

Mach den Gesundheits- Check für dein Unternehmen



nilo.health

we care

Die mentale Gesundheit deiner Mitarbeitenden hat enormen Einfluss auf den Erfolg deines Unternehmens – auf die Produktivität, die Leistung und die Zufriedenheit in deinem Unternehmen. Sie führt zu einer positiven Unternehmenskultur, die Innovation und Kreativität fördert. Deshalb ist es auch nicht überraschend, dass die Unterstützung der mentalen Gesundheit am Ende auch zu höheren Gewinnen und stärkerem Wachstum führt.

Im Gegensatz dazu ist eine schlechte mentale Gesundheit sowohl für die einzelnen Mitarbeitenden als auch für das ganze Unternehmen riskant. Sie äußert sich auf die verschiedenen Arten:

- **Stress am Arbeitsplatz** führt zu einer 50% höheren Fluktuation
- **Burnout** war in den letzten drei Jahren einer der drei Hauptgründe, warum Angestellte gekündigt haben
- 17 Millionen **Krankheitstage** gehen jährlich aufgrund von Arbeitsstress, Depressionen oder Ängsten verloren
- Mentale Gesundheitsprobleme können zu bis zu **37% mehr Fehlzeiten** und 60% mehr Fehlern führen
- Unternehmen mit **geringer Mitarbeiterzufriedenheit** verzeichnen im Laufe der Zeit 18% geringere Produktivität, 16% weniger Profit, 37% weniger Wachstum und einen um 65% gesunkenen Aktienkurs
- Eine schlechte mentale Gesundheit von Mitarbeitenden kostet durchschnittlich **2.000€ pro Mitarbeiter:in im Jahr**

Bei so vielen Risikofaktoren ist es gut zu wissen, ob das eigene Unternehmen gefährdet ist. Doch mentale Gesundheit lässt sich nur schwer messen und Unternehmenskultur spürbar, aber schwer zu erfassen. Wie sieht man also die Warnsignale?

Wir sind für dich da.

Fülle den Fragebogen auf der nächsten Seite aus, um einen besseren Einblick in die mentale Gesundheit in deinem Unternehmen zu bekommen. Die Fragen basieren auf wissenschaftlichen Auswertungen wie der "Perceived Stress Scale" und der "Edmondson's psychological safety scale". Beantworte die Fragen nach bestem Wissen und Gewissen, um ein Gefühl für die aktuelle Situation in deinem Unternehmen zu bekommen.

¹ [The American Institute of Stress](#)

² [Why Are People Really Quitting Their Jobs? Burnout Tops the List, New Research Shows, Inc](#)

³ [Annual work-related ill-health and injury statistics for 2021/22, Health and Safety Executive, UK](#)

⁴ [Gallup](#)

⁵ [Proof That Positive Work Cultures Are More Productive, Harvard Business Review](#)

⁶ [World Health Organization, American Psychiatric Association, Mental Health Foundation UK, Swica 2022, Deloitte](#)

Mach den Gesundheits-Check ...

- | | | |
|----|---|--|
| 1 | Wenn in meinem Unternehmen jemand einen Fehler macht, könnte das gegen sie:ihn verwendet werden. |  |
| | | Trifft zu Trifft manchmal zu Trifft nicht zu |
| 2 | Mitarbeitende lehnen andere manchmal ab, weil sie anders sind. |  |
| | | Trifft zu Trifft manchmal zu Trifft nicht zu |
| 3 | Es ist oft schwierig, Kolleg:innen um Hilfe zu bitten. |  |
| | | Trifft zu Trifft manchmal zu Trifft nicht zu |
| 4 | Typically in my company, employees don't like to bring up problems and tough issues. |  |
| | | Trifft zu Trifft manchmal zu True Trifft nicht zu |
| 5 | In meinem Unternehmen sprechen Mitarbeitende Probleme und schwierige Themen nicht gerne an. |  |
| | | Trifft zu Trifft manchmal zu Trifft nicht zu |
| 6 | Meine Kolleg:innen bremsen sich teilweise gegenseitig aus, vor allem wenn es zu ihrem eigenen Vorteil ist. |  |
| | | Trifft zu Trifft manchmal zu Trifft nicht zu |
| 7 | Mitarbeiternde in meinem Unternehmen haben manchmal das Gefühl, dass ihre Fähigkeiten und Talente nicht geschätzt oder eingesetzt werden. |  |
| | | Trifft zu Trifft manchmal zu Trifft nicht zu |
| 8 | Meine Kolleg:innen und ich haben oft das Gefühl, dass wir die wichtigen Dinge in unserem Leben nicht unter Kontrolle haben. |  |
| | | Trifft zu Trifft manchmal zu Trifft nicht zu |
| 9 | Ich persönlich habe mich im letzten Monat oft nervös oder gestresst gefühlt. |  |
| | | Trifft zu Trifft manchmal zu Trifft nicht zu |
| 10 | Meine Kolleg:innen und ich können es ansprechen, wenn wir zu viele Aufgaben haben oder uns überfordert fühlen. |  |
| | | Trifft zu Trifft manchmal zu Trifft nicht zu |

Deine Ergebnisse

Um deine Ergebnisse zu berechnen, ordne jeder deiner Antworten eine Punktzahl zu:

Trifft nicht zu | 0

Trifft manchmal zu | 1

Trifft zu | 2

0-2 Punkte

Herzlichen Glückwunsch, dein Arbeitsplatz befindet sich im "stabilen" Bereich! Klopfe dir selbst auf die Schulter... aber denk daran: Die Aufrechterhaltung einer guten mentalen Gesundheit von Mitarbeiter:innen erfordert ständige Aufmerksamkeit und Pflege.

3-10 Punkte

Betrachte das Ergebnis als offizielles Warnzeichen: die mentale Gesundheit der Mitarbeitenden in deinem Unternehmen ist nicht optimal. Du musst jetzt handeln, um eine spätere Krise zu verhindern und um alle Mitarbeitenden wieder auf einen produktiven und gesunden Stand zu bringen.

11-20 Punkte

Du brauchst Hilfe! Die mentale Gesundheit in deinem Unternehmen ist in einem kritischen Zustand. Dein Unternehmen leidet wahrscheinlich bereits unter Burnout, Fehlzeiten, hoher Fluktuation und mehr. Du solltest sofort an der psychologischen Sicherheit in deinem Unternehmen arbeiten.

Was nun?

Es ist wunderbar, dass du dir die Zeit genommen hast, die mentale Gesundheit in deinem Unternehmen zu messen. Selbst wenn die Ergebnisse weniger gut waren, hast du bereits einen ersten Schritt für die mentale Gesundheit deiner Mitarbeitenden getan.

Eine gezielte Unterstützung der mentalen Gesundheit der Mitarbeitenden ist eine der besten Möglichkeiten, die mentale Gesundheit in deinem Unternehmen zu verbessern und stabil zu halten! Zum Beispiel:

96% der nilo.health Nutzer:innen sehen eine **“starke Verbesserung”** ihrer mentalen Gesundheit

82% der nilo.health Nutzer:innen **verbessern starke Symptome**

85% der Nutzer:innen nutzen nilo.health **zur Prävention**

71% der nilo.health Nutzer:innen **fühlen sich weniger gestresst**

Wollen wir über die spezifischen Bedürfnisse in deinem Unternehmen sprechen?

→ DEMO BUCHEN