

TIPSHEET

Wie Sie die Beteiligung an einem Gesundheits- und BGM-Programm maximieren

[Sprechen Sie mit einem Experten](#)





Sie freuen sich nun über Ihr neues Gesundheits- und BGM-Programm. Oder vielleicht haben Sie vor, ein solches Programm zu implementieren, haben aber Bedenken, wie Sie Ihre Mitarbeiter miteinbeziehen können. Das ist eine nachvollziehbare Sorge. Ja, es wird skeptische Mitarbeiter geben, Mitarbeiter, die mehr Informationen brauchen und solche, denen ein Programm für Wohlbefinden völlig neu ist.

Um Ihr Unternehmen dabei zu unterstützen, die Beteiligung zu maximieren, haben wir einige Tipps zusammengestellt, die dazu beitragen, zahlreiche Anmeldungen zu erhalten und jeden auf den Weg hin zu gesünderen Gewohnheiten zu bringen.

Kommunizieren Sie richtig

Gute Kommunikation ist entscheidend. Damit so viele Mitarbeiter wie möglich an Ihrem BGM-Programm teilnehmen, müssen Sie ihre Sprache sprechen. Für maximalen Erfolg darf die Initiative nicht als ein weiteres herkömmliches HR-Programm für Wohlbefinden wahrgenommen werden, sondern sie muss als ein kreatives, aufregendes Programm gelten, das vielleicht sogar für ein bisschen Konkurrenz sorgt (dazu können Sie einen Blick auf unsere [VP GO Challenge](#) werfen).

Um Ihr Team für das Programm zu gewinnen, ist es entscheidend, dass Sie einen Ton und eine Sprache verwenden, die selbst die gleichgültigsten und trägsten Teammitglieder anspricht. Darüber hinaus müssen die Aktivitäten leicht zugänglich sein. Es ist toll, dass die mitmachen, die regelmäßig ins Fitnessstudio gehen und Gewichte heben, aber Sie wollen, dass das gesamte Team an einem Strang zieht. Bieten Sie daher ein Programm mit Aktivitäten an, die für alle - vom Marathonläufer bis hin zum Anfänger - ansprechend sind.

Die ideale Strategie muss ehrlich und authentisch sein, und die Mitarbeiter müssen das Gefühl haben, dass das Programm mit ihnen und für sie geschaffen wurde und nicht, dass es ihnen aufgezwungen wird, damit das Unternehmen seinen Nutzen daraus zieht.



Sorgen Sie für Spaß!

Veranstalten Sie zu Beginn Ihrer Initiative für Gesundheit und Wohlbefinden eine Auftakt-Party. Das kann online oder vor Ort sein. Jeder freut sich über ein kleines Geschenk, steuern Sie daher zum Auftakt einen Aktivitäts-Tracker oder ein paar Leckereien und Preise bei. Sie eignen sich hervorragend, um neugierig zu machen und können genau der Motivationsfaktor sein, den Skeptiker brauchen, um sich zu beteiligen! Erhalten Sie die Motivation Ihrer Mitarbeiter durchgängig aufrecht, indem Sie regelmäßige Team-Events einrichten, an denen alle teilnehmen können: Spaziergänge, Läufe, Ausflüge, Picknicks, Yoga- und Meditationskurse und Online-Sporteinheiten.



Machen Sie sich den Wettbewerb zunutze

Teambasierte Gesundheits- und BGM-Programme bringen Energie und Abwechslung in die normale Arbeitswoche. Sie können auch FOMO (Fear of missing out, dt.: Angst, etwas zu verpassen) schüren, wenn jeder plötzlich über die Leistung seines Teams spricht. Die wöchentliche Veröffentlichung einer aktuellen Team-Bestenliste fördert den kameradschaftlichen Wettbewerb, den Teamgeist und die Motivation, an dem Programm teilzunehmen, um einen gesunden Lebensstil beizubehalten.



Geben Sie jedem das Gefühl, miteinbezogen zu werden

Uns wird von Kindesbeinen an beigebracht, dass jeder Mensch anders ist und andere Fähigkeiten, Stärken usw. hat. Bei der Einführung eines BGM-Programms denken Unternehmen jedoch oft, dass ein pauschaler Ansatz ausreicht. Falsch. Der erste Schritt besteht darin, zu verstehen, dass im wahrsten Sinne des Wortes kein Mensch einem anderen gleicht. Jeder an Ihrem Arbeitsplatz hat andere Bedürfnisse und befindet sich auf einer anderen Etappe seines Weges hin zum Wohlbefinden.

Eine erfolgreiche Strategie beginnt damit, dass Sie Ihre Mitarbeiter verstehen. Einige brauchen vielleicht Hilfe im Bereich Ernährung, andere im Bereich sportliche Aktivität und wieder andere bei der Beteiligung am Programm. Virgin Pulse bietet eine personalisierte Plattform an, die auf wissenschaftlichen Erkenntnissen aufbaut und durchgehende Unterstützung anbietet. Kein Mitarbeiter wird zurückgelassen. Wir verfügen über Lösungen, die sich für jeden Mitarbeiter in jedem Unternehmen eignen. Wir wissen, dass das Wohlbefinden eine sehr persönliche, für jeden Menschen einzigartige Entdeckungsreise ist. Verlassen Sie sich nicht nur auf unser Wort; 87% der Nutzer haben angegeben, dass sie ihr Leben verändert hat.



Lassen Sie Ihr Führungsteam mit gutem Beispiel vorangehen

Der Aufbau einer nachhaltigen Kultur der Gesundheit und des Wohlbefindens verbessert sich erheblich, wenn Ihr Unternehmen mit gutem Beispiel vorangeht. Dabei ist die Beteiligung der Mitarbeiter, der Geschäftsleitung und der Unternehmensführung erforderlich. Es geht nicht darum, einfach nur ein Budget für das Wohlbefinden abzusegnen. Ihr CEO muss den Wandel für eine Strategie und ein Programm des Wohlbefindens anführen, die wirklich funktionieren.

Mitarbeiter reagieren auf Führungskräfte und Ihr Unternehmen muss das auch tun. Statt nur eine zusätzliche HR-Ergänzung zu sein, muss dies Teil Ihrer Unternehmenskultur werden. Werfen Sie einen Blick in die Terminpläne der Führungskräfte der Fortune-500-Unternehmen. Durch Disziplin und den Wunsch, Gewohnheiten zu bilden, sind sie ihrer Konkurrenz stets voraus. Ein gesunder Lebensstil ist von entscheidender Bedeutung, wenn es darum geht, den Überblick zu behalten, Ziele zu erreichen und ein Unternehmen zu führen.



Denn Gesundheit ist etwas Persönliches™

Wollen Sie Ihr Team hinaus aus dem Chaos hin zur Ruhe leiten? Tabus über psychische Gesundheit bekämpfen? Kontaktieren Sie heute unser Team, um zu erfahren, wie Sie mit der Unterstützung von Virgin Pulse die psychische und physische Gesundheit Ihres Unternehmens verbessern können.

Anfrage senden

Erfahren Sie mehr unter personifyhealth.com/global/de
Finden Sie uns auf [facebook](#) | [twitter](#) | [linkedin](#)

