

KONTAKT

Ella Gabriele Amann
Tel.: +49(0)30 966 003 89
presse@Stiftung-ResilienzForum.org

Stiftung ResilienzForum
Mehringdamm 62
10961 Berlin
www.Stiftung-ResilienzForum.org



PRESSEMITTEILUNG | BERLIN 10. MAI 2021

Podcast: Psychologie trifft Resilienz

Stefan Peters im Gespräch mit Ella Gabriele Amann

In einem spannenden Podcast-Gespräch treffen die Expertise der Psychologie und die Erfahrung im Bereich Resilienz aufeinander. Ella Gabriele Amann, eine der führenden Experten auf dem Gebiet der Angewandten Resilienz und gleichzeitig eine vielseitige Pionierin, spricht mit Stefan Peters über ihre Leidenschaft und jahrzehntelange Beschäftigung mit dem Thema Resilienz.

Ella Gabriele Amann ist seit rund 30 Jahren in der Resilienzförderung tätig und verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz, um die Resilienz ihrer Kunden und deren Kunden zu stärken. Als Gründerin der Impro-Live-Akademie nutzt sie unter anderem Methoden der Angewandten Improvisation und betont die Bedeutung von Mindset und Embodiment für die Stärkung der Resilienz.

Im Podcast geht es nicht nur um die theoretischen Aspekte der Resilienz, sondern auch um Ellas persönlichen Weg zum Thema. Sie teilt ihre Erkenntnisse darüber, was Resilienz wirklich bedeutet und wie sie Organisationen und Einzelpersonen dabei unterstützt, resilienter zu werden.

Ein weiterer wichtiger Punkt im Gespräch ist der kritische Blick auf den Trainermarkt. Ella Gabriele Amann ist bestrebt, ihr umfangreiches Wissen an die nächste Generation von Resilienztrainern und -beratern weiterzugeben. Dabei betont sie die Bedeutung des Kontextes und der individuellen Anpassung in der Resilienzförderung.

Der Podcast behandelt auch die aktuellen Herausforderungen im Umgang mit der COVID-19-Pandemie. Ella gibt fundierte Tipps, wie Menschen in dieser schwierigen Zeit besser mit den Belastungen umgehen können.

Stefan Peters, Moderator des Podcasts "Psychologie trifft Resilienz", zeigt sich begeistert von dem Gespräch und betont, dass die etwas längere Dauer des Podcasts sich gelohnt hat, da wertvolle Erkenntnisse und praktische Tipps vermittelt wurden.

Der Podcast "Psychologie trifft Resilienz" mit Ella Gabriele Amann ist ab sofort auf verschiedenen Plattformen verfügbar. Interessierte können ab 1 Stunde und 11 Minuten die 6 fundierten Tipps von Ella zum Umgang mit Corona hören und von ihrer langjährigen Erfahrung in der Resilienzförderung profitieren.

Link zum Podcast: <https://podcasts.apple.com/de/podcast/folge-028-psychologie-trifft-resilienz/id1493698546?i=1000498449711>

ZUR VERÖFFENTLICHUNG AM 10. MAI 2021, 9.00 UHR