



Studienkonzept:

Auswirkung von brainLight-Entspannungssystemen auf die Stressbelastung und Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter

Studienkonzept

EuPD Research | Sustainable Management Center



Stand: April 2012

1. Hintergrund

Das Stärken der Ressourcen gegen physische und psychische Belastungen ist in den letzten Jahren zunehmend zu einem Kernthema des Gesundheitsmanagement geworden. Grund dafür ist der wissenschaftlich validierte Zusammenhang zwischen der Stressbelastung und der dauerhaften Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter. Immer mehr Unternehmen suchen deshalb nach wirksamen Strategien zur Entlastung der Mitarbeiter bzw. zum Ausgleich von Stress. Damit verbunden steigt der Bedarf, die Erfolge der Maßnahmen, d.h. die Auswirkung auf die Stressbelastung sowie die damit verbundene Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter zu belegen.

In der Praxis wenden Unternehmen hierzu zwei Arten von Verfahren an. Objektive Messverfahren sowie befragungsbasierte subjektive Instrumente. Letztere werden in der Praxis deutlich häufiger eingesetzt, da sie kausale Zusammenhänge darstellen können.

Die Entspannungssysteme der brainLight GmbH haben das Ziel, die Stressresilienz sowie die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden der Nutzer nachhaltig zu verbessern. Erste Pilotuntersuchungen belegen bereits positive Auswirkungen in diesen Bereichen.

2. Zielsetzung

Ziel der Studie ist es, die Entspannungssysteme der brainLight GmbH anhand praxiserprobter, objektiver Messverfahren zu untersuchen, um valide Ergebnisse zu folgenden Fragestellungen zu generieren:

- Auswirkungen auf die individuelle Stressresilienz
- Auswirkungen auf die Arbeits- und Lebenszufriedenheit
- Auswirkungen auf die physische und psychische Gesundheit
- Auswirkungen auf die Leistungsfähigkeit der Mitarbeite/des gesamten Unternehmens

3. Methodik

Die Studie unterteilt sich in drei Projektphasen.

- (1) Zunächst wird ein geeignetes befragungsbasiertes Instrument für die Studie erstellt. Dabei greift EuPD Research auf seine hauseigene Unternehmensdatenbank zurück. Ziel ist es, das optimale Befragungssystem für die untersuchten Unternehmen zu finden um die maximale Validität der Daten zu gewährleisten. Dabei soll besonders darauf geachtet werden, dass eine größtmögliche Kompatibilität zu bestehenden BGM-Messverfahren sichergestellt wird um eine optimale Anbindung der Studienergebnisse an das bestehende Berichtswesen in den Unternehmen zu gewährleisten. Gleichzeitig wird in Abstimmung mit der brainLight GmbH sowie den/dem Testunternehmen ein Testsystem definiert, dass in der Studie verwendet wird. Die Geräte werden von brainlight für den Testzeitraum kostenfrei zur Verfügung gestellt. Für alle teilnehmenden Unternehmen entstehen keine Kosten und/oder Verpflichtungen im Nachgang der Studie.
- (2) Im nächsten Schritt werden dann insgesamt 150 Probanden in einer Paneluntersuchung über einen Zeitraum von 12 Wochen untersucht. Idealtypischerweise sollten je 50 Mitarbeiter in 3 Unternehmen an der Studie teilnehmen. Die Probanden sollten dabei mindestens drei Entspannungseinheiten pro Woche nutzen. Die Messung der Auswirkungen erfolgt jeweils einmal pro Woche. Auf diese Weise entstehen bei 150 Testpersonen insgesamt Primärdaten von 1.800 Fragebögen.
- (3) Am Ende werden die Ergebnisse dann bi- und multivariat ausgewertet und transparent dargestellt. Neben den allgemeinen Ergebnissen sollen auch spezielle Aussagen zu einzelnen Nutzertypen (Berufsgruppe, Alter...) getroffen werden. Die Ergebnisse der Studie werden den teilnehmenden Unternehmen zur Verfügung gestellt.

5. Backup EuPD Research

EuPD Research ist ein unabhängiges, international tätiges Marktforschungsunternehmen, welches sich auf das Thema Nachhaltigkeit spezialisiert hat. Unser ganzheitlicher Ansatz integriert sowohl die ökologische und ökonomische, als auch die soziale Nachhaltigkeit, insbesondere im Bereich des Gesundheitsmanagements mit aktiven Kontakten zu über 1.500 Personalentscheidern und Gesundheitsmanagern in Deutschland.

Kontakt



Benjamin Klenke

Senior Manager
Sustainable Management Center
b.klenke@eupd-research.com
Tel. +49 (0)228 97143-31



Juliane Weber

Associate Project Manager
Sustainable Management Center
j.weber@eupd-research.com
Tel. +49 (0)228 97143-29