



PRESSE-INFORMATION

im Auftrag von



Intrinsische Kompetenz stärken – dem Burn-Out vorbeugen

Köln, 27.02.2013 – Jeder Fünfte ist im Job völlig überfordert, psychische Belastungen am Arbeitsplatz steigen, immer mehr Menschen leiden unter einem Burn-Out, ... - die kürzlich in den Medien verkündeten Ergebnisse des aktuellen „Stressreport Deutschland“ machen deutlich: Der zunehmende Dauer-Stress in den Unternehmen schreit nach Lösungen zum Gegensteuern. Eine Anti-Stress-Verordnung, wie die IG Metall sie fordert, und Präventions-Maßnahmen im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements, können wichtige Schritte zur Gesundhaltung der Mitarbeiter sein. Darüber hinaus ist laut Führungskrafttrainerin Beate Nimsky, Geschäftsführerin des nimsky Trainingsinstituts für intrinsische Kompetenz, eines von besonderer Bedeutung: die Stärkung der intrinsischen Kompetenz – sowohl der einzelnen Mitarbeiter als auch der Unternehmen an sich. Unter intrinsischer Kompetenz wird die Fähigkeit verstanden, in gutem Einklang mit sich selbst zu sein und in unklaren, riskanten oder kritischen Situationen innere Kraft und Präsenz zu bewahren.

Intrinsische Kompetenz bündelt alle positiven inneren Ressourcen

„Menschen mit intrinsischer Kompetenz bleiben bei komplexen Herausforderungen und Rückschlägen gelassen. Sie sind dauerhaft leistungsfähig, weil sie eine unerschütterliche innere Sicherheit haben“, erläutert Beate Nimsky. Die intrinsische Kompetenz bündelt die inneren Ressourcen, die Stärken, über die ein Mensch, eine Firmen-Abteilung oder ein ganzes Unternehmen verfügt, etwa: Veränderungsbereitschaft, Optimismus, Stressresistenz und Resilienz, Lernbereitschaft, Offenheit und Achtsamkeit, Konfliktfähigkeit, Werteorientierung respektive das Umsetzen kultureller Werte. Hier sind intrinsische Kompetenz und intrinsische Motivation eng verknüpft: Wer intrinsisch motiviert ist, setzt seine intrinsische Kompetenz zum kraftvollen Erreichen der Ziele ein, dies wiederum stärkt die intrinsische Motivation.

Werkzeuge für die innere Balance

Wie etwa auch die soziale Kompetenz ist intrinsische Kompetenz unterschiedlich im Menschen ausgeprägt, kann aber entwickelt und trainiert werden. Das nimsky Trainingsinstitut für intrinsische Kompetenz hat sich – wie der Name bereits verrät – auf solche Trainings und Coachings spezialisiert. Den Teilnehmern werden Werkzeuge an die Hand gegeben, um in die Balance zu finden und innere Ressourcen zu nutzen. Darüber hinaus werden Wirkfaktoren von Wünschen und Werten, von innerer Kraft, von Bewusstsein, Beweglichkeit und Stabilität sowie von geistiger und emotionaler Intelligenz erfasst und hieraus Maßnahmen abgeleitet, die die persönliche Leistungsfähigkeit fördern. Das Trainingsprogramm sieht somit für jeden Teilnehmer anders aus: „In unseren Seminaren wird auf jeden Teilnehmer mit seinen speziellen Eigenarten und Potenzialen eingegangen. Es gibt niemals Rezepte zum Mitschreiben und Ablegen“, betont Beate Nimsky.

Über das nimsky Trainingsinstitut für intrinsische Kompetenz:

Das nimsky Trainingsinstitut für intrinsische Kompetenz ist seit mehr als 20 Jahren eines der führenden Beratungs- und Trainingsunternehmen für professionelle ganzheitliche Lösungen im Human Resources Management. Sein Beratungsnetzwerk erstreckt sich über Deutschland, Österreich und die Schweiz. Fokussiert auf systemische Kompetenzentwicklung, hat das Trainingsinstitut das „9-Stufen-System zur intrinsischen Kompetenz“ entwickelt. Dieses ist Ausgangspunkt seines gesamten Leistungsspektrums, das die Bereiche Organisationsentwicklung und -beratung, Top-Management-Beratung, Executive Coaching, Personalentwicklung sowie Führungskräfte- und Teambildungstrainings umfasst.

Weitere Meldungen zum Thema:

[Trainingsinstitut nimsky gewinnt BDVT-Trainings-Preis in Silber](#)

Mehr Informationen:

nimsky Trainingsinstitut für intrinsische Kompetenz . Im Kleinflürlein 4 . 74889 Sinsheim-Ehrstädt .
Telefon: 07266 / 91 539-0 . Email: institut@nimsky.de . www.nimsky.de

Ansprechpartner für die Presse:

text-ur text- und relations agentur Dr. Christiane Gierke
Petra Walther
Telefon: 0221 / 95 64 90 570
redaktion@text-ur.de . www.text-ur.de . twitter.com/c_gierke

BILDVORSCHAU

Sie finden diese Bilder mit Erläuterungen in Druckqualität zum Download unter
<http://www.text-ur.de/presse-center/download.htm>



Beate und Martin Nimsky,
Geschäftsführer des
nimsky Trainingsinstitut für
intrinsische Kompetenz

