NETZWERK Q4.0

Teaser zur Resilienz-Podcastreihe

Teaser Resilienz-Podcast - Transkript

Transkript zum gleichnamigen Podcast

Morena: Hi, ich bin Morena! Kennst du das? Montag früh, der Schreibtisch quillt über, der Azubi kommt zu spät, und du denkst: „Das schaffe ich nie!“ Stopp! Was wäre, wenn ich dir sage, dass du wie ein Gummiball werden kannst und alles wegsteckst? Klingt verrückt? Ist aber wissenschaftlich bewiesen!

In unserer fünf-teiligen Podcast-Serie „Stark bleiben in bewegten Zeiten“ zeige ich dir, wie Resilienz funktioniert - für dich, deine Azubis und dein ganzes Team. Von den sieben Säulen der Widerstandsfähigkeit über die Kraft der richtigen Kommunikation bis hin zu Mini-Routinen, die wirklich funktionieren.

Du lernst, warum „Ich kann das nicht“ zu „Ich kann das NOCH nicht“ wird, wie die „Sawubona“-Haltung dein Ausbildungsklima revolutioniert, und weshalb zwei Minuten Dankbarkeit beim Morgenkaffee mehr bewirken als jeder Motivationsworkshop.

Das Beste? Alles ist sofort umsetzbar - ohne Esoterik, dafür mit handfesten Tipps aus der Praxis für die Praxis!
Bist du bereit, vom gestressten Ausbilder zum resilienten Teamplayer zu werden? Dann hör rein!

Stark bleiben in bewegten Zeiten - dein Resilienz-Boost für den Ausbildungsalltag!

Und „Sawubona“? - Was das ist, erfährst du in Podcast Nummer vier!
Mach's gut, bleibe resilient! Und sei gewiss: es funktioniert!