.³
- Mentale Unterstützung senkt die Fluktuation **um 60%**.⁴

Einwand

„Wir sind hier eine Familie! Probleme können wir einfach selbst lösen.“

Fakten

In einer gesunden Unternehmenskultur haben Transparenz, Ehrlichkeit und Teamarbeit einen hohen Stellenwert. Dein Führungsteam mag das Gefühl haben, dass diese Werte in deinem Unternehmen schon so gut gelebt werden, dass keine externe Unterstützung nötig ist. Vorgesetzte und HR-Teams können sich deshalb einfach selbst um die mentale Gesundheit und das Wohlbefinden der Angestellten kümmern. Dies kann jedoch einige verhängnisvolle Konsequenzen mit sich bringen.



So kannst du dein Management-Team überzeugen:

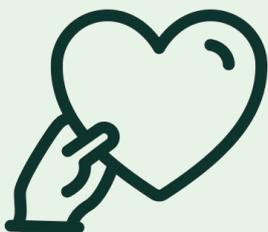
- Die meisten Manager und HR-Teams sind **nicht darin geschult**, Anzeichen mentaler Belastungen zu erkennen oder angemessen darauf zu reagieren.
- Einen Arbeitsplatz als „Familie“ zu bezeichnen führt oft zu hohen Überstunden und **wird langfristig mit einem höheren Burnout-Risiko in Verbindung gebracht.**⁵
- Private Probleme können sich zwar auf das Arbeitsleben auswirken, doch (verständlicherweise!) möchte nicht jede:r so persönliche Dinge mit Kolleg:innen oder dem HR-Team besprechen.
- Diese Aussage fokussiert auf die Behandlung von Problemen. **Mentale Unterstützung sollte jedoch präventiv sein.** Das bedeutet, dass Menschen Unterstützung erhalten, bevor ein Problem auftritt.

Einwand

„Mentale Gesundheit ist Teil des Privatlebens, nicht der Arbeit.“

Fakten

Unsere Probleme begleiten uns überall hin, ganz egal ob sie körperlicher oder psychischer Natur sind. Wenn unser Rücken schmerzt, verschwindet der Schmerz nicht auf magische Weise, wenn wir ins Büro kommen. Durch die Stigmatisierung von mentaler Gesundheit denken viele jedoch immer noch, dass das Thema im Arbeitsleben nichts zu suchen hat. Wenn dein Management-Team so argumentiert, ist es wichtig, das Thema direkt anzugehen.



So kannst du dein Management-Team überzeugen:

- Mentale Belastungen sind keine Seltenheit: Laut einer Studie erfährt die **Hälfte aller Menschen im Laufe ihres Lebens psychische Probleme**.⁶
- Das Stigma rund um mentale Gesundheit verhindert eine Verbesserung und **beeinträchtigt die Produktivität**.⁷
- Schlechte mentale Gesundheit führt zu **37% mehr Fehltagen und einer 60% höheren Fehlerquote** führt.⁸
- 2023 wurden **so viele Krankheitstage genommen wie seit 10 Jahren nicht mehr**. Stress ist dabei einer der häufigsten Gründe für Fehltag.⁹
- 50% der Vollzeitangestellten haben schon einmal **einen Job aus psychischen Gründen gekündigt**. Und diese Zahl ist bei Millennials und Mitarbeitenden aus der Gen Z noch weitaus höher (68% bzw. 81%).

“

„Nehmen wir einmal an, wir brechen uns ein Bein und gebrochenen Beinen haftet ein Stigma an“

„Dann versuchen wir, unser gebrochenes Bein vor der Öffentlichkeit zu verstecken, gehen arbeiten und versuchen wie gewohnt unsere Leistung zu bringen. Wenn Leute uns fragen, wie es uns geht, dann lächeln wir und sagen ‘gut’, während wir versuchen, den Pausenraum zu verlassen ohne dabei zu humpeln oder vor Schmerzen in Tränen auszubrechen. Anstatt unseren Job zu machen, wenden wir all unsere Energie dafür auf, den Schein zu wahren. Absurd, oder? Aber das Schlimmste ist: Es wird nicht besser. Unser Bein kann nicht nur nicht richtig heilen, sein Zustand verschlechtert sich mit der Zeit immer weiter.“



