

PRODUKTE

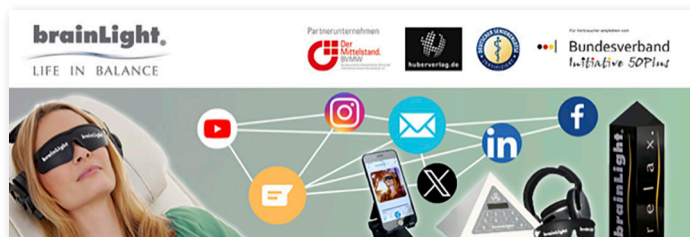
Informationen aus der Industrie
(für die Inhalte übernimmt die Redaktion keine Verantwortung)

Antworten auf New Work

Innere Balance in bewegten Zeiten



Der Megatrend New Work beschreibt den strukturellen Wandel der Arbeit. Die Digitalisierung sowie veränderte Anforderungen und Bedürfnisse der nachfolgenden Arbeitsgenerationen fordern heraus. Ein Wunsch nach innerer Balance ist in der Arbeitswelt spürbar. Ein Anbieter aus Goldbach/Unterfranken bietet Lösungen dazu im Rahmen eines funktionierenden Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM).



Eine Licht-Ton-Entspannung mit Massage balanciert Geist, Herz, Körper und Seele

Auf Knopfdruck führen audiovisuelle Entspannungssysteme in die innere Mitte. Gesunder Schlaf, eine bessere Konzentration oder eine achtsame Haltung lassen sich mit den Systemen erreichen. Dabei handelt es sich um Zustände, die eine gute Arbeitsleistung und ein gutes Work-Engagement im Team nach sich ziehen. Gehirn und Seele entspannen und Stress wird in Minutenschnelle abgebaut. Körperlich ergänzen ein Shiatsu-Massagesessel und dessen Funktionen das Entspannungserlebnis. Anwendende können aus mehr als 300 verschiedenen Programmen auf dem brainLight-Komplettsystem wählen, um in Balance zu kommen.

Der brainLight-Entspannungsweg

Dazu setzen die Mitarbeitenden eine Visualisierungsbrille und einen Kopfhörer auf. Impulse der LED-Dioden im Innenteil der Brille, wahrgenommen bei geschlossenen Augen, und akustische Stimuli, die sie über den Kopfhörer wahrnehmen, führen sie in die Entspannung. Das Gehirn kann sich diesen vorgegebenen Stimuli anpassen und sinkt tiefenentspannt in eine wunderbar ausbalancierte Konstitution. Je nach Programm können Sprache und Musik, die auch über den Kopfhörer eingespielt werden, das Relax-Erlebnis verstärken.

Über ein Studienprojekt können valide Kennzahlen gewonnen werden

Das awardprämierte Studienprojekt „Mehr Gesundheitskompetenz durch nachhaltige Sensibilisierung“ ermöglicht das Testen der brainLight-Komplettsysteme in einem Zeitrahmen von 12 Wochen. Gemeinsam mit der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg untersucht die brainLight GmbH in diesem Projekt, wie Maß-



nahmen im BGM bei Mitarbeitenden nachhaltig wirken können. Teilnehmenden Unternehmen wird damit ein Instrument und eine Maßnahme an die Hand gegeben, mit der valide Daten generiert werden können. Sie gewinnen Kennzahlen, die den primären Erfolg ihres BGM auch kurzfristig messbar machen und abbilden. 182 verschiedene Unternehmen haben bisher an der Studie teilgenommen. 90% von 4488 Teilnehmenden gaben an, dass ihnen die jeweilige Maßnahme gut bis sehr gut gefiel. Hier eine Kundenstimme von Thomas Pohl, Opel Automobile GmbH, dort Human Resources Manager und Mitglied im Arbeitskreis Gesundheit: „Motivierte und leistungsfähige Mitarbeitende sind ein Schlüssel zum Erfolg, daher etablierten wir die erste Entspannungslounge zur Stressresilienz und Abbau von muskulösen Verspannungen und zur Steigerung des Wohlbefindens bereits 2015 in der Nähe des Verwaltungs- und Entwicklungsbereiches mit überwiegend Büroarbeitsplätzen. Teil der Lounge sind brainLight-Komplettsysteme. Die brainLight Entspannungssessel erwiesen sich in der Praxis, aufgrund der hohen Auslastungszahlen und positiven Rückmeldungen, als sinnvolle BGF-Maßnahme und sind darüber hinaus wenig reparaturanfällig.“

brainLights Beitrag zu New Work

Was und wie wir in den kommenden Jahren arbeiten werden, betrifft uns alle und es ist eine Frage der aktiven Gestaltung. Entspannung kann ein wichtiger Baustein sein, um körperlich, seelisch und geistig hier Schritt zu halten. Dadurch wieder hergestellte Ressourcen stärken die Psyche, motivieren und vermitteln Freude an der Arbeit. New Work lässt Arbeit zunehmend weniger klar trennbar werden von der Freizeit, ihrem ehemaligen Gegenpol. Für die einen bedeuten die neuen Arbeitsformen Freiheit, für die anderen wachsende Angst vor Prekarisierung. Arbeit soll im Bestfall produktiv sein und machen, soll fordern und erfüllen, heraus-, aber nicht überfordern. Sie soll zum Aktivposten einer umfassenden Life-Balance werden. Dazu möchte die brainLight GmbH mit ihren Projekten und Produkten beitragen.