



Eine innere Balance auf Knopfdruck herstellen – geht so was?



„Gesunde Mitarbeitende ziehen gute Bilanzen nach sich. Ein Unternehmen ist meist so gesund wie sein Team.“

Ursula Sauer,
Geschäftsführerin der brainLight GmbH

In Zeiten wie diesen sehnen sich viele Menschen nach innerer Balance und Ausgeglichenheit. Auch Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber wünschen sich für Ihre Arbeitnehmenden einen guten Umgang mit den Anforderungen, welche die beschleunigte Zeit mit sich bringt. Zum einen gilt für sie, mit den Anforderungen der zunehmend digitalisierten Welt Schritt zu halten, zum anderen sollten sie ein Gespür für gesundheitsaffines Verhalten entwickeln.

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

Welche Wege gibt es, um diese Wünsche zu realisieren? Ein Anbieter aus Goldbach/Unterfranken gehört seit Jahren zu den führenden Entspannungsanbietern im Betrieb-

lichen Gesundheitsmanagement (BGM). Auf Knopfdruck führen dessen audio-visuelle Entspannungssysteme in die innere Mitte. Gewünschte Befindlichkeiten, wie zum Beispiel ein 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. Es bieten sich mehrere Wege an, um Mitarbeitende mit diesem Entspannungsweg zu verbinden: Zum einen lassen sich brainLight-Komplettsysteme – eine Kombination aus dem audio-visuellen Entspannungspart und einem Shiatsu-Massagesessel im Unternehmen implementieren. Es handelt sich hierbei um den Königsweg der Entspannung auf Knopfdruck. Dabei entspannen das Gehirn sowie die Seele und Stress wird in Minuten-schnelle abgebaut. Körperlich ergänzt der Sessel und dessen Funktionen das Entspannungserlebnis. Dabei können Anwender*innen aus mehr als 300 verschiedenen Programmen wählen, um diesen Königsweg zu beschreiten.

Der brainLight-Entspannungsweg

Wie dürfen Interessierte sich eine brainLight-Anwendung vorstellen? Zunächst einmal setzen sie für eine Entspannung auf dem brainLight-Komplettsystem Visualisierungsbrille und Kopfhörer auf. Über Impulse der LED-Dioden im Innenteil der Brille und akustische Stimuli, die sie über den Kopfhörer wahrnehmen, werden Anwen-

dende in die Entspannung geführt. Das Gehirn kann sich diesen vorgegebenen Stimuli anpassen und sinkt tiefenentspannt in eine wunderbar ausbalancierte Konstitution. Je nach Programm können Sprache und Musik das Relax-Erlebnis verstärken, die auch über den Kopfhörer eingespielt werden.

BGM-Projekte ermöglichen ein Hineinschnuppern in die brainLight-Entspannung

Darüber hinaus ermöglicht das awardprämierte Studienprojekt „Mehr Gesundheitskompetenz durch nachhaltige Sensibilisierung“ ein Ausprobieren der brainLight-Komplettsysteme in einem Zeitrahmen von 12 Wochen. Gemeinsam mit der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg untersucht die brainLight GmbH in diesem Projekt außerdem, wie Maßnahmen im BGM bei Mitarbeitenden nachhaltig wirken können. Teilnehmenden Unternehmen wird ein Instrument und eine Maßnahme an die Hand gegeben, mit der valide Daten generiert werden können. Sie gewinnen damit Kennzahlen, die den primären Erfolg ihres BGMs auch kurzfristig messbar machen und abbilden. 175 verschiedene Unternehmen haben bisher an der Studie teilgenommen. 90,4% von 4.150 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. Entspannungsgegenstand 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.“



Ausgezeichnet:

Die brainLight Salesberatung und der Aftersales-Service wurden 2022 bereits zum fünften Mal in Folge mit dem Siegel für „Höchste Kundenzufriedenheit“ seitens des renommierten Plus X Awards ausgezeichnet.

brainLight GmbH

Hauptstraße 52
63773 Goldbach
Info@brainlight.de
www.brainlight.de

BILDER: BRAINLIGHT