

Helaba Azubi-Programm: Wie die Helaba gezielt in gesunde Nachwuchskräfte investiert

ÜBER DIE HELABA

Die Helaba ist eine der größten Geschäftsbanken Deutschlands, partnerschaftliche Sparkassenzentralbank und engagierte Förderbank – mit rund 6.900 Menschen an 18 Standorten im In- und Ausland.

Unter dem Leitgedanken „Miteinander mehr möglich machen“ setzt die Helaba gezielt auf Zusammenarbeit und die nachhaltige Entwicklung ihrer Mitarbeitenden – ein Anspruch, der sich auch im Azubi-Programm widerspiegelt.



AUSGANGSSITUATION

Der Start in die Ausbildung ist für viele ein echter Einschnitt: Neue Rollen, klare Erwartungen und spürbarer Leistungsdruck – oft schon vor den ersten Prüfungen. Gleichzeitig müssen Auszubildende lernen, effektiv mit Eigenverantwortung umzugehen.

Was dabei auffällt: Die Voraussetzungen unterscheiden sich stark. Während einige bereits Strategien im Umgang mit Stress mitbringen, geraten andere früh an ihre Grenzen. Für Unternehmen entsteht daraus ein konkretes Risiko:

- Überforderung
- Sinkende Leistungsfähigkeit
- Erhöhte Ausfallwahrscheinlichkeit
- Geringere Bindung an das Unternehmen

ZIELSTELLUNG

Die Helaba verfolgt ein klares Ziel: Auszubildende frühzeitig so stärken, dass sie mit Belastungssituationen souverän umgehen können – fachlich und mental.

Konkret bedeutet das:

- Stress früh erkennen und einordnen können
- In typischen Situationen (Zeitdruck, Prüfungen, Konflikte, Unsicherheit) handlungsfähig bleiben
- Selbstorganisation und Eigenverantwortung stärken
- Langfristig gesunde, stabile und leistungsfähige Mitarbeitende entwickeln

Zielgruppe

- Auszubildende der Helaba aus verschiedenen Bereichen
- 10-15 Personen pro Ausbildungsjahrgang

Leistungen pro Jahrgang

Planer:	Termin- und Themenüberblick über die gesamte Ausbildungszeit von 2,5 Jahren hinweg
Live-Formate:	<ul style="list-style-type: none"> • Kick-off vor Ort • 12 Vor-Ort-Workshops • 5 Online-Workshops • 5 Online-Impuls-Sessions • Abschlussworkshop
Zusätzlich:	Dokumentation, Worksheets & Reflexionstools individuelle Transferhilfen Zugang zum E-Learning-Bereich

Helaba Azubi-Programm: Wie die Helaba gezielt in gesunde Nachwuchskräfte investiert

ANSATZ UND METHODIK

Der Ansatz unterscheidet sich bewusst von klassischen Trainings: Nicht mehr Wissen anhäufen – sondern Verhalten im Alltag verändern.

Das bedeutet konkret:

- Inhalte werden auf typische Situationen im Azubi-Alltag übertragen
- Jede Einheit verbindet Input mit direkter Anwendung
- Fokus auf einfache, schnell umsetzbare Tools statt komplexer Konzepte

Primäres Ziel sind konkrete Verhaltensänderungen und kluge Entscheidungen im Alltag – weit mehr als reiner Wissensaufbau.

ERGEBNISSE UND ERKENNTNISSE

Während des Programms zeigen sich konkrete Effekte:

- Azubis erkennen früher, wann sie unter Druck geraten
- Sie reagieren strukturierter auf stressige Situationen (z. B. vor Prüfungen)
- Sie nutzen aktiv einfache Tools zur Selbstorganisation
- Sie reflektieren ihr Verhalten bewusster und treffen klarere Entscheidungen

Ein typisches Beispiel: Statt sich vor Prüfungen unter Druck zu setzen, planen Azubis ihre Vorbereitung strukturierter und gehen gezielter mit Zeitdruck um.

Für das Unternehmen ergeben sich klare Effekte:

- Stabilere Leistungsfähigkeit der Auszubildenden
- Geringeres Risiko von Überlastung und Ausfällen
- Höhere Zufriedenheit im Ausbildungsalltag
- Stärkere Bindung an das Unternehmen

Langfristig bedeutet das: Mitarbeitende, die früh lernen, eigenverantwortlich mit Belastung umzugehen

Auszug Themenschwerpunkte

- Stress verstehen und früh erkennen
- Umgang mit Druck und Prüfungen
- Zeit- und Selbstmanagement
- Persönliche Stressverstärker (Antreiber)
- Gesunde Kommunikation und Abgrenzung
- Bewegung und Ernährung als Stabilitätsfaktoren

Entscheidend: Alle Inhalte sind direkt auf reale Situationen im Ausbildungsalltag bezogen.

Zentrale Learnings

- Wissen allein verändert nichts
- Alltagssituationen sind der Schlüssel
- Knackige, leicht zugängliche Tools und Strategien schlagen komplexe Konzepte
- Messbare Erfolge durch Begleitung über die gesamte Ausbildung

„ Ich habe schon bei vielen Workshops gegessen, aber das war bei Weitem der beste.“

„ Ist wie in einem Film, bei dem man sich drauf freut, was noch kommt!“