

Viral English: Quiet Quitting — Still at Work, Doing Less?

English learning resource · DE

Line-by-line · English + German

45 lines

Study task: Listen again and notice the expressions you studied.

Julia, this headline says people are quiet quitting.

Julia, diese Schlagzeile sagt, dass Menschen quiet quitting betreiben.

Are they leaving their jobs without telling anyone?

Verlassen sie ihre Jobs, ohne jemandem Bescheid zu sagen?

Usually, that is not what the expression means.

Normalerweise bedeutet der Ausdruck das nicht.

The surprising part is that the person still works there.

Das Überraschende ist, dass die Person weiterhin dort arbeitet.

Welcome to Viral English, from Your English Toolbox.

Willkommen bei Viral English von Your English Toolbox.

I am Martin, and Julia is here to help decode a workplace label.

Ich bin Martin, und Julia hilft uns, eine Bezeichnung aus der Arbeitswelt zu entschlüsseln.

Quiet quitting usually describes doing the required work without taking on extra tasks or investing much additional enthusiasm.

Quiet quitting beschreibt meist, die geforderte Arbeit zu erledigen, ohne zusätzliche Aufgaben zu übernehmen oder viel weitere Begeisterung einzubringen.

It does not normally mean formally resigning.

Es bedeutet normalerweise nicht, offiziell zu kündigen.

So someone can be quiet quitting and still turn up at the same desk every morning.

Jemand kann also quiet quitting betreiben und trotzdem jeden Morgen am selben Schreibtisch erscheinen.

Yes, but be careful with the label.

Ja, aber sei vorsichtig mit dieser Bezeichnung.

Different speakers use it to make different points.

Verschiedene Menschen setzen sie mit unterschiedlichen Absichten ein.



Some use it critically to suggest that someone has stopped caring about work.

Manche verwenden sie kritisch und wollen damit sagen, jemand interessiert sich nicht mehr für seine Arbeit.

Others use it when discussing limits on unpaid extra effort.

Andere verwenden sie, wenn sie über Grenzen unbezahlter Mehrarbeit sprechen.

Those are not automatically the same situation.

Das ist nicht automatisch dieselbe Situation.

Simply leaving at the agreed time does not prove what someone feels about their job.

Allein zur vereinbarten Zeit zu gehen, beweist nicht, wie jemand über seinen Job denkt.

Exactly, and we should not guess a person's motivation from one action.

Genau, und wir sollten die Motivation eines Menschen nicht aus einer einzigen Handlung ableiten.

The expression became prominent in workplace debate in twenty twenty-two.

Der Ausdruck wurde zweitausendzweiundzwanzig in der Arbeitswelt stark diskutiert.

Gallup discussed it that September and used it again in an article about India in May twenty twenty-six.

Gallup behandelte ihn im September dieses Jahres und verwendete ihn im Mai zweitausendsechszwanzig erneut in einem Artikel über Indien.

That shows continued use, not that the behaviour began in either year.

Das zeigt die weitere Verwendung, nicht den Beginn des Verhaltens in einem dieser Jahre.

Our examples today are invented for language practice, not reports about a real employee.

Unsere heutigen Beispiele sind zum Sprachenlernen erfunden und keine Berichte über einen echten Mitarbeiter.

Our second expression is go the extra mile.

Unser zweiter Ausdruck ist go the extra mile.

It means make more effort than is normally expected in order to help or achieve something.

Er bedeutet, sich mehr als gewöhnlich erwartet anzustrengen, um zu helfen oder etwas zu erreichen.

For example, a colleague stays to explain a difficult process to a new team member.

Zum Beispiel bleibt eine Kollegin, um einem neuen Teammitglied einen schwierigen Ablauf zu erklären.

You might say: she really went the extra mile to help me settle in.

Du könntest sagen: Sie hat sich wirklich besonders eingesetzt, damit ich mich einlebe.

The phrase is often praise, but context still matters.

Der Ausdruck ist oft ein Lob, aber der Kontext bleibt wichtig.

It does not tell us whether the extra effort was paid, required or freely chosen.

Er sagt nicht, ob die zusätzliche Mühe bezahlt, verlangt oder frei gewählt war.



Our third expression is set boundaries.

Unser dritter Ausdruck ist set boundaries.

That means make clear limits about what you can or will accept.

Er bedeutet, klare Grenzen dafür festzulegen, was man akzeptieren kann oder will.

For example: I set boundaries around work messages during my time off.

Zum Beispiel: Ich setze Grenzen für Arbeitsnachrichten in meiner Freizeit.

That sentence describes a limit, not automatically a lack of commitment.

Dieser Satz beschreibt eine Grenze, nicht automatisch fehlendes Engagement.

Someone can care about their work and set boundaries at the same time.

Man kann sich für seine Arbeit einsetzen und zugleich Grenzen setzen.

Let us try an interpretation challenge.

Versuchen wir eine Deutungs Aufgabe.

Imagine this headline: workers are quiet quitting, but they are not handing in their notice.

Stell dir diese Schlagzeile vor: Beschäftigte betreiben quiet quitting, reichen aber keine Kündigung ein.

Are they formally leaving their jobs?

Verlassen sie offiziell ihre Arbeitsstellen?

No, the headline describes a change in their involvement or extra effort.

Nein, die Schlagzeile beschreibt eine Änderung ihres Engagements oder ihres zusätzlichen Einsatzes.

Now, a colleague helps you practise a presentation even though it is not part of their task.

Nun hilft dir ein Kollege beim Üben einer Präsentation, obwohl es nicht zu seiner Aufgabe gehört.

Which expression could praise that help?

Welcher Ausdruck könnte diese Hilfe loben?

They went the extra mile.

They went the extra mile, sie haben sich besonders eingesetzt.

Finally, someone clearly explains when they are available for non-urgent messages.

Schließlich erklärt jemand klar, wann er für nicht dringende Nachrichten erreichbar ist.

They are setting boundaries.

They are setting boundaries, sie setzen Grenzen.

Before accepting a label, ask what specific behaviour the speaker is describing.

Bevor du eine Bezeichnung übernimmst, frage, welches konkrete Verhalten damit gemeint ist.



And remember: this episode explains English, not employment rules or advice for a particular job.

Und denk daran: Diese Episode erklärt Englisch, keine Arbeitsvorschriften oder Ratschläge für eine bestimmte Stelle.

Our episode page compares the three expressions with neutral examples and a practice activity.

Unsere Episodenseite vergleicht die drei Ausdrücke mit neutralen Beispielen und einer Übung.

Follow the link in the description.

Folge dem Link in der Beschreibung.

Understand the language, check the context, and keep your English growing.

Verstehe die Sprache, prüfe den Kontext und lass dein Englisch weiter wachsen.