Edwin

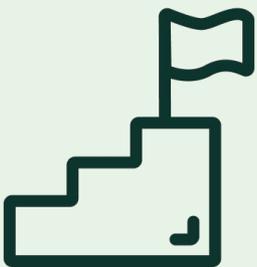
nilo psychologist

Einwand

„Aber hier geht es doch allen gut!“

Fakten

Dein Management-Team mag der Ansicht sein, dass es keinen Bedarf an mentaler Unterstützung gibt. Schließlich entwickelt sich das Unternehmen prächtig! Genau hier kannst du jedoch ansetzen. Denn damit dein Team auch weiterhin auf Erfolgskurs bleibt (und um Probleme anzugehen, die vielleicht noch gar nicht ersichtlich sind), ist mentale Unterstützung erforderlich.



So kannst du dein Management-Team überzeugen:

- Es ist toll, dass es allen gut geht: Sorgen wir dafür, dass es auch weiterhin so bleibt! Mentale Unterstützung zur Prävention psychischer Probleme ist eine der besten Wege, um Teams resilienter zu machen und Burnout zu vermeiden.¹¹
- Unsere nilo Plattform wird beispielsweise **von 85 % der User:innen präventiv genutzt**. 71% der User:innen mit hohem Stresspegel bemerkten nach der Nutzung von nilo eine Verbesserung.
- Die effektivste Maßnahme gegen Burnout und chronischen Stress ist Prävention, damit es erst gar nicht zur Krise kommt.
- Präventive mentale Unterstützung **steigert außerdem die Resilienz**, eine der wichtigsten Wachstumskennzahlen für Unternehmen.¹²
- **Einige psychische Belastungen sind unsichtbar** und es fällt möglicherweise gar nicht auf, wenn Angestellte Unterstützung benötigen: Forscher:innen haben herausgefunden, dass 8 von 10 Angestellten ihre psychischen Probleme verstecken.¹³

Einwand

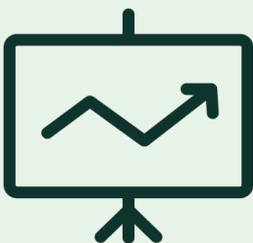
„Woher wissen wir, ob das Angebot genutzt wird?“

Fakten

Falls mentale Unterstützung für dein Unternehmen ein gänzlich neues Konzept ist, fragen sich deine Vorgesetzten vielleicht, ob dein Team das Angebot tatsächlich nutzen wird. Was, wenn sich die Investition gar nicht lohnt? Auch hier können wir dich beruhigen: Mentale Unterstützung für Angestellte ist nachweislich nicht nur sehr beliebt, sondern wird auch häufig in Anspruch genommen.

So kannst du dein Management-Team überzeugen:

- nilo wird **10x häufiger genutzt als traditionelle EAPs**. Im Schnitt sind über **50% der Angestellten** unserer Kund:innen regelmäßig auf nilo aktiv.
- **85% der Arbeitssuchenden** finden Unternehmen, die mentale Unterstützung anbieten, attraktiver.¹⁴
- Mentale Unterstützung wird von Angestellten als wichtigster Benefit angesehen.¹⁵



“

„nilo ist **der beliebteste Benefit** und ein entscheidender Faktor beim Recruiting“

“Wir haben festgestellt, dass nilo in Vorstellungsgesprächen **als Benefit am meisten überzeugt.**”



Michael Wax

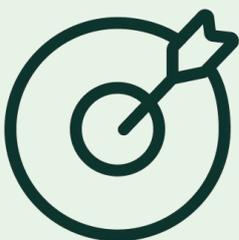
Gründer und CEO | Forto

Einwand

„Funktioniert mentale Unterstützung überhaupt?“

Fakten

Kurz gesagt: ja. Wenn dein Führungsteam sich fragt, wie wirksam mentale Unterstützung für Angestellte ist, gibt es Hunderte von Statistiken, die belegen, dass mentale Gesundheitsangebote nicht nur deinem Team, sondern auch dem Unternehmen zugute kommt. Hier findest du ein paar Beispiele, die du nutzen kannst.



