

QUICK PRESS SHEET

Dr. Nina Psenicka

Chirurgin · Keynote-Speakerin · Expertin für Gesunde High Performance®

Kurzprofil

Dr. Nina Psenicka ist Chirurgin und eine der führenden Stimmen für **Gesunde High Performance®** im deutschsprachigen Raum.

Sie verbindet medizinische Hochleistungsprinzipien aus dem OP mit Erkenntnissen aus Wirtschaft, Führung und Spitzensport – und zeigt, **warum Leistungsfähigkeit heute vor allem eine Frage von Energie, Struktur und Regeneration ist.**

Als ehemalige Oberärztin, langjährige Dozentin für Ärztekammern und Universitäten sowie Europameisterin der Ärzte im Fechten kennt sie Leistungsdruck **aus Medizin, Wirtschaft und Hochleistungssport** aus eigener Erfahrung.

Heute berät sie Unternehmen und Führungskräfte zu nachhaltiger Leistungsfähigkeit unter Dauerbelastung.

Thematische Schwerpunkte

- Gesunde High Performance® in Wirtschaft & Führung
- Energie-, Leistungs- und Führungsökonomie
- Produktivität unter Dauerstress
- Mentale Klarheit & Entscheidungsfähigkeit
- Burnout-Prävention als Führungsaufgabe
- Schnittstelle von Medizin, Management & Hochleistung

Top-5-Themenangebote für Redaktionen

1. Gesunde High Performance®

Warum Spitzenleistung ohne Erschöpfung möglich ist

→ Wirtschaft · Führung · Gesundheit

2. Führung unter Dauerstress

Warum klassische Leistungskonzepte nicht mehr funktionieren

→ Leadership · Arbeitsmarkt · HR

3. Energie als Erfolgsfaktor

Warum wirtschaftliche Leistung im Körper beginnt

→ Wirtschaft × Gesundheit × Psychologie

4. Der stille Produktivitätskiller

Was Unternehmen durch Überlastung wirklich verlieren

→ Zahlen · Mechanismen · Einordnung

5. Erfolg mit System

Warum Disziplin allein nicht reicht

→ Interviews · Porträts · Einordnung

Alle Themen sind kurzfristig für TV-Interviews, Podcasts, Hintergrundgespräche und redaktionelle Beiträge verfügbar.

O-Töne (Zitatbox)

„Spitzenleistung scheitert nicht an Motivation – sondern an Energie.“

„Dauerstress ist kein persönliches Problem. Er ist ein wirtschaftlicher Risikofaktor.“

„Unternehmen verlieren Milliarden – nicht durch Fachkräftemangel, sondern durch Überlastung.“

„Disziplin macht müde. Struktur macht leistungsfähig.“

„Gesunde High Performance ist kein Wellness-Thema, sondern ein ökonomisches Prinzip.“

(Zitate zur freien redaktionellen Nutzung)

Medienpräsenz (Auswahl)

FORBES · Erfolg Magazin · Wirtschaft TV · Welt der Wunder · Founders Magazin · Hamburg 1

Kontakt für redaktionelle Anfragen

Interviews, Expertenstatements & Medienkooperationen

→ Kontaktformular: www.dr-psenicka.com

Rückmeldung in der Regel innerhalb von 48 Stunden