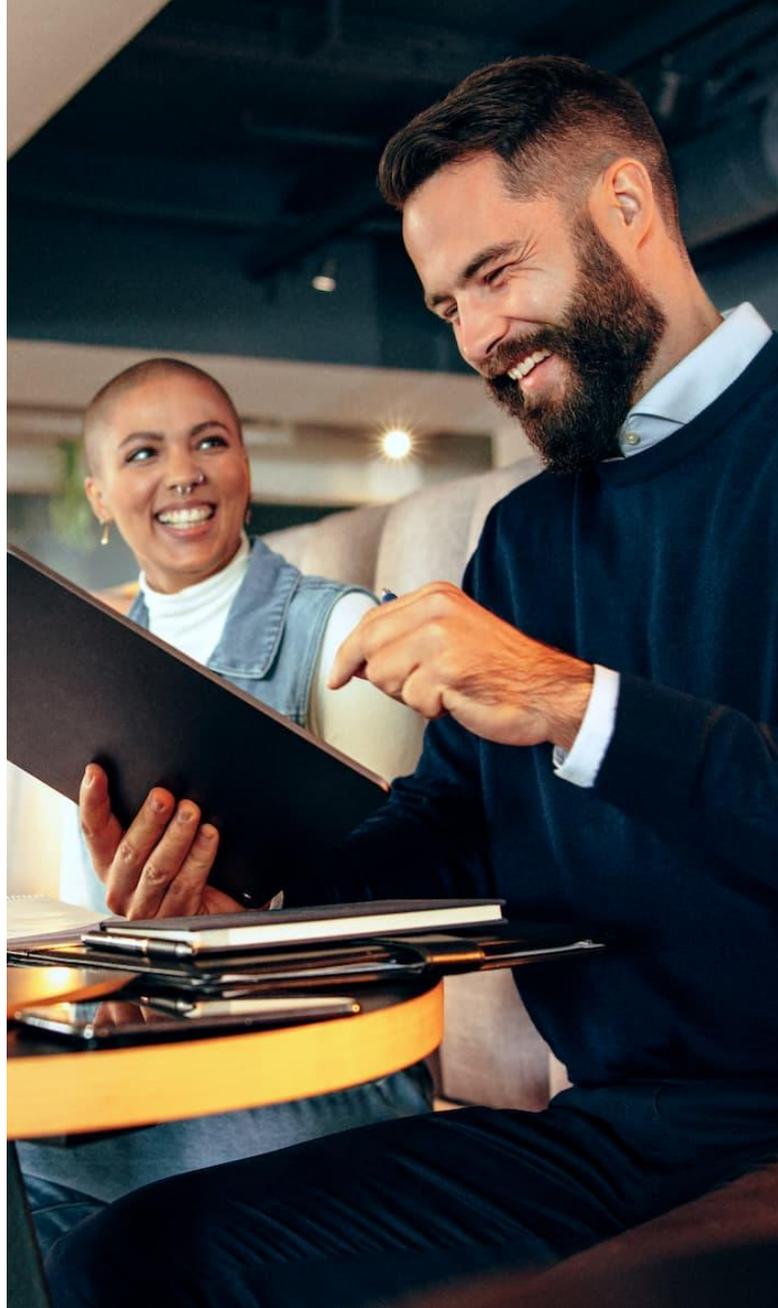
So kannst du dein Management-Team überzeugen:

- **82.9% der User:innen** mit schweren Symptomen stellten nach der Nutzung von nilo eine **Milderung ihrer Symptome** fest.
- **95% der User:innen** mit milden Symptomen stellten nach der Nutzung von nilo eine **stärkere Resilienz** fest.
- **96,7% der User:innen** konnten einen großen Nutzen aus der Arbeit mit nilo ziehen.
- Psychologische Unterstützung funktioniert – und das auf der ganzen Welt: Zwischen 70 und 90% der Betroffenen berichten bei einer Kombination aus medikamentösen und psychosozialen Behandlungen eine Milderung ihrer Symptome und eine Verbesserung ihrer Lebensqualität.¹⁶

Du brauchst noch mehr Argumente?

Haben wir eine deiner drängendsten Fragen noch nicht beantwortet? Oder brauchst du mehr Unterstützung, um dein Führungsteam zu überzeugen?

nilo bietet deinem Team einfachen Zugang zu Unterstützungsangeboten für die mentale Gesundheit: 1-1 Sitzungen mit Psycholog:innen, selbstgeführte Übungen und Tools, Gruppenformate und Workshops stärken dein Team und deine Unternehmenskultur.



Wir helfen dir gern weiter. Lass uns gleich heute darüber sprechen, damit auch in deinem Unternehmen mentale Gesundheit schon bald zur Priorität wird!

Dann lass uns sprechen!